



# Jeu, set & rac

Le journal interne du RAC Tennis



N° 19  
avril 2016

## Edito

Chers adhérents

« Tout groupe humain prend sa richesse dans la communication, l'entraide, la solidarité visant à un but commun : l'épanouissement de chacun dans le respect des différences » F. Dolto.

Sachons tous ensemble véhiculer ces valeurs à travers notre pratique sportive.

Concernant notre club, nous poursuivons son développement avec une augmentation de 26 % de licenciés de date à date, soit 1283 membres en mars 2016. A noter une augmentation de 90 femmes et 165 hommes.

Toutes les actions mises en place avec le développement de nos animations, la professionnalisation de l'équipe pédagogique et de

l'équipe dirigeante commencent à jour depuis le

- Le Fitennis



ainsi que la surveillance de nos installations porter leurs fruits. Plusieurs projets ont vu le début de la saison sportive :

## Sommaire

### Edito

Résultats individuels

P1

P1

- La conférence sur le Handicap et le Sport
- Le 40<sup>e</sup> anniversaire du jumelage entre Rueil-Malmaison et Bad Soden am Taunus

### Côté RAC

Le mini-tennis : mini ou maxi ?

Faites des stages au RAC

Le RAC a fait son carnaval

Le RAC en quelques chiffres

2 nouveaux partenaires soutiennent le RAC

P2

P2

P2

P2

P2

### Côté Court

Le calendrier des interclubs 2016

L'entretien des terrains

Les chiffres du tennis féminin

De beaux événements à venir

Connaissez-vous le Fitennis ?

Le saviez-vous ?

P5

P5

P4

P4

P4

P4

- La mise en place de Sports et Entreprises pour les salariés de Rueil-Malmaison

- Le développement des
- Et la signature d'une avec deux nouveaux l'agence de voyages « Rueil Voyages » et la



animations Ados convention partenaires, **Selectour Afat** concession

automobile **Advance-Marque Skoda** (groupe Schumacher). Le tournoi Open qui se déroulera du 24 juin au 10 juillet portera le nom de **Open Skoda du RAC**.

Un autre grand projet est en cours avec la préparation des **Championnats de France des 13 et 14 ans** Garçons et Filles du 10 au 18 juin qui se dérouleront sur les terrains du Vert Bois, organisés conjointement avec la Ligue des Hauts-de-Seine.

Nous recherchons des bénévoles pour nous aider dans l'organisation : chauffeurs pour véhiculer des joueurs, accueil, entretien des terrains, arbitres, buvette...

Tous ces projets se réaliseront grâce à une équipe soudée, et consolidée par des forces vives. Venez nous aider à renforcer nos bénévoles déjà à l'œuvre.

Je tiens à remercier toute l'équipe qui m'entoure, dirigeants et permanents.

Je vous souhaite à tous, chers adhérents, de prendre du plaisir à venir jouer au club et n'hésitez pas à rejoindre nos équipes.

Vive le Rueil AC Tennis ! ●

**Claire Kalaydjian**  
Présidente

## Résultats individuels

Victoire d'**Hanna Bougouffa** (12 ans, 4/6) au tournoi international de Cattenom (Moselle), après cinq victoires sur des adversaires françaises et internationales.

Victoire de **Léo Cohen Bacrie** (9 ans) au tournoi du TMC réunissant les meilleurs jeunes de chaque Ligue d'Île-de-France, après quatre victoires impressionnantes sans concéder un seul jeu ! ●

## Résas

Réservations sur Internet  
[www.rueil-ac-tennis.fr](http://www.rueil-ac-tennis.fr)

Permanence téléphonique  
Stade du Parc 01.47.51.52.25  
Vert Bois 01 72 42 21 05

lundi : 9h - 12h / 13h - 15h  
mardi : 10h - 12h30 / 15h30 - 19h  
mercredi : 9h - 20h  
jeudi : 9h - 13h / 14h - 20h  
vendredi : 9h - 13h / 14h - 20h  
samedi : 9h - 18h  
dimanche : 9h - 18h



Bonnes parties !

@RueilACTennis

Rueil Athletic Club - Tennis - [www.rueil-ac-tennis.fr](http://www.rueil-ac-tennis.fr) - [club@rueil-ac-tennis.fr](mailto:club@rueil-ac-tennis.fr)

## Côté RAC

### Le mini-tennis : mini ou maxi ?

Le Mini-tennis, vous connaissez ?

Créé en 1996, c'est un court aux dimensions réduites qui est une alternative ludique au « grand terrain » de tennis que nous connaissons tous.

Destiné initialement à accueillir les joueurs en herbe, il a très vite trouvé son public et fait l'unanimité auprès des petits mais aussi des grands. Il faut dire que ce petit court ne manque pas d'attraits : son gabarit lui permet de favoriser la réussite du joueur tout en l'incitant à effectuer des coups qui demeurent plus rares sur un terrain classique (amorties, revers chopés etc.).

Maintenant que vous en connaissez les atouts, vous n'hésitez plus à venir tester ce mini-tennis.

Et la bonne nouvelle, c'est que le RAC se lance dans l'aventure du mini ! Dès le mois d'avril, quatre courts de mini-tennis seront mis à disposition des adhérents sur le site du Vert bois. Encore une nouvelle manière de pratiquer votre sport favori au RAC qui vous réjouira, c'est sûr !

A essayer sans modération ! ●

### Venez en vacances au RAC !

Pendant les vacances scolaires le RAC propose des stages adaptés à tous les profils de joueurs.

Des stages de suivi de tournois sur la journée complète sont organisés pour les joueurs du centre de compétition et du tennis performance. Ils permettent d'aborder la compétition dans les meilleures conditions. Pour les joueurs de l'école de tennis des formules 1/2 journées et plein temps sont proposées avec une permanence gratuite pour encadrer les joueurs jusqu'à 18h. Les ados ont eux aussi des sessions de stage organisées de 11h à 15h. Pour les adhérents adultes nous proposons également des stages en soirée ou le midi pour tous les niveaux.

Ainsi, chacun, selon son profil, peut trouver au RAC le stage qui lui convient. Ces stages sont complémentaires des cours collectifs à plus d'un titre. Ils permettent de travailler des points techniques particuliers. D'un point de vue pédagogique, c'est aussi l'occasion d'avoir le regard d'un autre enseignant, de se confronter à une autre approche. Et cela permet aussi de rencontrer de nouveaux partenaires.

Le RAC met à disposition de ses adhérents cette formule de stages hebdomadaires avec la souplesse nécessaire pour les horaires, durée des cours, nombre de joueurs. Le succès est au rendez-vous avec des stagiaires toujours nombreux, alors n'hésitez plus, pendant les prochaines vacances, venez au RAC ! ●

ŠKODA

### Le RAC a fait son Carnaval

Marie-Claire

L'école de tennis a fêté le carnaval sur les courts du RAC ! Ce fût un bon moment de gourmandises, de rires, de déguisements, de musique et de tennis sous les confettis !

Retrouvez toutes les photos de cet événement sur le site web du club ●



### Connaissez-vous le Fitennis ?

Mathieu

Depuis début janvier, une activité totalement inédite a vu le jour au club. Lancé en avant-première lors du Téléthon 2015 de décembre, le Fitennis a fait son apparition au club et par la même occasion dans le département début janvier. Discipline récente en France, le Fitennis est un complément physique à mi-chemin entre le Fitness et le tennis. Dispensés au Stade du Parc par notre instructeur Mathieu Defillon chaque mardi et vendredi midi à 12h30, les cours s'adressent à tous. Les séances en musique d'une durée 35 minutes associent santé, bien-être et renforcement cardio-musculaire. Déjà près d'une vingtaine de participants se sont livrés à cette nouvelle activité qui vient compléter l'offre aux adhérents. Alors pour être « fit » et améliorer votre tennis, devenez Fitennis ! ●



### 2 nouveaux partenariats signés

Marie-Claire

Deux nouveaux sponsors ont rejoint le RAC Tennis : **Skoda** et **Rueil Voyages**. Ces deux nouveaux partenaires nous apporteront un soutien précieux pour mener à bien nos projets de développement du club et atteindre nos objectifs.

Nous remercions tous nos partenaires pour ces fructueuses collaborations, véritables vecteurs d'échanges entre le sport et l'entreprise ●



En plus des conseils personnalisés, vous avez jusqu'à **-10 %** sur tous les articles « tennis » et bien d'autres offres à découvrir dans le magasin **TECHNICALITY**, le spécialiste du tennis à Morainvilliers. Précisez bien que vous êtes adhérent du RAC Tennis.



**Tecnifibre**

TECHNICALITY - 68 rue de la Croix de l'Orme - 78630 Morainvilliers (Coté Bures) - 01 39 75 61 85

## Côté court

### Les équipes du RAC prêtes à en découdre

Stéphane

Retenez-bien ces dates pour venir soutenir les équipes du RAC : le club aligne cette année 5 équipes masculines et 3 équipes féminines.



#### Équipe 1 Messieurs - Nationale 2 - Poule E

01/05 : Saint Malo TC 1 - Rueil AC 1  
08/05 : Rueil AC 1 - TC 16ème 1  
22/05 : Villa Primerose 2 - Rueil AC 1  
29/05 : Rueil AC 1 - Mondeville USO 1  
05/06 : Lamorlaye TC 1 - Rueil AC 1

#### Équipe 1 Dames - Nationale 4 - Poule G

01/05 : Rueil AC 1 - Chelles Tennis 1  
08/05 : TC Val Vert du Clain 1 - Rueil AC 1  
22/05 : Rueil AC 1 - TC Cesson Sevigne 1  
29/05 : Fos Villeneuve d'Ascq 2 - Rueil AC 1  
05/06 : Rueil AC 1 - Saint Barthelemy 1

#### Équipe 2 Messieurs - DQDN4 - Poule A

01/05 : Azur TC Asnières 2 - Rueil AC 2  
08/05 : Rueil AC 2 - CT Chaville 1  
22/05 : TC Sceaux 1 - Rueil AC 2  
29/05 : TC Clamart 2 - Rueil AC 2  
05/06 : Rueil AC 2 - COM Bagneux 2

#### Équipe 2 Dames - DQDN4 - Poule A

01/05 : Courbevoie ST 2 - Rueil AC 2  
08/05 : AS Meudon 1 - Rueil AC 2  
22/05 : Rueil AC 2 - TC Chaville 1  
29/05 : Rueil AC 2 - Garches TC 1  
05/06 : Stade de Vanves 1 - Rueil AC 2

#### Équipe 3 Messieurs - Régionale 1 - Poule A

01/05 : Rueil AC 3 - Levallois SCT 1  
08/05 : Courbevoie ST 3 - Rueil AC 3  
22/05 : Rueil AC 3 - CSM Puteaux 1  
29/05 : TC Chaville 2 - Rueil AC 3  
05/06 : Rueil AC 3 - AS Meudon 2

#### Équipe 3 Dames - Régionale 2 - Poule A

01/05 : GTHJ (AS) 1 - Rueil AC 3  
08/05 : TC Châtillon 2 - Rueil AC 3  
22/05 : Rueil AC 3 - TC Garennois 1  
29/05 : Rueil AC 3 - CSM Puteaux 2  
05/06 : AS Meudon 2 - Rueil AC 3

#### Équipe 4 Messieurs - Régionale 2 - Poule A

01/05 : Rueil AC 4 - TC Colombes 1  
08/05 : Rueil AC 4 - TC Antony 3  
22/05 : TC MT Valerien 1 - Rueil AC 4  
29/05 : Rueil AC 4 - TC Vaucresson 1  
05/06 : Azur TC Asnières 3 - Rueil AC 4

#### Équipe 5 Messieurs - Régionale 4 - Poule A

01/05 : CT Chaville 4 - Rueil AC 5  
08/05 : Rueil AC 5 - TC Menil 3  
22/05 : ASCO 2 - Rueil AC 5  
29/05 : ES Nanterre 3 - Rueil AC 5  
05/06 : Rueil AC 5 - UAS St Cloud 1

## Entretien des terrains

Claire

Afin que les conditions de jeu soient agréables, les services techniques de la ville interviennent quand il faut réparer une bulle, changer une lumière... Un cahier est à votre disposition à l'accueil du Vert Bois pour noter vos remarques. De votre côté, chers adhérents, à vous de veiller à ce que les terrains demeurent en bon état, en passant le filet après une partie, en marquant les lignes avec le balai, en arrosant le court, en jetant les bouteilles en pensant aux joueurs suivants. Le plaisir de chacun dépend du respect du tous ! ●



# Tennis Féminin

## Le Tennis Féminin a le vent en poupe au RAC... Valérie

Constatant depuis quelques années que le nombre de licenciées femmes au sein du RAC ne cessait de baisser, nous avons décidé de mettre en place un plan d'actions, basé sur une approche spécifique aux filles et non calquée sur celle des garçons. Cette approche est encouragée par la Ligue, qui s'est emparée de cette question car il s'agit d'un problème récurrent au niveau du département et même au niveau national.

Ce plan s'articule autour de 4 axes principaux, notre objectif étant de fidéliser les adhérentes et d'attirer de nouvelles joueuses.

Une équipe spécifique est dédiée au tennis féminin. Valérie Khaled en est la référente. Elle fait d'ailleurs partie du Comité de Direction, ce qui nous permet de suivre avec attention les résultats de cette nouvelle impulsion donnée au tennis féminin. Nous avons confié la redynamisation de la pratique à Anne Boury (BE1) qui connaît bien les spécificités du public féminin. Elle met l'accent sur le plaisir de jouer en adaptant à chacune conseils et techniques, en prodiguant des encouragements et en valorisant les progrès. Grâce à cette pédagogie positive et son enthousiasme, elle a su recréer un groupe de femmes motivées.

Nous avons aussi développé le tennis loisir en aménageant de nouveaux créneaux horaires en fonction des demandes : des cours collectifs le matin en semaine, un entraînement féminin le jeudi matin.

Nous avons favorisé l'accès à la compétition. Nous participons à différents tournois interclubs organisés par la Ligue : les Raquettes FFT, les Alt's, les 3G, les 36 Communes.

Nous avons renforcé les équipes Dames.

Nous souhaitons impliquer les femmes dans la vie du Club. Pour cela nous organisons des animations pour les jeunes et pour les adultes, telles que les soirées ados, et moment phare, la Journée du Tennis Féminin qui a eu lieu le dimanche 13 mars (les photos sont sur le site du club). Nous avons aussi instauré une aide à la recherche de partenaires sur le site web et à l'accueil du club.

Aujourd'hui, les résultats sont là ! Le Tennis féminin au RAC affiche une belle forme. Le nombre de ses licenciées féminines repart à la hausse, avec une augmentation de 34% par rapport à l'année précédente.

Les résultats de nos équipes féminines sont excellents. En atteste la victoire récente de notre équipe des 3G composée de Chloé, Ethel, Aurélie, Laurence, Nadine et Laure qui pour la deuxième année consécutive ont remporté le tournoi. Bravo à toutes et vive le Tennis féminin ! ●

## De beaux événements à venir au RAC

### ■ Dimanche 24 avril :

Journée des familles

### ■ 30 avril & 1er mai :

Début des interclubs Senior et jeunes

### ■ Samedi 28 & dimanche 29 mai :

Fête du tennis

### ■ du 10 au 18 juin :

Championnats de France 13 & 14 ans

### ■ Samedi 18 juin (à confirmer) :

Fête du club

### Mathieu



Paul-Henri Mathieu, de passage au club



## Le RAC en quelques chiffres

### Marie-Claire

Nous sommes heureux de vous annoncer que notre club rassemble plus de 1300 membres, donc 1300 partenaires possibles pour pratiquer votre sport favori ! Pour rappel, le site web du club vous permet d'identifier des partenaires, n'hésitez plus !

Le RAC tennis, c'est un Comité Directeur composé de 12 bénévoles ; ce sont des commissions animées par 20 bénévoles. Nous avons besoin de votre implication, faites-vous connaître auprès du secrétariat, si vous souhaitez participer à la vie du club. Même si ce n'est que ponctuellement pour un événement, ou pour quelques heures, votre aide sera la bienvenue.

Le RAC, c'est 26 professionnels du tennis : une équipe pédagogique, deux secrétaires, des personnes qui assurent l'accueil sur les deux sites, l'entretien des installations. L'ensemble des salariés oeuvrent au quotidien, pour que le club vous apporte le meilleur pour pratiquer le tennis, dans une ambiance conviviale.

Le RAC, c'est deux sites exceptionnels avec 24 terrains dont 12 couverts, situés dans des parcs agréables et calmes.

Le RAC, c'est 5 tournois, 26 équipes en compétition dont 2 équipes en Nationale. Et un club qui se distingue aussi pour son dispositif de formation particulièrement

complet et performant, ce qui en fait le 3ème club formateur de la Ligue des Hauts-de-Seine ●



## Le saviez-vous ...?

Votre club + que centenaire est bien un acteur du 21<sup>è</sup> siècle !  
Retrouvez-nous sur les réseaux sociaux

Facebook : Rueil AC Tennis & Twitter : @RueilACTennis