



Journée Féminine lundi 8 mai 2017

La journée féminine de 2017 restera comme un excellent cru ! En effet, 11 participantes ont joué aujourd'hui et aucune n'est déçue de cette après-midi.

Après cette brève introduction, passons aux présentations. Soline et Nadia représentent le club de Savonnières. Nicole et Jennifer font partie du club de La Riche. Les filles de Véretz sont venues à trois : Fred, Elisa et Brigitte. Et enfin, Maëlis, Mélody, Alexandra et Kalou portent haut les couleurs locales. Gilles et Jérôme étant les organisateurs.

Après le café d'accueil, Gilles a expliqué le premier des deux exercices de relais que nous avons mis en place, histoire de se chauffer les muscles. Le principe est de suivre un parcours jonché d'obstacles tout en faisant rebondir une balle de ping sur sa raquette et en allant le plus vite possible pour passer le relais à son partenaire. La nouveauté étant que le parcours commence par 10 sauts de corde à sauter, histoire de faire un peu de cardio !

Le deuxième exercice, proposé par Jérôme, est composé de 4 bassines alignées sur une même ligne. La première joueuse prend une balle dans la bassine initiale afin de la placer dans une autre bassine située à 2-3 mètres devant soi. Elle revient à la bassine initiale pour prendre une deuxième balle afin de repartir la déposer dans la 2ème bassine située un peu plus loin que la première. Idem avec la 3ème et dernière balle dans la 3ème bassine placée encore plus loin que la 2ème. En revenant à la bassine initiale, elle tape dans la main de sa coéquipière qui fait le travail inverse et doit ramener les 3 balles dans la bassine initiale...et on continue le jeu jusqu'à ce que tout le monde soit passé. Cet exercice est très éprouvant, nous l'avons fait plusieurs fois et il a fallu un peu de temps pour que tout le monde récupère.

La suite du programme s'est composé en trois ateliers de service à la table.

Le premier consiste à toucher une zone précise d'une cible (matérialisée par une image). Chaque image ayant un nombre de points associés en fonction de la taille de celle-ci. A cet atelier, c'est Mélody qui remporte la partie en marquant 27 points. Elisa et Nadia finissent 2ème avec 22 points.



Ping-Pong Club Martinois

Le second atelier, appelé morpong, consiste à tracer un jeu de morpion sur la demi-table adverse (9 cases). La zone adverse du rebond du service est gagnée par la serveuse si elle n'a pas déjà été prise auparavant. Grâce à des assiettes (croix) et des plots (ronds) on dessine le morpion. Est gagnante celle qui aligne trois de ces objets. Ce jeu a bien plu et sera repris dans les clubs étant représentés aujourd'hui.

Le troisième jeu, le chamboule-tout, consiste à dresser un château de 6 gobelets en plastique sur la table. Deux joueuses s'affrontent avec un panier de 10 balles par joueuse et doivent faire tomber plus de gobelets que leur adversaire avec ce nombre limité de balles. Si une joueuse fait tout tomber avant l'utilisation de toutes ses munitions, elle gagne la partie. Après que tout le monde soit passé, nous y avons rejoué mais en équipe. Chaque personne a une seule balle et l'équipe qui dégomme son château en premier remporte la victoire. Ce jeu était une réelle réussite, nous aurons l'occasion d'y rejouer à n'en pas douter.

Le dernier jeu qui nous a occupé le reste de l'après midi est l'inévitable LudoPing. Le principe est de lancer un dé pour obtenir un bonus ou un malus sur un match de 11 points (jouer avec une raquette de badminton, jouer assise, 1 point gagné compte double...) sur un principe de montée/descente. Nous avons même terminé en jouant en mode « camion » (deux tables mises bout à bout).

Un goûter est venu entrecouper ce dernier jeu. Un moment convivial durant lequel nous avons notamment pu échanger sur le ping féminin au sein du département, autour des petites douceurs qui ont été servies.

Il est 18H, c'est malheureusement l'heure de nous quitter. Eh oui toute bonne chose a une fin. C'est triste mais nous avons toutes et tous passés une excellente après-midi. Et comme dit en introduction, les filles ont exprimé à l'unanimité (via un questionnaire) qu'elles sont prêtes à revenir l'an prochain si une journée comme celle-ci était organisée. Eh bien c'est tant mieux car le club a très envie de renouveler cette opération car elle est très motivante lorsqu'il y a autant de monde, d'autant plus lorsqu'il y a une superbe ambiance comme aujourd'hui. Une idée ou deux proposées via ce questionnaire seront possiblement intégrées l'an prochain, mais gardons la surprise...

Jérôme Desgranges
Secrétaire-adjoint du PPCM