



**Vous avez vibré devant la team France aux JO avec notamment les frères Lebrun ?**

**Vous souhaitez trouver un sport qui vous permette de vous défouler, vous amuser tout en travaillant votre cardio ? Développer votre vivacité, tonicité dans une ambiance conviviale ?**



Venez tester une, deux ou trois séances à la **section Tennis de Table du CEA Saclay!** Vous pourrez pratiquer en loisirs ou compétition quel que soit votre niveau et votre âge de 7..mois à 77 ans (et même plus)

**Lundi (loisir) : 18h30/21h00 gymnase du Moulon (Gif sur Yvette)**

**Mercredi (loisir et compétitions) : 18h00/21h30 Bures sur Yvette, 54 rue du docteur Collé**

#### Tennis de Table : le saviez-vous ?

**Sport olympique** depuis 1988, c'est un des **sports qui a le plus de joueurs licenciés dans le monde (grâce notamment à la Chine avec 17 millions de licenciés. Environ 200 000 en France) !** Le niveau en Chine est tellement élevé que pour relever le niveau global, les Chinois ont même proposé leur aide aux autres fédérations, une première dans l'histoire du sport.

Le tennis de table est loin d'être uniquement un loisir que l'on pratique dans son jardin ou son garage (*d'où vient le mot « ping-pong » → c'est la firme Hamsley's qui a commercialisé ce jeu aux Etats-Unis sous la marque "Ping-Pong" en 1901*), c'est un **sport très complet (aspects physique, technique et tactique) !**

La **vitesse de la balle** peut aller jusqu'à **190 km/h** et avec un top-spin elle peut avoir jusqu'à **50 révolutions/seconde !** Le **temps de contact** de la balle avec la raquette est de **0,003 seconde**. En une rencontre de 10 sets à 11 points, un joueur d'élite peut se déplacer entre **3 et 5 km**. En une journée de compétition, la dépense énergétique d'un joueur de haut niveau équivaut à celle d'un athlète qui court un marathon.

Mais on peut s'amuser sans atteindre ces performances ! Ainsi on peut pratiquer le tennis de table toute sa vie. **Il n'y a pas d'âge limite pour jouer.** Au club du CEA Saclay, les **enfants et conjoints des salariés CEA**, mais aussi les **retraités du CEA**, sont les bienvenus, en loisir ou en compétition corpo (par équipe, en simple et en double, ou en individuel) ! **Ouvert également aux extérieurs non CEA !**

Contacts : [Sylvain.thessier@cea.fr](mailto:Sylvain.thessier@cea.fr); [Cassiano.tecchio@cea.fr](mailto:Cassiano.tecchio@cea.fr)

<https://ascea-tt.blogspot.com/>

