



TENNIS  
SENIORS

N°5

Avril 2006

# GAZETTE

ASSOCIATION RÉGIONALE GENÈVE TENNIS

## Sommaire

Page	
1	Editorial
1	Mot de Francine Oswald
2	Médecine du sport
2	Le conseil du technicien
2	Service-Volée
3	Joue Senior
3	Nouvelles de FriJuNe
3	Courrier du lecteur
3	Elle nous a quittés
4-5	Saison hiver en résumé
6-7	Nos amis annonceurs
8-9-10	Activités été 2006
10	Agenda
11	Pass' informations
11	Les clubs partenaires
12	Le Pass' Seniors



Publié par  
l'Association  
Régionale  
Genève Tennis

**Coordinatrice:** Fr. Oswald

**Articles de:**

P. Bacle, R. Haefliger, Eve Jost,  
B. Ionescu, G. Leuba, M. Mentha,  
S. Mlotkowski, Fr. Oswald,  
A. Rostan, M. Werren, N. Yugala

**Correcteur:** G. Leuba

**Graphiste:** M. Torriani

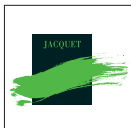
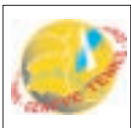
**Photographe:** Ch. Roulin

**Imprimeur:** G. Schouchana

**Tirage:** 1000 exemplaires

**Distribution:**

Clubs, titulaires du pass,  
partenaires commerciaux



## EDITORIAL

### Des changements en perspective



1. Signalons avec fierté la récente nomination de notre présidente de l'ARGT Christiane Jolissaint Vaudroz au Comité directeur de Swiss Tennis, en toute première place avec 96 voix sur 104. René Stambach est élu président de Swiss Tennis; il est bien connu en Suisse romande, spécialement pour avoir organisé le Geneva European Open qui se déroulait au Drizia dans les années 80. Toutes nos félicitations et nos meilleurs vœux vont à ces nouveaux responsables de notre sport tant aimé.

2. Notons que notre gazette contient à présent des encarts publicitaires, un grand merci à nos nouveaux annonceurs pour leur soutien.

3. Le Geneva Open Seniors qui se déroule au TC Eaux-Vives début septembre passe à un niveau de jeu supérieur grâce au travail de son comité d'organisation mené de main de maître par Daniel Auberson.

4. L'instigatrice de la Gazette seniors a annoncé sa décision de ne plus s'occuper de cette publication après cette édition. La commission de rédaction remercie Francine Oswald pour avoir eu le courage et la volonté de lancer cet imprimé qui fait plaisir à tous ses lecteurs. Nous accueillerons avec plaisir dans cette commission des seniors qui se sentent aptes et motivés à participer à l'élaboration de cet important organe de communication, merci de s'annoncer auprès de Pierre Bacle au 079 202 46 19.

Lisez attentivement les articles qui suivent qui vous décrivent les meilleurs moments de 2005 et vous annoncent ceux de 2006. Souscrivez nombreux au Pass'seniors 2006 qui offre la possibilité à son détenteur de jouer gratuitement avec des seniors des autres clubs genevois; en plus de montrer votre attachement au mouvement seniors vous recevrez, en complément de nombreuses autres prestations, la gazette et de nombreux documents à domicile. Pour toute information contactez le responsable seniors de votre club ou venez vous renseigner sur [www.argt.ch](http://www.argt.ch).

Nous vous souhaitons à tous une bonne saison de tennis en plein air avec beaucoup de joie et... des belles parties de tennis, des verrées conviviales, des repas sympathiques, etc.

Pierre Bacle - Responsable ARGT Seniors

## Mot de Francine Oswald

### Rédactrice de la gazette

Comme annoncé dans l'Editorial, il est temps que je cède à Pierre, notre dévoué responsable ARGT senior ou à sa commission, la responsabilité et le plaisir de rédiger deux fois par an la gazette, moyen de communication et de promotion du tennis senior genevois et romand.

Les différentes actions du mouvement senior, Club Tour, Senior Geneva Open, le pass'senior, la gazette, initiées par des phases d'exploration, d'essai, de doutes et de bonheur aussi, se sont concrétisées pour le bien-être des seniors et à l'animation des clubs pendant les heures creuses. Le bébé est né, le mouvement senior a été créé. Il s'est développé grâce au soutien de toutes les personnes qui m'ont accompagnée dans mes démarches, qui ont collaboré tout au long de ces huit années dans la mise en place du mouvement senior à Genève et en Suisse romande. Un grand merci à tous ceux qui m'ont aidée à atteindre les objectifs fixés et bon vent aux prochaines gazettes !

## Médecine du sport



**Dr' Alain Rostan**

Médecin  
responsable  
Swiss Tennis

### **Compétition, sport ou activité physique?**

La notion du «sport» est souvent mal interprétée, mélangée avec celles de compétition ou d'activité physique, ce qui mène certains à craindre l'«activité physique» pourtant reconnue comme pleine de bénéfices pour l'être humain: effet favorable sur le système cardiovasculaire (amélioration de l'efficacité du muscle cardiaque, amélioration de la circulation périphérique, diminution de la tension artérielle), entretien (amélioration) de la fonction tendinomusculaire (amélioration de la fonction articulaire), diminution de la résorption osseuse, réactivation des structures articulaires, réactivation neuromusculaire (contrôle des positions, éviter les chutes par exemple). Trop d'activités physiques (sport) est aussi (souvent) lié à l'apparition de problèmes de type surcharge, principalement au niveau du système ostéoarticulaire (cartilage, os, tendons, muscles) mais aussi cardiaque. La notion de compétition est assimilée, trop souvent, à celle d'activité physique (ou sport) de type «excès», avec son cortège de surcharges au niveau physique mais

aussi (malheureusement) psychologique. Une activité physique bien structurée, entrant dans le cadre du sport loisir, ne devrait amener que les éléments positifs (favorables) mentionnés ci-dessus. Pour cela il faut choisir correctement le type d'activité, son intensité (ses partenaires...), les «surfaces de jeu» (pour le tennis mais aussi pour le ski par exemple), etc.. Les activités physiques effectuées «en compagnie» amènent aussi un élément non négligeable chez les seniors soit la notion des rencontres (caractère social du sport) comme déjà dit à plusieurs reprises dans cette rubrique.

Que penser alors, dans ce contexte, de la notion de compétition; faut-il la supprimer totalement ou est-il possible de l'intégrer d'une manière positive dans les activités physiques? La réponse à cette question me semble devoir être de proposer l'organisation de compétitions «amicales» qui permettront à chacun de se faire plaisir dans de petits défis personnels pouvant mener à une meilleure utilisation des possibilités physiques tout en gardant le «parfum de la victoire» se stimuler sans excès. Chez les seniors le risque de «sous-utilisation» du système cardiovasculaire ou articulaire est quotidien; sous-utilisation rime malheureusement souvent avec régression.

En conclusion, comme dit dans chacune de ces rubriques, il faut faire du sport (ou garder une activité physique) d'une manière régulière, adaptée à ses possibilités (et aspirations), sans négliger parfois le plaisir de la compétition amicale.



## Conseil du technicien

**Sacha Mlotkowski** Professeur d'éducation physique

### **Le stretching dans les feux croisés**

Après vingt ans d'existence, le stretching est devenu une composante essentielle de la préparation physique. Il a fallu beaucoup de conviction et d'énergie aux entraîneurs pour convaincre le sportif de s'étirer avant et après

chaque séance d'exercices.

Actuellement on assiste à un revirement d'opinion dans la communauté scientifique concernant l'utilité du stretching. Les études menées par le prof. Cometti sur 3000 personnes prouvent que le stretching passif appliqué dans la phase d'échauffement ne sert pratiquement à rien, car les étirements avant la compétition diminuent de 4 à 7% la force du muscle dans l'heure qui suit. Le temps de réaction se trouvera lui aussi profondément altéré. Et la récupération? Beaucoup d'athlètes sont persuadés que le stretching demeure le seul moyen d'éviter les courbatures. Seulement, on ne trouve aucun élément à mettre au crédit de cette croyance. Si l'étirement du muscle fatigué ne permet pas de récupérer plus rapidement ses propriétés contractiles, il lui reste néanmoins un atout: conserver sa souplesse. Des séances de stretching peuvent donc s'inscrire dans un programme de lutte contre les rétractions et permettre le rééquilibrage musculaire. Seulement, elles doivent se tenir à distance des entraînements sauf dans le cas particulier cité par Gilles Cometti où on les utilise dans un processus de casse volontaire des fibres musculaires.

Références: «G.Cometti: Les limites du stretching pour la performance sportive».

## Service-volée



**Matthias Werren**

Swiss Tennis  
Secteur Interclub  
Suisse romande

### **Drôle de situation lors d'une rencontre de Coupe Davis Suisse-Australie à Zurich !**

Pourquoi? Après plus de 25 ans, j'ai revu pour la première fois John Newcombe (ancien vainqueur de Wimbledon et capitaine de l'équipe d'Australie) qui m'a dit: «Salut, ton nom m'échappe mais je me souviens que tu habites à Genève et que ton sacré service de «gaucher» m'a souvent mis en difficulté!» Bien plus flatteur que le gamin de 14 ans à qui, après qu'il m'ait demandé si j'avais fait des tournois internationaux, j'ai répondu que j'avais gagné 30 titres de champion suisse et que j'avais été pendant 14 ans joueur de Coupe Davis. Il a éclaté de rire et m'a dit: «Elle est pas mal votre blague!»

Une histoire d'odeur! Dans un tournoi avec plusieurs catégories d'âge, vous n'avez pas besoin de consulter le tableau des horaires. Passez dans les vestiaires et le jour où l'odeur du Baume du Tigre ou autres crèmes pour soigner les muscles vous pique le nez, vous pouvez être sûrs que c'est la journée des seniors et vétérans!

Une fois pour toutes, lorsqu'au service une balle touche le filet et rentre dans le carré du service, on peut dire en français «filet» mais jamais «net» en anglais, car le mot juste est «let» qui veut dire rejouer.

Je suis un Bâlois arrivé à Genève en 1962. Lorsque je réussissais un exploit, on pouvait lire dans la presse: «Exploit du Genevois...» Après une défaite plutôt surprenante, on lisait: «Le Bâlois de Genève...»!

La «Natel Story»: Michel et Pierre se livrent un match acharné sur le court. Soudain, un Natel sonne et Michel se précipite (comme souvent!) vers la chaise d'arbitre pour y répondre. Après quelques secondes, il lève la tête vers son adversaire et lui crie: «Pierre, ce n'est pas le mien, c'est le tien qui sonne!» Bingo! même modèle, même sonnerie !

## Joue «Senior»



**Francine Oswald**

Représentante Romande du secteur de formation senior de Swiss Tennis

### Opte pour des mouvements de frappe économiques

Avec la perte de souplesse de la musculature et de l'élasticité des tendons et des ligaments et avec la diminution de la force du muscle, les risques de déchirure augmentent avec l'âge mais encore plus particulièrement pour le sportif dont les tissus cellulaires ont accumulé pendant des années d'entraînement des micro-lésions.

L'effort de traction sur le bras et l'épaule peut être plus ou moins élevé et risqué selon le mouvement de frappe effectué.

### Le service

Un mouvement de préparation de service avec boucle, bras allongé, est plus contraignant pour le bras et l'épaule qu'un simple mouvement de préparation de service avec un bras fléchi. Pour éviter tout mouvement de traction au service, on recommandera avant de frapper la balle de placer directement la raquette derrière la tête, en position armée

comme si l'on tirait à l'arc. Le manque de vitesse dû à un moins grand élan du bras et de l'épaule, pourra être compensé par une frappe plus précise.

### Les coups de fond

Des mouvements de frappe de bas en haut effectués dans un mouvement décontracté avec une position de bras fermée (en pronation, paume tournée vers le bas) tel qu'on l'utilise pour jouer des coups droits liftés (effet de rotation de balle vers l'avant) ou des revers slicés (effet de rotation balle vers l'arrière) sont moins contraignants que des mouvements de frappe effectués avec une position de bras ouverte (en supination, paume tournée vers le haut) utilisés dans la préparation de coups droits slicés ou dans l'accompagnement des revers liftés.

### Le poids de la raquette

On peut délester le bras, en tenant la raquette plus haut sur le manche, ce qui diminue la vitesse mais augmente la précision du coup.

### Le plan de frappe

Des balles frappées à hauteur des genoux ralentissent le rythme du jeu mais sont moins contraignantes pour le bras que celles frappées à hauteur des épaules.

Diminuer l'effort de traction, opter pour des mouvements de frappe économiques, c'est diminuer les risques de blessures et augmenter les chances de pouvoir jouer longtemps.

## Nouvelles du Tennis Seniors FriJuNe



**Eve Jost**

Responsable du Sport pour tous de FriJuNe

### Chères amies, chers amis du tennis seniors

Vous êtes certainement nombreux à vous demander ce que veut dire FriJuNe Tennis.

Cette association, née en septembre 2004 de la fusion des groupements fribourgeois, jurassiens et neuchâtois de tennis réunit 66 clubs et centres. Notre intérêt primordial est de regrouper l'ensemble des valeurs défendues par les trois régions afin de promouvoir la relève et le sport pour tous, en l'occurrence le tennis seniors, dans les meilleures condi-

tions. De nombreuses activités en plus du tennis, joutes pédestres, sorties à vélo et à ski sont proposées dans ce domaine tout au long de cette année, n'hésitez pas à me contacter au tél 026 670 10 58 ou à consulter le site internet [www.friju.net](http://www.friju.net) activités seniors, vous êtes les bienvenus.

### «Le sport est l'expression d'un style de vie»

Une chose est certaine, le sport est un remède miraculeux. Il nous offre rencontres, bien-être, motivation, peut-être aussi démotivation, bonheur, fraternité, harmonie, de temps à autre de la frustration, amitié, spontanéité, bref une adaptation à tout instant et à toute chose. Nous avons le privilège de pouvoir constamment profiter de «cet entraînement» magique, exceptionnel et richissime.

**Pour ma part, je ne l'échangerais pour rien au monde...**

**«Vive le tennis seniors!»**

## Entraînement de services et de retours



**Objectif: Placement différencié des services et des retours**

- Echanges de services et de retours plus ou moins contraignants pour le bras, dirigés sur un but que vous vous êtes fixé, en limitant des zones, en plaçant des cibles, en donnant de l'effet à la balle.
- Pour faciliter l'exercice: élargir les zones, supprimer les cibles et les effets.

Fr.O.

## Courrier du lecteur

### Frais de Fitness partiellement remboursés

Notre partenaire commercial Kieser - Training qui accorde aux titulaires du Pass'Senior une réduction sur l'abonnement annuel a obtenu le label Anabitop. Plusieurs assurances maladie accordent des participations annuelles de 200 francs et plus sur les abonnements. Renseignements auprès de votre assurance ou c/o Kieser - Training.

Max Portmann

### Elle nous a quittés



ANNE MARET, titulaire en 2004 du premier Pass' non-membre ne laissait personne indifférent. Encore en pleine forme cet automne à Djerba, la maladie l'a emportée en fin janvier. Elle a su en peu de temps s'intégrer dans le milieu tennistique et se faire rapidement des amis. Nous garderons d'elle le souvenir de sa gentillesse, de sa disponibilité et de sa discrétion.

# LA SAISON D'HIVER EN RÉSUMÉ



Au centre sportif de la Ville de Genève

## Les seniors à la Queue d'Arve

Dans le cadre de l'année internationale du Sport, le 1er octobre 2005 a été décrété Journée internationale des Aînés. Les associations suivantes: Gymnastique seniors Genève, Auto-défense seniors Genève, Tennis seniors Genève avaient décidé de se regrouper pour organiser au Centre Sportif de la Queue d'Arve une journée promotionnelle polysportive. Ce fut l'occasion pour plus de 400 personnes, malgré la pluie incessante, de se familiariser avec des activités parfois méconnues, badminton, tennis, tennis de table, autodéfense, gymnastique, danses de tous pays, taï-chi, tchoukball, walking, nordic-walking, tir à l'arc.

Aujourd'hui tout senior désirant exercer une activité physique, ludique ou non, n'a que l'embarras du choix !

Gilbert Leuba



## Escapade à Djerba vue par deux participants

C'est en souriante compagnie que nous nous sommes retrouvés à Djerba, Hôtel Athénée Palace, du 22 au 28 octobre 2005.

Organisée dans le cadre du Tennis Senior Romandie, cette semaine combinée Thalasso-Tennis, magistralement orchestrée par Francine Oswald, a réuni 28 personnes, dont la majorité de dames. Sous la houlette de trois accompagnantes: Evelyne la sirène de l'aquagym quotidienne, Nadia la charmante et efficace déléguée de Destination Santé et enfin notre indispensable Francine toujours aussi talentueuse sur un court et imaginatrice dans l'organisation de petits tournois amicaux et séances de perfectionnement assidûment fréquentées.

Grand merci à ces trois dynamiques sportives et félicitations à toutes et à tous pour leur forme olympique dans la piscine, sur les courts et... sur la piste de danse.

A refaire sans trop tarder! Gisèle et Dante Panatti

## Et pourquoi pas du tennis en Chine?

Douze amateurs genevois de tournois, seniors du Drizia pour la plupart, ont eu la chance de pouvoir se rendre en novembre 2005 à Shanghai pour assister à la Masters Cup qui réunit les huit meilleurs joueurs du monde en simple et en double. Matches mémorables et visites intéressantes durant 7 jours à Shanghai puis une semaine à Pékin ont laissé des souvenirs inoubliables aux participants tous enchantés de leur voyage. Tant et si bien que des rumeurs annoncent l'organisation, pour d'autres seniors genevois intéressés, d'un voyage similaire pour novembre 2006. Affaire à suivre via [www.argt.ch](http://www.argt.ch) et via des affiches qui seront posées dans les clubs.

Les intéressés peuvent déjà s'annoncer, sans engagement, auprès de Pierre Bacle au 079 2024619.

Pierre Bacle



## Les seniors s'éclatent au Drizia

S'il n'y eu pas pour nos seniors de «Marmite» dans la Vieille Ville faute de «combattants» (ce ne sera que partie remise pour décembre prochain !) ils retrouvèrent leur «Marmite» lors de la traditionnelle Soirée de l'Escalade organisée dans le club-house du Drizia-Miremont T.C. Bonne humeur et ambiance de circonstance étaient présentes à ce très apprécié rendez-vous de fin d'année où un succulent repas concocté par la brigade de cuisine du club du Bout-du-Monde attendait les nombreux seniors venus «faire la fête» avec la complicité du désormais fidèle animateur-pianiste-chanteur Michel Guex qui entraîna les couples jusqu'à fort tard dans la nuit. Une fois de plus nos «aînés» ont apporté la preuve que les jeunes n'avaient qu'à bien se tenir !

Roland Haefliger



Michel Guex



Mireille et Roland

# LA SAISON D'HIVER EN RÉSUMÉ



Au TC Veyrier Grand-Donzel

## Fête du 31 décembre

Les échos de la fête du 31 décembre 2005 sont excellents. L'ambiance était super sympathique, le buffet canadien était aussi succulent que varié et le jeu était amusant avec le prix alléchant. Entre autres, nous n'avions pas été privés ni de foie gras, ni de champagne, ni de danse, ni de cadeaux. Hé Oui! tout ce qu'il faut traditionnellement.

Pour la fête du 31 décembre de cette année cela promet d'être encore meilleur. Alors! Venez nous rejoindre en téléphonant simplement à Pierre Bacle: 079 202 46 19 ou à Noe Yugala: 0033 450 316 933.

Votre équipe dévouée: Pierre Bacle, Huguette De Meyer, Denyse Du Pasquier, Charles Roulin, Jean-Pierre Schaerer, Noe Yugala et Renate Zwieslecker.

**Noe Yugala**



Au Pavillon des Sports

## Le Club Tour hiver 2005-2006

Toujours autant de succès pour ces mardis devenus traditionnels:

- bien sûr il faisait gris et froid sur la route du Pavillon,
- bien sûr nous avons l'impression d'être «aveugles» au début des parties de double,
- bien sûr le nombre de lignes de toutes les couleurs sur le sol n'a pas diminué,
- bien sûr les parties ne durent que 30 minutes;

**mais nous avons tous eu autant de plaisir que d'habitude car:**

- bien sûr les partenaires étaient toujours aussi sympathiques,
- bien sûr les pizza étaient toujours aussi bonnes,
- bien sûr les repas étaient toujours pris en bonne compagnie, et
- bien sûr l'eau minérale et... le vin... étaient toujours aussi frais.

Le club Tour hiver 2005-2006 est terminé... vivement le Club Tour Hiver 2006-2007 !

**Pierre Bacle**



## Championnats suisses d'hiver

Le Senior Champion Trophy s'est déroulé du 17 au 19 mars au Sport Center VITIS à Schlieren.

Les meilleurs joueurs de Suisse se sont «battus» pour devenir champions suisses.

Une fois de plus les résultats des joueuses et des joueurs genevois ont été remarquables.

### Bogdan Ionescu

Membre de la Commission Seniors

En 2004 on avait déjà compté deux vainqueurs, en 2005 un vainqueur et un finaliste, et cette année pas moins de cinq noms sur «la plus haute marche»:

DS3	Villaverde Savini S. bat Widrig S. 6/3 6/2
DS5	Burggraf S. bat Ruckstuhl B. 6/1 6/2
MS1	Faure M. bat Perceval F. 6/4 6/2
MS5	Du Pasquier J.N. bat Schärer M. 6/2 6/2
MS6	Frei V. bat Mory C. 6/1 6/2

## Classement suisse des meilleurs seniors genevois

S1	Ch Vivien	R3 n° 12	M.Faure	R1 n° 1
S2	Ch. Stepanek	R4 n° 16	L. Chvetsov	R4 n° 57
S3	S.Villaverde-S	R3 n° 2	Ph. Ormen	R4 n° 2
S4	E. Lachat	R4 n° 8	M.Richardone	R4 n° 6
S5	S. Burggraf	R3 n° 1	J.N Du Pasquier	R4 n° 1
S6	G. Ballaux	R6 n° 8	G. Kux	R4 n° 1
S7	D. Binay	R8 n° 11	A. Ismael	R6 n° 2



## Pour le meilleur et pour le rire...

Gros bêta, pilote de ligne s'apprête à atterrir, mais il se présente perpendiculairement à la piste:

«il faut être idiot pour avoir construit une piste si large et tellement courte».

jmv/mh



Les bénévoles

## La Coupe Davis à Genève: une affaire de seniors

Pas sur le terrain les seniors, bien entendu, mais disponibles en grand nombre en tant que «bénévoles» pour aider l'ARGT responsable de l'organisation de cette rencontre contre les Australiens. Au contrôle des entrées, au placement dans les travées, à l'accueil sur le stand de l'ARGT, on les a vus partout, fiers dans leur tenue bleu ciel. On dit qu'ils ont même trouvé du temps pour observer le double disputé dans une ambiance très chaude... dans le but de s'améliorer pour jouer les doubles du Club Tour.

Nos remerciements à ces gentils bénévoles et nos félicitations au comité d'organisation et à ses responsables, Christiane Jollissaint Vaudroz (présidente ARGT par ailleurs) et Sybille Bonvin (vice-présidente ARGT).

Qu'on se le dise en haut lieu: Genève reste toujours prête à organiser une nouvelle Coupe Davis... avec l'aide de ses seniors.

**Pierre Bacle**

## LE PLUS GRAND CHOIX DE MARQUES AU MEILLEUR PRIX !

Tennis, squash, badminton – Service 24 h.

# sport import

M. & M. SIEGFRIED  
25, route des Acacias – Tél. 022 343 43 13



120  
raquettes  
«test»  
à l'essai



Route de Vessy 6  
entre Bureau des automobiles  
et Stade du Bout-du-monde

L'équipe du

## RESTAURANT DRIZIA-MIREMONT

vous reçoit durant les beaux jours dans un coin de paradis, au calme et dans un écrin de verdure.

Vous pourrez y déguster les filets de perches frais du Léman, les tagliatelle aux légumes et crevettes à la mode Thaï, les tartares de poissons, les diverses salades et autres mets.

Profitez également de nos *soirées Barbecue* qui ont lieu les vendredis.

Renseignements et réservations au 022 347 76 49

Fermé dimanche soir

## Restaurant du Stade et piscine de Varembé

Ouvert 7/7

Michèle Fahrion-Théron

Restauration non stop  
Spécialités sur demande

Repas de groupes  
Salles pour réunions

46, avenue Giuseppe-Motta – 1202 Genève  
Téléphone et Fax 022 734 26 76



## Douleurs ou raideurs musculaires et articulaires?

RENÉ SCHINDLER  
Masseur diplômé

INSTITUT CATISA - JUSSY  
Tél. 022 759 05 59  
A domicile: 078 863 63 64

Agréé ASCA remboursé  
par certaines assurances complémentaires

## RESTAURANT DANCING LE PÉNITENCIER

ON Y MANGE, ON Y BOIT, ON Y DANSE!

Fondue Bacchus et Chinoise à gogo

Nous organisons vos soirées d'entreprise, d'anniversaire  
Du mardi au samedi dès 18 h à l'aube

Nouveau: Le Restaurant-brasserie de Saint-Georges  
est ouvert depuis le 3 avril

12, route du Pont-Butin - 1213 Petit-Lancy  
Tél. 022 792 02 96

Le tennis c'est

# UNIVERS SPORTS

Le choix • Le conseil • Le service

52, rue de la Servette • CH-1202 Genève  
Tél.: +41(0)22 733 33 58  
univers-sports@bluewin.ch  
www.univers-sports.ch



**DESTINATIONS SANTÉ**  
le spécialiste romand Thalasso, Wellness et Remise en Forme & Groupes accompagnés

Chavannes Centre  
CH-1279 Chavannes-de-Bogis  
Tél.: 022 / 960 95 60

Confédération Centre  
CH-1204 Genève  
Tél.: 022 / 318 66 70

**Merci**

A Denève, Geneviève, Gilbert, Louis, Max, Micheline, Pierre, qui sont allés convaincre nos amis du tennis de nous soutenir dans nos efforts de promotion.

**Un grand merci**

Aux donateurs, aux sponsors, aux annonceurs, aux partenaires commerciaux, aux médias qui soutiennent le mouvement senior: Destinations Santé, Fondation Suisse de Cardiologie, Geneva Challenger, GHI, Kieser Training, L'illustré, Léman Bleu, Otto Stebler, Penn, Prince, Pro-Senectute, René Schindler masseur, René Tennis Shop, Restaurant du Drizia-Miremont, Restaurant du Stade de Varembe, Restaurant le Pénitencier, Schouchana Imprimerie, Services Industriels de Genève, Slazenger, Smash Magazine, Sport Import, Tacchini, Tretorn, Tribune de Genève, Univers Sports SA, Urban Coiffure, Ville de Genève SDS, Wilson.

**Et d'avance merci**

A tous ceux qui contribueront d'une manière ou d'une autre à la promotion du tennis senior.



**KIESER TRAINING** Une équipe de professionnels à votre écoute depuis 1996

**CENTRE DE REMISE EN FORME**  
PRÉVENTION, RÉÉDUCATION, PRÉPARATION SPORTIVE

Nos prestations  
1 entraînement essai gratuit  
Les 3 lers entraînements accompagnés  
Bilan physique gratuit (analyse de masse corporelle)  
Consultation médico-sportive (articulaire et dorsale)


Testez-vous en nous testant !  
Boulevard du Pont D'Arve 28  
1205 Genève  
Tél. 022/328.19.00

Accès à tous les établissements Kieser - Prise en charge par certaines caisses maladie



**Pour le meilleur et pour le rire...**

Cela se passe dans un bus archi-plein des transports publics. Un monsieur bien mis est confortablement assis avec ses deux mains constamment devant ses yeux. Autour de lui debout, plus ou moins en équilibre la foule se balance au gré des secousses. Au bout d'un moment quelqu'un lui demande «Mais enfin, monsieur, de quoi souffrez-vous pour maintenir ainsi vos mains devant les yeux?» «C'est que je ne supporte pas de voir une femme debout dans un transport public» jmv/mh



L'incontournable rendez-vous de tous les seniors de la région: du **lundi 21** au **dimanche 27 août** (qualificatif les 19 et 20 août)

**GENEVA CHALLENGER ATP 2006**  
Samedi 26 août dès 20 heures:  
**GRANDE SOIRÉE SENIORS**  
Avec animation musicale «live»  
Loterie gratuite (sous la tente VIP)

**GENEVA CHALLENGER**  
**IPP GENEVA TROPHY**  
21-27 AOÛT 2006  
**CHALLENGER SERIES** ATP  
www.genevachallenger.ch

# LES ACTIVITÉS ÉTÉ 2006

## ESCAPADES

Du 11 au 17 juin

A Flims / Waldhaus Grisons – Hôtel Adula\*\*\*\*



### **Tennis en groupe – Wellness Rencontres amicales**

Présenté par Prince et Tretorn

Séjour à la montagne dans un superbe cadre de détente avec jouissance de la salle de fitness, du bain aux herbes, du jacuzzi, de la sauna, de la grotte de glace, des courts de tennis, de deux piscines une indoor 28 degrés et l'autre outdoor 35 degrés.

Avec Eve Jost représentante de FriJuNe et Hans Zinsli représentant des Grisons, nous avons prévu des rencontres amicales dans deux différents clubs grisons, du tennis en groupes le matin, une journée libre ou d'excursions, des doubles amicaux à l'Hôtel suivie d'une soirée aux couleurs romandes et grisonnes.

**Délai d'inscription 20 mai**

Organisation: Tennis Senior Romandie.

Du 23 au 25 août 2006

Aux Paccots – Fribourg – Hôtel Ermitage\*\*\*



### **Joutes tennistiques et excursions pédestres**

Cette petite station fribourgeoise située à 1000 m d'altitude offre en plus de ses 2 courts de tennis entourés de sapins, de multiples buts de promenades, walking ou randonnées.

Programme qui invite à la détente, joutes tennistiques, ambiance conviviale, apéritif de bienvenue, excursions pédestres.

**Délai d'inscription 10 août**

Organisation: TC Les Paccots.

Du 15 au 17 septembre

A Leysin – Vaud



### **Rencontres amicales de double**

Partenaires et/ou adversaires différents

Activité touristique libre. Chambres d'hôtels doubles ou individuelles. Repas en commun (restaurant typique de montagne, restaurant au bord d'un petit lac, etc.). Une soirée en musique.

Organisation: **Gilbert Leuba**, responsable seniors du Petit-Lancy, tél. 079 565 32 34.

Du 29 octobre au 5 novembre

Soma Bay – Egypte

La Résidence des Cascades\*\*\*\*\*

one of the leading hotels of the world



### **Tennis – Thalasso – Aquagym**

Situé au bord de la Mer Rouge, à 45 km de Hurghada dans la presqu'île de Soma Bay, connue depuis des siècles pour sa beauté, ses magnifiques plages (les plus belles de la Mer Rouge), les bienfaits de son climat sec à la porte du désert, de sa mer qui abrite un parterre vivant de coraux et de poissons exotiques, la résidence de la Cascade jouit d'une vue panoramique et appartient à la chaîne des hôtels super luxe «leading hotel of the world».

Les thermes marins (6500 m<sup>2</sup>) compte parmi les plus grands et les mieux équipés du monde avec un parcours aquagym de 750 m.

En plus des 15 soins, du tennis en groupe, de la demi-pension boissons comprises, le centre vous offre sans supplément une séance d'initiation au golf, des séances «réveil» de footing et de gymnastique. Avec supplément vous pourrez dans le complexe jouer au golf 18 trous, snoekler (équipement fourni), pêcher.

Programme prévu dès 10 h aquagym et soins. L'après-midi activités facultatives polysportives dont le tennis en groupe. Mercredi journée libre ou moyennant un petit supplément une excursion à Louxor.

**Délai d'inscription 15 juillet**

Organisation: Tennis Senior Romandie.



# LES ACTIVITÉS ÉTÉ 2006

## RENCONTRES AMICALES



«Oyez, Oyez vous êtes les habitués du Club-Tour été. Aux 18 clubs genevois déjà inscrits viennent se joindre Avully, Genthod, Grand-Saconnex. Bienvenue à tous les seniors de ces nouveaux clubs participants à nos joutes estivales. C'est grâce à l'enthousiasme de tous que le tennis senior se développe à grande vitesse à Genève!»

A vous maintenant de manifester votre contentement et votre soutien en acquérant le Pass pour la saison à venir. Que celle-ci soit belle et ensoleillée!»

Mi. Mentha

### Le CLUB TOUR ETÉ

Les clubs participants sont répartis en trois groupes. Les rencontres de double amicaux sont organisées les mardis de juillet et d'août dans les clubs à tour de rôle.

Accueil dès 8 h 30, doubles amicaux de 9 h à 12 h, apéritif et déjeuner en commun. Nous remercions les participants, pour une bonne organisation, de bien vouloir s'annoncer au responsable du club d'accueil en temps voulu et de s'excuser en cas d'empêchement.

Comme chaque année le Master des Club Tour aura lieu le 12 septembre au TC Genève-Champel  
Organisation: Tennis Senior Genève.

### La FÊTE DU DOUBLE Romande

Présentée par L'illustré

Le mardi 8 août les seniors de toute la Suisse romande sont invités à se retrouver dans les douze clubs organisateurs des 6 cantons romands. La fête de Genève aura lieu comme chaque année dans les Tennis Clubs des SI, des Trois-Chênes, du Drizia-Miremont.

Tous les participants se retrouveront au TC SI à midi pour un «lunch sportif» et en fin d'après midi pour un cocktail et un tirage au sort.

Organisation: Tennis Senior Romandie.

### La ROYALE Romande

Présentée par Slazenger

Un grand merci au Stade Lausanne et à son responsable senior Michel Paillard qui depuis la création du mouvement senior romand 2001 organisent chaque année des étapes de l'Open Senior de la Fête du double et accueillent le jeudi 31 août, les 56 seniors délégués romand pour une superbe rencontre amicale intercantonale.

Inscriptions auprès des organisateurs des étapes de la Fête du double.

Organisation: Tennis Senior Romandie.

### L'INTERSENIORS Romandie

Présenté par Prince et Tretorn

Pour la première fois le Tennis Senior Romandie organise des rencontres amicales interclub de double comprenant un double dames, un double messieurs suivis de deux double mixte. Les groupes sont formés de 3 équipes de 3 clubs différents d'au moins 4 joueurs (deux dames de 55+ ou 65+ et deux messieurs de 60+ ou 70+ pouvant supporter la charge physique de disputer deux doubles de suite). Chaque équipe, deux pour Genève et huit pour FriJuNe aura l'occasion de jouer une rencontre à l'extérieur et une à domicile.

Organisation: Tennis Senior Romandie.

Le Master 2005 au TC Genève-Champel



## COMPÉTITIONS

### OPEN Senior Romand

Présenté par L'illustré

Cinq tournois, réservés aux joueurs dames et messieurs de plus 55 ans avec ou sans licence, sont programmés cet été: fin juin à Sion, mi-juillet à Lausanne, fin juillet à Béroche/Neuchâtel, du 31 juillet au 4 août à Versoix, mi-août à Morat. Les épreuves se déroulant en round robin (poules de 3- 4- 5 joueurs) avec phase finale si nécessaire, les joueurs sont ainsi assurés de disputer au moins 2-3 ou 4 matches par épreuve. Les vainqueurs des épreuves de simple pourront participer gratuitement à l'épreuve correspondante du Geneva Open Senior.

Organisation: Tennis Senior Romandie.

### GENEVA OPEN Senior

Le tournoi International ITF qui aura lieu du 4 au 9 septembre au TC Genève- Eaux-Vives, a été promu cette année en catégorie supérieure et figure parmi les 3-4 tournois les plus forts d'Europe. Des qualifications organisées les deux premiers jours permettront aux joueurs dames et messieurs locaux avec ou sans licence de participer à ce

tournoi «tranquillement» et pour les meilleurs, de participer directement dans les tableaux principaux.

De nombreuses animations seront proposées aux participants: ateliers de golf, tournoi de bridge, cocktail et soirée joueurs.

Organisation: Tennis Senior Genève et TC Genève - Eaux-Vives.

### CHAMPIONNATS GENEVOIS seniors

Une nouvelle épreuve de simple messieurs de 65+, en plus des autres épreuves habituelles, sera organisée dans le cadre du championnat genevois qui aura lieu du 9 au 17 septembre.

Je recommande à tous les compétiteurs genevois de 65+ de s'inscrire afin que cette épreuve puisse être disputée.

Organisation: ARG.T.

### TOURNOI du TC Lancy

Deux épreuves seniors simple dames et messieurs R9-R4 Du 30 septembre au 8 octobre.

Organisation: TC Petit-Lancy.

## LES ACTIVITÉS ÉTÉ 2006

## A G E N D A

**Exposition créations seniors****Du 26 avril au 15 juin  
au TC Carouge**Vernissage le 26 avril de 17 à 20 h.  
Renseignements:  
G. Hayoz, tél. 022 343 59 51**Lancement de la saison de plein air****Mardi 9 mai de 14 h à 17 h**Dans les clubs partenaires  
Renseignements:**ANIMATIONS****Les seniors au  
GENEVA CHALLENGER**

Autre rendez-vous traditionnel ayant pour cadre le Drizia, le GENEVA CHALLENGER ATP qui déroulera ses fastes du 19 au 27 août. Le magnifique tournoi qui a révélé tant de grands champions sera une nouvelle fois ouvert gratuitement à tous les seniors sur présentation du Pass'senior alors que même les autres seront cordialement conviés au Cocktail d'Accueil programmé le lundi 21 août dès 19 h 15 sous la tente VIP. Lieu convivial où se déroulera la grande «Soirée Seniors» du samedi 26 août, soirée ouverte également à tous les seniors et leurs amis. Les membres «non-seniors» des clubs sont les bienvenus. Cette grande fête estivale sera bien entendu animée par une musique «live» de circonstance et la traditionnelle loterie gratuite permettra à d'innombrables convives de repartir chez eux avec de merveilleux lots.

**EXPOSITION Senior**

Les seniors du tennis,  
Marlène-Baron-Golaz, Stephan Beer,  
Mirek Chyba, Marie-José Delaloye,  
Gisèle Der Hagopian, Catherine  
Diez, Geneviève Hayoz, Mylène  
Macheret, Joachim Mestermann,  
Luc Raine, Martin Reding, Charles  
Roulin, Charly Schickli, Irène  
Vonlanthen, Christiane Wagner,  
Noe Yugala exposent du  
26 avril au 19 juin au T.C. Carouge  
leurs créations artistiques  
(porcelaines, couteaux ciselés,  
peintures et autres).

A ne pas manquer !

Organisation: Tennis senior Genève.

Nos de téléphone des clubs respectifs.

**Leçons d'essai****Dès le 20 mai  
dans des clubs partenaires**3 Leçons collectives  
(Prestations du Pass')  
Renseignements, inscriptions:  
Fr. Oswald, tél. 022 735 77 45**Interseniors Romandie****1er juin / 22 juin / 21 septembre  
dans les clubs participants**Renseignements:  
Responsables seniors**Test de capacités physiques****Jeudi 8 juin de 9 h à 12 h  
au Stade de Champel**Initiation au Nordic Walking  
(Prestations du Pass')  
Renseignements et inscriptions:  
Fr. Oswald, tél. 022 735 77 45**Tennis - wellness à Flims GR****Du 11 au 17 juin****Hôtel Adula \*\*\*\***Renseignements et inscriptions:  
Fr. Oswald, tél. 022 735 77 45**Club Tour Eté****Les mardis 4/11/18/25 juillet  
15/22/29 août****Dans les clubs participants**  
Renseignements:  
P. Bacle, tél. 079 202 46 19**Open Senior Romand****Du 31 juillet au 4 août****Etape Versoix**Renseignements:  
J.P. Forestier, tél. 079 449 24 01Du 26 au 30.6 Les Iles/VS  
Du 17 au 21.7 Stade-Lausanne  
Du 24 au 28.7 Béroche/NEDu 14 au 18.8 Morat/FR  
Renseignements:  
Fr. Oswald, tél. 022 735 77 45**Fête du Double Romande****Mardi 8 août****Etape Genève**Renseignements, inscriptions:  
A. Dotta, tél. 079 281 69 20Autres étapes romandes  
Renseignements:  
Téléphone clubs organisateurs.**Championnats genevois de double****Du 12 au 20 août**Mixte et double vétérans 55+  
Renseignements:  
ARGT, tél. 022 320 00 72**Les Seniors au Challenger****Au Drizia - Miremont****Du 19 au 27 août**Carte d'accès permanent  
(Prestations du Pass')  
Renseignements:  
R. Haefliger, tél. 079 683 97 83**Lundi 21 août**

Cocktail seniors

Renseignements:

R. Haefliger, tél. 079 683 97 83

**Samedi 26 août**

Grande Soirée Seniors

Renseignements, inscriptions:

P. Bacle, tél. 079 202 46 19

**Escapade aux Paccots FR****Du 23 au 25 août****Hôtel Ermitage\*\*\***Renseignements, inscriptions:  
S. Cavin, tél. 079 693 63 40**Royale Romande****Jeudi 31 août****au Stade-Lausanne**

(Délégués de la Fête du Double)

Renseignements:

Fr. Oswald, tél. 022 735 77 45

**Senior Geneva Open****Du 4 au 9 septembre****au Genève-Eaux-Vives**

Renseignements:

D. Auberson, tél. 079 214 00 31

**Championnats genevois de simple****Du 9 au 17 septembre**

S1+ licenciés

Renseignements:

ARGT, tél. 022 320 00 72

**Master du Club Tour****Mardi 12 septembre****au Genève-Champel**

(Participants du Club Tour Eté)

Renseignements, inscriptions:

J. Diserens, tél. 022 301 02 76

**Escapade à Leysin (VD)****Du 15 au 17 septembre**

Renseignements, inscriptions:

G. Leuba, tél. 079 565 32 34

**Tournoi du TC Lancy****Du 30 septembre au 8 octobre**

S1+ R9 à R4

Renseignements:

J.P. Bussien, tél. 022 736 17 49

**Tennis - Thalasso en Egypte****Du 29 octobre au 5 novembre****Soma Bay/Mer Rouge****Résidence de la Cascade\*\*\*\*\***

Renseignements, inscriptions:

Destinations Santé, tél. 022 318 66 70

## Pass' informations

### Partenaires commerciaux

Le Smash Magazine offre aux titulaires du Pass une réduction de 20 % sur les abonnements annuels. Pour bénéficier de la réduction, ils sont invités à remplir le coupon qui est imprimé sur l'affichette jointe à l'envoi de la gazette.

Sur présentation de la carte de légitimation les titulaires bénéficient:

- d'un rabais de 10% sur tout achat ou facture de René Tennis Shop, Restaurant du Stade de Varembe, Sport Import, Urban Coiffure.
- d'une réduction de Fr. 50.- de Kieser Training.
- de l'entrée gratuite pendant tout le tournoi du GENEVA CHALLENGER ATP.

### Test de capacité physique

Les titulaires sont invités à participer le jeudi 8 juin de 9 h à 12 h au Pavillon des Sports, rte de Vessy 21, à un test de capacité physique (test de marche 2 km avec pulsomètres) et à une initiation au nordic walking (marche avec bâtons) sous la direction de Cécile Monforte, monitrice Allez Hop.

Modalités d'inscription: retourner avant le 25 mai la formule jointe à l'envoi de la gazette.

### Leçons gratuites pour titulaires non-membres d'un club

Afin de pouvoir se familiariser avec le tennis et découvrir les clubs, les titulaires «saison d'essai» pourront bénéficier dès le 20 mai de trois leçons collectives dispensées par un moniteur Senior Swiss Tennis. Ils pourront participer à toutes les activités proposées par les mouvements seniors sauf celles réservées aux licenciés et pourront jouer avec un autre titulaire membre d'un club partenaire. Les responsables et moniteurs seniors faciliteront leur intégration dans les clubs.

Les titulaires intéressés à bénéficier de leçons d'essai, doivent s'annoncer dès que possible à:

Francine Oswald, tél. 022 735 77 45.



Pour  
le  
meilleur  
et pour  
le rire...

Aujourd'hui, quand un gars demande une fille en mariage, elle est tellement surprise qu'elle en tombe du lit. jmv/mh



Gilbert Leuba

### TC Avully

Les 3 terrains de ce club sont situés dans un lieu fort calme, plus précisément proche des habitations de Gennecey et jouissent d'une vue totalement dégagée. Bien qu'il s'agisse d'un petit club, celui-ci comprend des équipes d'interclubs, un tournoi amical avec le TC S.I., le «Candino Champion Trophy», ainsi qu'un tournoi appelé «infernale» comportant également badminton, ping-pong, pétanque, jeu de cartes et est suivi d'un repas canadien. Le club house est équipé d'une cuisine, les vestiaires multisports étant séparés.

### TC Genthod

Ce club comprenant 3 courts, quelque peu cachés par une séparation d'avec le passage des trains d'un côté, mais avec un parc arborisé tranquille de l'autre, participe aux interclubs, organise des stages collectifs en été, ainsi que des camps de tennis pour juniors.

On compte environ 230 membres.

Le club house est doté d'une cuisine équipée et un projet est en cours pour la mise en place d'une bulle en hiver.

### TC Grand-Saconnex

Ce club, fondé en 1978, fait partie d'un complexe sportif; il comprend 5 courts, dont 2 couverts en hiver (bulle). Une buvette est ouverte en saison d'été, saison durant laquelle sont organisés des stages juniors. L'effectif est composé de 300 membres et les seniors s'organisent généralement entre eux pour leurs parties de tennis, parfois suivies d'un repas convivial.

### Le TC International

Comme son nom l'indique, ce club, fondé en 1937, est situé à proximité des organisations internationales et participe aux tournois qui se déroulent entre lesdites organisations. Composé de 450 membres, il est également ouvert aux «non-internationaux».

A relever que depuis plusieurs années, les «oldies» ont été régulièrement champions suisses. Actuellement, des pourparlers sont en cours pour un déménagement à Pregny, à proximité du Château de Penthes.

## LES CLUBS PARTENAIRES

Alors qu'une certaine hésitation semblait se dessiner auprès de certains clubs pour se joindre aux activités des seniors, un état d'esprit tout à fait positif s'est finalement créé.

En effet, aux 17 clubs partenaires affiliés l'automne dernier, 5 nouveaux clubs décrits ci-après ont allongé la liste. Ainsi l'adage: «Qui se ressemble s'assemble» prend toute sa signification! (TC Trois-Chêne: prochaine gazette).



# pass'tennis seniors



*Avoir plus de 45 ans  
et être titulaire  
d'un passeport c'est...*

- ADOPTER l'idée du tennis santé: conseils médicaux, test de capacités physiques, programme Impulsion;
- ENCOURAGER des seniors à essayer pendant une saison le tennis: leçons d'essai, possibilité de participer à la vie des clubs, possibilité de s'inscrire aux activités proposées par les clubs et les groupements;
- PERMETTRE à des membres de jouer gratuitement dans des clubs différents;
- OFFRIR la possibilité aux seniors titulaires d'encourager des seniors non joueurs à essayer le tennis;
- BÉNÉFICIER du 1<sup>er</sup> mai 2006 au 30 avril 2007 des prestations offertes par nos partenaires commerciaux.

## Commander un pass'seniors

- C'EST AUSSI SOUTENIR la promotion du tennis senior

## Inscriptions

### Inscription pour membre d'un club de l'ARGT

Nom \_\_\_\_\_ Prénom \_\_\_\_\_  
 Année de naissance \_\_\_\_\_  
 Adresse \_\_\_\_\_  
 NP Lieu \_\_\_\_\_ Tél. \_\_\_\_\_  
 Club \_\_\_\_\_  Licencié: Fr. 20,-  Non licencié: Fr. 40,-

**A renvoyer avec une photo à:**  
**Association Régionale Genève Tennis, CP 1104, 1211 Genève 5**  
**Montant de l'inscription à régler au CCP: ARGT 12-21609-5**

### Inscription pour non-membre d'un club de l'ARGT

pour une période d'essai, non-renouvelable

Nom \_\_\_\_\_ Prénom \_\_\_\_\_  
 Année de naissance \_\_\_\_\_  
 Adresse \_\_\_\_\_  
 NP Lieu \_\_\_\_\_ Tél. \_\_\_\_\_  
 Débutant  Ancien joueur  Joueur  
 Tarif: Fr. 80,-

**A renvoyer avec une photo à:**  
**Association Régionale Genève Tennis, CP 1104, 1211 Genève 4**  
**Montant de l'inscription à régler au CCP: ARGT 12-21609-5**

## Nos partenaires offrent:



**Fondation Suisse de Cardiologie**  
 Tél. 031 388 80 80  
 Un carnet de santé  
 Un programme impulsion



**Kieser Training**  
 Tél. 022 328 19 00  
 Rabais Fr. 50.- / Bd Pont-d'Arve 28  
 sur l'abonnement annuel



**René Tennis Shop**  
 Rue Saint-Joseph 22, Carouge  
 Tél. 022 343 96 11  
 Rabais 10% sur tout achat



**Restaurant du Stade de Varembe**  
 Tél. 022 734 26 76  
 Rabais 10% / Avenue G.-Motta 26



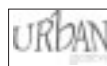
**Schouchana Imprimerie**  
 Copie Service  
 Tél. 022 786 21 41  
 Une participation à l'impression de la gazette



**Smash Magazine**  
 Tél. 071 272 71 87  
 Rabais 20%  
 sur l'abonnement annuel



**Sport Import**  
 Tél. 022 343 43 13  
 Rabais 10% / Rte des Acacias 25



**Urban coiffure**  
 Rue de la Terrassière 13, Genève  
 Tél. 022 786 07 91  
 Rabais 10%

## Pass'tennis seniors 2006

Valable du 1.5.06 au 30.4.07

### Prestations offertes

Droit de jouer gratuitement dans des clubs partenaires du 1.5 au 30.9 selon le règlement.

Droit à des rabais et des privilèges octroyés par les milieux de l'économie et de la santé.

Droit de participation, selon les modalités d'inscription, aux activités seniors organisées par l'ARGT.

Droit à une gazette bi-annuelle.

Droit de participer à un test de capacité physique.

Droit, pour les non-membres d'un club de l'ARGT, d'essayer le tennis pendant une saison et de bénéficier de trois leçons collectives gratuites.

### Souscription

Remplir le formulaire annexé, le renvoyer avec une photo à l'adresse indiquée, verser le montant correspondant au compte postal ARGT 12-21609-5.

*Les vingt-deux clubs suivants, selon leur règlement et leurs disponibilités offrent aux titulaires du Pass'Senior la possibilité d'inviter un autre titulaire à jouer gratuitement*

**Avully, Bernex, Bois-Carré, Carouge, Collonge-Bellerive, Drizia-Miremont, Genève-Champel, Genève-Eaux-Vives, Genthod, Grand-Saconnex, Lancy, Lancy-Fraisiers, Meyrin, Onex, Perly-Certoux, Petites Fontaines, Services Industriels, TC International, Vernier, Versoix, Veyrier Grand-Donzel**

[www.argt.ch](http://www.argt.ch)