

TENNIS
SENIORS

N°9

Avril 2008

GAZETTE

ASSOCIATION RÉGIONALE GENÈVE TENNIS

Sommaire

Page

- 1 Editorial
- 2 Conseil du technicien
- 2 Médecine du sport
- 3 Le vertige... quelle horreur
- 3 Le jeu et les chiffres
- 4 Théâtre et exposition
- 5 Soirée du 31 décembre 2007
- 5 Concours Columbia
- 8-9 Les Seniors
- 10 Agenda 2008
- 10 Résultats, compétition, classements
- 11 Escapades 2008
- 12 Le Pass'tennis Seniors



Publié par
l'Association
Régionale
Genève Tennis

Coordinateur: B. Ionescu

Articles de: G. Azzoni, P. Bacle, A. Yelland
A. Rostan, G. Leuba, J.M. Gioria, A. Tercier,
B. Ionescu, S. Mlotkowski, N. Yugala, M. Werren

Correcteur: G. Leuba

Graphiste: M. Torriani

Photographe: Ch. Roulin, M. Muller

Imprimeur: G. Schouchana

Tirage: 1000 exemplaires

Distribution:

Clubs, titulaires du pass'tennis,
partenaires commerciaux, Pro-Senectute



Escapade à Dubaï

Pierre Bacle

Dans la gamme des escapades proposées aux seniors par Nadia, la sympathique directrice du département voyages de groupe de Destinations Santé, notre sponsor et partenaire de l'ARGT seniors, nous avons décidé d'ajouter une nouvelle formule à votre intention: assister à un tournoi ATP de qualité et en profiter pour visiter le pays du lieu de déroulement du tournoi. Pour ce printemps 2008 nous avons rapidement opté pour les Emirats Arabes Unis situés le long de la côte du Golfe Arabique, composés de sept émirats

parmi lesquels Dubaï où se déroule un tournoi ATP qui nous présente chaque année huit des dix premiers joueurs du monde, et Abu Dhabi le centre financier et la capitale des EAU.

Nous sommes partis de Genève un mardi matin à destination de Abu Dhabi, une dizaine de seniors et Nadia, pour un vol direct de 6 heures avec la compagnie Etihad, aux avions et au service impeccables; là un bus climatisé nous a accueilli et transporté en 1h30 à Dubaï. Nous avons pu voir tout au long des autoroutes à six ou huit voies que des centaines de gratte-ciel, en construction de jour comme de nuit, viendront bientôt s'ajouter aux très nombreux hôtels spectaculaires déjà construits, dont le Burj Al Arab bien connu de tous par les photos de Federer et Agassi en train de disputer une exhibition sur l'héliport situé à son sommet.

Du mercredi au samedi nous avons visité Dubaï le matin, ses monuments, ses souks traditionnels, ses centres commerciaux ultra modernes et ses îles artificielles (palmiers et monde), puis assisté dès 14h à la session de jour, et/ou dès 19h à la session de nuit, à de splendides matches d'un tournoi de très haut niveau qui a vu l'élimination successive de Federer, Nadal et Djokovic et la victoire méritée de Roddick qui a servi de très nombreux aces à plus de 225 km/h dont un à 241 km/h. La température étant de 25° la journée et nous en avons profité pour nous baigner dans la mer (20-22 degrés) ou dans la piscine extérieure de l'hôtel (30 degrés).

A relever que de nombreux restaurants permanents entourent le stade de tennis, ce qui nous a permis de dîner en plein air (20 degrés la nuit) et de goûter des spécialités libanaises, iraniennes, italiennes, etc. Des cuisines de très bonne qualité à découvrir et à apprécier sans faute.

Après les finales de double et de simple disputées le samedi nous sommes allés dîner au 25^e étage de l'hôtel Jumeira. Cette fois-ci spécialités argentines dans les assiettes et tango démontré par des professionnels sur la piste de danse; et surtout vue plongeante sur le renommé hôtel Burj Al Arab. Départ de Dubaï en bus dimanche matin en direction d'Abu Dhabi, vers l'hôtel Al Raha, le meilleur cinq étoiles de cet émirat, situé au bord de la mer.

Une nuit dans ce magnifique hôtel et surtout deux jours pour profiter des prestations multiples proposées: squash, spa, piscines extérieurs et intérieurs, quatre restaurants, etc. Bien entendu un ciel sans nuage, une eau de mer limpide et des plages de sable fin couvertes de coquillages.

Le premier soir une visite du désert en Jeep, avec ses plongées et glissades le long des dunes et la vue d'un magnifique coucher de soleil suivi d'un repas dans des tentes de bédouins et de la dégustation d'une chicha ou narguilé à la pomme pour les plus courageux.

Le deuxième soir un petit tour en fin de journée à Abu Dhabi pour une promenade sur la corniche du bord de mer, puis direction l'aéroport pour un décollage prévu à 2h du matin mais effectué à 3h30 à cause du brouillard; un vol sans souci et une arrivée à Cointrin à 7h30.

Ainsi s'est achevée une semaine de rêve qui nous laissera de très bons souvenirs avec des images colorées des souks de Dubaï, des sensations fortes dans le désert d'Abu Dhabi, des vues inoubliables

de la mer et de la plage, de nombreux gros éclats de rire dans le bus et lors de nos visites et des splendides matches suivis à Dubaï; et surtout... une envie de repartir vers ces destinations tempérées à loisir en cette saison. Ah oui, j'oubliais, Nadia a profité de son séjour pour vous préparer une offre pour 2009 encore plus attractive. Prenez-en connaissance rapidement dès qu'elle vous parviendra et... inscrivez-vous au plus vite pour Dubaï 2009, le nombre de places sera limité.



Conseil du technicien



**Sacha
Mlotkowski**

Professeur
d'éducation
physique

Mieux vieillir grâce au sport

Si le vieillissement est un problème inéluctable, la vitesse à laquelle les choses se déroulent dépend beaucoup de notre mode de vie.

Le processus de vieillissement se caractérise par un mauvais renouvellement cellulaire. Pour les cellules, la perte commence à se manifester déjà vers la trentaine.

Cette perte de masse maigre est compensée par une augmentation de la masse grasse.

Entre 30 et 60 ans, un individu peut perdre un tiers de sa masse musculaire environ, sans que cela se reflète sur la balance.

Avec l'âge le tissu fibreux et graisseux s'installe, la force musculaire diminue. L'organisme a tendance à se fatiguer plus vite.

Pour résumer, c'est moins haut,

moins vite et moins longtemps. La fonte musculaire va de pair avec la diminution de consommation d'oxygène (VO₂ max). Cette baisse est de 14% par décennie chez l'homme et de 10% chez la femme. Elle est d'autant plus importante si la personne est peu active.

Le vieillissement n'épargne pas non plus le muscle cardiaque, où le remplacement de ses cellules contractiles par du tissu fibreux fait diminuer la fréquence cardiaque maximale, ce que traduit la fameuse formule 220-âge.

En comparant des efforts par paliers progressifs chez deux sportifs bien entraînés, d'âges différents, on constate que le plus vieux lâchera prise plutôt. On s'aperçoit que la baisse de performance chez les sédentaires commence dès 25 ans environ et à 40 ans, on trouve des individus dans des états de fatigue très avancés.

Est-il possible d'inverser le processus? Oui, et c'est même vivement conseillé, et à tout âge!

Un sédentaire qui se met au sport peut voir ses performances s'améliorer d'année en année, mais elles resteront toujours inférieures par rapport à celles d'un individu qui s'entraîne depuis des années.

Comment évaluer et surveiller les ravages du temps sur l'organisme? Il y a bien des tests d'efforts et de ter-

rain, mais la surveillance du poids et du tour de taille est autrement plus importante. On peut difficilement lutter contre la perte de masse maigre, mais il est possible en revanche de limiter la prise de masse grasse. Il est très important d'entraîner la masse musculaire restante. Pour cela, il n'y a pas de secret: il faut faire de l'exercice.

En fait, il n'y a aucune contre-indication d'âge à la pratique d'une activité physique, à condition de bien adapter les contraintes.

Ref. Ginot, Louvet
L'évolution de la performance sportive avec l'âge.



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

Ressemblance

Un mari dit à sa femme sur le point d'accoucher:

– Si le bébé te ressemble, ça va être extraordinaire.

La femme répond:

– Si le bébé te ressemble, ça sera un miracle

Médecine du sport



**Docteur
Alain Rostan**

Syndrome épicondylien

Le «syndrome épicondylien douloureux» («tennis elbow»): les orthèses (bandages) ont-elles un rôle?

Dans la rubrique précédente j'avais développé l'idée du «syndrome épicondylien douloureux», soit d'une symptomatologie douloureuse touchant le compartiment latéral du coude, d'origines diverses.

J'avais évoqué essentiellement les problèmes de surcharge musculaire et les dysfonctions articulaires régionales; les approches thérapeutiques devant donc s'efforcer de résoudre ces «problèmes» et rééduquer la musculature avant de traiter spécifiquement la douleur locale (si nécessaire). Dans ce contexte quel

peut être le rôle des orthèses (bandages)?

Si on considère que la douleur ressentie sur l'épicondyle résulte d'une surcharge locale, il est logique de penser qu'une diminution de la force et de la durée de la contraction musculaire des muscles épicondyliens ne pourra avoir qu'un effet bénéfique; diminution des contraintes locales. Ceci bien entendu en plus du traitement des origines du syndrome épicondylien douloureux, mais aussi de la rééducation fonctionnelle des muscles (tendons) concernés.

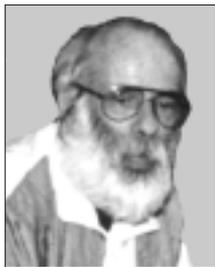
Des études de la fonction musculaire régionale (électromyographie) ont montré que l'action des muscles concernés est avant tout stabilisatrice (flexion-extension pour le coude, prosupination pour l'avant-bras), prédominant au niveau du poignet (flexion-extension, abduction-adduction). Cet élément de stabilisation permet le transfert d'énergie du tronc et de l'épaule vers la raquette. Idéalement il faudrait donc stabiliser le poignet, mais ces types d'orthèses sont relativement «lourds» et mal utilisables. Les orthèses les plus efficaces semblent donc être celles permettant de diminuer l'onde de force

(transferts de tensions) qui passe du poignet au compartiment latéral du coude. Ces bracelets circulaires doivent être portés sur le tiers proximal (le plus haut) de l'avant-bras avec un appui sur les muscles intéressés. Les autres orthèses sur le marché ont un mécanisme de fonctionnement plus difficile à comprendre, même si leur utilisation est souvent ressentie comme favorable par les pratiquants.

Malgré cela je pense que l'emploi de ces orthèses doit être limité aux échecs du traitement de rééducation (chirurgie?) ou lors d'une phase transitoire entre la fin de la rééducation et le retour à une activité tennistique totale (port du bandage durant quelques parties avec une tension de moins en moins forte).

Finalement j'aimerais insister sur le respect de la physiologie normale et l'idée qu'il vaut mieux essayer de résoudre (améliorer) le fonctionnement régional (causes de la douleur?) plutôt que de se lancer dans des traitements locaux de la douleur seule (infiltrations par exemple) ou sur l'emploi d'orthèses locales qui, dans ces cas, ne sont efficaces (si elles le sont) qu'à court terme.

Le vertige... quelle horreur!



**Guerino
Azzoni**

Professeur
de tennis ASTP

Le vertige... quelle horreur

Le tennis quel plaisir

Nous sommes le 14 novembre 2000 journée de mon soixante-quatrième anniversaire, huit heures du matin, au lever j'ai une crise de vertige rotatoire. Le spécialiste O.R.L. (Oto-rhino-laryngologie) diagnostique un vertige paroxystique de position bénin. Depuis lors, j'ai de nouveaux épisodes de vertiges rotatoires, de quelques secondes, déclenchés par les mouvements de la tête, en particulier les mouvements d'extension. Après plusieurs examens on diagnostique le 6 février 2008 une atteinte vestibulaire périphérique. Le dernier spécialiste consulté n'a pas de proposition thérapeutique, il me conseille de continuer de vivre aussi normalement que possible. Il ajoute: je sais, les vertiges sont une HORREUR, soit autant du point de vue physique que psychologique;

mais je vous citerais deux cas, un peu pour vous tranquilliser et aussi pour vous permettre de voir le futur avec confiance en vous-même.

- Monsieur X conduit une moto sur l'autoroute, brutalement il a une crise de vertige, avec un gros effort de volonté et par la fixation visuelle il arrive sur une aire de parcage, il arrête le moteur, descend... et il oublie de mettre la fourche. Avec les conséquences matérielles que vous pouvez imaginer.
- Monsieur Y conduit une voiture, toujours sur l'autoroute, crise de vertige, avec le même effort de volonté et par la fixation visuelle il arrive à la première sortie, en légère pente, il arrête le moteur, descend... et il oublie d'enclencher une vitesse et de tirer le frein à main. Même conséquences que le cas ci-dessus.

Dans les deux cas ci-dessus cités nous pouvons remarquer la volonté de la personne de contrôler, au moins en partie, le vertige, en regardant un point fixe (fixation visuelle) et en se donnant un but. Lorsque j'ai passé l'examen vestibulaire et le VNG, on a noté un nystagmus de position statique. Le nystagmus est une oscillation involontaire des deux bulbes oculaires, dans le sens vertical, horizontal ou rotatoire. Le nystagmus a une composante lente de deux yeux dans une direction, suivie

par une réaction spasmodique sous forme d'une décharge brutale dans la direction opposée (composante rapide).

Dans mon cas le **nystagmus est inhibé par la fixation visuelle**.

Le vertige est d'ailleurs une sensation illusoire (non réelle) de mouvement, soit du sujet (la personne a l'illusion de bouger), soit de l'objet (la personne a l'illusion de voir la chambre bouger dans un sens rotatoire ou oscillant, sur le plan horizontal ou vertical).

Evidemment après une crise de vertige, avec pâleur, tachycardie, nausée, aura, acouphène, nous n'avons plus envie de bouger. Eh bien, non. Dès que ces crises, après des cures, nous permettent de bouger, il est souhaitable d'exercer une activité physique afin de récupérer toutes les activités. Evidemment ma question à chaque médecin, à la fin de la consultation a été: je peux continuer à jouer au tennis? La réponse a été: OUI. Dans ce contexte le tennis est non seulement autorisé mais aussi conseillé parce que ce sport, si pratiqué avec discernement, en effectuant des mouvements harmonieux, permet au cerveau de se reprogrammer, au corps de faire de l'exercice, à l'esprit de se relaxer spécialement en sirotant un boisson avec les amis; sans oublier le conseil de votre professeur de tennis...

REGARDE TA BALLE.

Le jeu et les chiffres



**Matthias
Werren**

Ex-champion
suisse et
joueur de
Coupe Davis

Avant l'introduction du tie-break, il y avait encore des résultats qui aujourd'hui semblent presque impossibles.

Voici quelques exemples:

1. Championnat indoor 1962:

Comme le championnat, qui réunissait 32 participants, n'avait commencé que vendredi soir, le deuxième tour et les quarts de finales devaient avoir lieu le samedi. Les demi-finales devaient être disputées le dimanche matin, et la finale devait suivre l'après-midi.

Voici brièvement les résultats du dimanche:

Demi-finale WERREN-DUPONT:

4/6; 15/13; 7/5.

Finale WERREN-SCHWEIZER:

7/5; 5/7; 7/5; 4/6; 6/0.

En un seul jour, pas moins de 102 jeux!!! Un nombre tout de même étonnant!

2. En 1967, de gros progrès d'organisation ont été réalisés dans le cadre du même championnat, en ce sens que seule la finale était disputée le dimanche.

Résultats après 3 h. 30:

WERREN-STURDZA

4/6; 18/16; 14/12; 7/9; 6/3

Bien fort celui qui parviendra à me communiquer un nombre de jeux plus élevé!

3. Coupe Davis Suisse-Espagne 1967. Après deux jours, la rencontre avait, malheureusement, déjà été remportée par l'Espagne avec un score de 3/0. Mon dernier simple n'avait plus d'importance, mais bien entendu il a été joué. Après plus de deux heures, avec un score de 2/6; 23/21; et 1/0 en ma faveur, le jeu a dû être interrompu parce qu'il faisait trop sombre. Nous avons donc joué un deuxième set que l'on peut certainement considérer comme un record en Suisse!

4. La même année, afin d'habituer les joueurs au niveau international

du jeu, la Fédération de Tennis a décidé d'adopter la nouvelle formule LNA suivante: les rencontres, en double et en simple, devant être disputées en mai durant le week-end devaient être jouées en cinq sets. Il est arrivé souvent que certains participants avaient déjà disputé plus de vingt jeux après deux rencontres en un week-end! Personne n'était content, exceptés les producteurs de crèmes de soins, de pansements, etc.! Je n'avais encore jamais eu autant de cloques aux pieds et aux mains.

5. Revenons à l'actualité. Dernièrement, R. Federer a de nouveau été nommé meilleur joueur mondial, pour la quatrième fois consécutive. C'est exceptionnel et un record de plus pour son très grand palmarès. Et cela ne sera certainement pas sa dernière consécration non plus. Mais il ne peut plus battre le record de Ken Rosewall (Australie). Ce champion a été nommé meilleur joueur mondial avec au total huit titres du Grand Chelem. La huitième fois quand il avait 18 ans, et la dernière fois à l'âge de 37 ans. Une prestation vraiment incroyable.



**Bogdan
Ionescu**

Chronique théâtre

Pourquoi une chronique théâtre dans notre Gazette? Et pourquoi pas!

Parce que tout le monde peut écrire sur un sujet qu'il aime, et moi j'adore le théâtre.

Le théâtre, cet art millénaire, qui a toujours passionné et enchanté le public, de n'importe quel âge, autant par le texte, que par le jeu des acteurs et par leurs dialogues. Et dans cette passion pour le théâtre j'ai trouvé, pas loin de Genève, à Lyon, une série de petits théâtres où l'enthousiasme et le talent des jeunes acteurs nous apportent, pour une heure et demi, le bonheur d'oublier le temps, et de participer, d'une certaine manière, à un moment de la vie des autres, moment qui se déroule sur nos yeux sur une scène de théâtre.

Cette fois j'aimerais partager avec vous mon plaisir d'assister, dans un petit théâtre du Vieux-Lyon, «BouiBoui», à côté de quelque 90 autres spectateurs, jeunes et... moins jeunes, à un spectacle très amusant.



Le sujet, un peu différent des nos habitudes, mais peut-être plus fréquent aujourd'hui. Le metteur en scène, Matthieu Brunel connu pour ses «exploits» dans ce genre de spectacle, et la troupe d'acteurs: Yann Guillaume, Pierre Foutes, Charles Durot et Yasmine Gazarlan, jeunes, peu connues, mais enthousiastes et plain de talent, nous ont permis, pour 90 minutes d'oublier tout et d'assister et pourquoi pas participer, donc s'impliquer, dans la vie d'un groupe et dans leurs «problèmes».

Un jeune trentenaire hétéro, Romain, qui cherche à avoir un enfant tout seul, car il est célibataire fait passer une annonce dans un journal pour trouver une mère porteuse. Une jeune femme, Estelle, a priori intéressée par cette proposition, vient pour parler avec lui, mais entretient est animé par l'arrivée inopinée de deux de ses amis à lui, Ace et Eduard.

Et à partir de leur arrivée tout se complique dans le bon sens... du spectateur! Et pourquoi pas une incitation de passer un bon moment en assistant à un spectacle agréable et éventuellement continuer la soirée dans un joli petit restaurant du Vieux-Lyon pour déguster leurs excellentes spécialités.

Exposition des Seniors du tennis genevois 2008

Vous aimez créer, vous avez envie de montrer vos œuvres et votre talent. Toute forme d'art est la bienvenue. Participez avec nous à l'exposition qui aura lieu au **Drizia en mai et juin 2008**.

Vernissage: mardi 20 mai 2008 dès 18 heures

Surprise: aux dernières nouvelles on me fait savoir qu'il y aura peut-être des catégories de plus cette année: le septième art et le théâtre... à suivre!

Si vous désirez vous inscrire pour la prochaine exposition, nous vous prions de contacter, au plus tard jusqu'à fin mars :

HAYOZ Geneviève: 022 3435951, genevieve@hayoz.com ou

YUGALA Noë: 0033 450 316933, 079 4751348, n.yugala@wanadoo.fr

Noë Yugala



Les clubs partenaires

TC COGNY

C'est en automne 2005 qu'à été inauguré le Centre sportif de Cogna. Les diverses activités de ce Centre comprennent: tennis, squash, badminton, sans oublier la gymnastique et le fitness, cela avec un responsable pour chaque discipline. Comme il se doit, un restaurant ajoute un élément fort agréable à ce centre sportif.

En ce qui concerne le tennis, 3 courts en terre battue et 2 en gazon synthétique sont complétés par 3 courts à l'intérieur d'une halle magnifique. On compte environ 750 membres, l'effort étant porté sur les juniors (école de tennis), mais dont les parents membres peuvent bénéficier d'un stage, ainsi que les non-membres domiciliés dans la commune. Quant aux seniors, ils sont encore peu nombreux, mais seront sans aucun doute en augmentation par la suite, question de temps... Toutefois, le TC Cogna s'est déjà intégré, lui aussi, au Club Tour.

Gilbert Leuba





Soirée du 31 décembre 2007

Noë Yugala

Cela va sans dire que la soirée du 31 décembre 2007 était aussi chaleureuse que sympathique dans un décor de joyeuse fête avec

pour chacun un joli cadeau offert par l'ARGT seniors, à emporter sous le bras en partant.

En plus des jeux marrants et des danses endiablées ajoutés au foie gras et au champagne, nous citerons juste le menu pour vous faire saliver.

Menu du 31 décembre 2007

APERÔ

1. Amuses gueules divers
2. Terrine de foie de volaille

ENTREES

1. Acra
2. Pâté de poisson
3. Viande séchée
4. Salade de carotte
5. Feuilleté de saumon
6. Foie gras
7. Cake aux olives
8. Salade verte
9. Salade

PLATS

1. Choucroute à la mode d'Allemagne
2. Gratin pomme de terre + champignon
3. Riz et viande au basilic thaï
4. Lasagne maison
5. Bœuf stroganoff
6. Rôti de bœuf et riz
7. Lasagne à la viande
8. Chilli con carné
9. Potée de poulet
10. Spare-ribs mode Chuchu
11. Ailerons de poulet et salade haricots

PAIN et FROMAGES

1. Fromage et pain

DESSERTS

1. Gâteau au chocolat
2. Vermicelle de marron
3. Strudel aux pommes
4. Tarte au fruit
5. Tarte aux fraises
6. Charlotte aux abricots
7. Tarte aux poires
8. Tarte à la courge
9. Panettone
10. Chocolats

CAFÉ et TISANE

Nous remercions toutes les personnes qui ont contribué à réaliser cette charmante soirée.

Vos dévoués organisateurs:

Pierre Bacle, Denyse Du Pasquier, Jean-Pierre Schaerer, Gérard Gabriel, Eliane Gehri, Catherine et Charles Heber, Renate Zwieslecker, Jean-Marc Gotraux, Claude Chuard, Eric Droz, Valérie Lucco et Noë Yugala.

CONCOURS

Boutique

Columbia - Sportswearcompany

Rue Rousseau 5 - 1201 Genève



1^{er} Prix: Bon d'achat de Fr. 200.- **2^{me} Prix: Bon d'achat de Fr.100.-**
3^{me} Prix: Bon d'achat de Fr. 50.- **Plus: prix de consolation**

QUESTIONS (Plusieurs réponses possible)

- | | | | |
|---|---|--|--|
| 1 | Quel âge à Madame Gert Boyle P.D.G. de « Columbia International » | 69 ans 78 ans 84 ans | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 2 | Quel champion de tennis fait de la réclame avec le sigle Nike | Roger Federer Andy Roddick Raphael Nadal | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 3 | La grandeur de la boutique Columbia est de | 220 m ² 180 m ² 333 m ² | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 4 | Hauteur d'un filet de tennis au centre | 1,012 m 0,915 m 1 yard | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 5 | Ce nom n'a rien à faire avec le tennis | Lob Break Corner | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 6 | L'imperméabilité d'un tissu se mesure en colonne d'eau Quelles sont les mesures usuelles | 5000 mm 383 mm 10000 mm | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 7 | En 1988, le 29 février fut un | Samedi Mercredi Lundi | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 8 | La nation qui a gagné la «Coupe Davis» en 1939 | Australie France Amérique | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 9 | Aux internationaux de France en 1989 M. Chang en finale utilisait un service particulier. Lequel? | A deux mains A la cuillère En revers | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |

QUESTION SUBSIDIAIRE

Le 30 mars 2008, combien d'articles se trouvent dans la Boutique **Columbia**, Rue Rousseau 5 ???

Questionnaire à retourner par la poste à la boutique **Columbia**, rue Rousseau 5, Genève

Nom _____ Prénom _____ Tél. _____

Adresse _____





CENTRE DENTAIRE LANCY

Urgences / Adultes-Enfants
Traitements esthétiques / Hygiénistes dentaires
Chirurgie / Implantologie

Ouverture: du lundi au vendredi 8 h-19 h / samedi 9 h-14 h (sur appel)

18a, chemin de la Caroline - 1213 Petit-Lancy - Tél. 022 793 75 45

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



OnO

OPHTHALMOLOGY NETWORK
ORGANISATION S.A.

CLINIQUE DE L'OEIL
15, AVENUE BOIS DE LA CHAPELLE
1213 ONEX/GENÈVE
TÉL. 022 879 12 34



L'incontournable rendez-vous
de tous les seniors de la région:
du **lundi 18** au **dimanche 24 août 2008**
(Qualificatif les 16 et 17 août)

GENEVA CHALLENGER ATP 2008

Samedi 23 août dès 20 heures:
GRANDE SOIRÉE SENIORS
Avec animation musicale «live»
Loterie gratuite (sous la tente VIP)

GENEVA CHALLENGER

IPP GENEVA TROPHY

18-24 AOÛT 2008



www.genevachallenger.ch

Kreutzer & Cie S.A.



1205 Genève
Rue Micheli-du-
Crest 2
Tél. 022 800 14 14
Fax 022 320 27 67

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) *Testez-vous en nous testant !*
Consultation médico-sportive (articulaire et dorsale) *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



Conseils financiers et fiscaux

Gérard F. Gabriel
Téléphone 022 346 18 34

Notre partenaire

SMASH

Le magazine suisse du tennis offre
un rabais de 20% aux titulaires du Pass'Seniors
sur l'abonnement au Smash

UNE SEULE ADRESSE

Restaurant-brasserie SAINT-GEORGES

Plat du jour, carte et menu d'affaires
Soirée d'entreprise, Anniversaires
Mariage, Communions
Collations d'enterrements
Musique vendredi et samedi dès 21 h

Tél. 022 793 6445 - Fax 022 793 6447
Fermé dimanche



Restaurant Dancing LE PÉNITENCIER

Fondue Bacchus et chinoise à gogo

Soirée d'entreprise et d'anniversaires

Mardi et mercredi dès 21 h
Jeudi, vendredi et samedi dès 18 h 30

Tél. 022 792 0296

Fermé dimanche et lundi

12, route de Pont-Butin - 1213 Petit-Lancy - Parking Arquebuse

LES SENIORS



Allen Yelland

Je suis né en 1933, l'année de l'accession de Hitler au pouvoir.

Cinquième de 6 enfants (4 garçons, 2 filles), nous habitons à Woolwich dans le sud-est de Londres tout près de la Tamise. De l'autre côté du fleuve se trouvaient les Royal Docks – à l'époque les plus grands du monde, donc d'une importance stratégique certaine pour l'Angleterre.

Nous avions aussi notre arsenal – et une équipe de foot Arsenal (qui depuis a déménagé dans un autre quartier de Londres).

Avec tout ça, nous étions une cible de choix pour la Luftwaffe quand le Maréchal Goering a lancé son «Blitz» sur Londres en 1940.

Pendant des mois, à la tombée de la nuit on entendait le vroom vroom des bombardiers allemands qui arrivaient pour nous pilonner.

Je pourrais écrire un livre à ce sujet, – mais il suffit de dire que la moitié de notre rue a été rasée. Quand nos fameux Hurricanes et Spitfires ont eu le meilleur des bombardiers la vie normale s'est résumé pour nous – sauf, évidemment, pour le rationnement des denrées !

La terreur a recommencé en 1944 quand l'équipe de Werner von Braun (plus tard récupéré par les Américains pour leur programme spatial) commença à nous envoyer des missiles depuis l'île de Wacheren en Hollande.

La deuxième version (balistique) était terrifiante – une seule a tué 400 personnes dans un magasin de Woolworths un samedi matin !

Assez de la guerre !

En 1945, je suis entré au collège où j'ai fait de brillantes études.

Les résultats de mon «Matu» étaient les meilleurs de l'école pour cette année là. J'ai fait encore 2 années d'études supérieures.

Après j'ai fait mon service militaire de 2 ans (obligatoire à l'époque) et, après une formation de base de 3 mois, j'ai été secondé en '54 à un état-major de l'OTAN qui se trouvait à Fontainebleau – au sud de Paris.

C'était un point tournant de ma vie.

Au bal de la Fête Nationale, j'ai rencontré une fille et sa mère qui m'ont invité pour midi le dimanche suivant.

J'en pourrais en écrire un livre, mais je dirais en deux mots que cette famille m'a tout simplement

adopté comme un fils. Plus tard elle allait faire de même avec ma femme.

Cette histoire d'amour, dans le plus noble sens du mot, a duré plus d'un demi-siècle jusqu'à ce qu'elle soit terminée par la mort des protagonistes. Jusqu'ici je n'avais jamais touché une raquette de tennis.

Rentré à Londres après le service militaire, j'ai décidé d'obtenir des diplômes en finances et droit – donc pendant 5 ans, j'étais stagiaire dans une fiduciaire avec un salaire de misère.

Entre temps notre voisine qui était italienne a invité sa sœur pour des vacances qui ne se termineraient jamais.

Moi j'ai vu cette merveilleuse fille dans le jardin à côté et je n'ai pas perdu mon temps à prendre contact avec.

Elle ne parlait pas un mot d'anglais, mais comme je parlais déjà assez bien le français et que j'avais fait du latin à l'école, j'ai vite commencé à la courtiser dans sa propre langue.

Nous nous sommes mariés en '57 et dès que j'ai eu mes diplômes en 1961 je me suis embauché par Price Waterhouse et Cie à Paris (fiduciaire et consultants internationaux).

Et ou avons-nous trouvé un appartement? Mais à Fontainebleau !

C'est là qu'est né notre premier enfant (un garçon) en 1963.

Presque en même temps, j'ai été embauché par General Foods avec le poste de «Contrôleur Usine» chez Krema Hollywood où nous fabriquions les bonbons et chewing-gum.

En 1966 j'ai obtenu un poste avec Du Pont de Nemours à Londres – où est né notre deuxième enfant – une fille.

Après une année à Londres, j'ai été transféré à Genève où se trouvait déjà le HQ pour l'Europe, l'Afrique, le Moyen Orient et les pays de l'Est.

Déjà spécialisé en analyse de gestion et des méthodes de travail j'ai eu plusieurs positions de responsabilité – tout à fait satisfaisant pour moi. Ce n'est qu'en 1977, en vacances en Ile d'Elbe, que nous avons fait connaissance avec un prof de tennis – et nous avons acheté les premières raquettes pour les enfants et moi.

De retour à Genève, nous jouions à l'Onex tous les samedis et pendant quelques années nous reprenions des leçons à l'île d'Elbe.

Plus tard j'ai été invité à jouer avec un groupe de Du Pont – une fois par semaine – au «New Sporting» – plus tard renommé «Open Club».

Quand c'est devenu le «Geneva Country Club» c'était trop cher.

Pendant ce temps, j'ai commencé – finalement à prendre quelques leçons – dont j'avais rudement besoin.

Plus tard une connaissance m'a introduit à Vernier et l'on a trouvé deux autres pour jouer aux doubles pendant 2 ans – puis deux ont dû déménager et le troisième ne voulait plus jouer en simple – à cause des genoux.

Heureusement Jean Giroud a introduit les «jeudi matins» pour seniors et puis a donné mon nom pour les tournois en hiver au Stade de Champel. Donc je peut jouer au moins une demi-journée de tennis presque toute l'année – ce qui, en plus, me permet de connaître beaucoup de gens supersympas.

Comme c'est aussi l'histoire de ma vie, je dois terminer sur une note triste, ma belle femme est décédée une semaine avant Noël 2007.



Arlette Tercier

Moi qui croyais avoir passé entre les gouttes à cette loterie très spéciale, que nenni! Donc, je vais essayer de m'y atteler.

Je m'appelle Arlette Tercier, née à Genève, où j'ai passé toute ma vie, depuis maintenant 71 ans. Après une année d'école de commerce, je suis partie pour 14 mois à Londres comme fille au pair pour apprendre l'anglais. A mon retour, j'ai eu différents emplois qui m'ont permis d'utiliser la langue, dont une saison au fameux «Ours de Berne» qui vient de fermer après 100 ans d'existence. Puis en 1959, j'ai été engagée dans une multinationale américaine, une belle histoire qui a duré 37 ans !

Oui, en 1996, j'ai décidé de prendre ma retraite pour avoir plus de temps libre pour mes voyages (y compris ceux comme supportrice de la Coupe Davis) et pour faire du tennis et du golf, les sports qui m'occupent actuellement.

Le sport? Comment ne pas attraper le virus quand on a eu un père qui était passionné pour le sport? J'ai fait du ski pendant de nombreuses années ainsi que du mini-golf. Hé oui, il y avait des compétitions dans toute la Suisse à cette époque pendant plusieurs années et j'ai été vice-championne Suisse l'une de ces années.

J'ai fait également du bowling en compétition au Club Matamor où j'ai participé à sa création en 1965/66. En 1980, j'ai été championne genevoise et championne suisse doublettes cat. B.

Et le tennis dans tout ça? Le tennis est une histoire qui dure depuis 1964 lorsque j'ai joint le Drizia, situé à ce moment-là à la route des Acacias. Depuis, je n'ai plus quitté ni les courts ni le Club. Pendant plusieurs années, j'ai joué en Interclubs. J'ai même gagné la coupe du comité en 1974 ! Maintenant, je me consacre uniquement aux doubles que se soit au Drizia ou les mardis avec le Club Tour des Seniors. Pour conclure, j'aimerais dire un grand merci à tous, copines et copains, pour cette belle camaraderie et des bons moments que nous passons ensemble, sur les courts ou autour d'une table, un bon verre de blanc à la main !



LES SENIORS



Jean-Michel
Giora

Mon parcours tennistique... Ce sera une description très succincte, car j'ai commencé très tardivement à pratiquer ce sport. Je terminerai l'article sur ce point.

Je suis né à Genève, en 1936, de père et de mère genevois. Jusqu'à l'âge de 28 ans, j'ai vécu à Chêne-Bourg, puis à Thônex, raison pour laquelle j'ai joué au football au Club Sportif Chênois. Sur les bancs de l'école infantine et de l'école primaire je me suis retrouvé en compagnie d'Arlette TERCIER, que vous connaissez tous au Drizia. Elève en section classique, j'ai obtenu mon certificat de maturité au Collège Calvin en 1955 puis, le mois suivant, je suis parti à l'école de recrue; 14 mois plus tard je terminais ma première période militaire avec le grade de lieutenant d'infanterie. Commencèrent alors les études universitaires à la faculté des sciences, ce qui m'obligea à stopper le football (de toute façon j'étais un joueur moyen, sans espoir de progression). Cinq ans plus tard, le diplôme d'ingénieur-chimiste en poche, j'ai commencé mon activité professionnelle en recherche et développement, dans le domaine de la galvanoplastie des métaux précieux, chez SEL-REX, une société américaine, qui venait de s'installer en Suisse. En fait, jusqu'à 66 ans, j'ai toujours travaillé au sein de la même société, qui changea plusieurs fois de nom (OXY Metal Industries,

ENTHONE-OMI, COOKSON).

Durant les 15 dernières années j'ai fonctionné comme directeur du centre de recherche de Genève. Pendant la période SEL-REX, nous avons formé une équipe de bowling et nous avons remporté le titre de champion genevois corporatif en première catégorie, ce qui nous permit ensuite d'aller à Berlin pour participer au championnat d'Europe corporatif, d'où nous ne sommes pas rentrés avec le titre de champion! Le bowling est maintenant un lointain souvenir. Par contre, je pratique toujours le ski de fond, le ski alpin depuis l'âge de 8 ans. J'ai participé durant 20 ans aux compétitions de l'Insigne Sportif Genevois (ski de fond, vélo, cross, natation et marche) organisées par le Service des Sports de la Ville de Genève. Je suis entré il y a 18 ans au sein d'un club de montagne à Chêne-Bourg nommé «L'Avalanche», ce qui me permet d'effectuer chaque mois une course en montagne et de passer une semaine au mois d'août en Valais ou dans les Grisons, d'où la photo ci-dessous (au sommet du Risihorn – bibi est celui qui a le bonnet pointu à gauche de la croix). J'ai aussi consacré 3,5 ans de mon existence au service militaire en terminant comme major au bataillon aéroport 1 de Genève-Cointrin. Je suis marié et père de deux fils. Président de la section de tir des Carabiniers genevois, j'ai la satisfaction d'avoir au sein de cette dernière d'excellents matcheurs au pistolet puisqu'ils ont obtenu en 2006 un 19^e titre de champion suisse de groupes (4 tireurs).

Avec trois copains, que je connais maintenant depuis 50 ans, nous avons organisé pour chaque passage de 10 ans quelque chose de spécial. Pour les 30 ans, ce fut un saut en parachute au-dessus d'Ecuvillens. Pour les 40 ans, nous nous sommes

préparés durant une année pour participer à la course Morat-Fribourg. Sur la lancée j'ai participé encore deux fois à cette course. Pour les 50 ans, la destination fut le nord de la Thaïlande, à la frontière avec la Birmanie, pour des descentes de rivières sur des radeaux construits avec des bambous. Pour les 60 ans, ce fut nettement moins sportif, un repas gastronomique chez Georges BLANC à Vonnas. Pour les 70 ans, une traversée du Vietnam du sud au nord. Pour les 80 ans, si on y arrive (?), ce sera peut-être, avec une canne, une promenade au Bois-de-la Bâtie ou au Jardin botanique (!!!).

Donc, finalement, une vie assez normale, sans histoires particulières à décrire. Danièle LOCHER avait aussi exprimé le même constat dans son texte (Gazette d'octobre 2007).

Je reviens à la première ligne, au tennis. Dans ma classe, au Collège Calvin, seuls deux fils de médecins pratiquaient le tennis; pour les autres c'était le foot ou aucune pratique sportive.

C'est seulement vers la soixantaine que j'ai commencé à «jouer» une ou deux fois en hiver, sous la bulle du Grand-Saconnex, avec les copains qui m'accordaient l'hospitalité sur le court. Puis, en été, plus rien. En 2003 je suis entré au Tennis-Club des Services Industriels, ce qui m'a alors permis de connaître dès 2005 le Club Tour d'Été, puis celui d'Hiver. De ce fait, j'ai enfin pu jouer plus régulièrement. Maintenant, j'ai vraiment beaucoup de plaisir à pratiquer ce sport. Je regrette seulement de ne pas avoir connu cette activité sportive beaucoup plus tôt, mais c'est ainsi et c'est ce qui explique aussi mes capacités tennistiques très modestes. En tant que membre du comité du TCSI, je m'occupe en particulier de la maintenance des bâtiments et des installations. J'espère, chers membres du Club Tour, que ce banal tour d'horizon ne vous aura pas trop ennuyés.



Pour
le meilleur
et pour
le rire...

La patiente revient voir son médecin, elle est radiéeuse.

- Je vois, dit le médecin, que le médicament vous a fait du bien.
- Oh oui, docteur, j'ai suivi scrupuleusement ce qui était écrit sur l'étiquette.
- Et qu'y était-il écrit?». Toujours tenir ce flacon fermé!...».

LE TENNIS

LANCEMENT DE LA SAISON DE PLEIN AIR

Dès le 1er mai dans chaque club, organisation libre, se renseigner auprès du responsable seniors

Accueil des anciens membres et des nouveaux membres potentiels: information, jeux, rencontres; verrée et questions / réponses.

DÉMARRAGE DU PASS'SENIORS 2008

Dès le 1^{er} mai possibilité pour tous les seniors, membres ou non-membres d'un club genevois, d'acquiescer un Pass qui offre de nombreuses prestations, la principale étant de pouvoir être invité à jouer gratuitement dans un des clubs affiliés.

LES CLUB TOUR GENEVOIS ÉTÉ

Tous les mardis
du 1^{er} juillet au 26 août

Quatre Club Tour de 5-6 clubs. Rencontres amicales hebdomadaires entre les seniors de ces 5-6 clubs, dans un des 5-6 clubs à tour de rôle. Accueil dès 8h30, doubles amicaux de 9h à 12h, apéritif et déjeuner en commun.

Masters de tous les Club Tour le 16 septembre au TC Genève Champel. Accueil dès 8h30, doubles amicaux de 9h à 12h, apéritif et déjeuner en commun, distribution des prix dès 14h.



Pour
le meilleur
et pour
le rire...

Un brave homme de la campagne - qui n'était jamais allé à l'école - arrive en ville et essaie de retrouver un ami de longue date.

Au bas de la maison dont il avait une adresse, il rencontre une dame et lui demande:

«Y a-t-il un Monsieur Leveau dans votre immeuble?»

Après réflexion, la dame lui répond: «Leveau, Leveau, je ne vois pas, il y a bien un Monsieur Leboeuf...».

Le brave homme: «Alors ce doit être lui, il y a si longtemps que je ne l'ai pas revu!...».

Madame vient d'engager une domestique: «Vous verrez, cela ira très bien avec Monsieur et quant à moi, je ne suis pas difficile».

La domestique: «Oh, j'en suis sûre, j'ai vu la tête de Monsieur...».

LA FÊTE DU DOUBLE A GENÈVE

Mardi 5 août de 9h à 17h

aux TC SI, Drizia et Grand-Donzel

Rencontres amicales de double ouverte à tous les seniors membres des clubs genevois. A midi «lunch sportif» pris en commun au TC SI. En fin d'après-midi cocktail et distribution des prix.

CHAMPIONAT GENEVOIS SENIORS DE DOUBLE

Du 9 au 17 août 2008

LES SENIORS AU GENEVA CHALLENGER ATP

Du 16 au 24 août au Drizia

Carte d'accès permanent la semaine au tournoi pour les titulaires du Pass'2008.

Lundi 18 août

Dès 19h: cocktail seniors.

Samedi 23 août

Grande soirée du tennis senior ouverte à tous les seniors genevois et romands, ainsi qu'à leurs amis, organisée sous la tente VIP du Challenger avec apéritif, dîner, animation et danse.

OPEN SENIOR DE GENÈVE

Du 28 juillet au 1^{er} août
au TC International

Tournoi dès 55 ans, par tranche de 5 ans, pour joueuses et joueurs locaux avec ou sans licence.

Epreuves organisées en round robin. 15 catégories, simples, doubles, doubles mixtes. Qualification des vainqueurs pour le Geneva Open Senior ITF aux Eaux-Vives.

CHAMPIONAT GENEVOIS DE SIMPLE

Du 6 au 14 septembre

GENEVA OPEN SENIOR ITF

Du 8 au 12 septembre
au TC Genève Eaux-Vives

Tournoi dès 55 ans, par tranche de 5 ans, pour joueuses et joueurs locaux et internationaux, avec ou sans licence. 15 catégories, simples, doubles, doubles mixtes. Points ITF et ETA.

Nombreuses activités et fêtes organisées. Consolantes pour les perdants du premier tour.

Tournoi du TC Lancy

Le tournoi d'automne 2007 du TC Lancy a réuni 25 participants seniors de S1 à S7 et de R4 à R9. La finale: Thomas Bengtson (R5) Olivier Geoffroy (R6): 6/1 6/0

Tournoi d'hiver du TC Genève-Champel

Du 26 janvier au 3 février 2008. Cette année les participants seniors ont été répartis en deux tableaux: S1-S2 et S3-S4

Dans le tableau S1-S2, avec 17 participants, la finale:

Jean Marc Tonus (R2) -

Mordechai Nissim (R3): 6/2 6/2

Dans le tableau S3-S4, aussi avec 17 participants, la finale a été:

Leonid Chvetsov (R4) -

Urs Blass (R5): 6/1 7/6

Senior Champion Trophy 2008

Cette année le tournoi «Senior Champion Trophy» s'est déroulé du 13 au 15 mars au Sport Center à Birrhard.

Dans les 10 tableaux qui ont regroupé plus de 100 participants nous avons remarqué, avec plaisir, la présence de neuf seniors genevois qui se sont disputés les titres des champions suisses d'hiver. Leur présence a été récompensée par deux titres de champions suisses.

Les champions sont:

Susana Villaverde Savini dans la catégorie S3-S4 et Susy Burggraf dans la catégorie S5-S6. Félicitations.

Le classement suisse 1/2008 des meilleurs seniors genevois

| | | |
|----|--------------------|----------|
| S1 | D T. Ritzema-Bloem | R3 nr 8 |
| | M B. Frédéric | N4 nr 1 |
| S2 | D Ch. Vivien | R3 nr 5 |
| | M P. Simsolo | R1 nr 2 |
| S3 | D L.J Rijs | R1 nr 1 |
| | M H. Slavenbourg | R4 nr 14 |
| S4 | D E. Lachat | R3 nr 7 |
| | M M. Richardone | R4 nr 13 |
| S5 | D L. Reding | R5 nr 15 |
| | M J.N. Du Pasquier | R3 nr 2 |
| S6 | S. Burggraf | R3 nr 1 |
| | M G. Kux | R5 nr 6 |
| S7 | D G. Ballaux | R5 nr 2 |
| | M A. Ismail | R6 nr 4 |

Bogdan Ionescu



Séances de Gym

Comme prévu, chaque mardi matin de 9h05 à 9h 25 et de 9h35 à 9h55, les deux séances de gym ont bien commencé.

Le programme est raisonnable comme contenu et varié et l'intensité des exercices ne fatigue pas trop.

La participation est aussi remarquable et nous espérons vous voir nombreux, en fonction de vos disponibilités.

Bogdan

ACTIVITÉS 2008

ESCAPADES

**A LOÈCHE-LES-BAINS**

Dernier délai pour vous inscrire à une semaine de tennis, bains, et détente au Lindner Hôtel & Alpentherme à Loèche-les-Bains du 8 au 14 juin 2008

Nous serons logés à l'hôtel Maison Blanche, hôtel 4*, un des 3 hôtels du Lindner Hôtel. Un passage souterrain relie directement l'hôtel au centre thermal Lindner, le plus grand complexe thermal, avec sauna, bains de vapeur et bain dans une grotte et de wellness alpin d'Europe.

Michel Jeanrenaud

Entrée gratuite au centre thermal. Le tennis se déroulera dans le même esprit que le Tennis tours, soit une heure le matin et une heure l'après-midi. Différentes autres activités pourront être envisagées, tels que: promenades, visite de caves ou une rencontre avec un club de la région, selon le désir des participants.

Prix très attractif de Fr. 966.- en demi-pension, single offert.

Inscriptions jusqu'au 15 avril 2008

Pour les renseignements et l'inscription s'adresser à Michel Jeanrenaud - Tél. 022 757 59 27
Email: M_Jeanrenaud@bluewin.ch <mailto:M_Jeanrenaud@bluewin.ch>



Du 29 au 31 août 2008

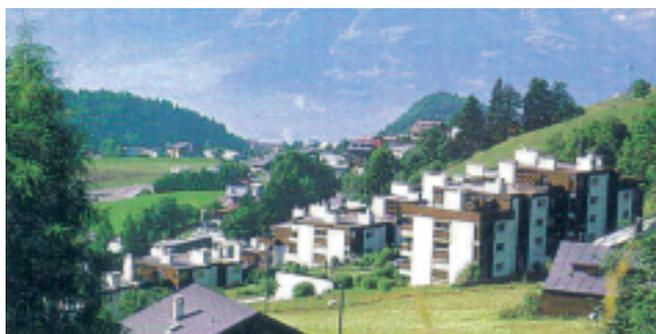
A LEYSIN ALPES VAUDOISES

Rencontres amicales et animation

Pour la troisième année consécutive, la station de Leysin accueille nos seniors avec un programme axé sur le tennis en double, mais aussi une soirée en musique avec danse, diverses autres activités étant laissées au libre choix des participants. Le tout accompagné des repas en commun, un hôtel confortable et beaucoup de convivialité!

Gilbert Leuba

Inscriptions jusqu'au 30 juin 2008.
Renseignements et inscriptions auprès de Gilbert Leuba, responsable seniors du Petit-Lancy - Tél. 077 256 41 92.

**AUX PACCOTS**

Trois jours de tennis et de détente à la montagne Du 21 au 22 août 2008

Désormais une tradition pour ceux qui ne se prennent pas la tête, qui aiment le tennis, la nature, l'humour, l'anti-stress, et la convivialité.

Venez nous rejoindre dans cette petite station fribourgeoise.

Avec ses 1000 mètres d'altitude elle offre, en plus de ses 2 courts de tennis entourés de sapins, de multiples buts de promenades, walking ou randonnées. Vous séjournerez à l'Ermitage, Hôtel entièrement rénové, doté de 3 étoiles et d'une cuisine plus qu'honorable.

Notre programme vous invite à la détente. Il comprend :

– Des joutes tennisistiques amicales, sous la forme de «doubles-surprise».

C'est le sort qui désigne à la fois votre partenaire et votre adversaire.

Suivant la participation, des excursions pédestres seront organisées en alternance avec le tennis.

– Une ambiance sympathique autour de la petite buvette du club-house.

– Un hébergement de qualité en pension.

– Nous organiserons les repas de midi facultatifs (au club-house ou sur l'alpage)

Prix: **Fr. 260.-** par personne taxes et service compris – Détails: www.argt.ch

Inscriptions jusqu'au 8 août 2008

Tennis-Club Les Paccots - Batterie Ermitage 10, 1619 Les Paccots

E-mail: sylvette.cavin@freesurf.ch - Tél. 079 693 63 40

**A MAHDIA TUNISIE**

Votre semaine "Tennis & Thalasso" Du 27 septembre au 4 octobre 2008

Complet

ou du 4 octobre au 11 octobre 2008

Complet

ou du 11 octobre au 18 octobre 2008

Hôtel Mahdia Palace 5*

Pierre Bacle

Voyage accompagné par un responsable Tennis Seniors Genève et par Destinations Santé

Prix forfaitaire : **Fr. 1650.-** TTC* *taxes d'aéroport

(sous réserve de modifications) Minimum 20 participants

Inscriptions jusqu'au 27 juillet 2008

Suppléments au forfait

– Frais de traitement de dossier: Fr. 35.- (prix préférentiel groupe)

– Chambre individuelle: Fr. 120.-

– Assurance annulation: Fr. 26.- (obligatoire si pas d'assurance privée)

En option

– Compensation CO2 Myclimate: Fr. 27.-

Informations et réservations

– Destinations Santé - Nadia, Laetitia Chavannes Centre

Tél. 022 960 95 68 - groupesds@destinations-sante.ch

– Tennis Seniors Genève - Pierre Bacle

Tél. 079 202 46 19 - pierre.bacle@bluewin.ch

pass'tennis seniors



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

Pass'tennis seniors

Valable du 1^{er} mai au 30 avril de l'année suivante

Prestations offertes

Droit de jouer gratuitement dans des clubs partenaires du 1^{er} mai au 30 septembre selon le règlement.

Droit à des rabais et des privilèges octroyés par les sponsors et les annonceurs.

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

Droit à une gazette bi-annuelle.

Souscription

Remplir le formulaire annexé, le renvoyer avec une photo à l'adresse indiquée, verser le montant correspondant au compte postal ARG T 12-21609-5.

Les 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, Carouge, Collonge-Bellerive, Coligny, Drizia-Miremont, Genève-Champel, Genève-Eaux-Vives, Genthod, Grand-Saconnex, Lancy, Lancy-Fraisiers, Meyrin, Onex, Perly-Certoux, Petites Fontaines, Services Industriels, Trois-Chêne, TC International, Vernier, Versoix, Veyrier Grand-Donzel

- ADOPTER l'idée du tennis santé: conseils médicaux, test de capacités physiques, programme Impulsion
- PERMETTRE à des membres de jouer gratuitement dans des clubs différents
- BÉNÉFICIER du 1^{er} mai au 30 avril des prestations offertes par nos sponsors et annonceurs

Commander un pass'seniors

- C'EST AUSSI SOUTENIR la promotion du tennis senior

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

Inscriptions

Inscription pour le pass'seniors pour membre d'un club de l'ARGT

Nom _____

Prénom _____

Année de naissance _____

Adresse _____

NP _____ Lieu _____

Tél. _____

Email _____

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: ARG T 12-21609-5

www.argt.ch