

LIVRET D'ACCUEIL



ASTTRES

**BIENVENUE DANS
NOTRE CLUB DE
TENNIS DE TABLE !**



**UN CLUB
CONVIVAL**



**UN SPORT
POUR TOUS**



**PROGRESSER
À SON RYTHME**

*Partageons
plus qu'un sport,
vivons une passion !*



ESPRIT • RESPECT • PLAISIR



Rejoignez-nous !

<https://facebook.com/ASTTRES>



APPRENDRE



S'AMUSER



DÉCOUVRIR



SE DÉPASSER

BIENVENUE DANS LA FAMILLE DU PING !



Ravis de vous accueillir au sein de la famille du Ping de Pontfaverger Moronvilliers.

Grâce aux membres de l'association, vous pourrez bouger pour rester en bonne santé, progresser pour performer en compétition, vous amuser en découvrant différentes modalités de pratique. A chacun son Ping !

Vous partagerez aussi avec les autres adhérents des valeurs associatives fortes telles que la solidarité, la citoyenneté, la fraternité, le dépassement de soi...

Vous éprouverez peut-être la fierté d'un engagement bénévole. Vous pourrez arbitrer, former, accompagner, participer à la gestion du club, prendre des responsabilités ou encore organiser des manifestations qui feront la renommée du club.

Vous ferez assurément de belles rencontres avec des adhérents avec lesquels vous partagerez vos émotions et des projets associatifs. Le Ping change la vie !

A bientôt pour se raconter vos exploits sportifs et vos plus belles expériences autour d'une table de Ping.

Avec nos plus enthousiastes salutations sportives.

NOS VALEURS



ÉTHIQUE



DIVERSITÉ



PLAISIR



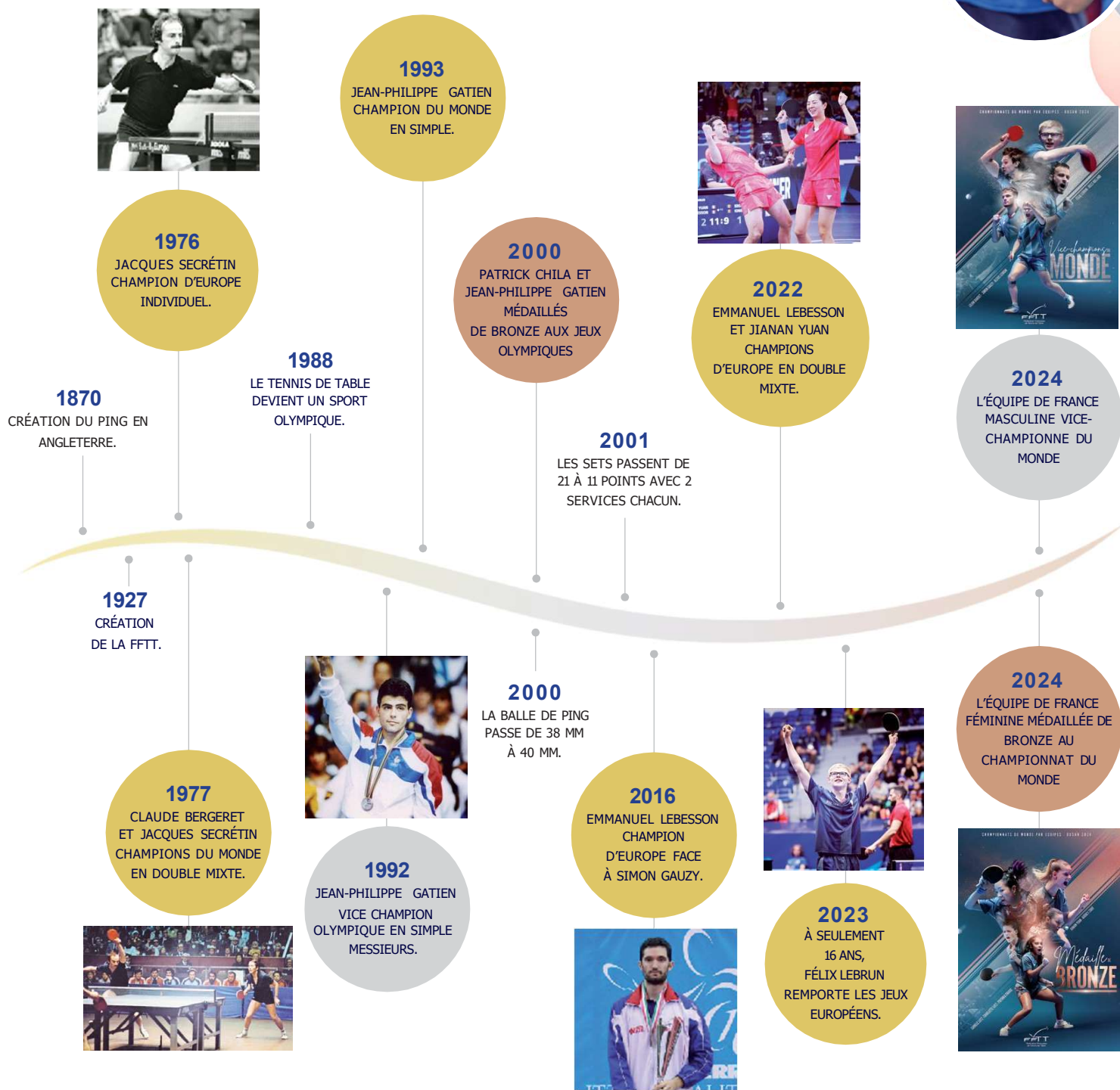
AMBITION



INNOVATION

**UN PING POUR TOUTES ET TOUS,
PARTOUT, TOUT LE TEMPS**

L'HISTOIRE DU PING



LES CHIFFRES CLÉS



5,6 millions
de pratiquants
et **210 000**
licenciés



Plus de **3 100 clubs**
partout en France
21 ligues régionales
96 comités départementaux



Plus de **2 millions**
de parties
en compétition
chaque saison



51%
de licenciés
de moins
de 19 ans³

LE SYSTÈME FÉDÉRAL

Le club, c'est la structure qui vous permet de jouer, progresser, défier et rencontrer d'autres passionnés de tennis de table. Le club vous propose des services (entraînements, évènements, compétitions).

Le comité départemental, c'est l'échelon qui permet de fédérer l'ensemble des clubs de ton département et d'organiser la pratique du tennis de table à son niveau.

La ligue régionale, c'est l'échelon qui représente les clubs et les comités de tennis de table. Elle organise l'activité sur le territoire et notamment des compétitions, des formations, des animations et des évènements...

La Fédération (FFTT), délégataire du ministère des sports, a pour but de promouvoir et de développer la pratique du tennis de table dans toute la France au service des structures locales et organiser l'accès au haut niveau.

LES LICENCES ET LEURS SERVICES

Votre adhésion est composée d'une cotisation pour les services proposés par votre club et d'une licence qui marque votre appartenance officielle au club. Elle vous permet, entre-autre, de bénéficier du matériel du club et d'une assurance.

Il existe plusieurs types de licence au club :

- **Licence Loisir** : valable 1 saison (du 1^{er} juillet au 30 juin) pour jouer au club et participer à des évènements spécifiques. La cotisation est de 60 € pour les jeunes et de 70 € pour les adultes, assurance comprise.
- **Licence Compétition** : valable 1 saison (du 1^{er} juillet au 30 juin) pour jouer au club et participer à des compétitions officielles sans échanges de points pour son classement.
La cotisation est de 70 € pour la compétition « Challenge Rémois » (jeunes ou adultes)

MA LICENCE

Après la validation de votre prise de licence par le club, vous recevez un e-mail de bienvenue avec votre attestation de licence et le livret d'accueil. Vérifiez votre e-mail auprès du club si vous n'avez rien reçu.

FOCUS SUR LA LICENCE COMPÉTITION

Les Compétitions :

Par équipes

- La compétition « Challenge Rémois »

De novembre à mai, sur Reims et sa région proche. Sympathique compétition mixte par équipe de 3 joueurs qui se joue le vendredi soir, en semaine.

Le club présente des équipes de différents niveaux (jeunes ou adultes).
Selon les niveaux, les joueurs s'entraînent sur les créneaux loisirs ou compétition.

Individuelles

- **Les tournois** se déroulent en simple ou en double, sur inscription individuelle.





L'ÉQUIPEMENT DU PONGISTE

QUEL MATÉRIEL CHOISIR ?



LA RAQUETTE DE TENNIS DE TABLE

La raquette est composée d'un bois et de revêtements en caoutchouc. Les bois et revêtements ont des caractéristiques diverses pour s'adapter à votre jeu et niveau.

Demandez conseil au club pour l'achat de votre raquette.

LES BALLES

La balle de Ping officielle est blanche, d'un diamètre de 40 mm et d'un poids de 2,7 g.

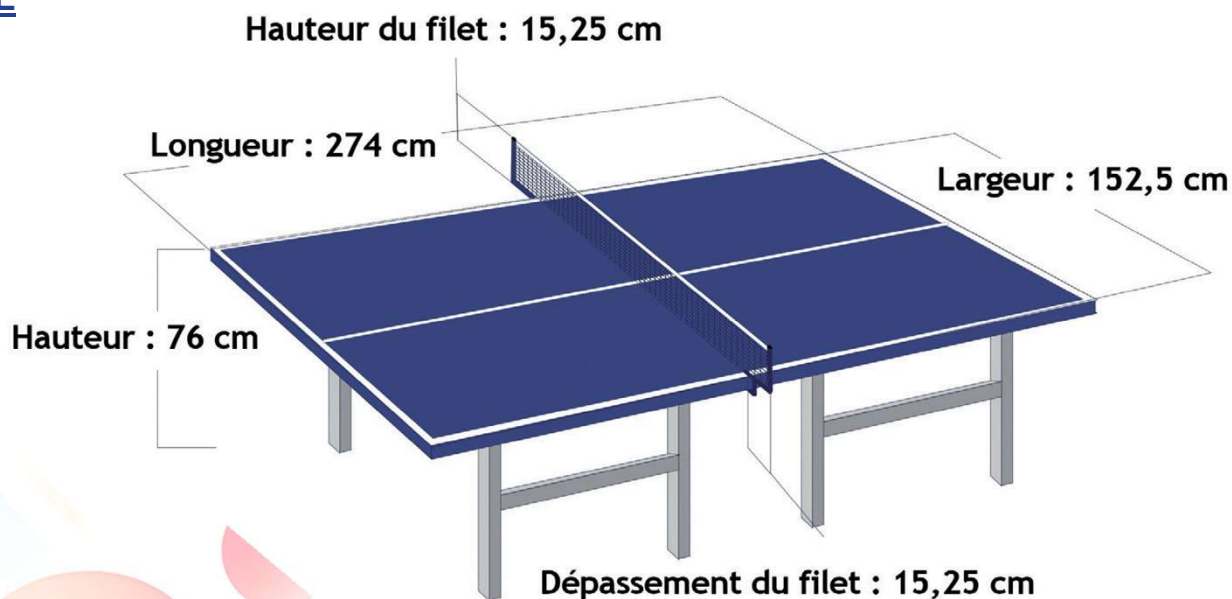
Les balles d'entraînement sont parfois blanches ou orange et marquées de 1 ou 2 étoiles.

Pour les compétitions, elles ont 3 étoiles (+ résistantes et d'un meilleur rebond).

Il existe aussi des balles spécifiques à des fins pédagogiques ou pour l'extérieur (diamètre différent, bicolores ou plus lourdes).



LA TABLE



LES RÈGLES DU JEU



Une partie de Ping se déroule en plusieurs manches de 11 points avec 2 points d'écart (souvent au meilleur des 5 manches).

Les joueurs changent de serveur tous les 2 points sauf à partir de 10-10, là on change à chaque point.

- 1/ Tirage au sort du camp et du 1^{er} serveur.
- 2/ Pour marquer un point, l'adversaire ne doit pas renvoyer la balle (faire une faute, ne pas réussir à toucher la balle).
- 3/ Le service est réglementaire si le serveur lance la balle verticalement d'au moins 16 cm, la touche avec la raquette quand elle redescend tout en étant derrière et au dessus de la ligne de fond de la table.
La balle doit rebondir 1 fois dans le camp du serveur, puis dans celui du relanceur (court, long, en ligne, en diagonale... peu importe !).
- 4/ On change de côté à chaque manche, et à la belle lorsque l'un des joueurs atteint 5 points.
- 5/ On peut faire une pause pour s'essuyer (tête, main...) tous les 6 points.
- 6/ En cas de mauvais comportement, l'arbitre peut sanctionner avec un carton jaune (1^{ère} infraction), 1 jaune + rouge ensuite avec 1 point de pénalité, encore 1 jaune + rouge avec 2 points de pénalité pour cette 3^{ème} infraction. Ensuite c'est l'exclusion par le juge-arbitre !

JOUER UN RÔLE AU SEIN DU CLUB



Notre club est une association. Elle est pilotée par des bénévoles qui peuvent avoir plusieurs rôles. N'hésitez pas à faire connaître votre envie de contribuer à la vie associative du club :

Bénévole – Dirigeant – animateur

Entraîneur – Arbitre – Juge

Le club de PONTFAVERGER :



Les membres du bureau de l'association :

- Le Président : Franck SOVET / 06 29 05 51 62 / asttres51tennisdetable@gmail.com
- Le Secrétaire : Delphyne VELARD / 06 98 93 95 41
- Le Trésorier : Ludovic WAXIN / 06 61 88 41 23

Les créneaux horaires :

Pour les jeunes (débutant ou confirmé), les entraînements ont lieu le MARDI de 18h00 à 19h30

Pour les adultes (débutant ou confirmé), les entraînements ont lieu le VENDREDI de 20h30 à 22h30

- au gymnase du collège de Pontfaverger (à partir de septembre 2026). Entrée par le portillon, allée des Tilleuls.

- au gymnase municipal de Pontfaverger, après les travaux de rénovation (à partir de septembre 2027).

Effectif de l'année 2025/2026 :

31 adhérents dont 14 adultes et 17 jeunes

Equipes engagées en « Challenge Rémois » :

1 équipe de 3 joueurs en championnat jeunes

3 équipes de 3 joueurs de différents niveaux (Avenir, Progrès, Amitié)

Manifestations :

Forum des associations, tournois interne et externe (milieu et fin de saison)

Informations complémentaires :

N'hésitez pas à contacter les membres du bureau pour leur faire part de vos remarques et de vos suggestions pour compléter ou améliorer le livret d'accueil .