

## **Ce qu'il faut savoir sur l'activité Ping-pong du Club Amitié de Arradon**

### **Le lieu**

- la petite salle du gymnase Le Rohellec à Arradon (elle est à droite en entrant dans le gymnase). La zone disponible dans cette salle pour les 8 tables que nous utilisons est de 15 m x 12 m.
- vestiaires et sanitaires sont accessibles (mais pas de casiers de rangement : on met nos affaires dans la salle de sport)
- parking voiture devant ou derrière le gymnase. Parking vélos devant le gymnase.

### **Les horaires**

- les créneaux attribués par la Mairie sont les lundis et jeudis de 17h à 20h: la salle est disponible au-delà mais une surveillance électronique se déclenche en fin de soirée. Nous disposons de ces créneaux jusqu'à la fin de l'année scolaire, pendant les périodes scolaires de notre académie (B).
- nous commençons chaque session par la mise en place des tables (elles sont rangées dans la salle) et des entourages de jeu. En fin de session nous les rangeons. Nous veillons à avoir une petite session d'échauffement avant de jouer, à 2 ou à 4 par table.

### **Les modalités de participation**

- la participation des membres du Club Amitié est gratuite. Pour assurer une certaine homogénéité physique, nous réservons l'accès à cette activité aux plus de 50 ans.
- Il est nécessaire de fournir un certificat médical (valide 3 ans sous conditions)  
Chaque participant est renvoyé, pour ce qui concerne sa responsabilité, au règlement intérieur dont il s'engage à avoir pris connaissance, comme pour toutes les activités du Club.
- les participants doivent s'équiper de chaussures dédiées à la pratique du sport en salle, et d'une raquette.
- rappelons l'objectif : s'amuser d'abord ! Pratiquer une activité physique est un "plus" évident, tout cela en mode collectif au sein du Club Amitié.
- l'activité ping-pong a démarré en mai 2022 : nous affinons avec le temps la participation concrète aux sessions, ouvertes à tous les inscrits. La mise en place des tables (sur roulettes) et des entourages nécessitant de la main d'œuvre, c'est bien de se retrouver en nombre significatif dès le début de la session.
- nous étions environ 50 inscrits en saison 2024-2025
- tous les niveaux de jeu sont acceptés ! Pour certains, c'est une reprise après de longues années. Pour d'autres, c'est une (re)découverte.

### **Communication**

La communication propre à notre activité est assurée par mail depuis l'adresse [ping-pong@club-amitie-arradon.fr](mailto:ping-pong@club-amitie-arradon.fr)

Il est donc important de consulter sa messagerie régulièrement.

**Pour toute question, vous pouvez me contacter** par mail à l'adresse suivante :

[ping-pong@club-amitie-arradon.fr](mailto:ping-pong@club-amitie-arradon.fr) (amitie sans accent sur le "e")

ou par téléphone au 06 43 15 83 59

Francis Lillig