



LA RAQUETTE NEWS

SEPTEMBRE 2026 | NUMÉRO 8



LA RAQUETTE DE VILLENEUVE
D'ASCQ LILLE MÉTROPOLE



@LARAQUETTEVDAMEL

SOMMAIRE

01 | **LA RENTRÉE** P.03

02 | **ACTUALITÉS DU CLUB** P.07

03 | **RÉSULTATS SPORTIF** P.09

04 | **LES RDV À NE PAS MANQUER** P.13

05 | **RSE & ENGAGEMENT SOCIÉTAL** P.18

06 | **PORTRAIT** P.20

07 | **TIPS DU COACH** P.21

08 | **LA VIE DU CLUB** P.22

09 | **ESPACE PARTENAIRES** P.26

10 | **LE SAVIEZ-VOUS ?** P.28

01. LA RENTRÉE

Chaque rentrée est un moment particulier. Le club retrouve son énergie, les courts se remplissent à nouveau de rires, d'efforts et de convivialité. Derrière chaque entraînement et chaque match se cache une ambition qui nous anime depuis toujours : former des joueurs, mais surtout former des personnes.



Cette saison encore, plus de 1 100 licenciés seront accompagnés dans leur pratique par notre équipe pédagogique. Un chiffre qui témoigne de la confiance accordée à notre club, mais surtout de la force de notre projet : proposer une formation de qualité, accessible à tous, quels que soient l'âge, le niveau ou la discipline.

LE TENNIS, AU COEUR DE NOTRE FORMATION

Le tennis reste le cœur du club. Notre École de Tennis Jeunes accueille 624 enfants, tandis que le Centre d'Entraînement accompagne 83 jeunes compétiteurs, avec 1 h 30 à 8 h d'entraînement par semaine selon leur projet sportif.

Chez les adultes, 235 joueurs fréquentent notre École de Tennis, preuve que le plaisir de progresser n'a pas d'âge.



624

JEUNES À
L'ÉCOLE DE
TENNIS



83

JEUNES AU
CENTRE
D'ENTRAÎNEMENT



235

ADULTES EN
COURS
COLLECTIF

NOUVELLE DISCIPLINE : LE PICKLEBALL

Et parce qu'un club doit aussi savoir regarder vers l'avenir, nous lançons cette année le développement du pickleball. Les débuts sont prometteurs avec déjà quelques pratiquants, mais surtout un véritable projet : les terrains A et B sont désormais tracés, un enseignant du club est spécifiquement formé à cette nouvelle discipline, et de nombreuses animations viendront la faire découvrir au plus grand nombre.

LE PADEL CONTINUE DE GRANDIR

Le padel poursuit lui aussi son formidable développement.

Notre école compte désormais 38 jeunes et 129 adultes, séduits par une discipline conviviale, spectaculaire et en plein essor.

DES SPORTS ACCESSIBLE À TOUS

Parce que la pratique sportive doit pouvoir s'adapter à tous, le club poursuit le développement de plusieurs dispositifs.



TENNIS SANTÉ

2 créneaux
le vendredi
matin



PADEL SANTÉ

Le jeudi
matin



PADEL ADAPTÉ

En partenariat
avec plusieurs
structures

LE PARATENNIS CONTINUE DE GRANDIR

Nous sommes également particulièrement fiers de notre section Paratennis, qui continue de grandir chez les jeunes avec **Paul RYCKEBUSH**, **Basile COULON CHANCEL** et **Cléo GINTERDAELE**. Cette saison marque d'ailleurs l'arrivée de **Cléo**, actuelle 9^e joueuse mondiale juniors, qui rejoint notre club. Une immense fierté et un formidable exemple de détermination pour tous nos jeunes. Le club poursuit également son engagement auprès de **Mathieu Potez**, que nous continuerons d'accompagner dans son ambitieux projet d'intégrer le Top 30 français. Enfin, notre section peut toujours compter sur **Inès Ouazene**, figure historique du paratennis au sein du club. Plus ancienne membre de cette section, elle est aujourd'hui également investie dans la vie associative en faisant partie du bureau du club, illustrant parfaitement les valeurs d'engagement, de fidélité et de partage qui nous animent.



Cléo GINTERDAELE, 9^{ème} mondiale Juniors



Mathieu POTEZ, 41^{ème} joueur français

Mais la richesse de notre club ne se mesure pas uniquement au nombre de licenciés. Elle repose avant tout sur les femmes et les hommes qui le font vivre.

20

ENSEIGNANTS DIPLOMÉS



Notre équipe pédagogique est composée de 20 enseignants diplômés et passionnés, qui partagent la même envie de transmettre les valeurs qui nous sont chères :

le respect, l'engagement, le goût de l'effort, la convivialité et l'esprit de famille.

15

COACHS JUNIORS



CQPET

CERTIFICATION DE
QUALIFICATION
PROFESSIONNELLE
REÇU PAR TÉLÉVIS

DEJEPS

DIPLOME D'ETAT DE LA
JEUNESSE, DE
L'ÉDUCATION POPULAIRE
ET DU SPORT

Former, c'est aussi préparer l'avenir.

Chaque année, nous accompagnons plusieurs jeunes vers les métiers de l'enseignement grâce aux formations cqpét et dejeeps dispensées par la Ligue des Hauts-de-France.

En parallèle, 15 Coaches Juniors, formés directement au club, épaulant nos enseignants auprès des plus jeunes. Une formidable école de responsabilité et de transmission.



Notre culture de l'engagement se retrouve aussi chez nos ramasseurs de balles.

Notre école est aujourd'hui reconnue, et chaque année, au moins un de nos jeunes pour vivre l'aventure exceptionnelle de Roland Garros.

Une belle récompense pour leur implication et leur sérieux.

Au fond, notre projet est simple : faire de notre club bien plus qu'un lieu de pratique. Un lieu où chacun trouve sa place, progresse à son rythme, partage des émotions, construit des amitiés et grandit grâce au sport.

À toutes et à tous, nous souhaitons une très belle saison 2026-2027. Qu'elle soit riche en apprentissages, en rencontres, en performances... mais surtout en plaisir. Car c'est bien là notre plus belle victoire.

CETTE SAISON, LES DATES DE REPRISE ET LES CALENDRIERS DE COURS DIFFÉRENT SELON LES DISCIPLINES.

 Les cours de tennis et de pickleball reprendront la semaine du 7 septembre.

 Les cours de padel reprendront la semaine du 14 septembre.

Retrouvez ci-dessous les deux calendriers de la saison 2026-2027. Pensez à les conserver afin de connaître les semaines de cours et les périodes d'interruption.



Calendrier des cours de TENNIS et PICKLE 2026/2027



sept-26	oct-26	nov-26	déc-26
L M M J V S D	L M M J V S D	L M M J V S D	L M M J V S D
7 8 9 10 11 12 13	5 6 7 8 9 10 11	2 3 4 5 6 7 8	7 8 9 10 11 12 13
14 15 16 17 18 19 20	12 13 14 15 16 17 18	9 10 11 12 13 14 15	14 15 16 17 18 19 20
21 22 23 24 25 26 27	19 20 21 22 23 24 25	16 17 18 19 20 21 22	21 22 23 24 25 26 27
28 29 30	26 27 28 29 30 31	23 24 25 26 27 28 29	28 29 30 31
		30	

janv-27	févr-27	mars-27	avr-27
L M M J V S D	L M M J V S D	L M M J V S D	L M M J V S D
4 5 6 7 8 9 10	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	5 6 7 8 9 10 11
11 12 13 14 15 16 17	8 9 10 11 12 13 14	8 9 10 11 12 13 14	12 13 14 15 16 17 18
18 19 20 21 22 23 24	15 16 17 18 19 20 21	15 16 17 18 19 20 21	19 20 21 22 23 24 25
25 26 27 28 29 30 31	22 23 24 25 26 27 28	22 23 24 25 26 27 28	26 27 28 29 30
		29 30 31	

mai-27	juin-27	juil-27	août-27
L M M J V S D	L M M J V S D	L M M J V S D	L M M J V S D
3 4 5 6 7 8 9	7 9 11 12 13		
10 11 12 13 14 15 16	16 19 20		
17 18 19 20 21 22 23	26		
24 25 26 27 28 29 30			
31			



Calendrier des cours de PADEL 2026/2027



sept-26	oct-26	nov-26	déc-26
L M M J V S D	L M M J V S D	L M M J V S D	L M M J V S D
14 15 16 17 18 19 20	5 6 7 8 9 10 11	2 3 4 5 6 7 8	7 8 9 10 11 12 13
21 22 23 24 25 26 27	12 13 14 15 16 17 18	9 10 11 12 13 14 15	14 15 16 17 18 19 20
28 29 30	19 20 21 22 23 24 25	16 17 18 19 20 21 22	21 22 23 24 25 26 27
	26 27 28 29 30 31	23 24 25 26 27 28 29	28 29 30 31
		30	

janv-27	févr-27	mars-27	avr-27
L M M J V S D	L M M J V S D	L M M J V S D	L M M J V S D
4 5 6 7 8 9 10	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	5 6 7 8 9 10 11
11 12 13 14 15 16 17	8 9 10 11 12 13 14	8 9 10 11 12 13 14	12 13 14 15 16 17 18
18 19 20 21 22 23 24	15 16 17 18 19 20 21	15 16 17 18 19 20 21	19 20 21 22 23 24 25
25 26 27 28 29 30 31	22 23 24 25 26 27 28	22 23 24 25 26 27 28	26 27 28 29 30
		29 30 31	

mai-27	juin-27	juil-27	août-27
L M M J V S D	L M M J V S D	L M M J V S D	L M M J V S D
3 4 5 6 7 8 9	7 9 11 12 13		
10 11 12 13 14 15 16	16 18 19 20		
17 18 19 20 21 22 23	26		
24 25 26 27 28 29 30			
31			

Cours école de tennis jeunes et adultes, pickle adultes et Centre d'entraînement

Jours fériés
(pas de cours)

Fêtes de l'école de
tennis/padel/pickle JEUNES

Vacances scolaires
(Pas de cours)

Compétitions
(pas de cours)

FETE DU CLUB pour TOUS les adhérents
jeunes et adultes tennis/padel/pickle

Assemblée
générale
(pas de cours)

28 séances de cours à l'année + 2 fêtes de
2h30 pour les JEUNES et la fête du club
pour TOUS les adhérents jeunes et
adultes le samedi 26 juin

02. ACTUALITÉS

L'ÉQUIPE S'AGRANDIT ET SE RENFORCE !



SOPHIE ERRE RIU

Certaines arrivées ont une saveur particulière... C'est le cas de Sophie Erre-Riu, qui fait son retour dans son club de cœur. Ancienne directrice sportive de La Raquette pendant plus de dix ans, elle a accompagné toute une génération de joueurs et contribué au développement du projet sportif. Ancienne joueuse professionnelle, classée 160^e mondiale en 2000, Sophie n'a jamais vraiment quitté la vie du club.

Cette saison, elle participera à l'accueil des adhérents, au soutien administratif, à l'organisation de l'École de Tennis Jeunes ainsi qu'à l'encadrement de séances de tennis et de Padel Santé.

Une nouvelle aventure commence pour Sophie à La Raquette... même si, au fond, elle n'est jamais vraiment partie !

LÉO SAMYN

Arrivé à La Raquette en 2021 pour préparer son DEJEPS, Léo Samyn rejoint désormais officiellement l'équipe permanente du club à temps plein.

Classé 2/6 et titulaire d'un Master en EPS, il accompagne les jeunes et les adultes, notamment nos meilleurs compétiteurs de 13 ans et plus. Capitaine de l'équipe première messieurs depuis 2023, il a également participé au retour du club en Nationale 4, plus de quinze ans après sa dernière apparition à ce niveau.

Diplômé du DESJEPS depuis juin 2026, Léo poursuivra ses missions d'entraînement et participera à la coordination de l'École de Tennis Jeunes et du Centre d'Entraînement, aux côtés de Julie, Yanis et Sophie. Félicitations Léo pour ce beau parcours !



THÉO LAMONT

Pour accompagner le développement du padel à La Raquette, nous sommes heureux d'accueillir Théo Lamont au sein de notre équipe pédagogique.

Âgé de 24 ans et licencié au club depuis 2024, Théo est entraîneur de tennis et de padel depuis 2022. Actuellement responsable sportif du club de Mouscron, il a également enseigné dans plusieurs clubs de la métropole lilloise.

Dès cette saison, il encadrera plusieurs groupes de padel adultes et participera, aux côtés de Briac et de l'équipe pédagogique, au développement de la filière padel, notamment auprès des jeunes. Bienvenue Théo !



FÊTE DE L'ÉCOLE DE TENNIS ET PADEL JEUNES

Comme chaque fin de saison, les jeunes de l'école de tennis et de padel se sont retrouvés en juin 2026 pour partager un dernier moment tous ensemble avant les vacances d'été. Au programme : des jeux, des animations, des matchs et surtout beaucoup de bonne humeur ! Une belle occasion de clôturer cette saison dans une ambiance conviviale, entourés des enseignants, des bénévoles et des familles. Un grand merci à toutes les personnes présentes pour avoir contribué à la réussite de cette journée



LA RAQUETTE FAIT SA FÊTE

Vous avez été nombreux à répondre présents pour la fête du club le 20 Juin 2026 !

Une belle soirée pour se retrouver, partager un dernier moment ensemble et clôturer la saison avant les vacances d'été.

Au programme : des animations, un clinic animé par les joueurs et joueuses de nos équipes premières, la remise des récompenses à nos licenciés et à nos équipes tennis et padel, avant de terminer la soirée autour d'un barbecue.

Cette fête est avant tout un moment pour se retrouver, échanger et célébrer une saison riche en émotions, en performances et en souvenirs.

Un immense merci à tous les bénévoles, emmenés par Marie, qui ont une nouvelle fois donné de leur temps pour faire de cette soirée une réussite. Merci également à tous les licenciés, leurs familles et l'ensemble des personnes présentes. C'est grâce à vous que ces moments ont autant de valeur.



03. LES RESULTATS SPORTIFS

TENNIS



ANGIE VILAIN

✓ Championne de la ligue Wallonie Bruxelles en U13



MAYSSA EL BACKKHOUC

✓ Finaliste du TMC d'Avion



YONA VILAIN

✓ Championne du Brabant des interclubs mixte U7



EVA TUR

✓ Finaliste du circuit découverte du TC Flandres
✓ Sélectionnée pour le Masters Nord du Circuit Découverte à la Ligue



LILOU BAMBA

✓ Vainqueur du circuit orange 7/10 ans d'Etaples



NOAM PASCAL

✓ Vainqueur de sa poule au tournoi orange de Croix



EMMA BLANQUART

✓ Demi-finaliste de Roubaix



CHARLES TRAPET

✓ Termine 1er de sa poule à Phalempin



AUGUSTE SALMON

✓ Finaliste du tournoi de Guerande



OSCAR VANHOVE

✓ Finaliste du tournoi M4 du TC Vautour



ELÉONORE BIGO

✓ Vainqueur du tournoi 13/14 ans du Touquet



JOSÉPHINE BIGO

✓ Vainqueur du tournoi 17/18 ans du Touquet



PAOLO CIMARELLI

- ✓ Vice-champion de France par équipes avec son collège
- ✓ Vainqueur du tournoi 11/12 ans de Bondues et finaliste du tournoi 11/12 ans du Touquet



ACHILLE MOUTIER

- ✓ Finaliste en double du Tournoi National 11 ans de Rochefort



VADIM LECLERE

- ✓ Vainqueur du Touquet en 11/12 ans
- ✓ Finaliste de Roubaix en 11/12 ans



LUBIN LEMAY

- ✓ Vainqueur du circuit découverte du TC Flandres
- ✓ Participation à la coupe d'été organisée par la ligue des Hauts de France



MARTIN RIU

- ✓ Finaliste de l'ITF J60 de Hilversum en simple et en double
- ✓ Quart de finaliste de l'ITF junior J60 de Limelette
 - ✓ Demi-finaliste du tournoi de Saint Quentin
 - ✓ Participation aux qualifications du M15 de Strasbourg
- ✓ Huitième de finaliste à l'ITF junior J100 de Maaseik
- ✓ Qualification pour la première fois dans un tableau final au M25 de Koksijde
- ✓ Vainqueur du tournoi d'Hardelot avec une première perf à -15
- ✓ Demi-finaliste du championnat de France 17/18 ans en double



MARIUS MENTAVERRI

- ✓ Finaliste du tournoi de Phalempin en 13/14 ans
- ✓ Finaliste du tournoi d'Hazebrouck en 13/14 ans
- ✓ Participation au tennis Europe U14 de Veurne
- ✓ Termine 3ème de sa poule au Tennis Europe U12 de Primerose
- ✓ Finaliste à Bidart en 13/14 ans
- ✓ 5ème/12 d'un TMC senior avec 3 perfs
- ✓ Quart de finaliste à Bayonne en 13/14 ans
- ✓ Finaliste de Bassussary en 13/14 ans



LISE KACMAR

- ✓ Vainqueur d'un tournoi en dames 4
- ✓ Finaliste d'un tournoi dames 3
- ✓ Vainqueur en Dames à Houdeng



AXEL BELOT

- ✓ Vainqueur du tournoi open senior de Bauvin Provin
- ✓ Vainqueur du tournoi Open de Billy Montigny



FÉDÉRATION FRANÇAISE DE TENNIS

LES RAQUETTES FFT

ÉPREUVE FÉMININE PAR ÉQUIPES

RÉSERVÉE AUX JOUEUSES NON CLASSÉES JUSQU'À 30/4

FINALE | LES 18, 19 ET 20
NATIONALE | SEPTEMBRE 2026

ANGERS TENNIS CLUB

Wilson SVR

TENNIS
FÉDÉRATION FRANÇAISE

LES RAQUETTES
FFT

Toutes les infos sur www.fft.fr

**MATHILDE VIGNERON
LOUISE VINCKIER
EMMANUELLA ENYEAMA
JEANNE VIGNERON**

Après un très beau parcours, **Mathilde, Louise, Jeanne et Emmanuella** ont remporté la phase régionale des Raquettes FFT Dames. Elles sont donc qualifiées pour la phase finale nationale, qui se déroulera à Angers les **17, 18 et 19 septembre** prochains.

Une belle aventure pour nos quatre joueuses, qui représenteront les couleurs de La Raquette face aux meilleures équipes de France. Elles seront accompagnées de leur coach Yanis, très engagé à leurs côtés tout au long de cette aventure.

Bravo à toute l'équipe et bonne chance pour cette finale !

JULIE GERVAIS ET NABIL FILALI



✓ Finalistes du P250 mixte de P comme
Padel à Saint Omer

SAMIA MEDJAHDI ET NABIL FILALI



✓ Finalistes du P250 mixte d'Escapad
Euralille

SOPHIE BRIEZ



- ✓ 4ème des championnats régionaux
avec sa partenaire Ilyana
- ✓ 11ème du P1000 de Vernon avec sa
partenaire Ilyana
- ✓ termine 19ème sur 31 pour son
premier P1500 à Asnières avec sa
partenaire Ilyana

04. LES RENDEZ-VOUS À NE PAS MANQUER

À vos agendas ! Découvrez les temps forts qui rythmeront les prochaines semaines à La Raquette.

WELCOME BACK

Pour lancer cette nouvelle saison tous ensemble, rendez-vous le dimanche 20 septembre, de 10h à 13h, pour notre Welcome Back ! Au programme : tennis, padel et pickleball, remise des cartes de membres et des nouvelles tenues, sans oublier un moment convivial autour d'un petit-déjeuner et d'un cocktail proposés par La Maison Fonseca. Inscription obligatoire via le QR code.

WELCOME BACK
DIMANCHE 20 SEPTEMBRE 10H À 13H

TENNIS

PADEL

PICKLEBALL

REMISE DES CARTES ADHÉRENTS & REMISE DES NOUVELLES TENUES

PETIT-DÉJEUNER & COCKTAIL
BY LA MAISON FONSECA

INSCRIVEZ-VOUS !

LE TOURNOI FEMMES EN NORD EST DE RETOUR !

Du 4 au 11 octobre 2026, le tennis international féminin fait son retour à

La Raquette de Villeneuve-d'Ascq pour la 3e édition du tournoi Femmes en Nord !

Pendant une semaine, des joueuses françaises et internationales s'affronteront sur nos courts à l'occasion de ce tournoi ITF W35.

Après une édition 2025 qui avait réuni plus de 5 000 spectateurs, nous vous attendons encore nombreux cette année pour venir profiter du spectacle et découvrir le tennis professionnel au plus près des joueuses.

Mais le tournoi Femmes en Nord, c'est aussi un événement engagé : promotion du tennis féminin, actions autour du tennis et du padel santé, initiatives avec les centres de la Métropole Européenne de Lille et soutien à Octobre Rose, avec déjà plus de 8 000 € récoltés depuis la création du tournoi.

TEN NIS [UN ÉVÉNEMENT FFT] **ITF World Tennis Tour**

3^{ème} ÉDITION

TOURNOI ITF W35

FEMMES EN NORD

4 AU 11 OCTOBRE 2026

Entrée gratuite

STADE JEAN JACQUES CARRIÈRE DELPORTE
59650 - VILLENEUVE D'ASCQ

TEN NIS **LIGUE HAUTS DE FRANCE** **MEL MÉTROPOLITAIN DE LILLE** **Nord** **Technifibre** **CHAVEROCHÉ** **Mondial Relay by lePost** **CLASQUIN** **n-tennis** **SAGA**

Bien plus qu'un rendez-vous sportif, le tournoi Femmes en Nord portera une nouvelle fois les couleurs d'Octobre Rose. Après une édition 2025 marquée par 134 Aces Roses et un chèque de **8 350 €** remis à l'association Mon Bonnet Rose, le club souhaite poursuivre et amplifier cette mobilisation.

Pendant toute la semaine, différentes animations solidaires permettront aux joueuses, aux partenaires, aux adhérents et aux spectateurs de contribuer à cette belle cause.

L'objectif est désormais clair : faire encore mieux cette année et battre le record de dons de l'édition précédente !

TOURNOI FEMMES EN NORD | 4 AU 11 OCTOBRE 2026

MERCREDI 7 OCTOBRE

TOUTES EN ROSE, TOUTES EN JEU !

Une animation tennis & padel santé
avec **Mon Bonnet Rose**.

Viens jouer aux côtés des joueuses professionnelles
et de la marraine du tournoi
pour soutenir Octobre Rose !



TOURNOI FEMMES EN NORD | 4 AU 11 OCTOBRE 2026

VENDREDI 9 OCTOBRE

LES PARTENAIRES À L'HONNEUR

18H LA ROSE PARTNERS CUP
Tournoi de doubles des partenaires
avec la marraine du tournoi.

18H30 THE PINK PARTNERS COCKTAIL

18H35 SHOW DES POM-POM GIRLS

18H45 FINALE DU DOUBLE DAMES



TOURNOI FEMMES EN NORD | 4 AU 11 OCTOBRE 2026

DIMANCHE 11 OCTOBRE

LE GRAND FINAL !

9H PLATEAUX ROUGE & ORANGE

9H BRUNCH ROSE

10H45 SHOW DES POM-POM GIRLS

11H FINALE DU SIMPLE DAMES



LES TOURNOIS DE PADEL

Tout au long de la saison, nos tournois de padel rythment la vie du club.
Découvrez les rendez-vous des trois prochains mois et
réservez dès maintenant vos dates !

TOURNOI PADEL SEPTEMBRE



P100
MESSIEURS & MIXTE
DIMANCHE 6

P500
MESSIEURS & DAMES
DIMANCHE 13

P250
MESSIEURS
SAMEDI 19

P25
DAMES
SAMEDI 19

TOURNOI PADEL OCTOBRE



P250
MESSIEURS +45
DIMANCHE 4

P100
MESSIEURS
DIMANCHE 4

P500
MESSIEURS & DAMES
DIMANCHE 18

P100
MESSIEURS & MESSIEURS +45 ANS
SAMEDI 24

TOURNOI PADEL NOVEMBRE



P250
MESSIEURS +45
DIMANCHE 1

P100
MESSIEURS
DIMANCHE 1

P100
MESSIEURS
DIMANCHE 15

P25
MESSIEURS
DIMANCHE 15

P250
MESSIEURS & DAMES
SAMEDI 28

Rendez-vous sur
l'application Media Padel
pour réserver votre place
aux tournois !



SAVE THE DATE

La Raquette est avant tout une association qui appartient à ses adhérents.

En rejoignant le club, vous participez pleinement à sa vie et à son développement.

Nous vous donnons rendez-vous le 27 novembre à 19h pour l'Assemblée Générale du club.

Au programme : présentation des règles de fonctionnement et du règlement intérieur du club, suivie d'un moment convivial.

Aucun cours ne sera assuré ce soir-là.



05. RSE & ENGAGEMENT SOCIÉTAL



FITENNIS



BOOSTEZ VOTRE ÉNERGIE À LA PAUSE DÉJEUNER



12H30-13H
LES MARDIS

5€ Adhèrent
7€ non Adhèrent

Séance Fit Tennis
Renforcement musculaire
Cardio

INSCRIPTIONS OBLIGATOIRES

PAR MAIL À : LA-RAQUETTE-VA@FFT.FR OU PAR TÉLÉPHONE AU 03.20.47.09.63

BOUGER, PROGRESSER, PARTAGER

Le Fitennis, c'est une séance dynamique mêlant fitness, cardio et renforcement musculaire, le tout en musique dans une ambiance conviviale et motivante. Une façon idéale de faire du sport sur la pause déjeuner !



SÉANCE DE CARDIO / RENFORCEMENT

La Raquette vous propose des séances de cardio / renforcement tout les dimanches de 10h à 11h30 avec coach Martinho.



TENNIS & PADEL SANTÉ

UNE PRATIQUE DOUCE, LUDIQUE ET ADAPTÉE



TENNIS SANTÉ

Vendredi à 10h ou 11h

avec
Laurent ROGER

PADEL SANTÉ

Jeudi à 9h ou 10h

avec
Sophie ERRE-RIU

SÉANCE D'UNE HEURE • 150 € LES 28 SÉANCES

Sur ordonnance médicale

Vous êtes en affection de longue durée (ALD) ou souffrez d'une maladie chronique ?
Vous pouvez bénéficier d'une prise en charge adaptée.

CNMSS : jusqu'à 130 € de participation* pour toute inscription annuelle dans un club sportif agréé.

RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTIONS

À L'ACCUEIL DU CLUB OU :

PADEL SANTÉ : ERRE.SOPHIE@YAHOO.FR

TENNIS SANTÉ : LAURENT7ROGER@GMAIL.COM

06. PORTRAIT

LÉO SAMYN

PRÉSENTE TOI EN QUELQUES MOTS

Je suis arrivé à La Raquette en 2021 pour préparer mon DEJEPS et je rejoins aujourd'hui officiellement l'équipe permanente à temps plein.

Classé 2/6 et titulaire d'un Master en EPS, j'accompagne les jeunes et les adultes, notamment les meilleurs compétiteurs de 13 ans et plus.

Diplômé du DESJEPS depuis juin 2026, je poursuis mes missions d'entraînement et participe à la coordination de l'École de Tennis Jeunes et du Centre d'Entraînement

QUELLES SERONT TES PRINCIPALES MISSIONS CETTE SAISON ?

Pour cette nouvelle saison, mes missions seront principalement axées sur l'entraînement des projets forts du club, notamment auprès des jeunes de plus de 12 ans, ainsi que sur la responsabilité du centre d'entraînement 12/18 ans. Mon objectif sera de les accompagner dans leur progression au quotidien, en mettant en place un suivi et un travail adaptés afin de les faire évoluer tout au long de l'année, aussi bien sur le plan sportif que personnel. Je suis également responsable de l'école de tennis aux côtés de Julie et Yanis. C'est une mission particulièrement intéressante et importante à mes yeux, car l'école de tennis représente une part essentielle de la vie et du développement du club.

QUELS SONT TES OBJECTIFS POUR CETTE NOUVELLE SAISON ?

Pour cette nouvelle saison, mes objectifs sont directement liés aux joueurs que je vais accompagner. L'objectif principal est de réussir à faire progresser chacun d'entre eux au quotidien, en prenant en compte l'ensemble de leur personne. Notre rôle est bien évidemment de les faire progresser dans leur pratique du tennis, mais également de les accompagner dans toutes les dimensions que ce sport peut englober : le physique, le mental, mais aussi le développement personnel. À travers l'école de tennis, nous souhaitons également proposer le meilleur contenu possible aux joueurs davantage tournés vers le loisir, tout en conservant une véritable passion pour le tennis. L'objectif est de leur permettre de progresser à leur rythme, tout en prenant un maximum de plaisir lors de chaque séance.

TU ES AUJOURD'HUI CAPITAINE. COMMENT IMAGINES TU L'ÉQUIPE DANS LES PROCHAINES ANNÉES ?

Nous avons aujourd'hui la chance, et une certaine fierté, de voir notre équipe première évoluer en Nationale avec uniquement des joueurs formés au club. L'objectif pour la prochaine saison est ambitieux puisque nous jouerons la montée au printemps prochain. Nous savons que le début de championnat pourra être compliqué, notamment avec nos joueurs évoluant aux États-Unis, qui ne pourront pas être présents lors des deux premières rencontres. Cette équipe doit être le véritable reflet du club et de la qualité de sa formation, avec la volonté d'intégrer régulièrement de jeunes joueurs issus de notre école et de notre centre d'entraînement. C'est d'ailleurs une réelle source de motivation au quotidien pour moi : faire progresser les jeunes du club en leur donnant l'ambition et la perspective de pouvoir, un jour, évoluer aux côtés des meilleurs joueurs et représenter leur club au plus haut niveau

QU'EST CE QUI TE MOTIVE LE PLUS À L'IDÉE DE CETTE NOUVELLE SAISON ?

C'est toujours motivant de commencer une nouvelle saison, car nous avons le plaisir de retrouver tout le monde, que ce soit nos collègues ou les enfants. J'ai hâte de voir quelle direction nous allons prendre au fil des entraînements, en fonction des besoins de chacun, mais aussi de découvrir les solutions que nous allons trouver face aux différents problèmes et défis que nous rencontrerons tout au long de l'année. C'est aussi ce qui rend notre métier passionnant : chaque joueur est différent et nous devons constamment nous adapter pour l'accompagner au mieux dans sa progression.

TU ES PARTI AUX ETATS UNIS POUR LES QUALIFICATIONS DE L'US OPEN PEUX TU NOUS RACONTER CETTE EXPÉRIENCE ?

En effet, j'ai eu la chance d'être sélectionné par la Fédération Française de Tennis pour participer à un colloque organisé avec l'USTA, la fédération américaine de tennis, dans le cadre de l'USTA Coaching, un programme qui rassemble des entraîneurs autour de différentes conférences et thématiques. De mon côté, j'ai intégré un groupe restreint composé d'entraîneurs de la fédération américaine, mais également de la fédération anglaise. Pendant quatre jours, nous avons alterné entre différentes interventions menées par des entraîneurs de renom tels que Carl Maes, Øivind Sørvald, Henrick Vleeshouwers ou encore Darren Cahill. L'objectif était notamment de mettre en lumière les différentes méthodes de travail et les approches propres à chaque culture, afin de pouvoir confronter nos expériences et retenir les meilleures idées de chacun. Les interventions portaient à la fois sur les grands principes techniques et tactiques, mais également sur l'accompagnement d'un joueur de très haut niveau : comment construire une relation de confiance avec un joueur qui a pour objectif de devenir le meilleur dans sa discipline, et tout ce que cela implique au quotidien. Nous avons également eu l'opportunité d'assister à des matchs et d'observer différentes séances d'entraînement, avec des échanges privilégiés autour des situations que nous avons pu analyser sur le terrain. Ce fut une expérience incroyable et extrêmement enrichissante pour moi, aussi bien sur le plan professionnel que personnel. Elle m'a permis d'échanger avec des entraîneurs issus de cultures différentes et de repartir avec de nouvelles idées et de nouvelles perspectives pour continuer à progresser dans mon métier.

07. LE TIPS DU COACH

Au padel, il faut changer une habitude : la vitre n'est pas ton ennemie, c'est une aide.
Mais attention : la vitre ne réagit pas toujours de la même manière, et les conditions météo jouent énormément.

L'ÉTÉ : ATTENTION, LA BALLE RESSORT DAVANTAGE



Quand il fait chaud, la balle est généralement plus vive et les conditions peuvent rendre les rebonds plus rapides et plus francs.

Conséquence : après avoir touché la vitre, la balle peut ressortir davantage et plus vite.
Le joueur doit donc éviter de se précipiter.

“ Ne pars pas trop tôt vers la balle.
Laisse-la toucher la vitre, observe
comment elle ressort et ajuste ton
déplacement. ”

“ Ne joue pas la vitre que tu connais.
Joue la vitre que tu as aujourd'hui. ”

LA RÈGLE À APPRENDRE AU JOUEUR QUAND LA BALLE PART VERS LA VITRE :

1. Je ne panique pas
2. Je laisse la balle toucher la vitre.
3. Je lis sa sortie.
4. Je me déplace en fonction des conditions.
5. Je frappe lorsque la balle arrive dans ma zone de confort.

L'HIVER : LES CONDITIONS CHANGENT COMPLÈTEMENT



En hiver, la température, l'humidité, le vent et parfois la condensation peuvent modifier fortement le comportement de la balle et des vitres.

Une vitre humide peut notamment rendre le rebond moins prévisible, tandis que le froid peut rendre la balle moins vive.

C'est pour ça qu'un bon joueur ne joue jamais les vitres « automatiquement ».

Il doit constamment se demander :

« Comment la balle va-t-elle ressortir aujourd'hui, avec ces conditions ? »



TIPS BY COACH BRIAC

08. LA VIE DU CLUB

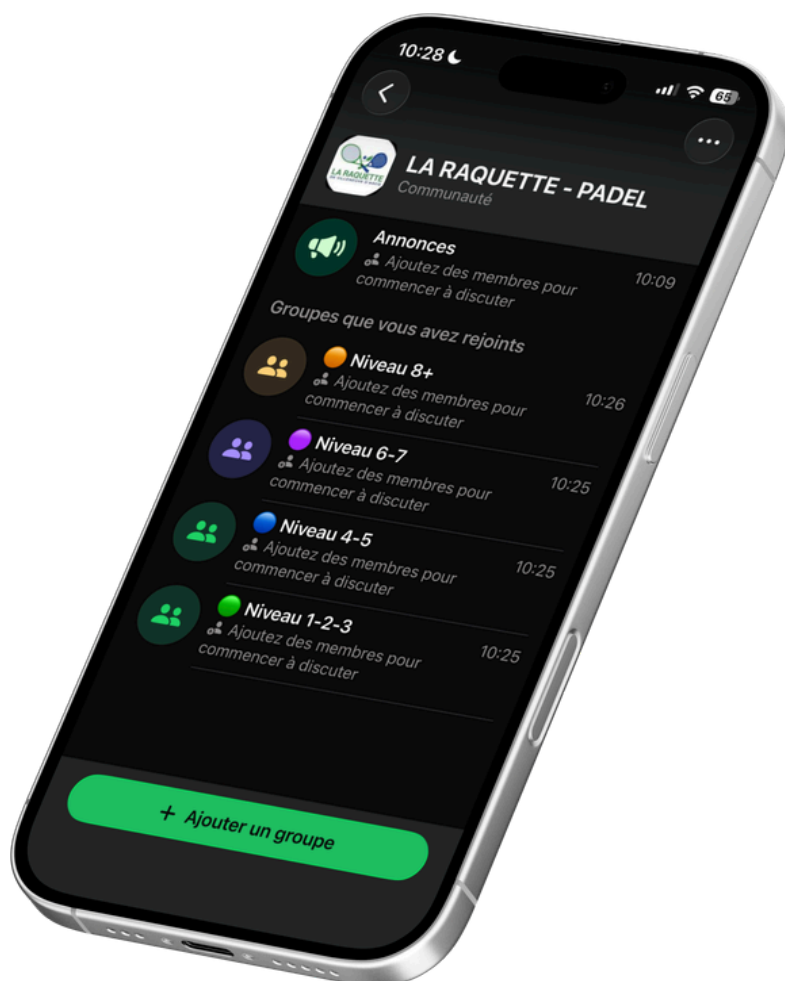
COMMUNAUTÉ WHATSAPP POUR LES ADHÉRENTS PADEL

Après deux saisons d'échanges via notre groupe Facebook, nous faisons évoluer notre façon de communiquer. Dès cette saison, place à une communauté WhatsApp, plus simple, plus rapide et mieux organisée pour trouver facilement des partenaires de jeu.

Parce qu'il n'est pas toujours facile de trouver trois partenaires disponibles au bon moment, cette nouvelle communauté est entièrement dédiée aux adhérents padel de La Raquette.

Répartis par niveau de jeu (1-2-3, 4-5, 6-7 et 8+), les différents groupes permettent de trouver rapidement des partenaires, compléter une partie ou organiser un match en quelques messages. Un groupe « Annonces » permettra également de retrouver toutes les informations importantes concernant le padel au club.

Réservée exclusivement aux adhérents, cette communauté a été pensée pour rendre les échanges plus simples, favoriser les rencontres entre joueurs et faire vivre encore davantage la communauté padel de La Raquette.



REJOIGNEZ LA COMMUNAUTÉ
EN SCANNANT LE QR CODE



GROUPE WHATSAPP D'APPEL À PARTENAIRES TENNIS

À la recherche de nouveaux partenaires ? Rejoignez nos groupes WhatsApp !

Vous souhaitez trouver facilement des partenaires de tennis de votre niveau et multiplier les occasions de jouer et de vous entraîner ? La Raquette met à votre disposition 3 groupes WhatsApp d'appel à partenaires, adaptés à différents niveaux :

Groupe 3^e série

Pour les joueurs et joueuses évoluant en 3^e série.

Groupe fin de 4^e série

Pour les joueurs et joueuses confirmés de 4^e série.

Groupe début de 4^e série / débutants

Pour les joueurs et joueuses en progression ou débutant la compétition.

Ces groupes sont gérés par nos coaches Yanis et Laurent, afin de faciliter les mises en relation et permettre à chacun de trouver de nouveaux partenaires d'entraînement.

Vous souhaitez rejoindre l'un de ces groupes ?
N'hésitez pas à contacter l'accueil du club : nous vous ajouterons au groupe correspondant à votre niveau.

À vos raquettes ! Et surtout, à vous de jouer !



STAGES TENNIS & MULTIRAQUETTES

Jeunes

2026 / 2027



Ouvert à tous les enfants
débutants, intermédiaires ou confirmés

ENCADRÉS PAR
LES MONITEURS
DIPLOMÉS
DU CLUB

Sous la responsabilité des moniteurs diplômés du club,
l'équipe pédagogique du club vous propose des stages jeunes tous niveaux.



DATES DES STAGES



TOUSSAINT

- du 19 au 23 octobre
- du 26 au 30 octobre



NOËL

- du 21 au 24 décembre*
- du 28 au 31 décembre*



PRINTEMPS

- du 19 au 23 avril
- du 26 au 30 avril



ÉTÉ

- du 28 juin au 2 juillet
- du 5 au 9 juillet
- du 12 au 16 juillet*
- du 16 au 20 août
- du 23 au 27 août

*semaine de 4 jours tarif réduit



FORMULES



FORMULE INTENSIVE

10h - 15h

150€

(+10€ non adhérent)



FORMULE DEMI-INTENSIVE

10h - 12h ou 13h - 15h

90€

(+5€ non adhérent)



OPTIONS EN SUPPLÉMENT

(sous réserve d'un nombre
minimum de participants)



OPTION 1 JEUX SPORTIFS de 9h à 10h

5€
par jour
ou
15€ la semaine



OPTION 2 MATCHS LIBRES TENNIS de 15h à 17h

10€
par jour
ou
30€ la semaine



OPTION 3 MULTIRAQUETTES PADEL de 15h à 17h

10€
par jour
ou
30€ la semaine



OPTION 4 REPAS

6€
par jour



INSCRIVEZ VOTRE ENFANT DÈS MAINTENANT !



Inscriptions et renseignements au **03.20.47.09.63**
Stade Jean Jacques - rue du 8 mai 1945
59650 Villeneuve d'Ascq



@La Raquette de Villeneuve d'Ascq Lille Métropole



@laraquettedamel

VIENS FÊTER TON ANNIVERSAIRE À LA RAQUETTE



TENNIS

2h d'activités encadrées
+ 1h de goûter

PADEL

1h30 d'activités encadrées
+ 1h de goûter

TARIFS

8 enfants ou moins : 120€
de 8 à 12 enfants : 170€

TARIFS

8 enfants ou moins : 130€
de 8 à 12 enfants : 180€

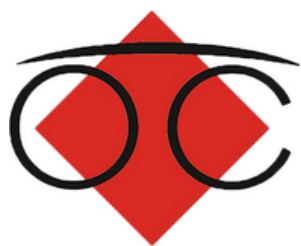
OPTION GOÛTER

réalisé par nos partenaires
Tarif en fonction de la demande

Renseignements et inscriptions
par mail via ce QR code



09. ESPACE PARTENAIRES



OPTICAL CENTER

La Raquette est heureuse de compter Optical Center Villeneuve-d'Ascq – La Cousinerie parmi ses partenaires.

OPTICAL CENTER : UN NOUVEAU PARTENAIRE AU SERVICE DE VOTRE VUE ET DE VOTRE AUDITION

DES ÉQUIPEMENTS ADAPTÉS À VOTRE PRATIQUE SPORTIVE

Saviez-vous qu'il est possible de faire réaliser des lunettes de sport à votre vue, spécialement conçues pour répondre aux exigences de votre pratique ? Grâce à leurs montures techniques et à leurs verres correcteurs, elles offrent un excellent maintien, un large champ de vision et une protection optimale, aussi bien en intérieur qu'en extérieur.

Pour les sportifs qui privilégient une liberté de mouvement maximale, Optical Center propose également l'adaptation de lentilles de contact à votre vue. Après un bilan personnalisé, notre équipe vous accompagne dans le choix de la solution la plus adaptée à vos besoins et à votre pratique sportive.

Que vous soyez joueur loisir ou compétiteur, vous bénéficierez de conseils personnalisés pour choisir l'équipement le plus adapté à votre vision et à votre sport.



**OPTICAL
CENTER**

OFFRE EXCLUSIVE

RÉSERVÉE AUX ADHÉRENTS

BÉNÉFICIEZ DE

VOTRE 3^e PAIRE OFFERTE*

OU

D'UNE REMISE SUPPLÉMENTAIRE
SUR VOTRE PAIRE DE LUNETTES*

* Voir conditions en magasin.



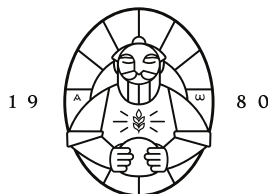
OPTICAL CENTER VILLENEUVE D'ASCQ
LA COUSINERIE
122 RUE DU 8 MAI 1945



03 74 09 56 56



**OUVERT DU LUNDI AU
SAMEDI DE 10H À 19H**



• MAISON • FONSECA

DE PÈRE EN FILS

LA MAISON FONSECA À NOS CÔTÉS
POUR UNE NOUVELLE SAISON

Partenaire fidèle de La Raquette, **La MAISON FONSECA** accompagnera une nouvelle fois les grands rendez-vous qui rythmeront la vie du club cette saison.

Dès le Welcome Back du 20 septembre, elle réglera nos adhérents à l'occasion du petit-déjeuner et du cocktail de rentrée.

Nous retrouverons également **la MAISON FONSECA** pendant le tournoi international ITF W35 Femmes en Nord, ainsi que lors de plusieurs animations organisées tout au long de l'année.

Depuis 1980, cette maison familiale perpétue son savoir-faire à travers des pains confectionnés à partir de farines bio françaises et une sélection de pâtisseries fines



COUSINERIE

1 AVENUE DE COURTRAI
59650 VILLENEUVE D'ASCQ



ASCQ

88 RUE GASTON BARATTE
59493 VILLENEUVE D'ASCQ

HORAIRES

MARDI: 7H00-19H00
MERCREDI: 7H00-19H00
JEUDI: 7H00-19H00
VENDREDI: 7H00-19H00
SAMEDI: 7H00-19H00
DIMANCHE ET LUNDI: FERMÉ



10. LE SAVIEZ VOUS

DIRECTION NEW YORK, DANS LES COULISSES DE L'US OPEN

MATCH DE NUIT

L'US Open a été le premier tournoi du Grand Chelem à organiser **des matchs en soirée** sous les projecteurs. Le premier match nocturne de l'histoire du tournoi a eu lieu en 1975 entre Stan Smith et John Newcombe. Oui, oui, LE Stan Smith, sponsorisé par Adidas pour une basket qui deviendra célèbre... Ce changement a non seulement attiré un nouveau public, mais a également transformé l'US Open en un spectacle de prime time, unique parmi les tournois majeurs. L'initiative s'est depuis propagée aux autres tournois, avec parfois des ratés sur la programmation... et l'horaire tardif qui fruste certains joueurs et spectateurs.

SOEURS WILLIAMS

En 2001, Venus et Serena Williams sont devenues les premières sœurs à se rencontrer en finale d'un tournoi du Grand Chelem à l'US Open. Venus, l'aînée, était alors la tenante du titre et avait remporté Wimbledon plus tôt cette année-là. Serena avait déjà gagné l'US Open en 1999 mais vivait dans l'ombre de sa sœur. Le match a duré 69 minutes et Venus s'est imposée 6-2, 6-4. Cette finale a marqué un tournant dans le tennis féminin, non seulement en termes de diversité, mais aussi en termes d'athlétisme et de style de jeu. Chez les hommes, les frères Bryan ont remporté 16 titres du Grand Chelem en double, dont 5 à l'US Open (en 2005, 2008, 2010, 2012 et 2014).

LE PLUS GRAND

Avec ses 23 771 places assises, **le stade Arthur Ashe** est le plus grand stade de tennis au monde. Sa capacité dépasse de loin celle de tout autre stade de tennis. Il est équipé d'un toit rétractable, ajouté en 2016 pour un coût additionnel de 150 millions de dollars. Mais qui est **Arthur Ashe**, au juste ? Tout simplement le premier joueur afro-américain à remporter l'US Open en 1968, également connu pour son engagement en faveur des droits civiques et de la lutte contre les inégalités raciales.

MALÉDICTION

La France a connu de nombreux succès sur la scène sportive internationale, et notamment dans les tournois du Grand Chelem, à Paris, Wimbledon et en Australie... mais jamais à l'US Open dans l'ère moderne. Si Mary Pierce (Australie 1995 et France 2000), Amélie Mauresmo (Australie et Wimbledon 2006), Marion Bartoli (Wimbledon 2013) et Yannick Noah (Paris 1983), aucun Français n'a jamais soulevé la coupe dans le pays de l'Oncle Sam. En tout cas pas dans l'ère moderne. Le seul à avoir frôlé l'exploit fut Cédric Pioline, en 1993, séchement battu par le local Pete Sampras (6-4, 6-4, 6-3). Cinquième joueur mondial en 2000, Pioline aura souffert d'un manque de réalisme dans les moments chauds, puisqu'il a longtemps détenu le record de finales perdues (douze en dix-sept tentatives).

MERCI !

UN GRAND MERCI À L'ENSEMBLE DE NOS
PARTENAIRES INSTITUTIONNELS, PRIVÉS ET
MÉCÈNES POUR LEUR **SOUTIEN PRÉCIEUX** ET LEUR
ENGAGEMENT À NOS CÔTÉS.

INSTITUTIONNELS



LIGUE
HAUTS
DE FRANCE



COMITÉ
NORD

PRIVÉS ET MÉCÈNES



In Extenso



OPTIQUE & AUDITION



Crédit Mutuel

SUIVEZ-NOUS



03 20 47 09 63



@laraquettedamel



La Raquette de
Villeneuve d'Ascq



laraquette.fr



**LA RAQUETTE DE
VILLENEUVE D'ASCQ**

23 rue du 8 mai 1945
59 650 Villeneuve d'Ascq