

## Connaissez-vous le " Pickleball " ?



Connaissez-vous le " Pickleball " ?

Rien d'étonnant à ça...c'est nouveau, ludique, qui se joue avec une raquette et une balle en plastique, est fun, rapide et simple à apprendre. Depuis son invention il y a presque 60 ans, le pickleball s'est imposé comme un sport tout public, qui se pratique aussi bien en loisir occasionnel, qu'à un niveau plus sérieux. Avec l'essor rapide de ce jeu, les occasions de jouer se multiplient pour les néophytes comme pour les personnes expérimentées.

Ici à Saint-Clar, au superbe Complexe Sportif des 3 Soleils, c'est le cas, cela par le biais de la Retraite Sportive des Bastides de Lomagne ( RSBL) dont Monique Denarnaud est la présidente.

Le principe du jeu consiste d'avoir des raquettes plus grandes qu'au ping-pong, plus petites qu'au tennis. Ces raquettes peuvent être fabriquées dans différents matériaux, comme du bois, du plastique, de la fibre de carbone...Ce sport se pratique en simple ( un contre un ) ou en double ( deux contre deux ) sur un terrain qui fait environ la moitié d'un court de tennis standard. Au centre du terrain, le filet mesure 86 cm de hauteur.

L'histoire de ce sport réside à faire des échanges, pas de compétition, avoir de bonnes jambes, du réflexe, de bons bras, et une certaine souplesse. Les retraités sont très actifs, ils l'ont aimé immédiatement , pour son originalité, il reste à la fois dynamique et cardio-vasculaire. Il suffit d'un petit échauffement au départ, c'est avant tout un sport de rencontre entre les jeunes et les retraités sportifs.

Pourquoi s'appelle-il- ainsi : Selon USA Pickleball, ce sport a été inventé en 1965 sur l'île de Bainbridge, au large des côtes de Seattle, dans l'État de Washington aux Etats-Unis . Joël Pritchard, ancien membre du Congrès des Etats Unis originaire de Washington, était en vacances avec son ami Bill Bell quand les deux hommes ont inventé ce jeu utilisant des raquettes de ping-pong et une balle de wiffle ball, sur un vieux terrain de badminton !

**Notez que l'association « La Retraite sportive des Bastides de Lomagne " a plusieurs activités : activité gymnique, danse en ligne, swing golf, marche nordique, et bien entendu le pickleball ( tous les mardis matin de 9 h à 12 h ).**

**Pour plus de renseignements contact : Monique Denarnaud 06 24 73 40 07**



100\_3533.JPG



100\_3534.JPG