

Smash info

Newsletter 50+ Vaud Tennis



Mars 2026 (numéro 22)

Chères Joueuses et chers Joueurs,

Voici la fameuse Newsletter de mars, celle que toutes les équipes des intersenior·e·s et les « fans » des mardis de doubles amicaux attendent avec impatience !

Elle contient aussi quelques dates d'événements à retenir comme la rencontre avec nos ami·e·s valaisan·ne·s, le tournoi de Cheseaux-sur-Lausanne ou la fête des senior·e·s en fin de saison.

D'ici-là préparez-vous bien pour éviter les blessures et réservez vos dates !

Au plaisir de vous croiser sur les courts ou à la buvette !

Bon printemps et belle saison à toutes et tous.

Anne-Marie Bertholet



**A vos agendas
(RAPPEL)**

Mercredi 8 avril 2026

Rencontre amicale Tennis-Jass à Echallens.

Vendredi 24 avril 2026

Rencontre amicale Valais-Vaud à Martigny.

Vendredi 26 juin 2026

Tournoi de doubles senior·e·s à Cheseaux-sur-Lausanne.

Jeudi 22 octobre 2026

Fête des senior·e·s au Green club de Romanel-sur-Lausanne.

Mardi 27 octobre 2026 (à confirmer)

En principe, rencontre amicale Genève-Vaud au Drizia-Miremont. La date et le lieu seront confirmés dans une prochaine Newsletter.

Merci de votre compréhension.

Contact et informations

Responsable senior·e·s Vaud Tennis

Anne-Marie Bertholet

Mobile : 078 756 38 38

Adresse courriel :

anne-marie.bertholet@citycable.ch



ANNONCES DES EVENEMENTS A VENIR

Rencontre Tennis-Jass du 8 avril 2026 à Echallens

Rendez-vous : 9h30 au TC Echallens - ch. Du Tennis 4 - 1040 Echallens

Programme :



- 10h00 : début des rencontres de cartes ou de tennis
- 12h00 : repas
- 13h45 : reprise des rencontres
- 17h00 : fin des matchs
- 17h15 : proclamation des résultats

Organisation :

Les détails seront communiqués directement aux participant·e·s.

Inscription :

jean-claude.beguwin@bluewin.ch

Attention : les 16 premier·e·s inscrit·e·s seront retenu·e·s.

Prix :

CHF40.- par personne, comprenant les courts de tennis, les balles et le repas (salade, menu et dessert). Les boissons sont à la charge des participant·e·s.

Rencontre amicale Valais-Vaud du 24 avril 2026

Rendez-vous : 9h30 au TC Martigny, rue du Levant 53, 1920 Martigny (autoroute sortie n°21 direction Martigny-Fully).



Programme :

- 9h30 : accueil, informations, café-croissant
- 10h00 : début des doubles
- 14h30 : apéro et repas

Inscriptions :

Réservées pour les joueur·euse·s des associations valaisannes et vaudoises, si possible au plus tard le dimanche **20 avril 2026**

- Pour les Vaudois·e·s : auprès de la responsable 50+ Vaud, Anne-Marie Bertholet, 078.756.38.38, anne-marie.bertholet@citycable.ch
- Pour les Valaisan·ne·s : auprès du responsable 50+ Valais, Alain Plachy, 079.206.81.66, alain.plachy@bluemail.ch

Prix :

CHF 50.- par personne (location des courts, café-croissants, apéro et repas, boissons de midi incluses)

Tournoi de doubles senior·e·s du 26 juin 2026 à Cheseaux-sur-Lausanne

Vu le succès des deux premières éditions de son tournoi senior·e·s, l'équipe senior·e·s de Cheseaux-sur-Lausanne a décidé de se remettre à l'ouvrage cette année !

Vous pouvez d'ores et déjà agender la date sachant que l'aspect sportif sera le même que les deux premières fois.

Des précisions sur les modalités d'organisation, le prix, le délai et l'adresse d'inscription, vous seront communiqués dans la Newsletter n°23 du mois de mai 2026.



Fête des senior·e·s du jeudi 22 octobre 2026 au Green club de Romanel



Oliver Diserens a eu la gentillesse d'accepter de nous accueillir encore cette année pour la 5^e édition de la fête clôturant la saison des senior·e·s vaudois·e·s.

Alors, réservez cette date, les informations concernant le prix, le menu, les horaires, le délai d'inscription, etc. vous parviendront en mai ou juillet dans les prochaines Newsletters.

Et comme l'aspect sportif avec deux groupes « compétition » et « loisir » en doubles mixtes ou doubles dames, sera maintenu, cela vaut la peine de noter la date !

Rencontre amicale Genève-Vaud du 27 octobre 2026

Comme le responsable senior·e·s genevois a changé, il me charge de vous dire que la date du 27 octobre 2026 et le lieu du Drizia Miremont sont sous réserve, mais que cet événement sera de toute façon pour cet automne et que des précisions concernant les modalités d'organisation vous seront communiquées dans la prochaine Newsletter de mai.

Date et lieu à surveiller !



Rencontres amicales de doubles 50+ 2026 du mardi

Les senior·e·s s'inscrivent prioritairement par courriel auprès du/de la responsable du club organisateur et au plus tard pour le vendredi précédent la rencontre.

En cas de désistement, merci d'avertir au plus vite l'organisateur·trice.

Rendez-vous :

8h30 au club, centre organisateur.

Jeux :

De 9h00 à 12h00 ou 12h30 selon l'organisateur·trice.

Doubles amicaux :

Matinée de doubles amicaux sur le principe du tournus à chaque période de jeu (30 à 45 minutes).

Tirage au sort des partenaires.

Les balles sont fournies par le club ou centre recevant.

Café d'accueil ou apéritif offert.

Repas de midi en commun sur place, à la charge des participant·e·s.

Finance d'inscription : CHF 10.- par journée de participation.

Dates	Club - centre	Responsable	Téléphone	Inscriptions par courriel
16 juin	Stade Lausanne	B. Nickles		bnickles@tcstadelausanne.ch
23 juin	TC Echallens	Bernard Merle	078 755 35 97	duponcf@yahoo.fr
14 juillet	Green club Romanel-sur-Lausanne	Pierre Barraud	079 516 82 01	pierre.barraud@bluewin.ch
11 août	TC Pully	René Boillat	078 606 00 43	rene-boillat@bluewin.ch
18 août	TC Aigle	Enrico Sessagesimi	079 212 69 15	e.sessa@bluewin.ch
25 août	Club veveysan de tennis (La Veyre)	Valentine Vaccari	079 833 78 79	valentine.swissoffice@gmail.com
1 ^{er} septembre	TC Châtaignier (Le Mont-sur-Lausanne)	Jean-Marc Pidoux	079 688 46 87	cui-cui@bluewin.ch
8 septembre	TC Gland	Stéphanie	022 364 74 03	tcg@tcgland.ch



Rencontres intersenior·e·s du jeudi

Pour ce championnat amical 2026, nous conservons le même principe de deux groupes avec, à la fin de la saison, deux équipes qui passent dans le groupe A et deux dans le groupe B.

Cependant, il y a deux changements. Tout d'abord, Aigle reste dans le groupe A car l'équipe du Green 2 a demandé de jouer dans le groupe B et comme Aigle était l'équipe la plus proche au niveau comptable, elle a accepté de rester dans le groupe A.

Deuxièmement le groupe B ne comptera que 8 équipes car le TC Bex a souhaité se retirer pour cette année à cause d'un manque d'effectif.

Il n'y aura donc pas d'équipe en congé dans ce groupe.

Pour le reste, rien ne change.

Vous trouverez ci-dessous les équipes qui constituent chaque groupe ainsi que les coordonnées de leur capitaine.

Comme d'habitude, le·la capitaine du club/centre recevant encaissera CHF 10.- par participant·e qui serviront à organiser soit le café et croissant de bienvenue soit une verrée de l'amitié et à couvrir d'éventuels frais. En ce qui concerne le nom des joueuses et joueurs de chaque équipe, je prie les capitaines qui ne me les ont pas encore transmis, de le faire avant la fin mars. Ils figureront sur le site internet de Vaud Tennis et vous pourrez ainsi les consulter.

Groupe A

Équipe	Capitaine	Courriel	Téléphone
TC Aigle	Enrico Sessagesimi	e.sessa@bluewin.ch	079 212 69 15
TC Cheseaux	Carmen Chevalley	carmen.chevalley@gmail.com	079 660 23 19
TC Les Diablerets	Toni Gutknecht	toni.gutknecht@bluewin.ch	079 358 86 00
TC Echallens	Gérald Grand	grand52@bluewin.ch	078 606 89 73
TC Epalinges	Corinne Lafaye	corinne.vbox@hotmail.com	078 678 89 99
Green club Romanel 1	Véronique Pfeiffer	v.pfeiffer@bluewin.ch	079 357 59 06
TC Lavaux	Christine Matter	chris.matter@hotmail.com	079 398 13 12
TC Nyon	Didier Besset	didier.besset@bluewin.ch	079 748 78 08
Club veveysan de tennis (La Veyre)	Valentine Vaccari	valentine.swissoffice@gmail.com	079 833 78 79

Groupe B

Équipe	Capitaine	Courriel	Téléphone
Green club Romanel 2	Carole Genoud	carole1.genoud@bluewin.ch	079 541 34 77
Green club Romanel 3	Claude Meyer	claudemeyer@qoqa.com	076 822 82 40
TC Le Mont-sur-Lausanne	Jean-Marc Pidoux	cui-cui@bluewin.ch	079 688 46 87
TC Lutry	Christian Dénériaz	christian.deneriaz@lexiss.ch	079 310 49 75
TC Montchoisi	Pina De Monaco	pdemonaco@hotmail.com	079 625 22 18
TC Morges	Anne Zeller	anne.zellerbis@gmail.com	076 398 12 23
TC Prilly	Marinette Spoerri	marinettesp@citycable.ch	079 769 71 30
TC Valeyres-sous-Montagny	Viviane Ehret	viviane.ehret@worldcom.ch	076 580 06 47

Les rencontres se déroulent selon le règlement envoyé avec la Newsletter n°3 (janvier 2023) et complété dans la Newsletter n°8 de novembre 2023 ou sur le site internet (<https://www.vaud-tennis.ch>).

A la fin de chaque rencontre, le-la capitaine de l'équipe qui reçoit, transmet les résultats détaillés au ROI (Didier Besset, didier.besset@bluewin.ch).

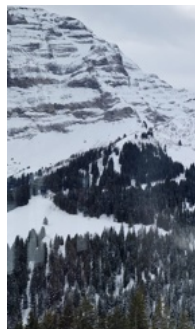


Calendrier des rencontres

GROUPE A			GROUPE B		
Équipe qui reçoit		Équipe invitée	Équipe qui reçoit		Équipe invitée
30 avril					
Green Club 1	⇔	TC Aigle	TC Le Mont	⇔	TC Lutry
TC Echallens	⇔	TC Epalinges	TC Prilly	⇔	Green Club 2
TC Nyon	⇔	TC Lavaux	TC Morges	⇔	Green Club 3
La Veyre	⇔	TC Cheseaux	TC Valeyres	⇔	TC Montchoisi
CONGE : TC Les Diablerets					
7 mai					
TC Nyon	⇔	TC Les Diablerets	Green Club 3	⇔	TC Le Mont
TC Epalinges	⇔	Green Club 1	TC Lutry	⇔	TC Valeyres
TC Aigle	⇔	TC Cheseaux	TC Prilly	⇔	TC Morges
TC Echallens	⇔	La Veyre	TC Montchoisi	⇔	Green Club 2
CONGE : TC Lavaux					
21 mai					
TC Cheseaux	⇔	TC Lavaux	Green Club 2	⇔	Green Club 3
TC Les Diablerets	⇔	TC Epalinges	TC Le Mont	⇔	TC Montchoisi
La Veyre	⇔	TC Aigle	TC Valeyres	⇔	TC Prilly
TC Nyon	⇔	TC Echallens	TC Morges	⇔	TC Lutry
CONGE : Green Club 1					
28 mai					
TC Aigle	⇔	TC Nyon	Green Club 3	⇔	TC Valeyres
TC Cheseaux	⇔	Green Club 1	TC Montchoisi	⇔	TC Morges
TC Echallens	⇔	TC Les Diablerets	TC Prilly	⇔	TC Le Mont
TC Lavaux	⇔	La Veyre	TC Lutry	⇔	Green Club 2
CONGE : TC Epalinges					
4 juin					
La Veyre	⇔	Green Club 1	TC Valeyres	⇔	TC Morges
TC Les Diablerets	⇔	TC Cheseaux	TC Prilly	⇔	TC Montchoisi
TC Nyon	⇔	TC Epalinges	TC Le Mont	⇔	Green Club 2
TC Aigle	⇔	TC Lavaux	Green Club 3	⇔	TC Lutry
CONGE : TC Echallens					
11 juin					
Green Club 1	⇔	TC Lavaux	TC Morges	⇔	TC Le Mont
TC Epalinges	⇔	La Veyre	TC Valeyres	⇔	Green Club 2
TC Les Diablerets	⇔	TC Aigle	TC Montchoisi	⇔	Green Club 3
TC Cheseaux	⇔	TC Echallens	TC Lutry	⇔	TC Prilly
CONGE : TC Nyon					
18 juin					
TC Echallens	⇔	Green Club 1	Green Club 3	⇔	TC Prilly
La Veyre	⇔	TC Nyon	TC Montchoisi	⇔	TC Lutry
TC Epalinges	⇔	TC Cheseaux	TC Morges	⇔	Green Club 2
TC Lavaux	⇔	TC Les Diablerets	TC Le Mont	⇔	TC Valeyres
CONGE : TC Aigle					
25 juin					
Green Club 1	⇔	TC Les Diablerets	Date de remplacement pour le groupe B		
TC Lavaux	⇔	TC Epalinges			
TC Aigle	⇔	TC Echallens			
TC Cheseaux	⇔	TC Nyon			
CONGE : La Veyre					
2 juillet					
Green Club 1	⇔	TC Nyon	Date de remplacement pour le groupe B		
TC Les Diablerets	⇔	La Veyre			
TC Lavaux	⇔	TC Echallens			
TC Epalinges	⇔	TC Aigle			
CONGE : TC Cheseaux					
Dates de remplacement du groupe A					
9 et 16 juillet					



N° 1 Sortie à la neige du 27 janvier 2026



Le mardi 27 janvier, malgré un temps mitigé, 6 senior·e·s vaudois·e·s se sont retrouvé·e·s au restaurant des Mazots aux Diablerets pour manger la fondue. Seulement deux d'entre eux·elles ont fait du ski, les autres, pour des raisons médicales ou ne supportant pas le « jour blanc », sont seulement venu·e·s m'accompagner, vu que cette année je ne pouvais pas skier !
 Merci à elles·eux, cela nous a permis de passer un délicieux moment convivial et de faire la connaissance ou de retrouver un nouveau senior.
 En espérant que l'an prochain nous serons plus nombreux pour le ski, les raquettes ou juste le repas !



N° 2 Rencontre Tennis-Jass du 24 février 2026



Pour la 3^e fois, 16 senior·e·s vaudois·e·s ont participé à la rencontre Tennis-Jass du Mont-sur-Lausanne dans la bonne humeur !

A la fin de l'après-midi, après des matchs de tennis et de cartes acharnés, ce sont 3 dames du même club qui ont gagné les bouteilles mises en jeu. Elles ont décidé de les boire à l'occasion dans leur club house !

Et l'ambiance était si concentrée que personne n'a pensé à prendre des photographies.

Informations



Pas de page historique pour cette fois mais un lien vers un podcast de la *Fondation Sport for Life* très intéressant sur la nourriture et ses effets. Il nous concerne toutes et tous !
 Vous pouvez écouter cet épisode sur le site Internet de la Fondation Sport for Life :

<https://sport-for-life.ch/mieux-manger-pour-mieux-vivre-et-mieux-bouger-quelques-cles-du-quotidien-avec-anthony-berthou/>

Ou sur Spotify :

<https://open.spotify.com/episode/2mRNok3drIPlgBT7jaM5r>

Bonne écoute, bonne lecture, belles fêtes pascales et bonne saison d'été.

A bientôt

Anne-Marie

