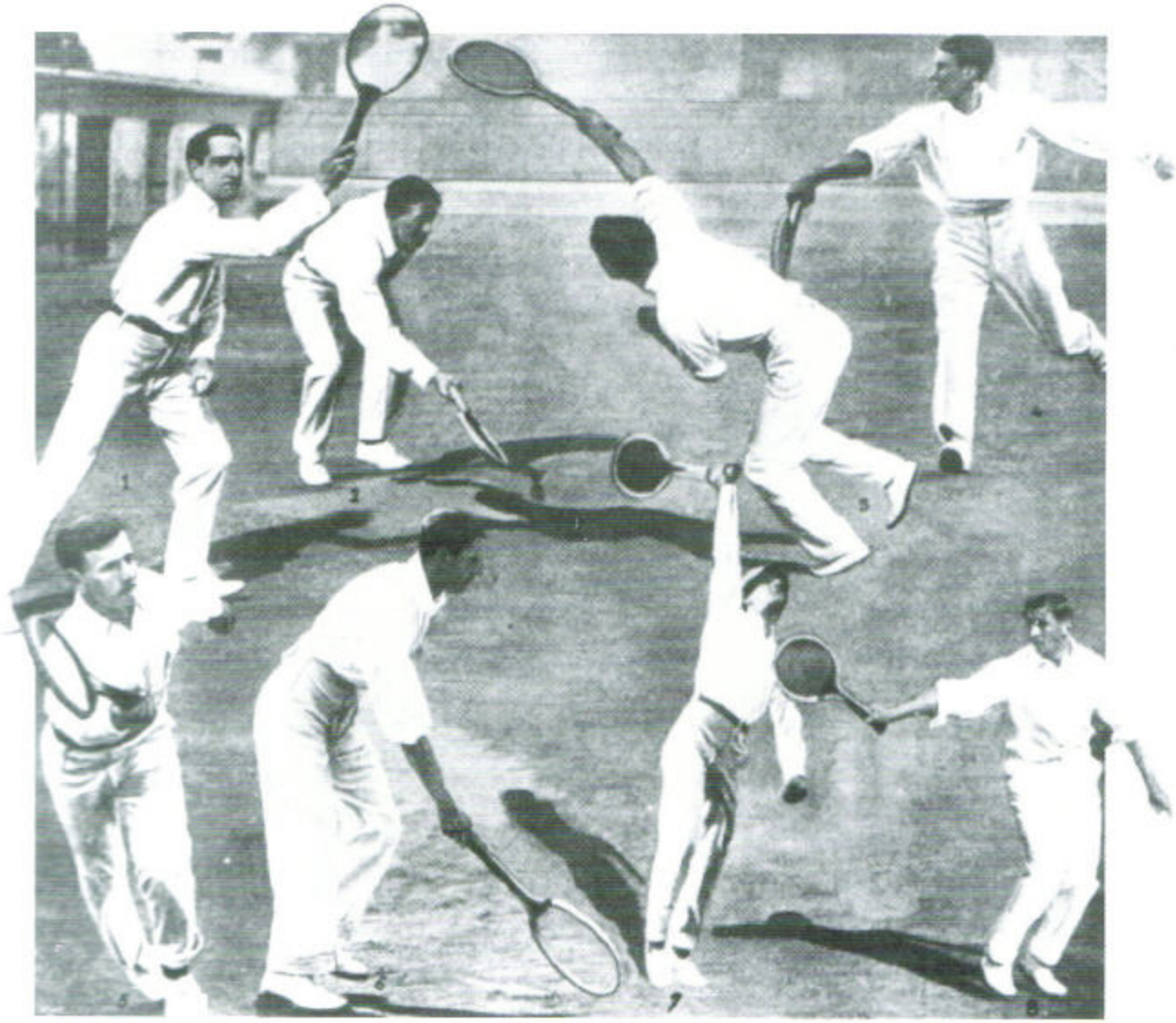
MONTCHOISI TENNIS CLUB



SAISON 1997

BILLET DU COMITÉ

MONTCHOISI TENNIS CLUB

Le comité souhaite à tous les membres une magnifique saison, ainsi que beaucoup de plaisir à pratiquer votre sport favorit sur des courts de qualité (merci Manuel).

Comme chaque année, nous essayons d'apporter une bonne ambiance et un acceuil chaleureux aussi bien au Club House, qu'au secrétariat. Nous désirons toujours améliorer les prestations de VOTRE CLUB. Avec tous les avantages possible.

«AU MTC C'EST MAGNIFIQUE!!!»

Le comité

EDITORIAL

Eh oui, l'été nous est arrivé, et avec les belles chaleurs la végétation y met du sien. Stimulé par ces jeunes pousses, notre staff rédactionnel a saisi la plume pour agrémenter vos longues heures de sieste.

Tardif me direz-vous! Oui, il est vrai! mais nous sommes prêt à ouvrir notre équipe à toute âme de bonne volonté qui désirerait nous seconder. Que les talents se révèlent!!!

Cette année le fruit de nos cogitations nous permet de vous présenter les prestations du «Centre de Performances de l'ALT », la suite de l'historique de notre jeu préféré, et de nous attacher les services et conseils de Mme Mégroz nutritioniste de Nutriconseil. Nous tenons vivement à remercier toutes ces personnes ainsi que les fidèles annonceurs à qui nous vous demandons de penser particulièrement en cas de besoin.

La Rédaction

COMITÉ

Président	Gérard SAVARY
Vice-président	Raymond ULLMO
Trésorier	Bernard IMFELD
Secrétaire	Brigitte FAEH
Président C.T.	Marc FAEH
Animateur	George GROBETY
Coordinateur	Jacque REY

COMMISSION TECHNIQUE

Président Marc FAEH
Membres Myriam KREINER, Corinne NICODET, Serge HUMBERT, Karim DHANANI, Philippe BLESS

COMMISSION JUNIORS

Président Edmond CORTHESY
Membres Emmanuelle MACK, Marianne ODENWALD, Manuel SANJIAO

SECRÉTARIAT

Robert BALDIN

PROFESSEURS

Ana-Maria NUNWEILER, Karim TABET

ENTRETIEN DES COURTS

Manuel SANJIAO

RESTAURANT

M. et Mme Victor Noverraz

Réalisation: Brigitte, Bob, Marc, Manuel et Philippe

ÉQUIPES INTER CLUBS

INTERCLUBS MESSIEURS M.T.C 1997

Ligue C

Capitaine R3	*Savary Olivier*
N4 96	Matzinger Andreas
N4 125	Nerfin Jean-Philippe
R1	Tabet Karim
R2	Widmer Raphaël
R3	Perret Lionel, Ullmo Cédric,
R3	Zahedi Kourosh, Imfeld Léonard

Première Ligue

Capitaine R4	*Neuenschwander Jean*
R4	Affolter Simon
R4	Pfister Julien
R4	Blanchet Marc
R5	Heinzer Thibault
R5	Weber Jacques

Deuxième Ligue

Capitaine R6	*Meiltz Alexandre*
R5	Blanchet Steve
R5	Magnin Claude
R6	Renggli John, Knis Cheker
R6	Corthésy Daniel, Gimmi Alain

Troisième Ligue

Capitaine R9	*Fauquex Steve*
R6	Mothes Julien
R7	Dahl Rocha Hilario, Comte
R7	Raphaël, Vincent Alexandre
R8	Maignan Simon
R9	Ferry Thomas, Hernandez Francis

INTERCLUBS DAMES M.T.C 1997

Deuxième Ligue

Capitaine R4	*Nicodet Corinne*
R3	Nicodet Delphine
R5	Nguyen Nathalie
R6	Magnin Alice, Ullmo Sandra
R6	Janzer Simone
R7	Mack Emmanuelle

Troisième Ligue

Capitaine R9	*Vulliamy Brigitte*
R6	Odenwald Marianne
R7	Caretti Angela, Janzer Nathalie
R7	Corthésy Yael, Marcos Esther
R8	Devanthey Martine

INTERCLUBS JUNIORS M.T.C 1997

Garçons A

Capitaine	*Blanchet Daniel*
R4 *1979*	Blanchet Marc
R5 *1982*	Blanchet Steve
R6 *1980*	Corthésy Daniel
R7 *1980*	Dahl Rocha Hilario
R8 *1980*	Hernandez Francis,
R8 *1981*	de Buman Jacques
R8 *1982*	Maignan Simon

Garçons C

Capitaine	*Rey Jacques*
R9 *1985*	Dahl Rocha Bautista
R9 *1985*	Dhanani Hussein
R9 *1985*	Rey François-Xavier
R9 *1985*	Dabetic Aleksandar

Filles A

Capitaine	*Bless Philippe*
R6 *1980*	Ullmo Sandra
R7 *1984*	Bless Natacha
R9 *1980*	Käser Camille

Filles B

Capitaine	*Dahl Rocha Celina*
R6 *1984*	Corthésy Yael
R6 *1984*	Dahl Rocha Juana
R6 *1984*	Bosshard Samantha
R9 *1983*	Kohler Caroline

ALT: UN CLIN D'ŒIL VERS LE FUTUR

MONTCHOISI TENNIS CLUB

Swiss Tennis, le «grand locataire» au Centre National à Ecublens, depuis de nombreuses années à déplacé ses activités à Bienne dans son nouveau Centre depuis septembre 1997. C'est à cet instant qu'est né le Centre de Performance d'Ecublens. Les multiples activités que nous proposons visent 4 objectifs:

Inviter de nombreux membres:

Inviter de nombreux membres à se joindre à notre fidèle clientèle. En effet beaucoup de gens pensent que le Centre de Performance est uniquement un lieu d'entraînement. Ceci n'est pas vrai; il est possible de jouer à tout heure en profitant de nos activités sportives: les stages, l'initiation à l'entraînement physique, un bilan tennistique avec une fiche technique qui vous permet de vous perfectionner vous même ou alors nos «Défis» qui jouissent d'une popularité croissante chez nos clients Adultes et Juniors.

Notre mouvement Juniors:

Nous sommes heureux d'accueillir aujourd'hui près de 100 juniors pour nos cours le mercredi et le samedi. La majorité de nos professeurs de Tennis jouissent d'une formation de maître de sport et encadrent la dynamique équipe de moniteurs, eux aussi très qualifiés. Nous pouvons harmoniser loisir et apprentissage tennistique de votre enfant. Soyez les bienvenus et c'est avec un grand plaisir que notre secrétariat vous informera de nos prestations très attractives pour la saison 1998/1999.

Les activités d'entraînements de compétitions:

Nous avons la chance d'accueillir régulièrement des joueurs tels que *Marc Rosset, Magdalena Maleeva, Yvo Heuberger, Lorenzo Manta, Philippe Kobzos, Angela Burgis*, sans oublier le « Point d'appui « de *Swiss Tennis*. Certains comme *Marc Rosset* par exemple, viennent entretenir leur forme physique, d'autres ont choisi notre Centre comme base d'entraînement.

Nous vous proposons de vous initier à ces méthodes d'entraînement modernes ... à vous les jeunes qui souhaités vous entraîner régulièrement, à vous jeunes de tout âge qui préparés vos saisons d'interclubs. Les objectifs sont les entraînements d'affûtages et de remise en forme physique. Tout le monde peut s'entraîner, à nous d'adapter nos entraînements à vos buts...

Les stages et manifestations au centre de Performances:

En novembre 97, *Manuela Maleeva Fragnière* a enchanté les jeunes participants lors de son stage de tennis. En avril de cette année, un stage de Tennis et Condition physique intégré (méthode d'entraînement physique *Pierre Paganini*) a attiré de nombreux joueurs qui sont venus transpirer sur nos courts d'Ecublens.

Cet été, une douzaine de stages Juniors et Adultes vous sont proposés.

En novembre ou décembre 98, *Georges Deniau* dirigera un stage de compétition.

Les membres du Comité de L'ALT à savoir Messieurs *S. Devaud, M.Cuche* et *Ph. Bless* sous la présidence de Monsieur *Olivier Raymond* ainsi que nous l'équipe sportive représentée par *Dominique Détraz, Alexis Berhnard, Isabelle Roten, Luc Humpiche, Annick Frasseren, Michael Peeling* et moi-même, souhaitons la même chose :

Une renaissance fructueuse du Centre de Performances d'Ecublens après le lourd départ de Swiss Tennis.

N'oublions pas ce Centre est la propriété de l'ALT! Il faut assumer le passé pour mériter un futur réjouissant, le mot clé: ***collaborons***

Amicalement et sportivement
Pierre Paganini
Responsable sportif

PALMARÈS DES TOURNOIS AU MTC

Tournoi Handicap d'ouverture

Gagnant(e)
Finaliste **annulé**
Demi-finalistes

Tournoi de Pentecôte

Dames

Gagnant(e)	*R. Dabetic*
Finaliste	*M. Savary*
Demi-finaliste	*C. Kaeser*
Demi-finaliste	*Y. Corthesy*

Messieurs

Gagnant(e)	*J. Caretti*
Finaliste	*E. Corthesy*
Demi-finaliste	*R. Farine*
Demi-finaliste	*D. Berguglia*

Tournoi Double Mixte

Gagnant(e)	*M. et O. Savary*
Finaliste	*S. Ullmo et S. Blanchet*
Demi-finaliste	*E. Mack et Manuel*
Demi-finaliste	*C. Kaeser et C. Ullmo*

Tournoi Double Dames

Gagnant(e)	*C. et D. Nicodet*
Finaliste	*N. Nguyen et A. Magnin*
Demi-finaliste	*A. Caretti et M. Odenwald*
Demi-finaliste	*M. Savary et S. Ullno*

Tableau Consolation

Gagnant(e)	*E. Marcol et T. Vigne*
Finaliste	*D. Ullmo et B. Vulliamy*

Tournoi Double Messieurs

Gagnant(e)	*B. Nunweiler et J. Pfister*
Finaliste	*K. Dhanani et S. Simeone*
Demi-finaliste	*G. Savary et R Ullmo*
Demi-finaliste	*U. Baumann et C. Ullmo*

Tableau Consolation

Gagnant(e)	*M. Fäh et J. Kreiner*
Finaliste	*G. Grobethy et F. Rodriguez*

Tournoi Junior filles et garçons

annulé

Tournoi S.B.S. Simple Messieurs

R.9/R.7

Gagnant(e)	*M. Sanjiao*
Finaliste	*B. Rion*
Demi-finaliste	*J. Keller*
Demi-finaliste	*A. Buchs*

R.6/R.1

Gagnant(e)	*L. Imfeld*
Finaliste	*U. Baumann*
Demi-finaliste	*O. Savary*
Demi-finaliste	*C. Ullmo*

Tournoi Double 70 ans

Gagnant(e)	*J. Lob et O. Savary*
Finaliste	*R. Katz et K. Dhanani*
Demi-finaliste	*J. Keller et A. Buchs*
Demi-finaliste	*G. Grobethy et J.-P. Pfister*

Tableau Consolation

Gagnant(e)
Finaliste

Tournoi fin de Saison

Gagnant(e)
Finaliste
Demi-finaliste
Demi-finaliste

DIETETIQUE: EN AVANT LA BOISSON!

MONTCHOISI TENNIS CLUB

Lorsqu'on évoque la diététique sportive, l'un des facteurs majeurs d'une bonne performance, quel que soit l'activité pratiquée, est la boisson.

En effet, toute activité physique provoque une production de chaleur et une perte d'eau. Celle-ci est incontournable et va être plus ou moins importante en fonction de la température, du taux d'humidité (ce qu'on appelle le degré hygrométrique) et de la présence ou non de vent (ce dernier à tendance à dessécher encore davantage). Par exemple, pour une même activité pratiquée à 18°C ou à 28°C, la déperdition hydrique peut varier d'un litre à l'heure à plus de trois litres.

Boire : à quoi ça sert ?

Tout organisme a un besoin de base d'environ 3 litres par jour; une bonne moitié devrait être apportée par le liquide pur (eau principalement, mais aussi jus de fruits, thé, etc.) et l'autre partie par les aliments (tous contiennent un certain pourcentage d'eau).

On peut survivre à plusieurs semaines de jeûne solide. Mais confronté à un manque de liquide, l'organisme ne tient pas plus de quelques jours avant de mourir de déshydratation. Un corps humain adulte est composé d'environ 60% d'eau.

Quant un sportif, qui non seulement doit couvrir comme tout un chacun ses besoins de base, il doit y ajouter en moyenne 1-2 dl toutes les 20-30 minutes d'activité physique, voire d'avantage selon les conditions climatiques. Une déshydratation même légère peut engendrer des troubles désagréables: on observe une augmentation des accidents musculaires (claquages, élongations, contractures) et tendineux (tendinites), ainsi que l'apparition plus fréquente de crampes. D'autre part, avec déjà 1% de déshydratation (soit une perte de 700 g chez un homme de 70 kg), il existe une diminution de 10% de la capacité de travail musculaire, d'où une diminution de la performance et de l'endurance. Une bonne hydratation tout au long de l'année, mais également pendant et après la pratique d'un sport est donc indispensable; elle permet en outre une meilleure récupération.

Boire: combien, quoi et comment?

La quantité idéale? 1-2 dl toutes les 20-30 mn, d'avantage si la température est élevées. Mieux vaut boire régulièrement en petites quantités que de trop grosses quantités en une fois, ce qui peut engendrer un inconfort digestif et une malabsorption. A retenir que la sensation de soif apparaît avec un certain retard; il ne faut donc pas attendre d'avoir soif pour boire, mais s'hydrater de façon systématique. L'eau reste la boisson la plus recommandable (surtout lorsqu'il fait chaud), mais elle peut être accompagnée d'une certaine quantitée de glucides pour apporter un peu de carburant au muscle (si plus d'une heure d'activité). Idéalement un apport situé entre 25 et 50 g de glucides par litre est bien toléré et absorbé. A noter que les boissons type soda, thés froids du commerce ou jus de fruits contiennent

...SUITE DIETETIQUE: EN AVANT LA BOISSON!

90 et 120g/litre. Mieux vaut donc se préparer soi-même sa boisson de l'effort en diluant par exemple du jus de fruits (1/4 ou 1/3 de jus de fruits avec 3/4 ou 2/3 d'eau) ou en élaborant du thé froid maison avec 5 à 10 cuillères à café rases de sucre par litre. La température de ce liquide devrait se situer entre 8 et 15°C, soit tempéré, et non glacé (bien que l'on ait souvent cette tendance lorsqu'il fait chaud!). Une boisson trop froide peut apporter des désagréments digestifs, du type nausées, vomissement, diarrhée.
Quant à un ajout éventuel de vitamines et/ou de minéraux dans les boissons pour sportif, seul celui en sel (NaCl) peut avoir un certain intérêt (à raison de 0,5 à 1% de sel de cuisine). Par contre, des apports sous forme de pastilles de sel pendant l'exercice sont formellement déconseillés. Pour la couverture des autres substances, y veiller l'année durant par l'adoption d'une alimentation diversifiée et bien équilibrée au quotidien devrait suffire.
Juste après l'activité, une boisson un peu concentrée en sucre et toujours en quantité suffisante peut-être prise, afin de recharger les stocks de glycogène (réserve de sucres) de l'organisme.

Comment être sur d'avoir assez bu ?

Deux conseils très pratiques peuvent être retenu à ce sujet: le premier étant la dilution de l'urine et le second le contrôle du poids. En ce qui concerne l'urine, pas d'examen minutieux à faire, mais celui basé sur l'observation: vous avez bu en quantité suffisante lorsque l'urine est presque transparente, une urine trop foncée et en petite quantité doit faire redouter un apport hydrique insuffisant, autre contrôle, la pesée avant et après l'exercice qui reste le bon moyen pour apprécier la déshydratation et ainsi mieux ajuster la réhydratation. En effet, la perte de poids de l'effort est révélatrice, car elle est due en grande partie à une perte en eau.

En conclusion...

Si l'on ne devient pas un champion grâce à la diététique sportive, il n'en reste pas moins que l'adoption de certaines règles alimentaires de base, dont une hydratation correcte peut éviter des états de méforme ou de contre performance, ce qui est déjà précieux lorsqu'on pratique une activité sportive qui nous tient à coeur. Que l'on soit professionnel ou amateur!

NUTRICONSEIL Mme Nicole Megroz
Diététicienne dipl.
11 Rue César-Roux, 1005 Lausanne
Tél. & Fax 021/323 68 45

L'équipe du journal du Monchoisi Tennis Club, aimerai remercier Mme Nicole Mégroz qui nous a offert cet article. Nous avons découvert Mme Mégroz grace à un écrit qui a attiré notre attention dans le journal des Retraites Populaire, et nous nous sommes permis de la contacter afin de lui proposer de nous instruire, à travers ses connaissances, sur la meilleure façon de pouvoir pratiquer notre sport favori, sans trop de déboire dans notre condition physique.
C'est avec un grand plaisir que nous retrouverons Mme Mégroz l'année prochaine, comme elle nous l'a proposé, pour un nouvel article concernant notre nutrition et l'équilibre de notre corps de sportif régulier ou occasionnel.

MONCHOISI UN QUARTIER EN EVOLUTION

Créé en 1972 par M et Mme Garcia, la boulangerie pâtisserie tea-room «Chez Garcia» a toujours été très apprécié de sa clientèle autant pour la qualité de ses produits que pour l'ambiance sympathique et familiale du tea-room.

Depuis le début de cette année, les enfants Garcia ont repris le commerce de leurs parents sous le nom d' «Angel café». C'est à Stéphane Gingins qu'ils ont confié la direction de l'établissement.

Tout en continuant à satisfaire leur clientèle grâce à un service des plus agréable (le personnel est resté le même), «Angel café» propose de nombreuses nouveautés, notamment de la restauration chaude à midi, avec un plat du jour, ainsi qu'un riche assortiment de salades variées. On peu également y consommer des boissons alcoolisées, comme «les dix vins d'Angel» ainsi qu'un choix de bières spéciales. Très bientôt, un assortiment de glaces artisanales devrait être proposé.

Dans son magasin «Angel café» continue à vendre les articles de boulangeries qui ont fait la notoriété de «Chez Garcia», mais en plus propose de nouveaux produits, tels que le «pain bûche», les enseimadas, les donuts,... On y trouve aussi toute une gamme de pâtisserie et de chocolats fins de la maison.

Avec l'arrivée des beaux jours, la terrasse, située devant l'établissement, apporte à l'endroit une grande animation et une ambiance des plus estivale.

«Angel café» est vite devenu un endroit incontournable du quartier de Monchoisi.

CALENDRIER 1998

MONTCHOISI TENNIS CLUB

CALENDRIER DES TOURNOIS 1998

Samedi 18 avril	APERITIF D'OUVERTURE dès 17 h 00
Dimanche 19 avril	TOURNOI D'OUVERTURE HANDICAP
Du samedi 2 mai au dimanche 21 juin	CHAMPIONNAT INTERCLUB
Du samedi 30 mai au lundi 1er juin	TOURNOI DE PENTECOTE
Du samedi 27 au dimanche 28 juin	TOURNOI DOUBLE MIXTE
Vendredi 12 juin	JOURNEE DES NOUVEAUX MEMBRES
Du dimanche 9 au samedi 15 août	TOURNOI DOUBLE MESSIEURS ET DOUBLE DAMES LAUSANNOIS
Du samedi 29 au dimanche 30 août	TOURNOI DOUBLE MESSIEURS TOURNOI DOUBLE DAMES
Du samedi 5 au dimanche 6 septembre Qualification pour le tournoi SBS	TOURNOI SIMPLE MESSIEURS TOURNOI SIMPLE DAMES
Du samedi 3 au dimanche 4 octobre	TOURNOI DOUBLE DIT "70 ans" ouvert à tous (dames, messieurs, juniors)
Du samedi 10 au dimanche 11 octobre	TOURNOI DE FIN DE SAISON

TOUTE SUGGESTION SERA LA BIENVENUE!!!

DU JEUX DE PAUME AU SPHAIRISTIKE

MONTCHOISI TENNIS CLUB

Comme nombre de sports organisés, le squash, le badminton et le tennis sont nés dans l'Angleterre victorienne, fidèle à une tradition d'activités physiques de plein air. Le mouvement se développe à partir des universités. L'essor industriel fournit les conditions nécessaires à sa diffusion. Dès 1860, se crée un marché des loisirs et du sport; de nouveaux jeux apparaissent, répondant aux besoin d'une clientèle citadine.

Le mot «sport» a pour origine l'ancien français «de sport» (amusement, divertissement), c'est en Grande -Bretagne qu'il apparaît, au début du XIXe siècle, dans son sens moderne. Il devient tout à la fois moyen d'intégration sociale et instrument pédagogique.

Le jeu de rackets, spécifiquement anglais, donne naissance au squash, qui, avec le badminton, précède l'apparition du lawn-tennis (tennis sur gazon).

C'est le major *Walter Clopton Wingfield*, ancien de l'armée des Indes, qui invente le lawn-tennis, et qui fait breveter le 23 février 1874 un nouveau court de paume portable, à monter soi-même. La boîte de matériel comprend quatre raquettes de paume légères, une réserve de balles creuses en caoutchouc, un filet avec ses piquets et des bandes pour tracer le terrain. La firme *French & Co.* s'assure le monopole de la fabrication.

Un mois plus tard paraissent des règles confuses, laissant chacun libre d'organiser le jeu. Comme à la paume, le service s'effectuait à partir d'une zone tracée au milieu d'un côté du terrain (qui était donc asymétrique), la balle devant rebondir dans un rectangle délimité au fond du court.

Le nouveau jeu est vendu sous le nom de *«Sphairistiqué»* (du grec: art de la balle).

Le terme de *«lawn-tennis»* trop banal pour une marque commerciale, n'était d'ailleurs pas nouveau. En 1872 existait déjà à Leamington, près de Birmingham, un club de lawn-tennis. Des tentatives de jeu de balle sur gazon, par-dessus un filet, avait précédé l'invention de *Wingfield*. Le major organise sa publicité dans les journaux. La Gazette de l'armée et de la marine ne cache pas son enthousiasme : ***«Sauf erreur, ce nouveau jeu, que vient de breveter notre collègue en retraite du 1er dragon de la garde, deviendra un loisir national.»***

Au cours de l'année 1875, le *Sphairistiké* remplace le croquet sur gazon dru et tondu ras des maisons de campagne anglaises. Sa prise en charge par les milieux du sport athlétique universitaire allait prolonger cette mode et assurer l'avenir du jeu.

Pour que ce jeu ai un avenir certain, il fallait qu'il soit muni de règles précises. Elles furent établies avec le concourt du *Marybelone Cricket Club* (M.C.C), qui a réunit le gratin du sport universitaire.

C'est finalement le 24 mai 1875 que la commission des joueurs de paume du M.C.C. se réunit pour définir 25 règles, brèves et simples, afin de faciliter la diffusion du jeu. Il est convenu que l'on conservera la forme du terrain en sablier, propriété du major et seule originalité justifiant un brevet.

Entre le moment où les règles du M.C.C. sont adoptées et celui, où la décision est prise en 1877, de créer un championnat de lawn-tennis, des discussions s'engagent visant à améliorer les conditions de jeu. *The Field* publie un abondant courrier des lecteurs. Dans cette rubrique, en écho à la publicité

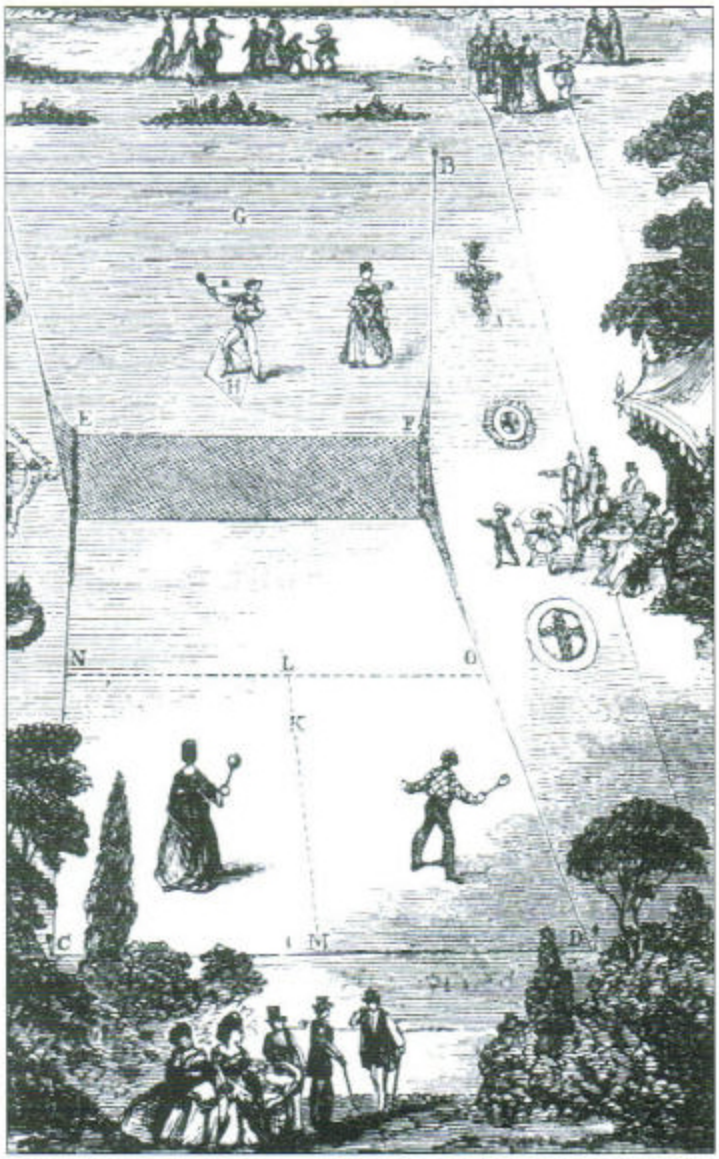
...suite DU JEUX DE PAUME AU SPHAIRISTIKE

pour le *Sphairistiké*, un joueur de paume de renom, *John Mayer Heathcote* suggère de coller une enveloppe de drap de laine blanc sur les balles de caoutchouc brut, afin d'obtenir un meilleur rebond sur l'herbe. La dimension du court, la hauteur du filet et la distance de la ligne de service sont l'objet de nombreuses spéculations.

On recherche une solution à l'usage immodéré de la volée au filet (favorisée par l'étroitesse de celui-ci) qui bloque le déroulement des échanges. Aucune compétition importante ne s'étant jouée avec les règles de 1875, le comité du *All England* décide d'organiser un championnat sur le terrain de Wimbledon en juillet 1877. *Jones*, responsables du tournoi, constitue une commission chargée d'améliorer les règles du M.C.C. On préserve la disposition essentielle du service, mais on y ajoute deux balles. On abandonne la forme en sablier pour un court rectangulaire de 26 yards sur 9 (23,77 sur 8,23 mètres!). La disposition des poteaux et du filet est modifiée. Le tournoi, dont le déroulement est gêné par les matches de cricket, se déroule entre le 9 et le 19 juillet. Du fait d'un système d'élimination défectueux, 3 des 22 concurrents présents au départ parviennent en demi-finale. La finale oppose un joueur de paume à un joueur de rackets. Contre toute attente c'est ce dernier qui l'emporte : *Spencer Gore*. Les joueurs de paume n'ont pu profiter de l'avantage conféré par les balles recouvertes de drap qui leurs permettent de les couper. C'est à ce tournoi de Wimbledon qu'on utilise pour la première fois le décompte propre au jeu de paume. La règle du match en six jeux, avec comptage par quinze et avantage, est d'ailleurs l'objet d'une empoignade sévère entre les tenants de la paume et ceux du jeu de rackets.

Les compétiteurs des jeux de paume et rackets possédaient une grande adresse à jouer la balle. L'inconnue résidait dans le placement sur le terrain. Les joueurs de paume, habiles à manier la raquette, pouvaient placer la balle dans un mouchoir ou modifier de façon inattendue son rebond en la coupant sévèrement d'un mouvement du poignet. Les joueurs de rackets pratiquaient plus volontiers la volée ou la frappe en puissance, limitée aux balles les plus basses.

Afin de mettre en danger le joueur posté à la volée,



on baissa le filet à trois pieds au centre. Un joueurs de rackets remporta le second tournoi; on crut alors en l'avenir de ce nouveau sport, les deux clubs fondateurs s'étant mis d'accord sur l'essentiel. En 1879, plus de milles spectateurs assistent à la finale.

Frapper vite et fort une balle qui risquait à tout moment de franchir les limites du terrain constituait la difficulté majeure du tennis. Ni les joueurs de paume, ni ceux de rackets, habitués à utiliser les murs n'étaient préparé à faire face. Ils surent pourtant adapter leur technique à ces nouvelles exigences. Le tennis accéda enfin à l'autonomie.

Texte extrait du livre :
«De la paume au tennis»
de Guy Bonhomme
aux éditions Découvertes Gallimard