

# TCL NEWS n°17

Toute l'info du T.C.L. Avril 2011



Après quelques semaines de trêve, l'actualité sportive reprend pour l'ensemble des équipes du TCL. Pour la première fois de son histoire, notre club a engagé 11 équipes dans les différents championnats.

Toutefois, ce développement n'est pas sans conséquences. Il demande une implication de plus en plus grande des bénévoles du club. Il est donc primordial que tous les licenciés se sentent concernés par les activités du club et qu'ils répondent présents lorsqu'ils sont invités à s'impliquer dans des travaux d'aménagement ou de nettoyage des installations du club ou lors de l'organisation de manifestations.

Le club a bon espoir d'être désigné pour l'organisation du rassemblement des jeunes licenciés et des finales de la Coupe de l'Hérault des jeunes, qui auront lieu le dimanche 26 juin 2011.

On comptera alors sur vous....

Patrice CHARLES  
Président du TCL

EDITO

L'EQUIPE DU MOIS



Debout : Caroline ROY, Carine LENNUYEUX, Laurence PALLIER, Virginie CARRE  
Accroupies : Nathalie BARREAU, Sophie GUY, Élodie ZUMSTEIN, Valérie ALLENNE

## Féminines A

Il faudra désormais s'y habituer, les «B» se sont transformées en «A» !

Juste récompense que cette montée (conséquence du désistement de l'équipe de Cournonterral) suite aux deux dernières saisons ponctuées par une coupe de l'Hérault en 2009 et une place de vice-championnes de série B en 2010.

Tambourin Club Londonien  
34380 Notre-Dame-de-Londres  
tc.londonien@wanadoo.fr



# Nationale 1

## Un effectif remanié

La saison va reprendre pour l'équipe de Nationale 1 après une fin de saison synonyme, une nouvelle fois de grosse désillusion.

L'effectif de l'équipe première a quelque peu changé au cours de l'intersaison. Fabien Castelbou et Laurent Hobt sont partis sous d'autres couleurs tandis qu'Hichame Rifaï fait son retour après son passage Cazoulin. Laurent Arnaud complète l'équipe et fera donc ses débuts de titulaire à ce niveau.

Les ambitions de l'équipe seront dans un premier temps de se qualifier pour la poule des Champions, ce qui semble parfaitement dans ses cordes.

### \*\* résultats du mois dernier et classement \*\*

Amical	Viols le Fort	13	-	6	Notre Dame de L.
Amical	Notre Dame de L.	13	-	4	Viols le Fort
Équipes	Pts	J	Pen	Forf	Diff
Cazouls d'Hérault	0	0	0	0	0
Cournonsec	0	0	0	0	0
Cournonterral	0	0	0	0	0
Gignac	0	0	0	0	0
Montarnaud	0	0	0	0	0
<b>Notre Dame de L.</b>	0	0	0	0	0
Vendémian	0	0	0	0	0
Viols le Fort	0	0	0	0	0

# Nationale 1 Féminine

## Prêtes

Après 2 mois d'entraînement intensif, avec le renfort bénéfique des cadets, notre équipe composée de Rizlaine Rifaï, Anne Thomas, Laetitia Marini, Julie Charles et Nadège Charles réalise son 1<sup>er</sup> match amical contre Cazouls. Malgré un grand vent peu avantageux et grâce à une Rizlaine en grande forme, nous nous imposons 13 à 8.

Le match retour débutait bien puisque nous menions 10 jeux à 5 grâce à des cordières impériales et une Nadège au top de sa forme, mais malheureusement une baisse de régime se fit ressentir et nous finissons, après 2h de jeu, sur un match nul.

A suivre en championnat...

### \*\* résultats du mois dernier et classement \*\*

Amical	Notre Dame de L.	13	-	8	Cazouls d'Hérault
Amical	Cazouls d'Hérault	12	-	12	Notre Dame de L.
Équipes	Pts	J	Pen	Forf	Diff
Cazouls d'Hérault	0	0	0	0	0
Cournonsec	0	0	0	0	0
Cournonterral	0	0	0	0	0
Florensac	0	0	0	0	0
<b>Notre Dame de L.</b>	0	0	0	0	0
Poussan	0	0	0	0	0

# Nationale 2

## Objectif maintien

Après 2 montées consécutives en deux ans, l'objectif prioritaire de notre équipe sera de se maintenir en Nationale 2 afin de maintenir au plus haut niveau une équipe 2.

Nous aurons également comme ambition de continuer à « préparer » au plus au niveau les jeunes espoirs du club que sont Théo Vareilles et Remy Serane qui a intégré le groupe à l'inter saison.

### \*\* résultats du mois dernier et classement \*\*

Amical	Vendémian	3	-	13	Notre Dame de L.
Amical	Notre Dame de L.	13	-	3	Cournonsec
Équipes	Pts	J	Pen	Forf	Diff
Cournonsec	0	0	0	0	0
Florensac	0	0	0	0	0
Les Pennes Mirabeau	0	0	0	0	0
Monceau sur D.	0	0	0	0	0
Montarnaud	0	0	0	0	0
<b>Notre Dame de L.</b>	0	0	0	0	0
Pignan	0	0	0	0	0
Poussan	0	0	0	0	0
St Georges d'Orques	0	0	0	0	0
Vendémian	0	0	0	0	0



# Départementale 1

## La grande inconnue

Suite aux divers transferts enregistrés au sein du club à l'intersaison, la Départementale 1 est l'équipe qui a été directement le plus impactée par les mouvements de joueurs.

Nous nous engageons ainsi dans une année délicate dont l'objectif principal sera le maintien.

### \*\* résultats du mois dernier et classement \*\*

Équipes - Poule A	Pts	J	Pen	Forf	Diff
Aniane	0	0	0	0	0
Cournonsec 2	0	0	0	0	0
Florensac	0	0	0	0	0
Lavérune	0	0	0	0	0
<b>Notre Dame de L.</b>	0	0	0	0	0
Poussan	0	0	0	0	0
Saint Georges d'O. 2	0	0	0	0	0
Saint Jean de Cuculles	0	0	0	0	0

# Départementale 2

## Nouvelle expérience

C'est avec un effectif quasi constant que cette équipe va découvrir la Départementale 2 après avoir dominé le championnat dans la série inférieure la saison passée.

Le premier objectif sera bien évidemment de se maintenir dans cette catégorie et d'essayer d'aller le plus loin possible en coupe de l'Hérault.

Cette saison devra permettre aux jeunes Cadets (Quentin Delafosse et Joris Pallier) de prendre du volume de jeu et de confirmer leur potentiel.

Rendez-vous à la fin juin afin de tirer un premier bilan de cette première saison en D2.

### \*\* résultats du mois dernier et classement \*\*

Amical	Causse de la Selle	13	-	8	<b>Notre Dame de L.</b>
Équipes - Poule D	Pts	J	Pen	Forf	Diff
Bessan	0	0	0	0	0
Castelnau de Guers	0	0	0	0	0
Causse de la Selle	0	0	0	0	0
Cournonterral 2	0	0	0	0	0
Grabels	0	0	0	0	0
<b>Notre Dame de L.</b>	0	0	0	0	0
Pignan	0	0	0	0	0
Vendargues	0	0	0	0	0

# Départementale 3

## A l'aube de la deuxième saison

Après une première saison marquée par des débuts difficiles, la D3 tentera cette année de montrer de belles choses en essayant d'accrocher le podium de sa poule. Le challenge ne sera toutefois pas aisé.

### \*\* résultats du mois dernier et classement \*\*

Équipes - Poule C	Pts	J	Pen	Forf	Diff
Aigues Vives	0	0	0	0	0
Cournonterral 2	0	0	0	0	0
Grabels	0	0	0	0	0
<b>Notre Dame de L.</b>	0	0	0	0	0
Poussan 2	0	0	0	0	0
Vendargues	0	0	0	0	0
Viols le Fort 2	0	0	0	0	0



**Repêchage en série A**

Après 2 saisons, les filles de la « B » montent en série A. Notre 2<sup>ème</sup> place du championnat nous a permis, avec le retrait de Cournonterral, de monter en série supérieure.

L'équipe des « A » va reprendre du service au début du mois d'Avril en se déplaçant à Poussan. Une nouvelle saison avec un niveau supérieur et non sans difficultés... L'objectif de la saison est donc de maintenir cette équipe en Féminines A.

Comme la saison précédente, Hichame Rifaï avec le renfort de Xavier Zumstein continue à assurer les entraînements. L'équipe repart avec le même effectif que la saison dernière. Encouragements et indulgence seront les bienvenus !

A suivre...

**\*\* résultats du mois dernier et classement \*\***

Amical	<b>Notre Dame de L.</b> 13 - 9 Aniane				
Amical	<b>Notre Dame de L.</b> 12 - 12 Grabels				
Équipes	Pts	J	Pen	Forf	Diff
Cazouls d'Hérault	0	0	0	0	0
Cournonsec	0	0	0	0	0
Notre Dame de Londres	0	0	0	0	0
Poussan	0	0	0	0	0
Teyran	0	0	0	0	0
Usclas d'Hérault	0	0	0	0	0

**Objectifs ambitieux**

Après une première phase réussie, l'équipe Cadet reprend du service pour la deuxième partie du championnat.

Cette équipe va disputer le Championnat Régional Excellence avec pour objectif de terminer à l'une des trois premières places.

Les ambitions seront également grandes en Coupe de l'Hérault puisque l'équipe Cadet se déplacera à Florensac, en quart de finale avec de bonnes chances de qualification.

Quelques cadets de cette équipe auront également à cœur de briller individuellement car les sélectionneurs seront aux aguets afin de composer les équipes de France en vue des rencontres internationales du mois d'Août en Italie.

**\*\* résultats du mois dernier et classement \*\***

Amical	<b>Notre Dame de L.</b> 13 - 5 Viols le Fort				
Journée 1	<b>Notre Dame de L.</b> 16 - 12 Viols le Fort				
Journée 2	Exempt -				
Journée 3	<b>Notre Dame de L.</b> intempéries Mèze				
<b>** Le classement **</b>					
Équipes	Pts	J	Pen	Forf	Diff
1 Vendémian 1	12	4	0	0	37
2 <b>Notre Dame de L.</b>	10	4	0	0	11
3 Mèze	8	3	0	0	20
4 Vendémian 2	8	4	0	0	8
5 Cazouls d'Hérault	8	4	0	0	4
6 Poussan	6	5	0	0	-43
7 Viols le Fort	4	4	0	0	-37

**Première victoire**

La seconde phase commence un peu comme la fin de la première, à savoir des week-ends pluvieux qui perturbent le bon déroulement des rencontres.

On notera tout de même un changement notable par rapport à l'an dernier avec la première victoire enregistrée par les jeunes minimes cette saison. Cette victoire récompense la ténacité des jeunes et nous espérons que ce succès en appellera d'autres.

**\*\* résultats du mois dernier et classement \*\***

Journée 1	Grabels intempéries <b>Notre Dame de L.</b>				
Journée 2	<b>Notre Dame de L.</b> 13 - 10 Bessan				
Journée 3	Teyran intempéries <b>Notre Dame de L.</b>				
<b>** Le classement **</b>					
Équipes	Pts	J	Pen	Forf	Diff
1 Gignac	12	4	0	0	32
2 Teyran	10	4	0	0	11
3 Aniane	8	4	0	0	2
4 Cazouls d'Hérault	7	4	0	0	-8
5 <b>Notre Dame de L.</b>	7	4	0	0	-10
6 Bessan	6	4	0	0	-22
7 Monceaux sur D.	3	1	0	0	13
8 Grabels	3	3	0	0	-18



**Enfin des victoires**

Après une fin de première phase marquée par plusieurs défaites consécutives, les Benjamins renouent enfin avec la victoire avec deux succès à l'extérieur.

La troisième place actuelle au classement est toutefois trompeuse. En effet, de nombreux matchs en ce début de seconde phase ont du être reportés en raison d'une météo capricieuse. Le podium peut toutefois être envisagé mais il sera toutefois très compliqué à accrocher en fin de saison.

**\*\* résultats du mois dernier et classement \*\***

Journée 1	Cazouls d'Hérault 11 - 13	<b>Notre Dame de L.</b>
Journée 2	<b>Notre Dame de L.</b> 4 - 13	Poussan
Journée 3	Montarnaud 4 - 13	<b>Notre Dame de L.</b>

**\*\* Le classement \*\***

	Équipes	Pts	J	Pen	Forf	Diff
1	Florensac	12	4	0	0	40
2	Viols le Fort	10	5	0	0	0
3	<b>Notre Dame de L.</b>	10	6	0	0	-22
4	Vendémian	9	3	0	0	24
5	Poussan	9	4	0	0	4
6	Cazouls d'Hérault	8	5	0	0	-6
7	Monceaux sur D.	5	2	0	0	5
8	Montarnaud	5	5	0	0	-45

**Idéalement placés**

Suite à leur victoire à l'extérieur sur le terrain de Cazouls d'Hérault, les jeunes pousses du TCL se sont idéalement placés à l'entame de la seconde phase de championnat. En effet, leur 5<sup>ème</sup> place les positionnent en tête du championnat honneur.

Il reste désormais aux poussins 6 matchs à jouer sur la seconde phase avec en ligne de mire la perspective de décrocher un titre qui serait une première à plusieurs niveaux : première pour les jeunes tout d'abord qui réalisent leur première saison en compétition et première pour le club qui a engagé cette année pour la première fois de son histoire une équipe poussin.

Les deux prochaines rencontres à Grabels et à Bessan seront décisives. N'hésitez pas à venir les soutenir.

**\*\* résultats du mois dernier et classement \*\***

Journée 7	Exempt	
Journée 8	Notre Dame de L. 12 - 12	Bessan
Journée 9	Cazouls d'Hérault 7 - 13	Notre Dame de L.

**\*\* Le classement \*\***

	Équipes	Pts	J	Pen	Forf	Diff
1	Florensac 2	20	7	0	0	51
2	Florensac 1	20	8	0	0	33
3	Castelnau de Guers	19	7	0	0	33
4	Viols le Fort	16	8	0	0	9
5	<b>Notre Dame de L.</b> ↑	15	8	0	0	-17
6	Cazouls d'Hérault	13	8	0	0	-10
7	Cournonsec	11	7	0	0	-25
8	Bessan	11	8	0	0	-10
9	Grabels	8	7	0	1	-26

**Série féminines A** : les Féminines B, malgré leur défaite en fin de saison dernière lors du match de barrage, ont été repêchées. Elles évolueront donc en série A cette saison. \* \* \* \* \* **Coupe de l'Hérault** : le tirage a été réalisé. La première équipe en lice sera la D3 qui ira affronter les 30 avril et 1<sup>er</sup> mai prochain son homologue du tout nouveau club de Béziers lors du 1<sup>er</sup> tour. A noter en D2 la revanche de la finale de D3 de la saison passée entre Notre Dame et Grabels. \* \* \* \* \* **Anniversaire** : 10 ans déjà que les filles du TCL ont décroché le premier et seul titre européen français. C'était le 16 septembre 2001. \* \* \* \* \*

**Internet** : Un nouveau forum de discussion sur le tambourin a été créé il y a quelques mois. N'hésitez pas à vous inscrire pour échanger avec d'autres passionnés <http://planete-tambourin.forumactif.com> \* \* \* \* \* **Internet bis** : Le TC Londonien vient d'ouvrir une page Face book, venez nous rendre visite ! \* \* \* \* \* **Règlement** : Plusieurs évolutions de règlement ont été décidées pour cette saison. Retrouver tous les détails en page 7. \* \* \* \* \*

**Compétitions officielles** : la Coupe d'Europe des clubs aura lieu les 2 et 3 juillet 2011 sur le terrain de Cazouls d'Hérault. Les phases finales de la coupe de France seront organisées par le club de Poussan du 15 au 21 août 2011.



Bon anniversaire à...



Pierre PANTEL  
le 02/03 - Dept. 3



Cyril ARNAUD  
le 08/03 - Nationale 2



Théo COLLIN  
le 10/03 - Cadet



J-Marc POULAIN  
le 15/03 - Dirigeant



Caroline COLLIN  
le 18/03 - Poussin



Clément LENNUYEUX  
le 19/03 - Poussin



Nadège CHARLES  
le 21/03 - N1 Féminine



Antonin LEZAT  
le 02/04 - Poussin



Cyprien LEZAT  
le 08/04 - Poussin



Lionel CHARLES  
le 11/04 - Nationale 1



Nathan COLLIN  
le 20/04 - Minime



Théo VAREILHES  
le 24/04 - Nationale 2



Élodie ZUMSTEIN  
le 25/04 - Féminine A



Corentin RATIE  
le 26/04 - Benjamin



Laurent ARNAUD  
le 27/04 - Nationale 1



Marie-Hélène CHARLES  
le 29/04 - Dirigeant



Départs / Arrivées

Le club a enregistré cette intersaison plusieurs mouvements de joueurs importants qui ont entraîné des évolutions dans les différentes équipes notamment les Nationales 1 et 2. Voici les principaux transferts.

### Départs :

- Laurent HOBT (évoluait en Nationale 1)
- Fabien CASTELBOU (évoluait en Nationale 1)
- Vincent ROBERT (évoluait en Ligue)
- Guy CASTELBOU (évoluait en Ligue)



### Arrivées :

- Hichame RIFAI (à droite) revient au TCL après une pige d'un an à Cazouls d'Hérault ponctuée par une seconde victoire personnelle consécutive en Coupe de France. Souhaitons lui de faire la passe de 3 !
- Le jeune espoir Violien Remy SERANE (à gauche) évoluera désormais sous les couleurs Londraines en Nationale 2.



Tambourin Club Londonien  
34380 Notre-Dame-de-Londres  
tc.londonien@wanadoo.fr



En attendant la reprise des championnats et le retour des beaux jours, les licenciés du club ont pu se retrouver lors des deux évènements traditionnels de l'intersaison à savoir « la galette » et le loto du club.

Les jeunes pousses du club ont particulièrement apprécié déguster les royaumes et les galettes alors que les plus anciens ont préféré tenter de remporter l'un des nombreux lots mis en jeu au loto



(baptême en planeur, 1/4 de roquefort, paniers garnis, bons d'achats ou encore repas au restaurant).



C'est l'occasion de remercier une nouvelle fois les licenciés qui ont répondu présent pour l'organisation de ces évènements ainsi que les commerçants du bassin de Londres et nos principaux partenaires qui nous ont aidé à constituer les lots.



*Poussins - 9<sup>ème</sup> journée - 20 mars 2011*

*Cazouls d'Hérault - Notre-Dame-de-Londres*

Les poussins se déplaçaient à Cazouls d'Hérault pour le compte de la 9<sup>ème</sup> et dernière journée de la première phase de poule. En s'imposant, les jeunes Londrains pouvaient conforter leur 5<sup>ème</sup> place qui leur permettrait d'attaquer la seconde partie du championnat en tête de la poule honneur.



Les consignes du coach à l'entame de la rencontre étaient simples : de l'application et des encouragements avant de penser au résultat. Concernant l'application, les jeunes ont été intraitables. Que ce soit au service ou à la corde, au tiers ou au soutien, les jeunes pousses du TCL ont sorti un match référence face à une équipe Cazouline pourtant redoutable. En effet, le score fut très serré durant les 2 premiers tiers de la rencontre (3/2, 5/5 puis 8/7 en faveur des 'ciel et blanc').



C'est lors des jeux qui ont suivi le changement de service que « l'état d'esprit » qui règne dans cette équipe a démontré toute son efficacité. En effet, contrairement aux jeunes Cazoulines qui ont complètement lâché la partie à ce moment du match, les quelques balles « manquées » par l'un ou



l'autre des coéquipiers de Sarah Essayie, capitaine du jour, étaient vite oubliées grâce aux encouragements prodigués par ses coéquipiers. Les Londrains ont ainsi pu terminer la rencontre sereinement et remporter le match sur le score de 13 jeux à 7.

Félicitation les petits !!!



Les championnats 2011 connaîtront quelques évolutions qui ont été validées lors des dernières assemblées générales des instances fédérales. Voici les principales nouveautés :

♦ NATIONALES

Les rencontres de la poule des champions et de la poule des championnes devront se jouer sur le week-end (vendredi, samedi ou dimanche). On ne pourra plus avancer les rencontres ou les déplacer en semaine.

♦ DEPARTEMENTALES, FEMININES A et B

Tous les **matchs se joueront désormais en 13 jeux** à partir de cette saison au lieu de 16 jusqu'à maintenant.

♦ JEUNES

Plusieurs évolutions concerneront les équipes de jeunes à partir de la saison prochaine (2011-2012) :

- Les **Poussins** changeront de balle lors de la prochaine saison, passage de la balle de tennis normale à la balle Artengo 720.
- les **Benjamins** pourront jouer soit avec des tambourins de 26 cm de diamètre ou des tambourins couleur de 28 cm de diamètre.
- Les **Cadets** pourront toujours jouer 2 matchs le même jour mais ils ne pourront pas faire deux rencontres adultes le même jour. Les rencontres se dérouleront de plus en 13 jeux au lieu de 16 actuellement
- La dimension des terrains sera étendue
  - Benjamins (11 et 12 ans) : 40m x 20m => passage à 50m
  - Minimes (13 et 14 ans) : 50m x 20m => passage à 60 m.
  - Cadets (15, 16 et 17 ans) : 70m x 20m => passage à 80m

♦ ENGAGEMENTS

Durant la coupe de France 2010, un test concernant la mise en jeu de 2 balles à l'engagement (pour une possible mise en cohérence de notre règlement avec le règlement Italien) avait été réalisé. Après réflexion, la commission « règlement sportif et technique » de la FFJBT a décidé de ne pas retenir cette proposition. Toutefois, il sera désormais **possible d'engager sur toute la largeur du terrain.**



Autre nouveauté, mais qui concerne cette fois ci notre terrain qui dispose désormais de bancs ombragés pour accueillir les équipes dans les meilleures conditions possibles.

Une autre rénovation notable concerne la table de marque qui a été repeinte et modifiée. Les zones de marquage du décompte des points et des jeux ont notamment été inversés pour faciliter la lecture des scores.



Un grand merci aux licenciés qui ont pu se rendre disponibles pour participer à tous ces aménagements qui font de notre terrain l'un des plus agréables de France.



### Nationale 1 masculine et féminine

La première phase du championnat voit s'opposer 6 équipes (en série féminines) ou 8 équipes (en série masculine) en match aller/retour.

A l'issue de la première phase, les 4 premiers disputent la poule des champions sous la forme d'un nouveau championnat à 4 équipes par matchs aller/retour. Le nombre de points est remis à 0. L'équipe qui termine en tête de cette poule est sacrée Championne de France. En cas d'égalité aux points entre plusieurs équipes, le classement de la première phase de poule est prépondérant.



### Nationale 2

Cette série voit s'opposer 10 équipes en matchs aller/retour.

L'équipe qui termine en tête de cette poule est sacrée Championne de France et accède à la série Nationale 1. Le vice champion jouera un match de barrage contre l'avant dernier de Nationale 1.

### Départementale 1 et 2

Ces séries sont composées de 2 poules de 8 équipes chacune qui se rencontrent en matchs aller/retour.

A l'issue de la première phase, les deux premiers de chaque poule se rencontrent sur 1 match. Le vainqueur de ce match est désigné champion de l'Hérault. Ces deux équipes accèdent à la série supérieure.

### Départementale 3

Cette série est composée de 3 poules de 7 ou 8 équipes chacune qui se rencontrent en matchs aller/retour.

Les 3 premiers de chaque poule sont qualifiés pour la phase finale qui déterminera l'équipe championne de l'Hérault. Ces 3 équipes et le meilleur second accèdent à la D2.

### Féminine A

Cette série voit s'opposer 6 équipes en matchs aller/retour.

A l'issue de cette première phase, les 2 meilleures équipes disputent la poule d'Accession aux cotés des équipes de Nationales 1 non qualifiées pour la poule des championnes. Les autres équipes disputent la Poule de maintien en match aller - retour.

### Les équipes de jeunes

Les championnats de jeunes se déroulent en deux phases.

Lors de la première phase à l'automne, les équipes se sont rencontrées en 3 poules de 4 à 5 équipes uniquement sur des matchs aller. À l'issue de cette première phase, les deux premiers de chaque poules sont reversés en catégorie « Excellence », les 3<sup>ème</sup> et 4<sup>ème</sup> en catégorie « Honneur », et les autres en catégorie « Espoir ».

Dans la seconde phase, les résultats des rencontres de la première phase sont conservés pour les équipes de la même catégorie.

Seuls les matchs retour sont disputés entre ces équipes.

Chaque équipe qui termine première de sa catégorie lors de la seconde phase sera désignée championne de l'Hérault Excellence, Honneur ou Espoir.



La Super Coupe 2011, qui ouvrira la saison en extérieur, aura lieu le samedi 2 avril à Usclas d'Hérault. Les Londrains, détenteur du trophée masculin (photo ci-dessous), seront absent de ce premier choc qui verra s'opposer les clubs de Montarnaud, champion de France 2010 et de Cazouls d'Hérault, Vainqueur de la Coupe de France 2010.



Chez les Féminines, on retrouve les équipes de Cazouls d'Hérault et de Cournonsec, respectivement championnes de France 2010 et triple vainqueur en titre de la Coupe de France Féminine en titre.



# Technique : Dégrafer un tambourin

Tous ceux qui se sont essayés au dégrafage de tambourin pourront le confirmer, rien ne garanti de conserver l'intégrité physique de ses mains à l'issue du dégrafage. En effet, l'utilisation courante de tournevis pour ôter les agrafes augmente les risques de blessure au niveau des mains. Il existe pourtant quelques « techniques » de dégrafage qui permettent de limiter nettement les risques de blessures. En voici une qui vous permettra de plus de dégrafer un tambourin en moins de 10 minutes.



Vous aurez besoin d'un peu de matériel, à savoir un cutter, un petit tournevis plat ainsi qu'un petite pince coupante que l'on peut trouver dans les magasins de bricolage pour quelques euros.

1. Commencer tout d'abord par débarrasser le tambourin du scotch et de la protection en plastique à l'aide du tournevis et de la pince.



2. Découpez ensuite la toile avec le cutter à la base du joint afin de libérer totalement ce dernier qui pourra ainsi être enlevé sans effort. Prenez garde à ne pas abîmer le joint avec le cutter.

Attention : ces deux premières étapes sont les plus risquées pour vos doigts.

3. Avec l'aide du tournevis faites sauter les agrafes sur 4 ou 5 cm. Finissez d'ôter les agrafes à l'aide de la pince puis sectionnez le scotch avec le cutter à la base des agrafes de façon à pouvoir tirer la bande de scotch vers soi.



4. Il ne reste ensuite plus qu'à retirer les agrafes avec la pince en les attrapant par dessous le scotch.

Petit conseil : au moment où vous tirez sur l'agrafe, relâchez légèrement la tension exercée sur le scotch, les agrafes resteront accrochées au travers le scotch.

Voilà, avec un peu d'entraînement, on arrive à dégrafer un tambourin en moins de 10 minutes. Essayez, vous verrez bien !



**Dimanche 3 avril 2010**

Matches à domicile  
à 9h00, Benjamins, 4<sup>ème</sup> journée, TCL - Florensac  
Matches à l'extérieur  
à 10h30, Cadets, 4<sup>ème</sup> journée, Vendémian - TCL

**Samedi 9 avril 2010**

Matches à domicile  
à 15h00, Féminines A, 1<sup>ère</sup> journée, TCL - Poussan  
à 17h00, Départementale 1, 1<sup>ère</sup> journée, TCL - Cournonsec  
Matches à l'extérieur  
à 15h00, Départementale 2, 1<sup>ère</sup> journée, Cournonterral - TCL  
à 15h00, **Nationale 2**, 1<sup>ère</sup> journée, Florensac - TCL  
à 17h00, **Nationale 1**, 1<sup>ère</sup> journée, Cournonsec - TCL

**Dimanche 10 avril 2010**

Matches à domicile  
à 9h00, Benjamins, 5<sup>ème</sup> journée, TCL - Vendémian  
à 10h30, Minimes, 5<sup>ème</sup> journée, TCL - Aniane  
Matches à l'extérieur  
à 10h00, Poussins, 1<sup>ère</sup> journée, Grabels - TCL  
à 10h30, Cadets, 5<sup>ème</sup> journée, Poussan - TCL  
à 15h00, Départementale 3, 1<sup>ère</sup> journée, Cournonterral - TCL  
à 17h00, **N 1 Féminines**, 1<sup>ère</sup> journée, Poussan - TCL

**Samedi 16 avril 2010**

Matches à domicile  
à 15h00, Départementale 2, 2<sup>ème</sup> journée, TCL - Causse de la S.  
à 17h00, **Nationale 1**, 2<sup>ème</sup> journée, TCL - Vendémian  
Matches à l'extérieur  
à 15h00, Départementale 1, 2<sup>ème</sup> journée, Florensac - TCL

**Dimanche 17 avril 2010**

Matches à domicile  
à 10h00, Benjamins, 6<sup>ème</sup> journée, TCL - Viols le Fort  
à 17h00, **Nationale 2**, 2<sup>ème</sup> journée, TCL - Gignac  
Matches à l'extérieur  
à 9h00, Poussins, 2<sup>ème</sup> journée, Bessan - TCL  
à 9h00, Minimes, 6<sup>ème</sup> journée, Cazouls d'Hérault - TCL  
à 10h30, Cadets, 6<sup>ème</sup> journée, Cazouls d'Hérault - TCL  
à 15h00, Féminines A, 2<sup>ème</sup> journée, Teyran - TCL  
à 17h00, **N 1 Féminines**, 2<sup>ème</sup> journée, Cournonsec - TCL

**Samedi 23 avril 2010**

Matches à domicile  
à 17h00, Départementale 1, 3<sup>ème</sup> journée, TCL - St Georges d'O.  
Matches à l'extérieur  
à 15h00 Féminines A, 3<sup>ème</sup> journée, Cournonsec - TCL  
à 15h00, **Nationale 2**, 3<sup>ème</sup> journée, Monceaux/D. - TCL  
à 17h00 Départementale 2, 3<sup>ème</sup> journée, Bessan - TCL

**Dimanche 24 avril 2010**

Matches à domicile  
à 15h00, **Nationale 1**, 3<sup>ème</sup> journée, TCL - Cazouls d'Hérault  
à 17h00, **N 1 Féminines**, 3<sup>ème</sup> journée, TCL - Florensac  
Matches à l'extérieur  
à 17h00 Départementale 3, 3<sup>ème</sup> journée, Aigues-Vives - TCL

**Samedi 30 avril 2010**

Matches à domicile  
à 17h00, **Nationale 1**, 4<sup>ème</sup> journée, TCL - Viols-le-Fort

Merci à nos partenaires...

Ils nous font confiance, alors vous aussi vous pouvez leur faire confiance. Retrouvez toutes les coordonnées de nos partenaires sur notre site <http://www.tclondonien.com>

**Hérault Sport**  
Vivons le sport dans l'Hérault

**CNDS** Le sport pour tous  
Centre National pour le Développement du Sport

**RESTAURANT LE PASSAGE**  
NOTRE DAME DE LONDRES  
TÉL. : 04 67 55 02 14

**RÉPUBLIQUE FRANÇAISE**  
PRÉFET DE L'HERAULT  
DIRECTION DÉPARTEMENTALE DE LA COHESION SOCIALE DE L'HERAULT

**Enthalpia**  
Au plus proche de l'emploi

**Fic**  
SITE INTERNET : www.ficaa.fr

**Intermarché SUPER**  
Les Mousquetaires

**PRINT TECHNOLOGIE**  
IMPRIMERIE EN SERIGRAPHIE  
FRENCH POSTE  
Plus de 25 ans d'expérience

**ST-GELY-DU-FESC**

**BM@ Electricité**

**Gîtes de la Laumette**

**SPIE**  
Groupama

**Lagana Maçonnerie**  
34380 Mas-de-Londres

**L'INSTITUT**  
MAISON DE MAINTIEN

**Chèvre fermier du Pic Saint-Loup**  
5% de matière grasse  
La Chevrière

**SUSSI**  
cave de la tourquille  
VINS FINS CHAMPAGNES SPIRITUEUX BOISSONS GAZEUSES

**Quick**  
St Clément De Rivière

**ESSBAELEC**

**Richard M.**  
Coiffure Mixte  
DU MARDI AU SAMEDI SUR RENDEZ-VOUS  
Tél : 04 67 55 08 86  
23, Route de Lintoul  
34380 St Martin de Londres

**Les Muscardins Restaurant**

**Le Paradis des Petits « BÉBÉ CASH »**  
Parking de l'Olivette  
34190 Ganges  
T. 04 67 73 69 06

**Boulangerie Pâtisserie La Tour**

**G. PALLIER**  
DÉBROUSSAILLAGE TRAVAUX FORESTIERS TERRASSEMENT

**TABAC PRESSE**  
Caizergues Pascal  
St Martin de Londres

**THERMO-CLIMAT 34**

**Mercadis**  
Marché d'intérêt national - Méditerranée

**Elevage des Valres**  
Pur-sang et demi-sang arabes  
N. D. de Londres

**ASSISTANCE**  
Depuis 1988

**R&R GESTI CONSEIL**  
CENTRE D'AFFAIRES

**COMETEL**

Le Velez  
403, rue des Vantes  
34980 St Gely du Fesc  
Tél. 04 67 55 60 59  
Fax : 04 67 55 61 19  
E-mail : gesticoncil@orange.fr

