

Avril 2026

### Printemps

Il y a sur la plage quelques flaques d'eau  
Il y a dans les bois des arbres fous d'oiseaux  
La neige fond dans la montagne  
Les branches des pommiers brillent de tant de fleurs  
Que le pâle soleil recule

C'est par un soir d'hiver dans un monde très dur  
Que je vis ce printemps près de toi l'innocente  
Il n'y a pas de nuit pour nous  
Rien de ce qui périt n'a de prise sur toi  
Et tu ne veux pas avoir froid

Notre printemps est un printemps qui a raison.

(Paul Eluard Recueil : Le Phénix)

Bonjour à toutes et à tous,

Et revoilà le printemps... Ce texte écrit en 1951 par Paul Eluard, a été chanté par Barbara en 1972. Il suggère que l'amour et la poésie ont le pouvoir de dépasser les épreuves et d'insuffler une renaissance, à l'image du printemps. Après cet hiver humide et froid, nous allons donc tous pouvoir renaître, avec ce numéro du printemps de votre gazette de la RSB.

Bonne lecture !

### Tournoi de tennis de table à Thorigné

Le 10 février dernier, l'OPAR (Observatoire et Pôle d'Animation des Retraités Rennais) organisait son tournoi de tennis de table annuel à Thorigné Fouillard. La section tennis de table de la RSB avec 10 participants a brillamment participé à cette rencontre :

Le vainqueur habituel du tournoi a choisi de ne pas garder le trophée et l'a cédé au second à savoir Denis SALAUN (bravo à lui). Le trophée de la meilleure féminine est aussi revenu à la RSB puisque Catherine LE SAINT a été la plus performante (bravo à elle). Globalement s'il y avait eu une coupe à la meilleure équipe, notre groupe aurait fait le grand chelem !

Encore bravo à tous les participants.

Christian ROCHÉ



## Focus sur le Pickleball

Pour ceux qui ne connaissent pas ce sport, le Pickleball, est un mélange subtil de tennis, de padel, de tennis de table et de badminton, il offre une expérience ludique et accessible à tous. Tous les lundis et jeudis, le gymnase d'Ercé en Lamée accueille en moyenne une vingtaine de participants, dans une ambiance conviviale où chacun progresse à son rythme.



L'équipe s'est préparée activement pour le prochain tournoi, prévu le 3 avril à Cesson (voir ci-dessous). L'adoption de nouvelles règles a été une étape importante de cette préparation. Une belle occasion de partager et de se dépasser !

Merci aux animateurs Brigitte, Bruno, Patrick et Thierry.

Pour en savoir plus sur ce nouveau sport à la mode, vous trouverez des liens utiles à la fin du document.

Brigitte et Denis

## Tournoi de Pickleball à Cesson



Vendredi 3 avril, une dizaine de joueuses et de joueurs de Pickleball de la RSB ont participé pour la toute première fois au tournoi de Cesson Sévigné. L'événement, qui a réuni 48 joueurs issus de 5 clubs d'Ille-et-Vilaine, s'est déroulé dans une ambiance à la fois compétitive et conviviale.



Pour cette première, les résultats de la RSB ont été très positifs : Brigitte VAUGON termine 4ème au classement général et meilleure féminine avec Catherine LE SAINT, et nous avons 2 joueurs dans les 6 premiers ! Une expérience à renouveler !

Denis

## Conseil d'Administration



Le Conseil d'Administration de la RSB s'est réuni le 13 mars 2026 au Clos des Cerisiers à Bain. Plusieurs décisions importantes ont été prises concernant l'organisation et les orientations du club : Une révision des statuts a été adoptée, elle sera soumise aux votes des adhérents à la prochaine assemblée générale. Les principales évolutions concernent la composition du Conseil d'Administration (désormais de 12 à 18 membres), les modalités de vote du bureau, ainsi que le relèvement du quorum pour les assemblées générales. Le club participera à un interclub fin mai à Saint-Aubin-du-Cormier (voir informations supplémentaires dans l'article ci-dessous). En revanche, il a décidé de ne pas demander le label « Sport Seniors Santé », afin de préserver l'autonomie du club. Enfin, Christian BOSSE, le référent formation, a mené plusieurs actions, notamment en secourisme, avec l'objectif de former l'ensemble des bénévoles. D'autres formations sportives sont programmées ou reportées jusqu'en 2027.

Bénédicte et Bruno

## Bloquez la date !

### La Journée Interclubs de Saint-Aubin-du-Cormier arrive le jeudi 28 mai 2026 !

Préparez vos baskets et votre bonne humeur ! **Le jeudi 28 mai**, l'Espace Bel-Air de Saint-Aubin-du-Cormier accueillera notre journée interclubs départementale, cette journée réunira près de 300 adhérents des quatre clubs du 35 pour un moment de sport et de partage.

#### Une journée riche en activités :

Dès 9h, nous serons accueillis avec un pot de bienvenue. Vous pourrez ensuite participer à de nombreuses activités : *randonnée, marche nordique, cyclo, qi-gong/ tai chi, mémoire active, pickleball, swing golf et danse*. À 12h30, place à la convivialité avec un grand pique-nique (n'oubliez pas votre repas, vos verres et vos couverts !). La journée s'achèvera vers 17h autour d'un pot de départ.

**Transport** : Un car est mis à disposition au départ de la salle Abadenn à 8h30 (63 places disponibles).

Rapprochez-vous de vos animatrices et animateurs pour vous inscrire, et confirmer votre présence pour nous aider à estimer le nombre de participants.

Bruno



## Annonce

A vendre : Vélo électrique VTC femme Riverside 920E taille M. Valeur neuf 1000 €, vendu 600 €. Très bon état. 🚲

Contactez Fabienne SALAUN au 0681318077 🚲

## Pour les amateurs de pétanque :

Le prochain tournoi de pétanque organisé avec le Club de l'Amitié de Bain aura le 29 avril à 14 heures sur le terrain de boules habituel, près du gymnase Henri Deckaert. Nos boulistes vont bien sûr participer, mais tous les adhérents de la RSB sont également les bienvenus. Rendez-vous sur place.



### Une petite pensée...

Odette JAVAUDIN nous a quittés au mois de mars. Odette a participé aux activités de la RSB, SMS et gymnastique. Nous pensons beaucoup à elle et à sa famille.

## Quelques liens pour aller plus loin :



Si vous souhaitez obtenir des informations supplémentaires sur le Pickleball, voici deux liens intéressants :

<https://www.pickleballfrance.org/> <https://www.youtube.com/watch?v=xYVbIZ-0KkM>



N'oubliez pas d'aller visiter notre superbe nouveau site, vous y trouverez toutes les infos utiles sur les activités, les plannings, les inscriptions, les animateurs, les voyages... :

<https://www.retraite-sportive-bainaise.fr>

(attention, notez bien cette adresse, l'ancien site sera bientôt définitivement fermé)

Pour retrouver les numéros précédents d'INFO-RSB :

<https://www.retraite-sportive-bainaise.fr/INFO-RSB/>



VITAL'news, la lettre des adhérents de la FFRS de mars vient d'être publiée. Elle contient beaucoup d'infos, vous pouvez y accéder [en cliquant ici](#).



**L'équipe communication vous souhaite de belles activités printanières.**