

La Tronche

## Du tennis de table pour les personnes atteintes de la maladie de Parkinson

Le club de tennis de table de La Tronche propose des cours à destination des personnes atteintes de Parkinson. Le lancement de cette activité, en septembre dernier, a séduit une trentaine de participants venus combattre leur maladie raquette à la main.

Alix Garcia - Hier à 15:52 | mis à jour hier à 16:07 - Temps de lecture : 3 min



Ces pongistes, atteints de la maladie de Parkinson, se retrouvent les lundis et mardis à la Maison des sports de La Tronche pour s'adonner à leur activité. Photos Le DL /Alix Garcia

Ce dernier lundi d'avril, dès midi, le gymnase de la Maison des sports de La Tronche commence à se remplir. Les participants investissent rapidement les tables de tennis de table mises à leur disposition et les balles rebondissent à travers la grande salle.

À première vue, une séance de sport des plus ordinaires. Pourtant, ces pongistes sont presque tous atteints de la maladie de Parkinson, une affection chronique neurodégénérative qui se caractérise avant tout par une perte de la motricité.

## ***Le tennis de table pour lutter contre la maladie***

Le club de tennis de table de La Tronche Meylan Grenoble (TTTMG) a décidé du lancement de ces séances en septembre dernier. Cela faisait quelque temps déjà que l'idée trottait dans la tête d'Arnaud Coeffier, le président du club.

Publicité

Mais c'est avec l'impulsion donnée par Philippe Boccon-Gibot, à la fois amateur de tennis de table et membre de l'association France Parkinson, qui s'est chargé de rassembler des participants, que l'activité a réellement pu démarrer. Depuis, l'engouement est tel que, de cinq personnes présentes lors de la première séance, ils sont désormais une trentaine à être inscrits.

« L'été dernier, j'ai assisté à un congrès de recherche sur la maladie qui insistait sur les bienfaits de l'activité physique pour les malades, relate Philippe. Sachant que chaque année, environ [500 personnes sont diagnostiquées Parkinson au niveau du département de l'Isère](#), j'ai voulu me tourner vers un club de ping-pong pour savoir s'il était possible de lancer cette activité. Le président du TTTMG a immédiatement accepté et nous avons pu libérer deux créneaux, les lundis et mardis. »



Jérôme Rabier (à gauche) et Olivier Rajon (à droite), sacrés champions de France en double lors de l'Open National Ping Parkinson, s'entraînent désormais pour les mondiaux. Photo Le DL /Alix Garcia

D'après les recherches menées par les scientifiques, [l'exercice physique permet en effet de faire régresser certains des symptômes de la maladie](#). Plus encore, selon une [étude japonaise parue en 2021](#), le tennis de table, parce qu'il stimule certaines zones cérébrales bien particulières, serait l'un des sports les plus bénéfiques pour les personnes atteintes de Parkinson.

C'est pourquoi Julien Campayo, l'entraîneur responsable du groupe Parki, s'attache à confectionner des séances sur mesure. Sa priorité : assurer la sécurité des participants au travers d'un dispositif pensé pour limiter les risques de chute. Aussi, l'entraîneur essaie d'alterner entre un contenu technique en première partie de séance, compte tenu des bienfaits que peut avoir la répétition de certains mouvements, et un contenu ludique, avec des matchs en seconde partie.

### **Le club a trouvé son champion**

« Ils viennent ici se battre contre leur maladie, explique Julien Campayo . La compétition, elle est avant tout contre eux-mêmes. Le tennis de table, c'est un support pour leur permettre de progresser, mais aussi de s'amuser. Parce que beaucoup viennent avant tout pour passer un bon moment, oublier la maladie et trouver de la compagnie. »

Depuis le lancement de cette activité, il semblerait que le club se soit déjà trouvé un champion en la personne d'Olivier Rajon. Cet Isérois s'est illustré lors de l'Open national ping Parkinson, où il a obtenu la médaille de bronze. Mieux encore, Olivier a rencontré à cette occasion son partenaire lyonnais Jérôme Rabier, avec qui ils ont remporté le tournoi en double. De quoi faire briller la région lors des championnats du monde organisé à Maizières-lès-Metz (Moselle) en octobre prochain.

Santé

Société



## **Nos dernières vidéos**