

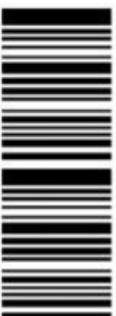
ASTROBULLE

L'HEBDO DE L'ASTRO



#25

Astrobulle | Saison 2023-24 | (presque) tous les mercredis





Team Astro : l'édito



Le beau temps revient peu à peu, les jours rallongent faisant en sorte que les entraînements de 19h débutent avec encore la lumière du soleil, la température dans les gymnases qui se réchauffe ... bref voilà le printemps qui repointe le bout de son nez !

Pour les dirigeants il est synonyme de préparation de la fin de cette saison et du début de la suivante ... déjà ! Nos différentes commissions sont donc à pied d'œuvre, chacune dans son domaine d'expertise, pour que tout continue à se passer de la meilleure des façons, sans même que nos adhérents ne s'aperçoivent de quoi que ce soit !

Par exemple la commission "événements" organise les festivités de fin de saison, la commission RH prospecte pour que notre offre de poste de salarié soit pourvue, la commission "boutique" livre les premières commandes, même la commission "inscriptions" est encore sollicitée pour enfin finaliser quelques dossiers tardifs, etc ... les autres commissions s'afférant autour des affaires courantes (notre commission des officiels par exemple qui est toujours sur des charbons ardents pour que les matchs soient pourvus de suffisamment de ressources humaines ... ce week-end par exemple est assez tendu avec un record de matchs à domicile !).

Concernant la commission sportive, cœur de notre activité, elle est mobilisée autour de la vie de nos équipes, selon leur actualité propre : il y a celles qui sont encore en course pour d'éventuels playoffs ou ont un maintien à aller chercher, et celles qui ont des objectifs plus ponctuels et discrets (par exemple un match retour à gagner absolument car la défaite de l'aller n'est toujours pas digérée, ou un adversaire contre qui s'étalonner pour se rassurer sur sa progression ... ou s'en inquiéter !). Il y a aussi celles qui n'ont pas d'ambitions sportives démesurées ou très concrètes et qui vivent donc paisiblement cette période et réfléchissent à d'éventuels autres événements de fin de saison (des tournois par exemple).

Et puis pour toutes il est coutume de déjà lancer les réflexions pour la suite (je jouerai avec qui l'an prochain ? avec quels coachs ? à quel niveau ? ...). Il est des transitions qui sont cruciales notamment quand on passe du mini-basket vers les équipes de jeunes, ou de ces dernières vers le monde "sénior". Des caps importants qui se préparent, s'anticipent ... mais chaque chose en son temps, cette saison sportive n'est pas finie, il y a encore des matchs à jouer, un maillot à défendre, et des choses à travailler et à apprendre aux entraînements, individuellement et collectivement ... donc tout le monde à son poste ... et "Astro let's go" !

Micka

- A★S★T★R★O -

Replay

Plateau U9 équipe 1

Samedi, rdv à 8h40 (!!) à St Jory pour l'équipe 1 des U9 : 12 garçons surmotivés pour jouer au basket, et bien jouer comme on le sait.

On va passer sur l'absence des 2 autres équipes invitées...

Nous avons donc fait beaucoup de "Lucky Luke" en les attendant, puis en patientant entre nos 2 matchs contre l'équipe de St Jory. Et puis nous avons déroulé notre jeu collectif qui fait la différence : je n'ai noté que le score du premier match, 44 à 3.

Ceci dit, nos adversaires vont surement noter dans leur gazette : heureusement que les petits de l'Astro sont nuls au shoot, sinon ils auraient atteint les 100 points. En effet, nos stars en herbe jouent un peu trop les stars et ne s'appliquent pas assez sur les shoots : tirs de trop loin, doubles pas commencés trop tôt dans la course, tirs en lay up plutôt qu'un tir classique sur le carré de la planche... on manque cruellement de réussite. C'est ce qu'il faudra encore travailler aux prochains entraînements.

1, 2, 3, Astro !

Photo du Lucky Luke, forcément !



Clotilde

Plateau U9 équipes 2 et 3

Ce weekend c'était le 7ème plateau des U9, l'occasion de confirmer la progression des jeunes Astrogirls et Astroboys, L'équipe 1 jouait le samedi à Saint-Jory. Les enfants se sont amusés malgré l'absence de 2 des équipes invitées par Saint Jory.

Dimanche c'était au tour des équipes 2 et 3 avec en coach Zak (papa d'Ismaël) et le binôme Sofia & Maëva.

Nos jeunes joueurs deviennent de plus en plus autonomes sur l'avant match, se concentrent sur les échauffements pour attaquer les matchs avec beaucoup de motivation.

Face à deux équipes de Cazères et Léguevin, les U9 ont donné le meilleur pour garder la tête hors de l'eau. Cazères a aligné une équipe réduite mais très expérimentée (et grande !). Cela n'a pas empêché l'Astro de se battre jusqu'au bout sans baisse d'intensité. On a une pensée pour notre équipe 1 qui en aurait fait qu'une bouchée !

Leguevin, avait une équipe plus équilibrée, laissant nos jeunes montrer leur meilleur jeu. Le rabâchage des dernières semaines porte ses fruits, on se démarque mieux, plus de jeu collectif et une meilleure réussite au tir. Bref, on se prépare pour les tournois de fin d'année !

Un mot sur l'arbitrage, Tanguy nous a une nouvelle fois aligné ses U13 pour diriger les matchs. Face à un coach "expressif", ils n'ont pas flanché et ont continué à répondre présent. Mention particulière à Antonin que l'on peut facilement imaginer voir prendre la voie de l'arbitrage un jour :)

Particularité "organisationnelle" de ce dimanche, c'est moi (Adrien, papa de Charlotte U9) qui ai eu la chance de m'occuper de l'organisation. C'est comme ça que je me suis rendu compte du travail fourni par Clotilde et Thierry chaque weekend de plateau (en plus de l'entraînement des équipes en semaine). Alors un grand merci à eux pour tout ce temps et cette énergie continue ! Mais aussi un grand merci aux parents toujours présents pour la mise en place, la table et le goûter.

L'Astro c'est du jeu collectif sur le terrain mais aussi en dehors.

Résultat du dimanche :

Astro 2 - 1 victoire, 2 défaites

Astro 3 - 1 victoire, 1 nul, 1 défaite

Sondage auprès des joueurs après les matchs : tout le monde s'est amusé !



Adrien

Victoire des U15M2 contre Cugnaux : 42-41

Q1 : 15-10

Q2 : 5-8

Q3 : 13-11

Q4 : 9-12

Nous retrouvons le gymnase du lycée pour la 2e fois cette saison. Notre premier match dans cette salle, le 3 février, s'était soldé par une défaite, au bout du suspense, après une rencontre très brouillonne et physique.

En regardant bien, le scénario du match joué ce samedi présente de forte similitudes avec celui du mois de février, excepté (heureusement) le dénouement. Globalement, les deux équipes marquent peu, nous menons au score sur toute la première mi-temps mais nous ne parvenons pas à tuer le match sur nos temps forts, la faute à un jeu offensif trop prévisible, statique sans ballon et assez lent. L'écart de points reste faible et nous nous retrouvons même menés pendant quelques minutes au cours du 3e quart-temps.

Nous parvenons toutefois à prendre un peu d'avance dans le 4e en mettant un peu plus de rythme et en trouvant des solutions par notre jeu collectif. Nous sommes à +8 à 1'30 de la fin du match, soit 3 unités de plus que ce que nous avons le 3 février au même moment du match... et il fallait bien tout ça ! Car, notre adversaire finit par nous infliger un 7-0, dont un tir à 3 points au buzzer qui aurait bien pu nous coûter très cher.

Les nombreux ballons perdus et une grosse maladresse près du panier, face à une équipe adverse qui prend confiance et décuple ses efforts à chacune de nos erreurs, nous ont mis en grande difficulté. Mais, même sans manière, nous sortons victorieux de ce duel avec le plus petit des avantages, une clavicule en moins et seulement 42 points inscrits, soit exactement le même total que celui marqué le 3 février...

François

Victoire des U15F1 à Villemur : 51-79

QT1 : 7-15 / QT2 : 15-22 / QT3 : 10-19 / QT4 : 19-23

Déplacement à Villemur pour confirmer nos performances des deux derniers matchs chez un adversaire mal classé.

Le match commence mal avec un énorme manque d'intensité... On subit en défense et on a dû mal à franchir la défense tout terrain de notre adversaire, qui n'est pourtant pas la plus agressive qu'on ait croisé. On creuse un premier écart grâce au jeu rapide mais Villemur revient à notre hauteur au début du second quart-temps.

Heureusement, notre jeu rapide arrive là aussi à refaire la différence, avec de nombreux surnombres en contre-attaque. Pour le reste, on est vraiment proche du néant : on est en difficulté au rebond, pour remonter le ballon et notre défense est très inconstante. On arrive à la mi-temps avec un avantage de 15 points.

Notre deuxième mi-temps ne sera pas folichonne non plus, on arrive à développer du jeu rapide et à inscrire quelques paniers près du cercle, mais on fait beaucoup trop d'erreurs par manque d'intensité. De plus, le contexte devient de plus en plus tendu avec un arbitrage très laxiste, un OTM qui se plaint des encouragements trop bruyants de la part de nos joueuses et des coachs adverses qui prennent deux temps-mort dans les deux dernières minutes du match, dont un à 7 secondes de la fin...

Malgré tout, l'essentiel est là avec une victoire de 28 points.

Vous l'avez compris, ce match-là ne restera pas dans nos mémoires et bien qu'on puisse être satisfait d'une victoire de 28 points, on est très déçu de la manière et du manque d'envie montré par nos joueuses. On encaisse 51 points, ce qui est trop dans un tel match !

On va devoir faire mieux lors de nos deux prochains matchs si on souhaite atteindre la finale de Régionale 3.

Un grand merci aux parents venus en nombre pour nous supporter.

Prochain match capital dans la course à la première place contre Quint-Fonsegrives, on vous attend nombreux ce samedi à 17h dans le gymnase Arnauné pour nous soutenir !



Cédric et Michaël

Victoire des SG1 contre Saverdun : 83-41

Evolution du score : 18-14 / 37-25 (19-11) / 63-36 (26-11) / 83-41 (20-5)

Réception d'une équipe de bas de classement mais qui fait une bonne phase retour.

Pour ce match nous sommes enfin presque au complet avec par exemple le retour de blessure de Lucas ... ce qui nous aura bien simplifié la décision concernant la garde de Bobo, Lucas ayant reçu tous les suffrages avant même le début du match.

Saverdun est une équipe très jeune, avec des joueurs vaillants et un très bon état d'esprit. Ils nous ont tenu tête tout le premier quart-temps (18-14), avant que nous ne commençons à prendre véritablement l'ascendant dans la période suivante (remportée 19-11).

Par contre, sur la 2ème mi-temps nous ne faisons aucun quartier et profitons d'un net avantage physique et collectif (46-16 sur l'ensemble des 2 derniers quarts-temps).

Sur ce match, outre nos supporters habituels, j'ai eu la très agréable surprise de voir la moitié de mon équipe U18F1 ... merci les filles ... et non votre coach n'est pas toujours un exemple à suivre quand il joue .

Les autres résultats de la journée de championnat nous assurent dès à présent une place en play-offs, 4 journées avant la fin de la phase régulière. Nous serons donc au rendez-vous des demi-finales ... premier objectif atteint.

Avec une victoire de plus nous nous assurerons définitivement la 2nde place au championnat, synonyme d'une demi-finale retour à domicile, mais surtout de montée au niveau régional (avec 99% de certitude !) ... yapluka !



Micka

Le Replay des Loisirs

Astrotro Vs Merville : Victoire 58 - 57

Une bafouille pour l'astrobulle

Les 3 min sont sifflées et l'équipe se rassemble pour écouter les consignes du coach.

Le 5 de départ se met en place et David conclut la coupe par un double pas réussi, la tradition du premier double pas est brisée c'est de bonne augure.

Le premier quart temps s'achève avec une petite avance pour l'astrotro.

Le deuxième quart temps démarre avec une intensité renforcée à l'intérieur avec Aziz sur tous les rebonds et Cedric qui reprend avec peu de réussite sa saison. Jonathan profite des faiblesses de la remontée de balle adverse pour récupérer haut le ballon et finir seul au cercle et Xabi fait usage de son adresse. La mi temps est sonnée et l'astrotro mène 29 à 20.

L'entame de la seconde mi-temps est bien mauvaise. Malgré le travail à l'intérieur de Julien, notre adversaire du soir remonte au score.

La fin du troisième quart temps est sifflée non sans douleur pour l'astrotro qui a vu son avance fondre comme neige au soleil et est désormais à la merci de Merville. +1 pour Merville.

Le discours est grave, l'équipe doit se réveiller !

Le dernier quart temps démarre et les

efforts défensifs paient et l'adversaire est dans la pénalité, les lancer francs s'enchaînent mais c'était sans compter sur l'arbitre qui nous refuse le peu de lancers qui rentrent, la ligne est mordue. Un panier à 4pts de Paola vient sceller la victoire.

Le coup de sifflet final sonne, l'astrotro peut souffler et s'impose par la plus petite des avances: 59-58

Michael

Louki louk Vs Astro 1: : Victoire 57 - 97

Après un échauffement inhabituellement long et l'arrivée d'un arbitre curieusement vêtu (pantalon jean, veste en cuir et écharpe autour du cou), le match démarre timidement pour l'Astro 1. Le premier quart temps se termine sur le score de 30 à 21 pour l'équipe des Louky Louk, emmenée par une adresse insolente derrière la ligne, notamment par ses 2 joueuses du soir.

C'est le moment que choisit l'équipe Astro pour passer en défense individuelle et verrouiller à la fois l'accès au panier et les rebonds défensifs. Le 2eme quart se termine sur le score sans appel de 11 à 30.

La rédacteur de cet article ayant complètement zappé le 3eme QT, supposons qu'il fût d'un intérêt mesuré (11 - 14)...

Nous arrivons donc dans le 4eme QT, l'Astro décide de poursuivre sa défense individuelle agressive, les contre attaques s'enchaînent. Les malheureux Louky Louk ne parviendront à marquer que 5 points (contre 32 pour l'Astro).

Score final : 57 - 97.

Pas de chips au vinaigre pour l'apéro, mais il y avait du pâté que les non-végétariens semblait fort apprécier :)

Alexis

BCLM - Astro 5. Victoire 57-61

Après 2 défaites nous arrivons à Lapeyrouse avec l'envie de repartir de l'avant. Nous avons en place un gros effectif et le retour de Seb après 2 ans d'hibernation.

Début de match poussif avec

Un écart rapide de 9-2 pour l'adversaire.

Un temps mort et un ou deux remplacements nous donnent un nouvel élan et nous repassons vite devant.

Nous allons ensuite remporter le match en gestion sans ne jamais trembler.
Ensuite à l'apéro nous allons mettre le paquet comme jamais avec des quiches
et des gâteaux 😊

David

- A★S★T★R★O -

🔥 Défi de l'Astrobulle 🔥

Pour notre défi de la semaine dernière, il fallait envoyer une photo d'équipes avec le plus de supporters.

Nous avons 3 équipes qui ont relevé le défi ce qui nous permet de faire un podium sans oublier personne !



1

Bravo aux U9 et
à leurs parents !!

2

3

Défi n°4 : Cap ou pas cap d'envoyer une photo d'équipe avec les arbitres ?

Pour remporter le défi il suffira d'envoyer une belle photo de l'exploit à l'adresse mail astrobulle@astrobasketclub.fr

- A★S★T★R★O -



Résultats du week-end dernier



Date	Equipe	Niveau	Locaux	Visiteurs	Résultats
Sam 16/03	U11M1	D	Astro 1	Casselardit	Victoire 18-14
	U11M2	L	Launaguet 2	Astro 2	Victoire 14-18
	U11F1	A	Portet 1	Astro 1	Victoire 15-17
	U11F2	G	Astro 2	Cornebarrieu	Victoire 20-12
	U13M1	R2	Astro 1	St-Orens	Victoire 88-41
	U13M2	D2	Astro 2	St-Gaudens	Défaite 34-42
	U13F1	R2	Eauze	Astro 1	Défaite 88-19
	U13F2	D3	Lardenne	Astro 2	Défaite 43-20
	U15M1	R2	Repos		x
	U15M2	D3	Astro 2	Cugnaux 2	Victoire 42-41
	U15F1	R3	Villemur	Astro 1	Victoire 51-79
	U15F2	D2	Cugnaux 1	Astro 2	Défaite 48-40
	U17M1	R2	Repos		x
	U17M2	D1	Astro 2	Lézat	Défaite 67-74
	U18F1	R2	Repos		x
	U18F2	R3	Montech	Astro 2	Défaite 65-57
	SG1	PRM	Astro 1	Saverdun	Victoire 83-41
	SF3	D2F	Repos		x
Dim 17/03	U20M1	R2	TOAC	Astro 1	Victoire 60-64
	U20M2	R3	Astro 2	Tournefeuille	Victoire 66-61
	SF1	R2F	Puycasquier	Astro 1	Défaite 73-59
	SF2	PRF	Exempt		x
	SG2	D2M	Astro 2	Blagnac Occ	Défaite 51-65

Prochains matchs

Petite précision importante, entre la parution de cet Astrobulle et samedi, des modifications de dernière minute peuvent avoir lieu. N'hésitez pas à vous référer à la rubrique "Prochain match" sur notre site internet

Date	Equipe	Niveau	Locaux	Visiteurs	Horaire	Gymnase	Adresse
Sam 23/03	U5	x	Entrainement habituel		9h30	Clg Lautrec	46, impasse Barthe 31200 TLSE
	U7	x	Entrainement habituel		10h30	Clg Lautrec	46, impasse Barthe 31200 TLSE
	U9	x	Entrainement habituel		9h30	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
	Loisir	x	Basket "Bien-Etre"		11h00	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
	U11M1	D	St-Gaudens	Astro 1	10h45	Pilat	Place du Pilat 31800 ST GAUDENS
	U11M2	L	Astro 2	Gratentour	11h15	Arnauné	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE
	U11F1	A	Astro 1	Colomiers 1	9h45	Arnauné	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE
	U11F2	G	Caraman	Astro 2	12h30	Bigot	Avenue des Sports 31460 CARAMAN
	U13M1	R2	Cugnaux	Astro 1	13h30	Jean Bouin	22, rue du stade 31270 CUGNAUX
	U13M2	D2	Labarthe 2	Astro 2	11h30	Halle des Sports	Place Fournil 31860 LABARTHE/LEZE
	U13F1	R2	Astro 1	Laloubère	13h00	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
	U13F2	D3	Astro 2	Lavelanet	17h00	Clg Lautrec	46, impasse Barthe 31200 TLSE
	U15M1	R2	Astro 1	Colomiers 2	17h00	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
	U15M2	D3	Colomiers 3	Astro 2	17h00	Piquemal T1	15, rue A. de Vigny à COLOMIERS
	U15F1	R3	Astro 1	Fonsegrives	17h00	Arnauné	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE
	U15F2	D2	Astro 2	St-Lys	15h00	Clg Lautrec	46, impasse Barthe 31200 TLSE
	U17M1	R2	Astro 1	Rodez	15h00	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
	U17M2	D1	Astro 2	Roquettes	13h00	Arnauné	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE
	U18F1	R2	Blagnac	Astro 1	14h30	Mermoz	99 ch d'Aussonne 31700 BLAGNAC
	U18F2	R3	Astro 2	Villemur	15h00	Arnauné	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE
U20M2	R3	Montastruc	Astro 2	17h30	Le Fur	Rue R. Delmas 31380 MONTASTRUC	
SG1	PRM	Labège 2	Astro 1	18h30	Europe	Rue des écoles 31670 LABEGE	
SF3	D2F	Astro 3	Lavelanet	20h30	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE	
Dim 24/03	U7 Plateau	Conf	Cugnaux - TCMS 2 - Auterive Aussonne - Astro		10h00	Jean Roure	22 ter rue du stade 31270 CUGNAUX
	U20M1	R2	Astro 1	St-Orens	13h00	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
	SF1	R2F	Astro 1	Vacquièrs	15h30	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
	SF2	PRF	TCMS 2	Astro 2	13h00	Surcouf	48 bis, rue Louis Plana 31500 TLSE
Mer 27/03	SF1	R2F	NET'S	Astro 1	21h15	Alex Jany	Che de Belbèze 31240 ST-JEAN

Comme l'année dernière, vous pouvez aider le club en vous inscrivant grâce au lien ci-dessous à l'une des fonctions pour un match (arbitre, e-marque, chrono, délégué, buvette). Il vous suffit d'écrire votre nom dans les cases vides.

<https://docs.google.com/spreadsheets/d/1nZivW1AXxzSxu6HvOvF1x4Q-2pWbYXjdbPif5FrcMA/edit?usp=sharing>

Une petite page de pub

On remercie les sponsors !

WISE:RH



- A★S★T★R★O -

Buzzer Beater

Voilà, c'est tout pour aujourd'hui ! Vous voulez vous exprimer sur un sujet, nous envoyer des photos, partager des anecdotes en rapport avec votre équipe ou le basket en général ?

Vous vous sentez l'âme d'un journaliste ou d'un chroniqueur ? Envoyez nous vos articles ou vos suggestions de rubriques.

A la semaine prochaine !!!

- A★S★T★R★O -