

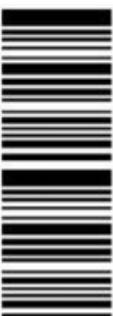
ASTROBULLE

L'HEBDO DE L'ASTRO



#22

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





Team Astro : l'édito



Bonjour à tous,

Voici mon tour de rédiger l'édito de l'astrobulle.

Cet exercice, comme le disait Christophe dans un édito précédent, invite le rédacteur à considérer le temps passé au sein de notre club préféré. J'ai porté de nombreuses casquettes durant ces nombreuses années au club : parent, supporter, responsable de délégation au tournoi international de Nice, responsable de la formation garçons, membre du CA, coach (quatorzième année), "grand chef" de la section loisirs...

Grâce au club, j'ai pu coacher mon fils et ma fille.

Grâce au club, j'ai réalisé le rêve de LeBron James : jouer une année en championnat loisir avec mon fils (Pour LeBron, ce n'est pas gagné).

Grâce au club, j'ai rencontré des personnes formidables dont certaines sont devenues de grands amis (Mad Dog, une pensée pour toi).

Grâce au club, j'ai trouvé mon binôme parfait pour le coaching, Émeric. Certains nous appellent même les Laurel et Hardy de l'Astro.

Grâce au club, j'ai connu de très grandes joies au coaching. (Même si chaque défaite me met au bord de la dépression pendant 48h).

Bref, cet investissement à l'astro prend beaucoup de temps mais apporte aussi de très nombreuses satisfactions.

Je profite de cet édito pour adresser un GRAND MERCI à Pierre A. qui m'a mis le pied à l'étrier.

Et pour finir, une petite anecdote sur le temps qui passe. Hier soir, les Astronauts (l'équipe loisir dans laquelle j'évolue) jouaient un match. C'était le dernier match de l'année de Charlie, « Chouchou » Carretie qui part pour six mois à Madagascar en mission humanitaire. Ce « Chouchou » qui nous a rejoints l'année dernière en loisir, je l'ai coaché en mini-poussin...

Antoine

Le Replay des Loisirs

Astrogoths Vs Astronauts Victoire 65-64

Match retour dans le derby des Astro.

Je rappelle qu'à l'aller les astronautes vous avez botté les fesses de 38 points.

Hier soir, c'était une soirée un peu différente.

Le match commence et nous sentons que nos adversaires du soir n'ont pas le rythme.

On en profite donc et on réussit à prendre quelques points d'avance à la fin du premier quart.

Le deuxième quart temps et du même aquabi, nous avons de la réussite extérieure et nous creusons l'écart à +11 points pour nous.

Le match est loin d'être terminé et nous le savons, nos compères de l'Astro reviennent avec d'autres objectifs et nous déjouons totalement sur le troisième quart.

Ils mettent de l'agressivité et font des contre-attaques et nous sommes à la rue. Heureusement que nous arrivons à trouver nos intérieurs qui scorent quelques points pour nous éviter de sombrer.

Le quatrième quart c'est un prolongement de ce qui s'est passé quelques minutes avant et nous n'arrivons plus à nous projeter vers l'avant nous tirs ne rentrent plus et tout est compliqué.

Nous sommes à égalité à une minute de la fin et encore une fois nos intérieurs font la différence et nous imposons de 1 point.

C'était un super match avec une très bonne ambiance, merci les gars et filles.

Let's go ASTRO



Aurélien

Venez encourager
nos SF1 en



1/4 de finale
Coupe de la Garonne



Mardi 5 mars > 21h
Gymnase René Albus
chemin P. De Coubertin à Bruguières

... 1 CONTRE 1 ...

Deux membres du club (de 15 ans ou plus) s'affrontent virtuellement au travers d'un questionnaire commun. Aucun des deux ne sait qui est l'autre au moment de répondre ...

Un coup de jeune souffle sur ce premier 1 contre 1 (ça compensera le suivant !) car ce sont deux de nos U11F1 qui se lancent dans l'aventure.



Avant match : Echauffement / Présentation des équipes ...

Prénom ? Surnom ? Âge ? Fonction(s) au club ? Numéro de maillot ? Poste de jeu ?

Je m'appelle Anaïs, mon surnom est Nananiss, j'ai 10 ans et dans le club je joue au basket en U11F1 et je suis supportrice des U15M2. Pour le numéro de maillot, j'alterne avec Esther joueuse en U11 F1 comme moi : un match je prends le 7 et Esther le 11 et le match d'après je prends le 11 et Esther le 7.

Prénom : Alix / Surnom :
Alouax / 10 ans / joueuse
U11F1 / Numéro 8 / Pas de
poste précis.

Premier quart-temps : Début des contacts, on dévoile ses références ...

Sportifs et équipes préférés ? Et personnalité favorite (hors sport) ?

Mon sportif préféré est Devin Booker, mon équipe préférée est les Phoenix Suns. Mon groupe de chanteur préféré c'est Bigflo et Oli.

Marine Johannès / Astro U11F1
Personnalité : Jenna Ortega

Deuxième quart-temps : On essaie d'imposer son rythme ...

Plat, boisson, film, livre et chanson préférés ?

Les pâtes avec un bon fromage fondu sur le dessus miam ! Ma boisson, le Fanta agrume, mon film préféré, Space James, mon livre c'est basket dunk. Et ma chanson préférée est Baiana

Plat : Sushis / Boisson : Bubble Tea / Film : Rasta Rocket / Livre : Les désastreuses aventures des orphelins Baudelaire / Chanson : Firework de Katy Perry

Mi-temps : Retour au calme quelques minutes, le temps de faire le point ...

A l'Astro depuis quand ? Une anecdote ou souvenir sympa à raconter ?

Je suis à l'Astro depuis ma première année U7 donc ça fait à peu près 5 ans et demi. Au bowling, j'étais avec mes parents mon frère et mon cousin, et le monsieur au micro a dit : la première équipe qui fait un strike en une minute gagne ! Et dès les 5 premières secondes, mon cousin a fait un strike. Donc on a gagné. On a eu une tournée gratuite et des petits cadeaux.

Depuis mes 5 ans (2019)

Une anecdote : Quand j'avais 5 ans, j'étais avec ma famille à un match de Basket de l'Elan Béarnais, nous étions sur le terrain, tous près des joueurs et j'ai eu peur de la mascotte ! (depuis je m'en suis remise)

Troisième quart-temps : Ca repart, on s'adapte aux forces et faiblesses adverses ...

Une de tes qualités et un de tes défauts (à propos du basket ou pas !)

Je marque bien aux 3 points des U13 ou des U11. Et je ne suis pas très bonne au rugby.

Rapide et têtue !

Quatrième quart-temps : Le dénouement approche, c'est le fameux "money-time" ...

Objectif(s) de cette saison ... et des suivantes ?

Gagner tous les matchs mais c'est un peu mal parti et améliorer mes tirs en course.

Gagner des titres

Prolongation : Le public est en transe, on joue le tout pour le tout ...

Un dernier mot ?

ALLEZ L'ASTRO !!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!

Allez l'Astro !!

L'analyse totalement pas objective de Micka :

Le talent n'attend pas les années. Nananiss et Alouax sont au club depuis déjà 5 ans et elles finissent cette saison la première partie de leur formation : le mini-basket ... le meilleur est encore à venir et sûrement qu'on les retrouvera aussi très vite parmi les dirigeantes ☐, pour nous remplacer. Elles se remémoreront alors qu'un jour Anaïs avait battu Alix au 1 contre 1. Bravo les filles, c'était un joli match, plein de fraîcheur.

... 1 CONTRE 1 ...

Deux membres du club (de 15 ans ou plus) s'affrontent virtuellement au travers d'un questionnaire commun. Aucun des deux ne sait qui est l'autre au moment de répondre ...

Un défi m'a été lancé ... erreur à ne jamais commettre, ou alors en connaissance de cause ! Voici le résultat, ça ravira ceux qui pensent qu'on est plusieurs dans ma tête !



SG1 saison 2009-2010



U18F1 saison 2023-2024

Avant match : Echauffement / Présentation des équipes ...

Prénom ? Surnom ? Âge ? Fonction(s) au club ? Numéro de maillot ? Poste de jeu ?

Mickaël / Micka / toujours 20 ans dans ma tête, un peu plus dans mon corps, surtout les lendemains d'entraînement ou de match ! / Joueur SG1, numéro 9 évidemment (avec le zéro devant le neuf on comprendrait mieux la référence), poste de jeu : plutôt à 6,25 m du panier, je suis presque joueur de hand-ball tant certaines zones du terrain me sont interdites !

Mickaël / Micka ou juste "coach" / l'âge de raison (ou pas !) / coach des U18F1 et quelques autres fonctions au club ...

Premier quart-temps : Début des contacts, on dévoile ses références ...

Sportifs et équipes préférés ? Et personnalité favorite (hors sport) ?

Evidemment tous mes coéquipiers, passés et actuels, et toutes les équipes dans lesquelles j'ai joué ... je vais quand même citer un certain Christophe T, toujours au club et avec qui j'ai partagé le plus de matchs : près de 300 ensemble sous les couleurs de l'Astro et même 2 comme adversaires.

Et sinon le Stade Toulousain, surtout celui des années 90 où beaucoup d'Ariégeois y évoluaient.

Quelques personnalités : Coluche, Alexandre Astier, Fabrice Lucchini, Eric Fraticelli ... bref, que des fous !

Je suis beaucoup de sports, depuis toujours et je peux me passionner pour n'importe quelle discipline. Le rugby reste la priorité, même par rapport au basket !

J'ai aussi longtemps été fan de l'OM, ayant vécu pleinement les glorieuses années 80-90, même si j'ai finalement fini par détester tout ce qui touche au foot depuis un moment. Je suis plus équipes qu'individualités mais j'ai quelques références de sportifs qui obligeront les plus jeunes à faire des recherches : Fabien Barthez (09 oblige !), Jackson Richardson, Christophe Deylaud, Emile Ntamack (dont j'ai eu le fils Théo en cours de maths !), Christian Califano, Frédéric Michalak, Louis Picamoles, JB Elissalde, coach Novès, coach Onesta ... et côté basket Magic Johnson, Antoine Rigau et je suis assez admiratif d'un certain Stephen Curry pour enfin parler un peu d'actualité !

Hors sport : Maître Yoda évidemment, ce n'est pas l'apparence qui fait la valeur du guerrier !

Deuxième quart-temps : On essaie d'imposer son rythme ...

Plat, boisson, film, livre et chanson préférés ?

Je suis un trop grand gourmand pour ne laisser à personne d'autre que moi le soin de préparer les repas à la maison ... et j'aime tout, tant qu'il n'y a pas de fromage, désolé ! J'aime surtout les grands et longs repas festifs, suivis d'une partie de cartes ou de pétanque ! Boisson : du coca comme médicament, quel que soit le mal !!! / Films : le Cœur des Hommes, Braveheart, Des Hommes d'Honneur / Livre : ceux de Dan Brown, Giacometti et Ravenne, James Rollins ou Joel Dickers / Chanson : ça dépend de mon état d'esprit ... mais la musique est la plus belle invention de l'homme, avec le langage, et notre français est fait de mille richesses !

Jamais rien n'égalera des crêpes ! Petit message personnel à celle qui m'en a promis ... j'attends toujours et je suis très patient ! / Boisson : le jus de pamplemousse / Films : tous ceux avec Tom Hanks, Daniel Auteuil ou Julia Roberts / Livres : Les Trois Mousquetaires et Le Bossu / Chansons : l'intégralité des textes de Bigflo et Oli, et pour me donner le sourire en toute circonstance : A Nos Souvenirs de Trois Cafés Gourmands en hommage à ma Corrèze natale (un mythe s'écroule : je ne suis pas né en Ariège ... mais j'y ai été élevé, je crois que ça se voit ... Ariégeois un jour, Ariégeois toujours !)

Mi-temps : Retour au calme quelques minutes, le temps de faire le point ...

A l'Astro depuis quand ? Une anecdote ou souvenir sympa à raconter ?

Petit historique : je débute le basket en 1986 à Lavelanet (09) pour y faire toutes mes catégories de jeunes, de mini-poussin à sénior première année. Puis, à 18 ans, ma vie d'étudiant m'envoie à Toulouse avec 6 ans au TOAC. Un rapide tour dans le 42 pour raison professionnelle, puis retour dans le coin NET'S (3 ans), Foix pour dépanner un copain (2 ans), dont une victoire épique contre l'Astro en 2008 ([cadeau](#), bien lire l'article jusqu'au bout !) ... club que je rejoins la saison suivante (septembre 2009 donc) comme joueur-coach des SG1 non rancuniers de l'époque. On est montés de D1 en R3, puis on échoue deux fois en play-off pour accéder à la R2 (finale puis demi l'année suivante). Ensuite j'ai passé la main pour aider les SG2, sous la houlette de coach Constant, avec un titre de D3 à la clé ... avant de revenir en SG1 qui étaient redescendus en D1 entre-temps ... niveau dans lequel on évolue toujours, mais plus que pour quelques matchs ! Des anecdotes à l'Astro j'en ai "pleins les chaussures" pour reprendre une belle expression déjà utilisée par une adorable personne, dans un des premiers 1c1 de cette saison. Je vous invite au prochain après-match des SG1 pour vous en raconter quelques-unes ... comment Nico à manquer le shoot de sa carrière, comment Lucas a fini en sang sous les douches, ... des centaines encore à partager !

3 ans après mon arrivée à l'Astro, j'ai remis le pied dans l'encadrement des catégories de jeunes. La première équipe, en plus des SG1, que j'ai coachée à l'Astro est celle des U17M1 où évoluait un certain Lucas (défaite en finale de R3 en juin 2013 ... que je n'ai toujours pas digérée). Après ça j'ai la particularité d'avoir coaché toutes les catégories d'âge à l'Astro, des U7 aux U18, que ce soit chez les filles ou les garçons, équipe 1 comme équipe 2 !

La saison dernière a été sûrement la plus dense de ma longue carrière : outre la direction sportive du club (que j'occupe depuis septembre 2013) j'ai vécu un maintien épique en R2 avec les SF1, les play-offs de D1 avec les SG1, deux défaites en finale de R2 avec les U18F1 et les U15M1. Un palmarès sportif qui a certes de la gueule mais une saison qui a bien failli être ma dernière à l'Astro ... voilà pour le petit scoop !

Troisième quart-temps : Ca repart, on s'adapte aux forces et faiblesses adverses ...

Une de tes qualités et un de tes défauts (à propos du basket ou pas !)

Qualités : beaucoup et mon égo le vit très bien ! Etre passionné, quel que soit le contexte, au point de souvent être pris pour un fou, est sûrement ce qui me rend le plus fier de moi (mais je n'ai pas besoin de ça !)

Défauts : mes joueuses et joueurs les connaissent bien, mes proches encore mieux ... et ils composent avec, comme moi !

Quatrième quart-temps : Le dénouement approche, c'est le fameux "money-time" ...

Objectif(s) de cette saison ... et des suivantes ?

Ce sera ma dernière saison comme coach des SG1, c'est acté depuis le début de la saison ... donc je finirai ce long bail par une montée en R3 et je vous donne rdv pour "ma" finale le samedi 1er juin. Pour les saisons suivantes, on verra, je continuerai sûrement à jouer, là où je pourrai être utile ... mais pas coach des SG1, le cycle prend fin, enfin !

Continuer à former les filles de mon exceptionnelle équipe U18F1 ♥. On verra bien où nos victoires à venir nous mèneront.

Ma réflexion sur la saison prochaine n'est pas encore engagée mais, sauf surprise, on devrait me voir dans le paysage de l'Astro encore un moment ... quand on aime on ne compte pas !

Prolongation : Le public est en transe, on joue le tout pour le tout ...

Un dernier mot ?

Je ne vais pas paraphraser tous ceux qui se sont succédé depuis septembre dans les différents éditos mais il est une évidence que l'Astro a une place plus que prépondérante dans ma vie. Mon histoire avec le basket commence à bien remonter, 37 ans déjà (sans jamais me lasser) dont les 15 dernières saisons à l'Astro, soit le club qui aura supplanté en temps mon club formateur. Des rencontres inoubliables j'en ai faites grâce au monde de la balle orange, adversaires comme partenaires, joueurs comme parents ou dirigeants. Beaucoup sont devenus des gens très proches aujourd'hui ... Ne vous demandez jamais pourquoi je donne tant à ce club en particulier ... humainement j'ai tellement reçu au travers de toutes ces années !

L'analyse totalement pas objective de Micka :

Défi relevé avec grandiloquence évidemment, parler de moi n'est jamais un problème ! Et en plus j'ai gagné, et même plutôt deux fois qu'une !

Je vous laisse avec une vue de mon bureau, ça résume presque tout !



Cette histoire de défi m'a donné une nouvelle idée de rubrique pour l'Astrobulle ... En accord avec ma très chère directrice en chef, la voici en page suivante !

... Le défi de l'Astrobulle ...

On est tous des compétiteurs (plus ou moins acharnés), et il n'y a rien de mal à ça !

Chaque semaine vous trouverez ici un nouveau défi à relever, parfois assez simple, parfois plus compliqué.

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

Dès la semaine prochaine, en plus du nouveau défi, vous trouverez aussi ici les images des vainqueurs du défi précédent ... la gloire éternelle vous tend les bras ... yapluka !

Défi n° 1 : Cap ou pas cap d'envoyer une photo d'équipe sur laquelle tout le monde, coach compris, est debout sur un seul pied ?

IM POSSIBLE

- A★S★T★R★O -



REJOINS NOUS !

SECTION SPORTIVE BASKETBALL

COLLÈGE TOULOUSE LAUTREC

48 IMPASSE BARTHE 31200 TOULOUSE

FILLES & GARÇONS

PARTENAIRE : CLUB DE L'ASTRO

- Développer ses fondamentaux individuels et s'inscrire dans un projet de jeu collectif
- Acquérir des bases au "savoir s'entraîner": échauffement, prévention des blessures, hygiène de vie
- Se former sur différents rôles : arbitrage, table de marque, gestion de tournoi

DE LA 6 ÈME À LA 3 ÈME

DÉROGATION SCOLAIRE POSSIBLE

1H30 D'ENTRAÎNEMENT PAR SEMAINE EN GYMNASE

+ 3h en adhérant à l'association sportive

POUR TOUT RENSEIGNEMENT VEUILLEZ CONTACTER

Mathilde LAHORE, professeure d'EPS
responsable de la section sportive.
0788349655

mathildelahore.astrobasket@gmail.com



LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE BASKETBALL
S'ENGAGE



UN SUPPORTER OU INSUPPORTABLE ?

RESPECTER / ENCOURAGER
RESTER FAIR-PLAY / SOUTENIR / APPLAUDIR
SE MAÎTRISER / PARTAGER



AUTO TEST

Cochez les cases qui vous correspondent et reportez-vous au verso pour découvrir quel parent vous êtes au bord du terrain !

- 1 C'est mon enfant qui a choisi de pratiquer le basket-ball,
- 2 J'accepte que mon enfant soit remplaçant,
- 3 J'assiste aux compétitions uniquement si mon enfant me le demande,
- 4 J'encourage mon enfant et son équipe pendant et après le match, quel que soit le résultat,
- 5 J'exprime mon désaccord envers l'entraîneur et les arbitres,
- 6 Je dirige mon enfant pendant les matchs et les entraînements,
- 7 Je ne connais ni les coéquipiers ni l'entraîneur de mon enfant,
- 8 Je participe peu aux actions du club,
- 9 Je prends à partie les autres personnes dans les tribunes,
- 10 Je respecte les décisions prises par l'entraîneur et les arbitres,
- 11 Je transmets à mon enfant les valeurs du sport, de respect et de fair-play,
- 12 La victoire de mon enfant est primordiale, s'il échoue, je suis embarrassé(e),
- 13 Le jeu et les règles du basket-ball ne m'intéressent pas,
- 14 Mon enfant a tout à fait le potentiel pour devenir un jour sportif professionnel,
- 15 Mon enfant est le meilleur de l'équipe,
- 16 Mon enfant me reproche parfois mon attitude pendant les matchs,
- 17 Pendant un match, je suis distrait, j'encourage peu,
- 18 Si mon enfant fait du sport, c'est parce que je veux qu'il gagne des médailles et des trophées,
- 19 Si mon enfant perd, c'est à cause des autres,
- 20 Si mon enfant se blesse, j'entre immédiatement sur le terrain pour m'occuper de lui.

En fonction des cases cochées, comptabilisez le nombre de symboles obtenus

1	😊	6	😞	11	😊	16	😞
2	😊	7	😟	12	😞	17	😟
3	😟	8	😟	13	😟	18	😞
4	😊	9	😞	14	😞	19	😞
5	😞	10	😊	15	😞	20	😞



SI VOTRE DOMINANTE EST : **PARENT SUPPORTER**

Félicitations, votre attitude est exemplaire.
Vous êtes en adéquation avec les valeurs éducatives du basket-ball.



SI VOTRE DOMINANTE EST : **PARENT EFFACÉ**

N'hésitez pas à venir soutenir votre enfant.
Quelques encouragements sont toujours bénéfiques.



SI VOTRE DOMINANTE EST : **PARENT EXCESSIF**

Restez spectateur durant les matchs et laissez le staff travailler sereinement.



SI VOTRE DOMINANTE EST : **PARENT FANATIQUE**

Contrôlez vos émotions et transformez-les en encouragements.

ALORS...

**UN SUPPORTER
OU
INSUPPORTABLE ?**



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 02/03	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		annulé	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
	Loisir	x	Basket "Bien-Etre"		11h00	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
	U9 Plateau	Conf	Stade Toulousain - Astro 1 St-Lys 1 - Auterive		10h50	Léo Lagrange	Place Riquet 31000 TLSE
	U11M1	D	Astro 1	Cazères	11h15	Arnauné	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE
	U11M2	L	Blagnac 2	Astro 2	11h15	Mermoz	99 ch d'Aussonne 31700 BLAGNAC
	U11F1	A	Astro 1	St-Jory	9h45	Arnauné	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE
	U11F2	G	Colomiers 2	Astro 2	11h00	Piquemal T1	15, rue A. de Vigny à COLOMIERS
	U13M1	R2	Astro 1	OTB 2	13h00	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
	U13M2	D2	Astro 2	Lavernose	13h00	Arnauné	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE
	U13F1	R2	Vacquiers	Astro 1	14h00	R.Gary	Rue du Parc 31340 VACQUIERS
	U13F2	D3	Repos (match joué le 27/01)		x	x	x
	U15M1	R2	Astro 1	TOAC 3	15h00	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
	U15M2	D3	OTB 2	Astro 2	12h45	Cantelauze	Ch. de Cantelauze, 31470 Fonsorbes
	U15F1	R3	OTB	Astro 1	13h00	Pagnol	9, rue des Tilleuls 31830 PLAISANCE
	U15F2	D2	Astro 2	Labège	17h00	Arnauné	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE
	U17M1	R2	Astro 1	TOAC	17h00	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
	U17M2	D1	Astro 2	Brax	15h00	Arnauné	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE
	U18F1	R2	Elan Aveyron	Astro 1	12h30	Citadelle	Rue l'Esplanade 12450 La Primaube
U18F2	R3	Verfeil	Astro 2	17h30	Lahore	Ch. de la Calleve 31590 VERFEIL	
SG1	PRM	NET'S 2	Astro 1	18h30	Alex Jany	Che de Belbèze 31240 ST-JEAN	
SF3	D2F	Astro 3	Mazères	20h30	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE	
Dim 03/03	U9 Plateau	Déb	Astro 2 - Astro 3 Castelmaurou 1 - Noé 2		10h30	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
	U20M1	R2	Portet	Astro 1	11h00	J. Vallès	Av Salvador Allende 31120 PORTET
	U20M2	R3	Astro 2	Castel-Grisolles	13h00	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
	SF1	R2F	Auch 2	Astro 1	13h00	Mathalin	19, rue du 11 Novembre 32000 AUCH
	SF2	PRF	Le Fousseret	Astro 2	15h30	Avignon	15, av des Pyrénées 31430 LE FOUSS
SG2	D2M	Astro 2	Lardenne 2	15h30	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE	
Mar 05/03	SF1	Coupe 1/4 F	Bruguères	Astro	21h00	R. Albus	8, Al. Coubertin 31150 BRUGUIERES

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 -