## ASTROBULE N°9



Mercredi 28 Novembre 2018

### EDITO DU PRÉSIDENT CRASH TEST

Le départ de Cathy dans le cadre d'une rupture conventionnelle à effet du 4 Décembre 2018 va soumettre notre structure à un Crash Test.

Pas de raison de paniquer néanmoins.

Il sera dur de remplacer une personne ressource à la croisée de l'information et des actions courantes.

Cependant et heureusement nous avons passé une des étapes les plus dures de la saison, à savoir le renouvellement des licences et l'accueil et intégration de 150 nouveaux licenciés.

Cette vacance ne peut-être remplacée au pied levé car nous manquons de temps pour former et trouver la personne ressource d'une part et il nous faudra réfléchir au maintien de ce poste d'autre part. Le dernier bureau et le dernier conseil d'administration en ont décidé ainsi.

Le bureau et tous les dirigeants, vont devoir prendre en charge de nombreuses charges et nous nous appliquons d'ores et déjà à faire face aux plus urgentes.

Le bureau et le CA s'associe à moi pour encourager Cathy à rebondir dans sa vie professionnelle et nous sommes confiant aux vues des qualités professionnelles et humaines que tu as développées au sein de notre structure.

Nous ne rompons pas pour autant nos relations amicales, vieilles de 18 ans de vie associative commune et c'est le principal. Profite de faire un break et au plaisir de te revoir bientôt sur les terrains quelque soit la casquette que tu désireras porter.

Bises de la part de tous



La Pink Army avec ses nouveaux habits de lumière! Encore merci Sarah et Philippe!



Avec les surmaillots c'est aussi la top classe...



On se détend avant le match ... le calme avant la tempête ...



Derrières recommandations avant de rentrer dans l'arène, la concentration est de mise ... puis go, go, go !



Les U11M2 après leur victoire à domicile



Le plateau U9 de dimanche se termine en grimace générale!



Date	Catégorie	Locaux	Visiteurs	Résultats	Arbitres	ОТМ
Ven 23/11	SF3	Foix	TMABC 3	Victoire 44-53	officiels désignés	
	SG2	Astro 2	St-Gaudens 2	Défaite 76-78 ap	officiels désignés	Cédric - Mathieu
	SG3	Aussonne 2	Astro 3	Victoire 48-88	officiels désignés	
Sam 24/11	U11F	OTB 1	Astro 1	Victoire 11-21		
	U11M1	Astro 1	OTB 1	Victoire 19-13	JAP par Cédric	Vanessa - Gabrielle
	U11M2	Astro 2	Merville	Victoire 24-08	JAP par Rachel	parents U11M2
	U13F1	TMABC 1	Pradines	Victoire 37-30	Cédric	Vanessa - Loric
	U13F2	TMABC 2	Pibrac	Défaite 41-49	Cédric	Agnès- Millan-Noah
	U13F3	Repos		x		
	U13M1	Auch 1	Astro 1	Victoire 45-74		
	U13M2	Repos		x		
	U15F1	TMABC 1	Pradines	Victoire 65-57	Rachel - Christian	Mathilde- Cathy
	U15F2	TMABC 2	Tournefeuille	Victoire 46-40	Pierre A - Antoine A	Sébastien - Fred
	U15F3	Repos		x		
	U15M1	Mazères	Astro 1	Défaite 87-76		
	U15M2	Lavelanet	Astro 2	Défaite 49-46		
	U15M3	Astro 3	Cugnaux 2	Défaite 28-65	Dimitri-Christophe	NicolasT - Thierry
	U18F	TMABC	Pamiers	Victoire 57-38	Rachel - Christian	Joanne - Gwen J
	U17M1	Roquettes	Astro 1	Défaite 89-64		
	U17M2	Aussonne	Astro 2	Défaite 62-51		
	U17M3	Astro 3	Lauragais	Défaite 77-80	Pierre A - Antoine A	Nicolas T - Fred
	SF1	Roquettes	TMABC 1	Victoire 36-55	officiels désignés	
Dim 25/11	U20M	GOTB 2	Astro	Victoire 33-68		
	SF2	TMABC 2	Serenes	Victoire 60-40	officiels désignés	Margaret - Clara
	SG1	Repos		X	Toroic Goorginoo	argarot orara
	Trepos					
Mar 27/11	SG1 coupe	Bruguières	Astro 1	Elimination 85-83	officiels désignés	



Du weekend du 17/11/2018

#### U9

### **ASTRO 1 - ST LYS 1 ROQUETTES 1 - TBC**



Pour ce troisième plateau de la saison, nous avons rencontré Roquettes, le TBC et St Lys (nos hôtes). Au cours de ces trois rencontres, on a pu noter une progression du jeu collectif en attaque : nos jeunes joueurs comprennent de mieux en mieux l'intérêt de lever la tête avant de dribbler pour apporter le ballon rapidement près du panier de l'adversaire. Malheureusement, quelques relâchements en défense ont permis à nos adversaires de marquer trop de paniers faciles, ce qui nous a conduit à deux défaites, pour une victoire tout de même.

François

# U11M1 ASTRO- OTB 1 - ]

Réception d'un concurrent direct pour l'accession au championnat regroupant les 6 meilleures équipes du département. En effet, avant cette rencontre, l'OTB, comme nous, n'avait toujours pas perdu le moindre match.

Notre opposition B du jour était composée de 4 habitués : Solal, Noah, Sohan et Loric et pour la première fois d'Erwann qui jusque-là avait joué avec les U11M2. En opposition A il y avait plusieurs absents parmi les joueurs habituels et ce sont Arthur et Gaspard qui ont pris du "grade" pour épauler Angelo, Louis et Jérémy.

Le début de match est une fois encore très poussif de notre côté et ceci pour chaque opposition. Nous n'arrivons pas à imposer notre jeu rapide habituel. Certains dribblent trop, d'autres se font arracher le ballon dans les mains et la réussite au tir nous fuit. Bref la première mi-temps aurait pu nous mettre en position délicate mais nous nous en sortons bien avec 3 périodes remportées sur 4 avec des scores étriqués si ce n'est la 4ème période : 3-2/3-4/4-2/10-3.

La 2ème mi-temps est un peu meilleure. Nous commençons enfin à mettre un peu plus de vitesse mais il y a eu encore beaucoup trop de tirs peu judicieux à mon goût et naturellement manqués. Cependant, dans l'ensemble la production collective était meilleure.

Verdict sur ce 2nd acte : 5-5 puis 4-0 pour la B qui gagne donc son match interne et 6-5 puis 4-7 pour la A donc bilan positif pour eux aussi.

Bravo aux garçons pour le résultat final qui nous qualifie d'office pour notre objectif principal de la saison : évoluer parmi les meilleurs ! Mais sur la manière il y a encore des choses à améliorer ... au boulot, encore et toujours !

Mickael, coach presque jamais content!

#### U11M2

#### **ASTRO - MERVILLE**

<mark>24 - 08</mark>

Épisode 6 : Astro's Eleven

Retour à la maison après notre match accrocheur de la semaine dernière contre Pibrac. Je peux enfin me reposer en repensant aux exploits de mes gars. Mais voilà que je reçois une commande du MF9 que je ne peux pas refuser. Le contrat est simple : gagner le match du samedi 24 novembre contre Merville à Arnauné. Tout ce qu'il y a dans cette grande enveloppe kraft c'est une photo de nos adversaires. Ce qui saute aux yeux c'est la taille des joueurs et des joueuses : ils sont grands, très grands.

Il me faut donc réunir une équipe de choc pour honorer ce contrat. Pour l'opposition 2, je sors les fiches de : Arthur D le Cascadeur, Martin D le Bondissant, Willy l'Embrouille, Gabriel le Rusé, Romain Lagaffe (et Jules l'Invisible qui s'infiltrera incognito dans un match du Tropik). Je sais qu'avec ces 6 là tout se passera comme sur des roulettes. Et j'ai eu raison, ils ont bien évolués collectivement, et tout le monde a marqué. Nos agents ont survolé le match avec tellement de facilité que Romain s'est senti obligé de montrer à Merville le chemin de notre panier. Ça lui a coûté 1 panier contre son camp et le titre de gaffeur de la semaine! Mais peut être était-ce un tour de passe-passe pour mieux perdre Merville dans son propre labyrinthe... Le score est sans appel (6-0, 6-2, 4-0, 6-2) et mes spécialistes rejoignent le banc leur part de boulot bien exécutée.

Pour l'opposition 1 il me faut des gars rudement efficaces afin de ne laisser passer aucun adversaire et marquer un maximum de paniers. J'ai donc posé sur la table les fiches de : Oscar La Fusée, Guilhem Pare-Balle, Martin B La Tornade, Baptiste le Roublard et Farès l'Expert. Avec eux c'est sûr, le match est gagné d'avance. Ils ont eu raison de la taille imposante de leurs adversaires en étant plus mobile et rapide. Tous au service de l'équipe, et à la finition La Fusée et Pare-Balle ont marqués 15 paniers sur 17! Guilhem (9 paniers) ira même jusqu'à enchaîner 2 paniers en moins de 5 secondes en interceptant une remise en jeu... Magnifique! Résultat : 6-2, 9-4, 10-4, 10-2.

La mission n'était pas exempte de défauts (défense très approximative, manque de combativité aux rebonds offensifs) et mes agents ont eu de la chance (énormément de déchets dans les tirs adverses) mais le match était très propre. En plus j'ai noté pas mal d'améliorations dans le jeu rapide (quelques actions en 2/3 passes et 1 panier), dans l'utilisation de l'espace, dans le choix et la qualité des tirs.

Le contrat remplit haut la main, je peux enfin rentrer à la maison pour me reposer en repensant aux exploits de mes gars. Mais sous ma porte le MF9 a glissé une autre enveloppe. Dans cette grande enveloppe en kraft la photo d'une tête de taureau bleu au regard furieux, naseaux dilatés et babines retroussées. Un message codé sous la photo : 061018TBC12-20ABC1/011218TBC?-?ABC2.

Ok, j'ai compris je me reposerai plus tard, où sont mes fiches? il me faut les meilleurs pour cette mission.

Guillaume

Au début, quand le match n'avait pas commencé, je stressais tellement que je n'arrivais presque pas à respirer.

Mais quand je suis entré sur le terrain, je n'ai pensé qu'au jeu et du coup, j'ai oublié mon stress.

Les adversaires auraient pu gagner s'ils avaient été plus forts en tirs car ils étaient plus grands que nous.

J'ai bien aimé qu'on se soit tous bien entendus, que tout le monde participait et qu'il n'y en avait pas qu'un qui jouait. Bravo à l'équipe⊜

Guilhem, élu Homme du match

U13F1

**TMABC - PRADINES** 

37 - 36

Impossible de commencer ce compte-rendu sans vivement remercier Sarah et Philippe pour leur magnifique cadeau fait aux joueuses : un ensemble de maillots flambant neuf, en tout point identique à celui des joueuses pro du TMB, accompagné de son lot de surmaillots individualisés ... qu'elles étaient belles nos filles, dès la sortie des vestiaires, en arborant fièrement leur nouvelle tenue! La joie de porter les mêmes couleurs, de faire partie d'un même groupe ... que c'est beau et galvanisant le collectif dans le sport! Pour que la journée soit mémorable encore fallait-il mettre la cerise sur le gâteau et offrir à nos généreux donateurs et nos fidèles supporters une prestation sur le terrain digne de notre standing ...

Dès le début de match on sent que la partie va être très serrée. Les défenses prennent souvent le pas sur les attaques et les rares paniers sont souvent le fruit d'exploits individuels ou de bonnes combinaisons collectives... logique score de parité 18-18 à la mitemps.

Il faudra attendre la fin du 3ème quart-temps pour qu'une des deux équipes (la nôtre en l'occurrence) prenne quelques longueurs d'avance au score! Et comme souvent dans un match aussi hermétique et intense en défense, le salut viendra de notre capacité à être assez efficace dans l'exercice des lancers-francs (13/25 pour nous et 12/28 pour elles) et grâce à deux tirs à 3 points (dont un très lointain) réussis coup sur coup par notre experte locale. Les visiteuses prennent un sacré coup au moral mais ne rompent pas pour autant. Le 4ème quart-temps sera épique tant l'intensité des débats sera élevée. Les défenses haussent encore le ton et malgré plusieurs bonnes tentatives il nous sera quasi impossible d'accentuer les 5 précieux points d'avance obtenus à l'entame du dernier quart-temps. Ces 8 dernières minutes seront une véritable guerre de tranchée dont la Pink Army sortira vainqueur: un seul panier marqué dans le jeu (pour nous) et 4 LF de chaque côté: 6-4 pour cet ultime acte et donc victoire finale 37-30. Ouf! Le match retour s'annonce déjà bien chaud !!!

En attendant mes valeureuses guerrières auront pu savourer dignement cette victoire et remercier toutes les personnes qui les ont soutenues.

Encore une victoire collective où le temps de jeu est bien partagé et où chaque joueuse a l'occasion d'apporter sa pierre à l'édifice (en commençant par le scoring : elles étaient encore 9 sur 10 à avoir marqué au moins 2 points).

Comme souvent cette saison alors que mes homologues coachs comptent principalement sur 3-4 joueuses majeures, j'ai la chance d'avoir toutes mes joueuses compétitives, capables de prendre des responsabilités en attaque et de défendre fort ... mes différentes rotations ne freinent jamais notre dynamique et notre projet de jeu ... c'est un véritable luxe que d'avoir un groupe si homogène et impliqué et ce n'est pas le fait du hasard si la majorité de nos victoires se sont dessinées dans les 2 derniers quarts-temps, quand les principales forces adverses sont au bout du rouleau, épuisées par notre rythme!

Plus que jamais "bleu-blanc-rose eeennnnsemble !!!"

Mickael, coach toujours aussi fier de ses filles!

U13F2

**TMABC - PIBRAC** 

4] - 49

3ème match joué, 3ème match perdu et l'heure de faire un petit bilan de ce début de championnat.

Autant certaines défaites peuvent sembler logiques face à des adversaires clairement supérieures, autant ce dernier match contre Pibrac était à notre portée puisque nous n'avions perdu que de deux points contre elles en phase de brassage. En plus le score final ne reflète pas la physionomie du match puisque nous prenons jusqu'à 16 points de retard à 3 minutes de la fin.

Cette rencontre a été globalement décevante, notamment pour ce qui concerne les phases défensives. Manque criant de rigueur, lucidité, effort et solidarité dans l'adversité. Nous ne retrouvons pas l'énergie qui était déployée lors des brassages.

Ce qui nous coûte la victoire, car offensivement le résultat est correct, autant sur le plan collectif avec 41 points marqués, que sur le plan individuel, avec plusieurs filles en réussite par rapport aux semaines précédentes, et 9 sur 10 présentes au score.

Nous vous laissons méditer cette citation de Nelson Mandela: "I never lose. I either win or learn." (A vos dicos si nécessaire!).

Nous avons obtenu notre ticket pour la région et le choix a été de faire progresser les filles et le groupe dans l'adversité et la difficulté, contre des équipes plus aguerries et expérimentées. Mais cela n'a d'intérêt que si chacune se responsabilise à 100 %.

A l'heure actuelle, les intentions et le comportement sont plus importants que le résultat. Et pour reprendre des choses déjà dites à l'entraînement, notre train a besoin de plus de locomotives et pas de wagons et chacune sans distinction peut prendre le lead.

A nous (et aux filles!) de tirer les bonnes conclusions et de redoubler les efforts aux entraînements et lors des prochains matchs. Si nous allons perdre des rencontres, nous préférons de loin le faire avec un groupe motivé et investi qui donne tout pour bénéficier de cette expérience. Rendez-vous samedi prochain avec une autre équipe que nous avons déjà joué en brassages, Moissac.

Alex et Christian

# U13M1 AUCH - ASTRO

Je me dois de commencer ce commentaire par de très vifs remerciements à l'endroit de notre adversaire du jour qui nous a prêté un jeu de maillot parce que nous avions oublié le nôtre. Encore merci.

Avec un peu de concentration, mon commentaire de cette semaine aurait pu être un copier/coller de celui de la semaine dernière. Ene effet, les débuts du match sont très poussifs. Manque d'impact, manque de concentration, manque d'application. Je pense que les jeunes étaient inconsciemment sous l'influence prétentieuse du score très serré (1 point) entre notre adversaire du jour et celui du week-end dernier. Notre premier point arrive au bout de presque 3 minutes de jeu. On rentre doucement dans le match pour finir le quart temps avec 4 points d'avance: 12-8

La suite est un peu plus sereine. Au second quart temps, on passe un 22-13 à l'adversaire. Néanmoins, nos faiblesses défensives sont toujours présentes. Bien que un cran en dessous techniquement parlant, nos adversaires ont du mental et du foncier. Le troisième quart temps qui se termine par un score de 21-15 en notre faveur leur redonne du poil de la bête. Heureusement leur scoreur maison (20 points sur les 45) est handicapé par de nombreuses fautes. Il nous faut chaque samedi, devenir défensivement moins petit.

#### U13M2

Ce week-end nous étions au repos. Je remercie Millan et Noah d'être venu à la table samedi. Merci aussi à Florian, Maël et Roman pour l'arbitrage que le plateau U9 dimanche! J'espère que ces 5 joueurs ont apprécié donner un coup de main qu'ils reviendront avec peut être d'autres coéquipiers.

Rachel.

### U15F2 TMABC - TOURNEFEUILLE

46 - 40

Pour ce 3e match de championnat, nos U15F2 recevaient l'équipe de Tournefeuille.

Avec l'absence de Julia et les blessures encore en convalescence de Lola, Amandine et Adela, l'effectif était donc un peu restreint avec 8 joueuses.

Qu'à cela ne tienne, ça ne change rien au fait qu'on joue toujours à 5 contre 5 sur le terrain. La physionomie de match est un peu similaire à celle de Rignac, sauf que la première mi temps est encore plus loupée que la semaine dernière.

Quelques phases de jeu intéressantes mais le manque de combativité en défense, les absences de marquage et le manque de lucidité en attaque font qu'on prend rapidement une dizaine de points de retard.

Par miracle, on ne vire à la mi temps qu'avec 8 points de retard...

Une prise de conscience a donc été nécessaire à ce moment là et nous passons 10 minutes à réfléchir et à nous remettre en question sur le banc durant la pause.

Les filles font preuve de caractère et le 3e quart temps a un tout autre visage. Nous asphyxions l'équipe adverse par une agressivité défensive grandissante et les joueuses semblent enfin dans le match. Un différentiel de +13 nous permet de passer passer devant à l'entame du dernier acte.

Les débats sont équilibrés dans le 4e quart temps et les approximations offensives sont rattrapées par l'envie dont nous faisons preuve en défense.

Score final 46 40 et cette victoire va faire du bien au moral après le goût amer que nous avait laissé la défaite en terre aveyronnaise la semaine dernière.

En résumé, nous retenons bien plus la force de caractère des joueuses pour réagir après une 1ere mi temps ratée, et les filles ont encore une fois montré de belles valeurs.

Nous devons montrer autant de coeur à l'entraînement que durant cette 2e mi temps si nous voulons passer un cap et progresser dans la répétition des efforts et la lucidité.

Un grand bravo aux joueuses.

Merci aux parents pour leur soutien et aux bénévoles ayant permis à la rencontre de se jouer.

Stéphane

#### U15M1 MAZÈRES - ASTRO 1

81 - 16

Problème de rotation!!

Cette semaine nous nous sommes déplacés à Mazères.

Le déplacement s'annonçait difficile, en effet notre "infirmerie" est toujours "saturée" : bilan 4 blessés et 1 malade.

Malheureusement, l'équipe 2 n'a pas pu nous prêter des joueurs ayant elle aussi des problèmes d'effectif.

Nous sommes donc arrivés à Mazères à 9 ce qui d'entrée nous a pénalisé. En effet, dans ce championnat, comme nous n'avons pas de joueur "hors norme" physiquement, pour tenir l'engagement physique, il faut être au moins à 10 joueurs pour commencer le match. Nous avons donc bien commencé la première mi-temps, menant au score à la fin de la première période.

Puis lentement mais sûrement les adversaires ont remonté le score pour passer devant au dernier quart temps, emportant ainsi la victoire finale.

De notre côté, nous n'avons pas su réagir, serrer les coudes et trouver les bonnes solutions. Problème de rotation au niveau effectif, nous sommes arrivés avec une équipe complètement déséquilibré (que 9 joueurs, 1 seul intérieur)...

A moins de se ressaisir dès à présent, le championnat va nous paraître bien long... Les garçons nous devons élever notre niveau de jeu !!!! Tahina

U17M1

**ROQUETTES - ASTRO** 

89 - 64

Malgré une victoire fracassante la semaine dernière (99-56) nous coulons face à roquette (89-64). C'est peut être un peu fort mais c'est ce que j'ai ressenti. Au premier quart temp nous perdons nos moyen à cause d'une presse très bien exécutée par nos adversaires mais nous réussissons à remonter. Le second quart temps s'enchaîne et roquette commence à creuser l'écart (-24 points). Le troisième quart temp est un moment clé du match malgré qu'on commence à bien jouer certains coéquipiers ne pensent plus à jouer et se préoccupent de l'arbitrage(-20 points). Le quatrième quarts temps est assez dur nous prenons beaucoup de points sur des contres attaques et des interceptions. Nous terminons ce match avec le score de 89-64 l'adversaire était très adroit et bien organisé. Je pense qu'il y a encore beaucoup de choses à améliorer mais nous sommes sur la bonne voie!

3 neurones

#### U17M2

#### **AUSSONNE - ASTRO**

<u>62 - 51</u>

Troisième défaite et de loin la plus dure des trois.

Elle due à des coups du sort comme la blessure d'Antoine (qui était "on fire") et l'exclusion de Dimitri, mais aussi et surtout à un manque de ténacité dans les moments clés...à oublier très vite.

Mathieu

SG1

**BRUGUIÈRES - ASTRO** 

85 - 83

#### Elimination en Coupe de la Garonne

La statistique qui tue : Bruguières aura été en tête de ce match pendant 25 secondes en tout ... malheureusement pour nous parmi ces 25 secondes il y a les 15 dernières !!!

Comment en est-on arrivé là ? Petit retour en arrière : après un week-end de repos côté championnat nous avons attaqué cette semaine par un match de Coupe en déplacement chez une équipe évoluant 3 divisions au-dessus de nous. Nous démarrons donc le match avec 20 points d'avance.

A la mi-temps le score indique 44-45 ... notre avance a donc fondu comme neige au soleil. Nous avons été apathique et avons regardé jouer une équipe très expérimentée qui n'en demandait pas tant!

Heureusement nous montrons un tout autre visage en 2ème mi-temps avec en particulier un très bon 3ème quart-temps que nous remportons 15-20 ... donc 6 points d'avance pour nous à l'entame de la dernière période.

Nous tenons, nous tenons, nous tenons ... jusqu'à la dernière minute du match où les locaux nous rattrapent et prennent même pour la première fois les devants sur 2 lancers-francs accordés très généreusement ... mais nous égalisons dans la foulée. Il reste 30 secondes et ils ont la balle. Nouveau coup de sifflet contre nous pour un léger contact et même sanction, nous repassons 2 points derrière mais avec une dernière possession ... le plan de jeu prévu n'est pas respecté mais nous arrivons tout de même à avoir un dernier shoot ... manqué! Ce n'est pas encore cette saison où nous aurons droit à une belle aventure en coupe mais nous pouvons nous en prendre qu'à nous même et retenir qu'un match ne démarre pas à la mi-temps. De plus, avec un piteux 3/13 aux LF on ne peut pas espérer grand chose (surtout si pendant ce temps-là eux font 18/22!).

Beaucoup de frustration et de regrets qu'il faudra vite évacuer pour nous replonger dans notre championnat domestique avec un déplacement très périlleux ce samedi à St-Orens. Mickael, coach dépité



### Seconde interview d'un arbitre officiel de l'Astro : on continue avec Rachel Redon

· Présentation de toi et de ton parcours d'arbitre

Bonjour, je m'appelle Rachel et j'ai 21 ans. Je suis à l'Astro depuis ses débuts, ma sœur fût une des premières licenciées. En contrat d'avenir depuis plus d'un an, j'effectue cette année une formation pour obtenir un Brevet Professional de la Jeunesse, de l'Education Populaire et du Sport. Aussi joueuse, engagée et motivée, lors des matchs, peut-être un peu trop! Une fois, Pierre, en tant que président du club et arbitre officiel, m'a proposé de voir ce que c'est d'être arbitre afin que je me mette à leur place. Alors, le week-end suivant, il m'a pris sous son aile pour arbitrer nos U11M qui recevaient Tournefeuille. Le match a été serré dû à l'engagement des deux équipes mais, malgré les contestations des deux équipes sur l'arbitrage, cela ne m'a pas démotivée et j'ai recommencé à prendre un sifflet les week-ends suivants. 6 ans d'arbitre club et je saute le pas de passer l'examen d'arbitre officiel départemental. Suite à un an de formation, j'obtiens mon examen. J'ai effectué mon premier match en tant qu'arbitre officiel en octobre cette saison!

- Pourquoi arbitres-tu?
- Au départ j'ai commencé « par obligation ». Puis, au fur et à mesure, j'ai pris confiance en moi. L'arbitrage m'a permis de mieux comprendre le code de jeu, afin de pouvoir en tant que coach l'expliquer aux joueurs et en tant que joueuse d'aider mes coéquipières.
- Défauts et Qualités à (ne pas) avoir pour être un bon arbitre Pour être un bon arbitre à mon avis il faut avoir au moins ces 3 qualités : être impartial, être cohérent et être respectueux. Un arbitre est une personne désignée pour faire respecter le règlement : un manque d'impartialité, de cohérence ou de respect peut lui retourner tout un match.
- Rentres-tu dans un autre personnage quand tu arbitres?
   Dire que je rentre dans « un autre personnage » quand j'arbitre, oui et non. D'une part oui, puisque je laisse toutes les émotions et les préjugés que j'ai sur les joueurs, coachs ou
   OTM aux vestiaires. Et d'autre part non, même si mes émotions et mes préjugés sont mis de côté, je reste moi-même.
- Un mot pour conclure ?

Je connais l'Astro depuis ses débuts, chaque année nous accueillons de plus en plus de joueurs et joueuses. Mais pour que chaque équipe puisse jouer on a besoin d'Officiels de Table de Marque et d'arbitres, pourquoi ne pas venir essayer un week-end? Cela aidera le club, te fera une nouvelle expérience et qui sait peut-être, cela te donnera envie de continuer à arbitrer!



### INSIDE NOUVELLE BOUTIQUE!

On s'est dit qu'avec Noël qui approche on allait vous donner des idées de cadeaux!!

Alors spécialement pour vous, vous trouverez ci-joint le visuel et le prix de ce qu'on vous propose ainsi que le guide des tailles.

Voici également le lien pour le formulaire de commande en ligne : pour valider votre commande, il vous faut juste renseigner la première page.

https://docs.google.com/forms/d/1USnvZVGIY-gTBxkNTU1h3NFnr8FfmpT4b-RiPgJUDXs/edit

Pour la gestion et le suivi des commandes, merci de veiller à bien remplir le formulaire. Pour le mode de règlement vous pouvez choisir entre le paiement par chèque (il sera encaissé juste avant la livraison) et les espèces et nous le transmettre à Cathy ou Virginie d'ici samedi.

Attention toute commande sans règlement ne sera pas prise en compte.

Attention, la date limite pour cette première commande est fixée au samedi 1er décembre dernier délai, pour une livraison juste avant les vacances de Noël, le 17 décembre.

A vos commandes!!

Virginie SEGALA (maman de Camille en U11F et Chloé en U15F1)













- $\ \, \textcircled{\ \ \, }$  Sweat à capuche Atenas marine coton coupe mixte logo Astro BC sur poitrine côté cœur + prénom dans le dos :
  - adulte 39 € (S à 3XL) enfant 38 € (5XS à XS)
- $\ensuremath{\textcircled{\textcircled{0}}}$  Veste Campus II marine - polyester -logo Astro BC sur poitrine côté cœur + prénom dans le dos
  - ⊙ coupe mixte 36 €
- ③ Pantalon Campus II marine polyester logo Astro BC sur cuisse gauche
   ④ coupe homme 27 € (S à 3XL) coupe femme 27 € (S à 2XL)
- ④ Tee-shirt « façon NBA » avec prénom dans le dos 17 €
   ⑨ modèle féminin CTC TMBAC
   ⑨ modèle masculin Astro BC



#### Voici les dates importantes de la vie de l'ASTROBC



## Bazacle VENDREDI 7 DÉCEMBRE

Assemblée Générale à partir de 19h30



VENDREDI 7 DÉCEMBRE À partir de 19430 au Bazzacle ou à la Maison de la pétanque VOTRE ASSEMBLÉE GÉNÉRALE 2017-2018 A ÉTÉ DÉCALÉE EN DÉCEMBRE POUR POUVOIR INFORMER ET INTÉGRER TOUS NOS ADHÉRENTS.

EN EFFET, LE RENOUVELLEMENT DE NOS ADHÉRENTS SE FAIT À HAUTEUR DE 30% CHAQUE ANNÉE.

RAPPEL: UNE AG SERT À FAIRE UN BILAN DE L'EXERCICE ANNUEL ET SERT AUSSI À RENOUVELER LES MEMBRES DU CA.

TOUS LES MEMBRES DU CA SERONT PRÉSENTS AFIN DE RÉPONDRE À VOS QUESTIONS LORS D'UN BUFFET STYLE AUBERGE ESPAGNOLE

Gymnase du lycée Toulouse

Lautrec

SAMEDI 15

DÉCEMBRE
Fête de Noël





# FÊTE DE NOËL DE L'ÉCOLE DE MINI-BASKET

EDITION 2018



LE 15 DÉCEMBRE AU LYCÉE LAUTREC 26 IMPASSE BARTHE, 31200 TOULOUSE

PROGRAMME DE LA MATINÉE :



9H15— 10H45 ANIMATIONS U7 & U9 - ACCUEIL À 9H00 - ATELIERS <u>DE 9H15 À 10H25</u>

10H15 — 12H15 ANIMATIONS U11 - ACCUEIL À 10H15 - ATELIERS DE 10H50 À 12H10

10H30 : PHOTO DE TOUTE L'ÉCOLE DE MINI BASKET AVEC LE PÈRE NOËL !









### INSIDE MATCHS À VENIR

#### PROGRAMME FFBB ET FSGT

Date	Catégorie	Locaux	Visiteurs	Heure match	Gymnase	Adresse	Arbitres	ОТМ
Mar 27/11	SG1 coupe	Bruguières	Astro 1	20h45	Albus Bleu	8 allée P de Coubertin 31150 BRUGUIERES	officiels désignés	
Ven 30/11	SF3	Auterive	TMABC 3	21h00	Halle St Paul	rue Proudhom 31190 AUTERIVE	officiels désignés	
	SG2	Labarthe 3	Astro 2	21h00	Halle Sports	pl Fournil 31860 Labarthe/Lèze	officiels désignés	
	SG3 Exempt		x					
Sam 01/12	U7 Entrainement habituel		9h30	Clg Lautrec	46, impasse Barthe 31200 TLSE			
	U9	Entrainement habituel		11h00	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE		
	U7 Déb	Verfeil - Caraman - Astro Bessieres - Tropik - TCMS		?		Verfeil		
	U11F	Astro 1	Le Fousseret	9h30	Arnauné	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE	JAP par Mathieu	parents U11F
	U11M1	Le Fousseret	Astro 1	10h00	Francis avignon	av pyrénées 31430 Le Fousseret		
	U11M2	TBC	Astro 2	10h00	M. Cerdan	7 ch de la Cépière 31100 TLSE		
	U13F1	TMABC 1	NET'S	15h00	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE	?-?	Vanessa - Vincent P
	U13F2	TMABC 2	Moissac	11h00	Arnauné	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE	? - ?	? - ?
	U13F3	Villemur	TMABC 3	12h15	Albert Camus	rue Vignières 31340 Villemur/Tarn		
	U13M1	Colomiers 1	Astro 1	13h00	Piquemal	15 A de vigny à 31770 Colomiers		
	U13M2	Astro 2	Castelmaurou	13h00	Clg Lautrec	46, impasse Barthe 31200 TLSE	2 x U17M (Mathieu)	? - ?
	U15F1	TMABC 1	St-Nauphary	16h30	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE	Cédric - ?	Mathilde - Cathy
	U15F2	TMABC 2	Montauban	14h30	Clg Lautrec	46, impasse Barthe 31200 TLSE	? - ?	Alexandre - U13M2
	U15F3	TMABC 3	Labarthe	13h30	J. Moulin	av des écoles J. Julien 3140 TLSE	? - ?	? - ?
	U15M1	Cugnaux 1	Astro 1	13h30	J Bouin	22 rue du stade 31270 CUGNAUX		
	U15M2	Exempt		x				
	U15M3	St-Lys 2	Astro 3	15h30	COSEC	ch. Pilore 31470 Saint-Lys		
	U18F	TMABC	Noé-Carbonne	13h00	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE	? - ?	Mathilde - Vincent P
	U17M1	St-Lys 2	Astro 1	16h30	COSEC	ch. Pilore 31470 Saint-Lys		
	U17M2	Astro 2	BAB'SS	16h30	Clg Lautrec	46, impasse Barthe 31200 TLSE	? - ?	Alexandre - ?
	U17M3	Blagnac	Astro 3	15h00	Mermoz	99, Ch Aussonne 31700 Blagnac		
	SG1	St-Orens 2	Astro 1	18h00	P.Paul Riquet	av du Lycée 31650 Saint Orens	officiels désignés	
Dim 02/12	U20M	Repos		X				
	SF1	TMABC 1	Vic-Fezensac	12h30	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE	officiels désignés	Lucie Ri - ?
	SF2	Gimbelet	TMABC 2	16h00	Municipal	82800 St Etienne de Tulmont	officiels désignés	
Lun 26	LA1	Astro 1	Bras Cassés		Eugéne Montel			
Jeu 29	LA2	Astronauts	Drime Time					
Lun 26	LA3	BCLM	Astro 3		Lapeyr-Fossat			
Mar 27	LA4	Astropico	Guignol's Band	<b>2</b> 0h	Valmy			
Mer 27	LA5	Airbus	Astro 5					







Nous vous rappelons qu'il est possible (et fortement recommandé !!!) de consulter ces programmes sur notre site internet afin d'avoir accès aux mises à jour de dernière minute, comme les annulations et reports des matchs.

### ILS NOUS SOUTIENNENT











