Astro News

Champions Edition

CHAMPIONS

2022

#34

Speech d'avant-match 📣

Historique !

Bonjour à tous,

Et un, et deux, et trois, et quatre titres de champions ni plus ni moins sont décrochés par l'Astro cette saison ! Sans plus attendre, retour en textes et en images sur ce week-end qui marquera à jamais l'Histoire du club.

Désolé pour le retard mais la rédac' a eu beaucoup de choses a fêter ces derniers jours…

Bonne lecture et bonne fin de semaine.

La rédac'

L'édito 3v3

Ecrit à tour de rôle par Virginie, Cathy et Micka. Vous avez compris la rotation ? Go !

Hello l'Astroworld !

D'un commun accord avec mes 2 "acolytes" j'ai l'honneur de rédiger l'édito pour la 2ème semaine consécutive. Il faut dire que l'actualité sportive du week-end était d'une richesse inégalée, puisque pas moins de 4 équipes étaient en finale. Vous étiez peut-être parmi les rares personnes au club à ne pas avoir été témoins de ces 4 matchs de légende aussi je reviens avec vous sur ces 2 jours historiques. Et pour ceux qui y étaient … revivons ensemble ces précieux souvenirs !

Ce sont nos **U15F2** qui se sont distinguées les premières en remportant sans trembler le titre départemental de niveau 2 (D2), à domicile mais face à une armée de supporters venus de Verfeil. Cette victoire est un réel succès pour notre

club, car cette équipe a failli ne pas exister tant l'effectif a mis du temps à se construire en septembre. Au final c'est un groupe très hétérogène, composé de plusieurs joueuses débutantes et d'autres un peu plus expérimentées, qui a réalisé une très belle saison, riche de beaucoup de succès et qui a assumé son statut de favorites pour cette finale, malgré la pression de l'enjeu. Bravo les filles et coach Anaïs, assistée de Mathilde pour l'occasion.

En parallèle, nos **U13M1**, à Lézat, étaient aux prises avec leurs homologues de Castelmaurou pour le titre inter-départemental (soit le 2ème niveau régional auquel on peut se qualifier via les brassages). Malgré une réelle supériorité collective, nos garçons ont mis du temps à faire basculer le match en leur faveur et jusqu'au bout leurs adversaires seront restés menaçants. Mais on retiendra qu'au terme d'une belle saison ils ramènent au club un premier titre régional dans une catégorie masculine. Bravo les garçons et coachs Guillaume et Alex.

Après ce début de samedi après midi en fanfare, il fallait prendre la direction des Pyrénées pour rejoindre Aureilhan où se disputaient les finales régionales de niveau 2 (R2), soit le plus haut niveau que l'on peut atteindre via les brassages.

Nos **U18F1** y étaient opposées à l'équipe du BABSS (Bessières – St-Sulpice) pour un match qui s'annonçait très indécis (en championnat, victoire des nôtres de 10 points à l'aller mais défaite de 28 points au retour !).

Grâce à un effectif plus complet et une fin de match bien maitrisée nos girls s'imposent dans une chaleur étouffante mais une liesse indescriptible ! Bravo les filles et coachs Cédric et Michael.
Depuis la création de l'Astro, ce n'est que le 2ème titre obtenu à ce niveau de compétition et il faut remonter à la saison 2008-2009 pour trouver la trace d'un pareil exploit (à l'époque nos U13F décrochaient le graal face à Rodez). 13 ans plus tard on retrouve donc le sommet de la région mais dans une autre catégorie d'âge. Entre-temps nous avons participé à plusieurs finales, mais la victoire nous fuyait depuis plusieurs saisons.

Combien d'années allions-nous attendre avant le prochain titre à ce niveau ? En réalité pas moins de 24 heures puisque nos **U15M1** (toujours à Aureilhan mais le dimanche matin, merci à nos instances de ne pas avoir répondu favorablement à nos demandes de reprogrammation pour coupler les 2 matchs !), sont allés conclure de façon victorieuse un week-end définitivement historique, avec en plus un scénario digne des meilleurs films.

Face à eux la CTC Launaguet-Bruguières, 1 seule défaite sur la saison, grandissime favorite, ayant défait les nôtres en championnat de 10 points tant à l'aller qu'au retour et qui, à l'entame du dernier quart-temps, possédait encore 14 points d'avance au tableau d'affichage. Mais c'était sans compter la magie de notre sport et l'euphorie qui allait s'emparer de nos protégés … alors que bien d'autres auraient renoncé, ils y ont cru jusqu'au bout, et au terme d'un 4ème quart-temps irréel, remporté 9 à 34, ils s'imposent dans une ambiance délirante et une salle totalement acquise à leur cause ! Ils ramènent donc au club un premier titre masculin à ce niveau de compétition. Bravo les gars et coach Vincent, assisté pour l'occasion de Cédric.

Inutile de vous dire à quel point le Directeur Sportif, et à travers lui tous les dirigeants et bénévoles, sont comblés par ces résultats inespérés au vu des nombreuses difficultés logistiques auxquelles nous avons du faire face cette saison encore. 2 jours de pur bonheur qui font presque oublier les 353 autres de dur labeur !!! Mais face à toutes ces "contrariétés" nous sommes restés soudés, organisés et solidaires entre nous et avons relevé tous les défis. Ce week-end rentre dans la légende de notre club. 4 finales, 4 titres dont 2 au plus haut niveau

régional. Il valide notre travail collectif, mené depuis plusieurs saisons, en toute humilité et quasi discrétion mais avec conviction.
En espérant qu'un jour ou l'autre nous aurons un gymnase digne de ce nom, avec pourquoi pas des tribunes et un club-house, pour pouvoir y exposer tous ces trophées … en attendant nos championnes et champions seront célébrés comme il se doit lors de nos événements de fin de saison (AG et fête du club). Venez nombreux les féliciter … et suivre leurs exemples lors des saisons à venir !

Merci à eux pour avoir aussi bien mis à l'honneur nos couleurs
Merci aux nombreux et bruyants supporters qui les ont soutenus
Merci aux coachs qui ont permis à "nos enfants" de croire en leur rêve

Micka

📶 Bascule, mode d'emploi ! 🏀

Les principaux points à retenir :

1) Pendant 5 semaines, du 23 mai au 24 juin 2022 inclus, on prépare très concrètement, sur le terrain, la rentrée de septembre.
2) Chacun est désormais affecté à la catégorie (d'âge !) dont il dépendra pour la saison 2022-2023.
3) Pas d'équipes 1 ou 2, toute la catégorie est réunie sur les mêmes créneaux d'entrainement.
4) Quelques nouveaux seront à l'essai (sur invitation, après inscription à notre formulaire en ligne disponible en page d'accueil de notre site www.astrobasketclub.fr)
5) Les entraineurs, jours, lieux et horaires utilisés lors de cette bascule ne présagent en rien à ce qui se fera réellement en septembre !
6) Les équipes de cette saison ont toujours la possibilité de se réunir lors des tournois proposés par les autres clubs.

La grille des créneaux (avec les années de naissance concernées, les lieux, jours, horaires et entraineurs) est d'ores et déjà consultable sur notre site (rubrique entrainements) ou directement ici : lien

Et la traditionnelle F.A.Q. :

a. Est-ce que je peux continuer à m'entrainer avec ma catégorie actuelle car les jours d'entrainement ont changé et je ne suis pas disponible sur les nouveaux créneaux ?
Oui, c'est possible mais c'est assez pénalisant pour le pratiquant concerné et le reste du groupe. On vous recommande vraiment de "basculer" ! Exception pour les filles nées en 2004 (futures SF) et les garçons nés en 2005 (futurs U20M) qui resteront sur leur catégorie actuelle l'essentiel du temps, mais avec quelques rendez-vous spécifiques qui vous seront communiqués ultérieurement.

b. Est-ce qu'on peut déjà se réinscrire pour la saison prochaine ?
D'un point de vue administratif pas encore (il faudra attendre le début du mois de juillet très concrètement) mais il est urgent de dire à vos coachs actuels vos intentions pour la saison prochaine car notre capacité à pouvoir accueillir du

monde dépend essentiellement de notre taux de renouvellement. A partir de juillet il ne faudra pas tarder pour finaliser les démarches d'inscription définitive car après vous ne serez plus prioritaires par rapport aux nouveaux venus (chaque saison certains en fond malheureusement les frais, particulièrement dans nos équipes masculines ultra demandées).

c. Est-ce que les coachs de la bascule seront ceux de la rentrée ?
Tu n'as pas bien lu le point n° 5 ci-dessus !!! Par contre des coachs il nous en manque alors n'hésite pas à passer le message autour de toi si tu connais du monde intéressé !

d. Pour quoi les équipes du mini-basket (des U7 aux U11) n'ont qu'un seul entrainement par semaine ?
Ce sont tout simplement les conséquences directes du manque de créneaux d'entrainement du à la réquisition du gymnase du lycée Toulouse-Lautrec.

e. Est-ce qu'on ne sera pas trop nombreux lors des entrainements.
Sur certaines séances il faudra effectivement se serrer et être très concentré et attentif aux consignes, surtout qu'il y a en général de grandes différences de niveau entre les pratiquants lors de ces bascules. Mais n'ayez pas peur, nos coachs savent faire !

Si d'autres questions vous viennent à l'esprit, n'hésitez pas à me les poser à :

sportif@astrobasketclub.fr

Micka

Créneaux "Bascule" du 23 mai au 25 juin 2022

Né(e)s en	Equipes	Coachs	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Ecole de Mini-Basket								
2016 à 2018	U7 mixtes	Clotilde G Rafael P						Collège T-Ltrc 11h-12h30
2015 2014	U9 mixtes	Anaïs D Clotilde G			Arnauné 18h-19h30			
2013 2012	U11M	Vanessa H ???			Arnauné 15h-16h30			
	U11F	Anaïs D Elia U			Arnauné 13h30-15h			
Pôle Formation Masculine et Féminine								
2011 2010	U13M	François ???		Lalande 18h-20h			Arnauné 18h-19h30	
	U13F	Anaïs D ???		Arnauné 18h-19h30			Collège T-Ltrc 18h-19h30	
2009 2008	U15M	Micka F Guillaume D	Collège T-Ltrc 18h-20h		Arnauné 16h30-18h			
	U15F	Cédric S ???			Arnauné 19h30-21h		Collège T-Ltrc 19h30-21h	
2007 2006	U17M	Nicolas C Vincent C		Gde salle 20h-21h30			Gde salle 20h-21h30	
2007 à 2005	U18F	Micka F Mathilde L		Arnauné 19h30-21h			Arnauné 19h30-21h	
Pôle Seniors et Juniors								
2005 à 2003	U20M	Antoine P Emeric D	Tournoi interne + Quelques entrainements d'essai pour les nouveaux (dates à définir)					
2004 et avant	SG	Micka F						
	SF	Elodie T						
Loisirs adultes 2004 et avant	LA 1 LA 5	Nicolas Ci		M du Basket 20h45-22h45				
	Astronauts LA 3	Antoine P Julien M					Bazacle 20h30-22h30	
	Astropico Astrogoths	Laurent M Pierre A				M du Basket 21h-22h30		
	Bien-être	Anaïs D						Collège T-Ltrc 9h30-11h

Replay ⏪

Les matchs du week-end dernier en VOD (mais sans vidéo) !

U13M1
Demi-finale Inter-Departementale

Victoire contre Lavaur : 77-71
Q1 : 23-23 ; Q2 : 20-27 ; Q3 : 16-17 ; Q4 : 18-4

Après le dernier match de la saison, sans enjeu car nous étions déjà assuré de finir en tête du championnat, mais non sans tension (victoire après prolongation de 1 point contre Pamiers), le constat s'est imposé de lui même : le manque de pratique tout terrain porte grandement préjudice au jeu des Raccoons. Manque de repère, difficultés à se projeter vers l'avant, remises en jeu latérales lentes… il fallait absolument trouver une solution.
Cette solution nous l'avons trouvé auprès de la Hoops Factory qui a accepté de nous attribuer gracieusement 3 créneaux d'une heure et demi !

Trois entrainements intensifs plus tard, notre horde de bandits masqués avaient retrouvé leur jeu rapide et agressif made in Astro, fins prêts à attaquer les demi-

finales contre… Lavaur ?!?! WTF? Le leader de la poule B se serait ramassé au dernier moment et, là où nous attendions BCLM ou Colomiers, nous nous retrouvons face à cette belle équipe du Tarn au parcours quasi sans faute. Peut importe, avec 12 victoires pour 2 défaites, 931 point marqués pour 707 encaissés, les Raccoons dominent largement les deux poules et ne craignent plus personne.

A domicile et devant notre chaleureux public, venu en nombre pour l'occasion, nos garçons font une bonne entame de match mais se rendent vite compte que le #13 adverse n'est pas QUE grand. Très rapide, technique, adroit, athlétique ET grand, il s'avèrera être le meilleur et le plus complet des joueurs qui auront croisé notre route cette saison. Ce boss de fin de niveau qui finira à 51 points sur les 71 de son équipe nous mènera la vie dure une bonne partie du match. 18 points à lui tout seul en première période là où, coté RagRacs, le jeu collectif met déjà à l'honneur 7 scoreurs différents dont Walid et Paul qui signent leur meilleur match de la saison avec respectivement 22 et 14 points.
Malheureusement pour nous, ça ne fait que commencer puisque ce même joueur enchainera 20 points en deuxième période dont un 3 points… (rare dans cette catégorie) De notre coté, nous restons réguliers en attaque mais ne trouvons pas la clé pour stopper cette locomotive Vauréenne. Nous accusons un retard de 7 points à la mi-temps, rien de catastrophique quand on connais la force mentale et physique de cette équipe mais il va falloir la jouer fine à la reprise.

Apres la pause, les RagRacs ratent leur retour sur le terrain mais sortent progressivement les griffes après avoir plongé à -13 points. Cette fois, fini de jouer, passons aux choses sérieuses. Côté défense, on commence à fatiguer le géant rouge (« seulement » 13 points sur la période) en le harcelant et en l'isolant, on est de plus en plus a l'aise avec la notion d'aide défensive. Côté attaque, c'est toujours le festival du collectif puisqu'à nouveau 7 joueurs différents contribuent au score ! A la fin de la troisième période, même si l'hémorragie est maitrisée, nous accusons toujours un retard de 8 points. Cependant, la révolte collective qui a été amorcé ne me laisse aucun doute quand à l'issu de la rencontre.

De la révolte à la révolution il n'y a qu'un pas. Ce dernier quart-temps sera le 14 juillet 1789 des Racs, torches en main, têtes au bout des piques et feu d'artifice inclus. Remontada de -8 à +6 avec seulement 2 paniers encaissés, les Raccoons ont bel et bien engagé le mode Raging et Lavaur n'à plus aucun espoir. Le boss de fin de niveau est complètement isolé, asphyxié par nos garçons, il ne sait plus

quoi faire et ne prend que des mauvais choix, perd sa confiance et son adresse. Nos contre attaques sont orchestrées, millimètre avec une belle maturité collective jusque sous le panier où le duo Solal-Walid (les Kobe et Shaq des Minimes) nous a ré-ga-lé. Ça déroule, ça déroule les ratons sont en feu, ils sont en lave, ils sont en fusion, chauffés à blanc par un public encore plus nombreux qu'au début de la rencontre, le bruit est assourdissant jusqu'au buzzer final !

Bien que n'aillant jamais douté, même à -13pts, de la capacité de mes joueurs à renverser la situation, les nerfs lâchent quand je réalise l'exploit qui vient de se produire sous nos yeux et que NOUS SOMMES EN FINALE, je finis en boule au sol pendant que les joueurs et le public célèbrent la prouesse. La force de notre collectif basé sur 10 bons joueurs que nous faisons tourner régulièrement pour préserver leurs fraicheur physique aura eu logiquement raison d'une équipe où deux joueurs de sélection Tarn marquent 90% des points quand 6 autres joueurs restent à 0.

Non, vraiment, cette demi-finale était d'un grand, grand niveau. Un goût de finale avant l'heure.

Chose promise, chose due, la Hoops nous accueille à nouveau pour trois séances supplémentaires afin de préparer LA FINALE qui aura lieu contre Saint-Lys qui va battre facilement BCLM. WTF?!?! C'est BCLM qui a gagné l'autre demi-finale? Non mais c'est quoi ce championnat?

Guillaume

U13M1
Finale Inter-Départementale

Victoire contre BCLM : 60-54
Q1 : 12-16 ; Q2 : 18-8 ; Q3 : 16-15 ; Q4 : 14-15

C'est reparti pour une autre semaine de folie avec trois sessions à la Hoops, trois covoiturages à organiser (merci les parents d'avoir joué le jeu), trois séances à animer, 4h30 d'entrainement avant la finale.

A partir du lundi, tout a pris une tournure ultra officielle : convocation, protocole d'avant et d'après match a respecter, désignation d'OTM a prendre en charge, couleur des maillots à gérer, sélection officielle des joueurs à transmettre avant mercredi 20h… Chaque détail rajoutait un petit coup de stress. Par contre ce qui était rassurant c'est que le jeu proposé par les garçons le vendredi avait atteint le summum de ce qu'on les a vu faire cette saison. De la vitesse, du collectif, de l'intelligence, des bons choix, des extra passes, de l'agressivité… tous les éléments de la victoire étaient présents sur le parquet de la Hoops. Malheureusement on se rendra compte lors de la finale qu'on les avait oublié sur place…

C'est exaltant une finale : vestiaire au nom du club, arbitres officiels désignés, OTM confirmés, présentation des joueurs au micro, supporters nombreux, tout est fait pour vous donner des ailes. Mais ces ailes là peuvent être vite coupées par l'enjeu de la rencontre, sur un terrain immense aux lignes nombreuses, face à une équipe qu'on a jamais vu et dont on ne connait rien, le tout animé par un kop ultra bruyant.

Je pense que c'est ce qu'il s'est passé sur ce match. Les RagRacs étaient méconnaissables et nous ont proposé une des pires rencontres de leur saison. Un jeu étriqué manquant totalement d'agressivité et de circulation de balle nous forçait à nous échouer derrière la ligne des 3 points à la recherche désespérée d'une solution. Cette solution arrivait souvent sous forme de prise de responsabilité mal dosé avortée en 1 contre 2. Par chance, notre adresse sur les tirs extérieurs était supérieure à la moyenne de la saison.

Après une entame un peu molle clôturant à -4, nous attaquons la seconde période avec plus d'envie et reprenons le lead à +6, écart que nous conserverons plus ou moins jusqu'à la fin sans jamais enclencher le turbo comme nous savions si bien faire en temps normal sur la dernière période. Pourtant, en face ce n'étais pas l'équipe la plus costaud que nous avons rencontré (remember Séméac,

Blagnac, Pamiers), le joueur le plus grand de BCLM (23 points) n'était ni le plus grand, ni le plus rapide, ni le plus athlétique, ni le plus adroit de tous les grands contre qui nous avons joué et heureusement, car avec seulement 1 lancer-franc marqué sur 10, nous n'en serions surement pas là aujourd'hui si il avait été meilleur.

Mais retenons le plus important : même en jouant mal, cette équipe a toujours su s'imposer même si c'est parfois de justesse. On dit qu'un finale ça ne se joue pas, ça se gagne. Effectivement, ce que nous retiendrons c'est que le match est gagné et que le titre est à nous. Je préfère de loin cette option plutôt que d'avoir fait un beau match sans le gagner. Et puis ça vient clôturer une saison bien maitrisée avec une énorme majorité de matchs magnifiques.

Je n'aime pas vraiment les distinctions individuelles puisque notre projet est collectif mais je tiens à décerner le titre de MVP de la finale à Oscar, également hauteur de l'action du match (feinte de passe a terre lors d'un tir en course qui lui a valu la clameur de l'intégralité du gymnase). Il a tout simplement été brillant sur cette rencontre après n'avoir cessé de s'améliorer sur la phase retour. Bravo Oscar !

Depuis que nous avons échoué à nous qualifier pour le Top 16 Région, nous nous étions promis avec Alex et Julie de décrocher ce titre Inter-Departemental. Le contrat est remplit.

Je suis d'autant plus heureux parce que les garçons le méritent vraiment, parce que ça vient récompenser 4 ans d'efforts, parce que ça vient effacer les frustrations de la saison U11M1 clôturée prématurément, parce que c'est le premier titre régional sur cette catégorie décroché par le club, parce que c'est le premier titre décroché par ce groupe, parce que c'est mon premier titre, parce que j'aime ce groupe que j'ai fait progresser et grandir et qui m'a fait progressé et grandir. Encore une fois, nous avons partagé beaucoup de souvenirs qui resterons gravés dans nos mémoires : les hurlements de joie lors du buzzer final, tous les joueurs qui se tombent dans les bras les uns les autres, les larmes de bonheur, les parents qui investissent le terrain, être porté en triomphe, soulever la bannière tant convoitée, les regards et les sourires des enfants lors de la remise des médailles (sans parler de notre inoubliable soirée d'après-match, grand moment de convivialité, encore merci Johanne et Pierre !)

Je tiens à remercier à nouveau la Hoops Factory qui a su nous tendre la main contrairement aux instances fédérales et aux autres clubs environnants qui ont été incapable de nous attribuer des créneaux pour nous aider.
Ce titre, c'est en parti grâce à vous qu'on a pu le décrocher, on vous le dédie !

Je ne saurais jamais assez remercier Micka qui m'a mis le pied à l'étrier il y a 5 ans et a fait confiance à un novice du basket, c'est grâce à toi si je peux vivre autant d'émotions fortes et je suis très fier de te ramener ce titre.

Et maintenant les Raccoons, qu'est ce qu'on fait ? Savourez votre titre mais ne vous croyez pas arrivés, c'est juste une étape et vous avez encore énormément de choses à apprendre. Amusez vous lors des tournois de juin, reposez-vous (mais continuez à vous entrainer) pendant l'été et soyez prêts pour votre première année U15. Un nouveau challenge vous attends.

Guillaume

U15M1
Finale Régionale
Victoire contre Union 31 Launaguet Bruguieres premier de la saison régulière : 82-71
Premier quart temps : 19-15 pour Union 31
Deuxième quart temps : 21-12 pour Union 31
Troisième quart temps : 22-22 égalité
Quatrième quart temps : 9-34 pour Astro

Une finale incroyable en scénario mais avec un heureux dénouement pour l'équipe une très belle victoire.

L'équipe Union 31 Launaguet Bruguieres grande favorite du championnat constitué de joueurs Élite avec une seule défaite en Top 8 régional.
Astro Basket une équipe construite et basé sur des valeurs collectives en attaque comme en défense.

Les 3 premiers quarts temps furent difficiles jusqu'à -14 au score car nous avions fait des choix défensifs mitigés et nous étions maladroit en attaque.

Le quatrième quart temps fut d'un tout autre registre car nous avions réorienté notre défense à la mi-temps et surtout on était plus efficace offensivement.
Je suis fier de ces 15 garçons qui ont progressé bien évidemment sur l'année pour permettre cette victoire exceptionnelle en finale.

Bien sûr qu'une saison est constituée de haut et de bas mais si l'on doit tirer des enseignements sur la saison c'est qu'il faut rester uni entre joueurs et coach autour d'un objectif commun pour arriver à ce résultat.

Félicitations aux garçons, aux nombreux supporters (parents, dirigeants). Ce week-end restera gravé dans les mémoires du club.

Vincent

U15M2

Défaite contre Labarthe : 42-46

Score par quart-temps : 4-16 / 10-12 / 12-6 / 16-12

Dernier match de championnat pour nos U15M2 … et riche actualité de l'après-midi oblige, c'est en fin de matinée que nous recevions l'équipe de Labarthe, mieux classée que nous et qui nous avait déjà battu 2 fois cette saison… c'était donc notre petite finale à nous !

Dans le premier quart-temps mes joueurs répètent malheureusement leur partition préférée de ces dernières semaines : dès que c'est un peu physique en face on devient très timide en attaque (manque d'agressivité, petit bras sur les tirs, et donc manque de réussite et d'efficacité) et super permissif en défense ! On finit à -12 le premier quart temps et l'écart continue de se creuser au début du 2ème quart temps pour atteindre 6-26, avant qu'un début de réaction ait lieu… juste de quoi arrêter l'hémorragie et atteindre la pause avec 14 points de retard.

Je passe ici sous silence le discours des vestiaires à la mi-temps … mais le fait est que les joueurs afficheront un tout autre visage en deuxième mi-temps, à commencer par l'implication défensive qui n'a plus rien à voir avec le piètre engagement du début de match ! Les stops défensifs se succédant, on prend confiance en attaque … on inflige un 12-0 sur les deux premiers tiers du 3ème quart-temps, les adversaires ne trouvant la faille pour la première fois qu'à 2 minutes de la fin de cette période, via leur incontournable joueur majeur.

Malheureusement, comme en cette fin de 3ème quart-temps, à chaque fois qu'on reviendra au score au 4ème et dernier acte, nous n'arriverons jamais à passer devant … malgré la ferveur et les très nombreux encouragements de notre public. C'est donc une défaite qui vient sanctionner cette ultime rencontre.

Fier de la réaction des garçons et de cette 2ème mi-temps accomplie (remportée 28-18) mais quel dommage d'avoir du attendre d'être à 20 points de retard avant de se mettre à jouer réellement.

Il est temps de faire un petit bilan de cette saison : un groupe jeune, sain et impliqué, qui a bien travaillé et avancé dans les apprentissages mais qui a encore une belle marge de progression. La très grande majorité sera toujours en U15M la saison prochaine … il sera temps de confirmer la dynamique initiée cette saison.

Un énorme merci à tous les parents pour leur soutien et leur implication sans faille, alors que le coach avait très souvent la tête à d'autres occupations au club ;-)

Micka

U18F1

Finale Régionale

Victoire contre BABSS : 60-45

On y est enfin ! Finale contre le BABSS, à une marche de notre objectif du début de saison. En championnat, le match aller s'était soldé par une victoire de 10 points avant une lourde défaite de 30 points pour le match retour. Les mots d'ordre pour cette finale : tout donner, se faire plaisir et bien entendu aller chercher la victoire.

Dans une chaleur suffocante et devant plusieurs centaines de personnes, on débute le match poussivement. Le BABSS prend un léger avantage et on passe très rapidement en zone 2-1-2 pour les forcer à jouer en périphérie. Notre défense prend le pas sur leur attaque et on commence à inscrire quelques paniers sur jeu rapide.
Dans l'intensité, l'agressivité et le rythme, les filles répondent présent ! On domine au rebond grâce au travail monstrueux de nos intérieures et l'envie de nos joueuses, ce qui nous permet d'être en tête à la fin du premier quart-temps (19-16).

Le second quart-temps nous verra rater un trop grand nombre de double-pas, ce qui nous empêche de creuser l'écart. De l'autre côté du terrain, nos adversaires passent un peu trop facilement en tête de raquette ce qui nous pousse à passer en 3-2. Elles prennent un avantage de 6 points qui sera réduit à 2 points juste avant la mi-temps, grâce à un tir longue distance de Djanysse (29-31).

Pas d'inquiétude à avoir à la mi-temps, les filles jouent très bien, sont clairement dans le match et seul un problème de finition nous pénalise. Notre défense est solide et le rebond est parfaitement maîtrisé.
On repasse sur une 2-1-2 plus compacte en début de troisième quart-temps, le but étant d'empêcher toute attaque du cercle et de les forcer à shooter. Ça marche parfaitement car le BABSS inscrira seulement 9 points sur le quart-temps. Nos intérieures continuent leur moisson au rebond ce qui favorise notre jeu rapide. On attaque énormément le cercle également, ce qui nous réussit bien car la réussite est de retour. On inscrit même notre premier panier à 3 points du match par l'intermédiaire de Marie et on termine ce troisième quart-temps en tête, il ne reste alors plus qu'à terminer le travail (46-40).

Le début de ce quart-temps est très tendu, avec deux équipes qui ont dû mal à marquer. Le BABSS inscrit un panier qui leur permet de revenir à 4 points, avant de voir leurs espoirs réduit à néant par un raz-de-marée bleu. L'ASTRO passe un

14-3 final, avec notamment deux bombes à 3 points de Chloé et une faute offensive provoquée par Flavie sur la meilleure joueuse adverse, qui rejoindra le banc pour 5 fautes. Notre adversaire est incapable de réagir face à l'envie de nos joueuses. Et on peut enfin tous célébrer, car nous sommes CHAMPIONS R2 PYRÉNÉES ! Score final : 60-45.

Premièrement, félicitations au BABSS pour leur très belle saison.
Ensuite, les filles ont fait un match parfait de bout en bout et ont vraiment mérité de gagner ce titre. Chacune a apporté sa pierre à l'édifice, les dix qui étaient sur le terrain ainsi que celles qui n'ont malheureusement pas pu jouer cette finale mais qui étaient malgré tout présentes pour soutenir leurs copines.
On félicite l'ensemble des joueuses pour leur prestation en finale et leur saison, qui les aura vu vraiment progresser mentalement, avec de nombreux matchs remportés sur la fin, et au niveau basket avec en point d'orgue une prestation plus que réussie en finale.
En tant que coachs, on ne peut être que fiers et heureux d'avoir pu coacher ce groupe, que ce soit au niveau basket et au niveau humain. On s'est régalé cette saison !

Ce titre met un terme à une très belle saison. La suite sera un passage en seniors pour la plupart des joueuses, en espérant que ce soit à l'ASTRO.

On tient vraiment à remercier l'ensemble du club pour leur soutien cette saison (dirigeants, arbitres, OTM, etc.), beaucoup de ces personnes étaient encore présentes ce samedi pour nous encourager.
Un grand merci aux parents également, avec qui on a passé une excellente saison et qui auront fait énormément de bruits à chacun de nos matchs.
Il est temps de souffler et de savourer ce titre, on vous souhaite à toutes et tous de bonnes vacances, et on se retrouve à la rentrée !

Cédric & Michaël

Le récap'

des matchs du week-end dernier

Date	Catégorie	Locaux	Visiteurs	Résultats
Sam 21/05	U11M1	Championnat terminé		x
	U11M2	Championnat terminé		x
	U11F1	Championnat terminé		x
	U11F2	Championnat terminé		x
	U13M1 Finale	Astro 1	BCLM 1	Victoire 60-54 Champions ID
	U13M2	Championnat terminé		x
	U13F1	Championnat terminé		x
	U13F2	Championnat terminé		x
	U15M2	Astro 2	Labarthe	Défaite 42-46
	U15F1	Championnat terminé		x
	U15F2 Finale	Astro 2	Verfeil	Victoire 75-41 Championnes D2
	U17M1	Championnat terminé		x
	U17M2	Championnat terminé		x
	U18F1 Finale	BABSS	Astro 1	Victoire 45-60 Championnes R2
	U18F2	Championnat terminé		x
	SF3	Championnat terminé		x
	SG1	Championnat terminé		x
Dim 22/05	U15M1 Finale	U31 Nord 2	Astro 1	Victoire 71-82 Champions R2
	U20M	Championnat terminé		x
	SF1	Championnat terminé		x
	SF2	Championnat terminé		x
	SG2	Championnat terminé		x

🙏 Une page de pub 🙏

Merci à eux pour les beaux maillots !

Rejoignez nos généreux bienfaiteurs en demandant notre dossier partenariat à partenariats@astrobasketclub.fr

Retrouvez toutes les infos sur notre site Internet
Suivez-nous sur Facebook et Instagram

Buzzer beater

La rubrique des trucs de dernière seconde !

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.

astrobulle@astrobasketclub.fr

A la semaine prochaine !