

Astro News

Playoff Edition



#333

Speech d'avant-match

Go further

Bonjour à tous,

c'est un numéro spécial playoff que nous vous proposons cette semaine avec les résumés des demi-finales des U13M1, U15F1, U15F2, U15M1 et U18F1 mais aussi le dernier plateau U9 et l'avant-dernier match des U15M2 de la saison.

L'édito de Micka fait la part belle à ces équipes qui se sont qualifiées pour les phases finales et vous expliquera aussi comment fonctionne la bascule des catégories..

Enfin, la grille des prochains matchs vous donnera les adresses et horaires pour aller encourager les 4 équipes encore en lice pour décrocher le titre de champion de leurs catégories respectives ainsi que les U15M1 qui jouent leur « petite finale ».

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

Il est des éditos difficiles à écrire tant l'actualité fait parfois défaut. J'avoue que cette fois-ci je ne suis pas fâché que ce soit mon tour car nous sommes à la moitié d'un double week-end qui s'annonce déjà historique pour notre club !

En effet, nous avons 6 équipes de jeunes en demi-finale de leur championnat le week-end dernier ... un premier record et une première source de fierté pour votre dévoué Directeur Sportif, d'autant que, vous allez le voir, nos 6 équipes ont honoré nos couleurs ... indépendamment des résultats finaux !

Les **U13M1** ont ouvert le bal et lancé le week-end de la meilleure des manières avec une victoire acquise dans la douleur face à un joueur ultra dominateur dans cette catégorie d'âge (51 points à lui tout seul !). Direction Lézat samedi prochain pour la finale de ce championnat inter-départemental. Ce sera face à nos voisins de Castelmaurou.

Cette première qualification, après avoir été menés pendant les trois quart du match, a bien chauffé notre petite salle Arnauné si besoin en était encore !

Et justement la chaleur étouffante et la bonne gestion de la fraîcheur physique ont sûrement été un paramètre important de la 2ème demi-finale qui opposait nos **U18F1** à leurs homologues de Grand Armagnac. Après un départ plus que timide et bien que menées 8-20 à l'issue du premier quart-temps, nos cadettes ne se sont pas affolées, ont été très attentives aux consignes de leurs coachs et ont enclenché leur marche en avant pour renverser la vapeur et étouffer physiquement leurs adversaires, qui n'ont pas été en mesure de suivre la cadence infernale que nos guerrières leur ont imposé ... 3 quarts-temps plus tard c'est une nouvelle victoire, pleine d'autorité, qui valide une ambition avouée dès le début de la saison.

La voici donc cette place en finale du niveau R2 ... ce sera face au club du BABSS (1 partout dans les confrontations directes en championnat !) mais il faudra se déplacer à Aureilhan (banlieue de Tarbes) pour les soutenir.

Troisième demi-finale à domicile samedi et 3ème succès consécutif pour nos **U15F2** cette fois-ci, à un niveau bien plus modeste (D2) mais tout aussi émouvant pour un groupe de filles dont beaucoup n'ont commencé le basket que très récemment. Surprise dans l'autre demi-finale puisque la 4ème du championnat est allée s'imposer chez la 1ère. Nos filles (2ème de la phase régulière) auront donc l'avantage du terrain en finale.

Ce sera samedi à 13h à Arnauné. Si vous ne pouvez pas aller jusqu'à Lézat pour encourager les U13M1, nos U15F2 vous attendent impatiemment car leurs adversaires, Verfeil, seront soutenues par un public nombreux et sonore !

Pour nos 3 autres demi-finalistes, c'est à l'extérieur que la qualification devait se jouer. En quand on voit l'avantage que procure le fait de jouer à domicile (comme dans les 3 matchs décrits précédemment), c'était de véritables exploits qu'il fallait réaliser.

Et bien cet exploit nos **U15M1** l'ont fait en s'imposant à Muret, équipe qui les avait pourtant battus à l'aller comme au retour en championnat. Mais cette fois-ci, avec un effectif enfin au complet, nos garçons ont livré une belle bataille, physique, engagée (6 fautes "anti-sportives") et stratégique (gestion des fautes, des temps faibles, des joueurs moins en forme), dont ils sont sortis victorieux en s'envolant au score dans le 4ème quart-temps !

Il faudra un 2ème exploit à la hauteur de celui-ci pour battre en finale, à Aureilhan, l'Union 31 Nord (qui les a aussi battus deux fois cette saison).

Nos **U15F1** avaient sûrement la marche la plus haute à gravir face à l'ogre de leur catégorie. En effet les Lotoises de Pradines, après une phase de championnat quasi parfaite (1 seule défaite), sortaient d'une victoire en coupe du Quercy et d'un titre de championnes de France UNSS !

Et pourtant ces ultras favorites ont eu fort à faire pour écarter de leur route vers le titre nos U15F1. Ces dernières n'ont en effet jamais rendu les armes, malgré l'adversité, malgré les blessures de plusieurs joueuses majeures, et ont cru jusqu'au bout à un improbable exploit.

Elles sortent de ce match, certes sans la qualification, mais avec bien plus que les honneurs !

La mission des **U20M** qui se déplaçaient à Albi s'annonçait aussi plus que délicate ... mais l'exploit accompli en championnat laissait un maigre espoir. Malheureusement c'est sûrement une des équipes qui a été la plus affectée par la réquisition du lycée T-Lautrec. Avant ça, plusieurs de nos joueurs s'entraînaient jusqu'à 4 fois par semaine (2 fois dans leur catégorie mais aussi 2 fois avec les SG1) ... et là, depuis de trop nombreuses semaines, on était retombé à 1 seul entraînement ... cela aura eu un impact plus que décisif et il n'y a pas eu photo dans cette demi-finale.

Cela n'enlève en rien à la belle saison de nos garçons qui ont quand même terminé 4ème du championnat régional R2 soit le plus haut niveau qu'on peut atteindre par les brassages (tout comme nos U13F1, nos U15M1, nos U15F1 et nos U18F1 ... ça aussi c'était un record pour notre club !)

Donc oui, je le répète, on peut tous être très fiers de ces résultats globaux ... acquis avant tout grâce à l'implication sans faille de **tous nos coachs** : évidemment ceux qui étaient directement sur les différents bancs d'équipe sur ces demi-finales mais on doit aussi y associer tous ceux qui n'officiaient pas ce week-end, et qui étaient nombreux à être présents, comme simples supporters, et qui ont aussi apporté leur pierre à l'édifice tout au long de la saison, que ce soit lors des entraînements partagés (une contrainte et une spécificité certes imposées par notre manque de créneaux d'entraînement mais aussi une richesse !) ou grâce à leur solidarité lors de ces dernières semaines pour laisser la place aux équipes en lice pour ces play-offs.

Il reste donc une dernière étape pour 4 de nos équipes ... sachez que si titre il y a, n'importe lequel des 4 sera une grande première pour l'Astro ... de quoi rentrer encore un peu plus dans notre histoire !

Voilà pour ce "rapide" résumé de notre vie sportive, celle liée à la compétition. Mais l'actualité ne s'arrête pas là ! Il y a encore 2 points à évoquer avant de conclure cet édito :

1) Vous signaler que cette semaine débute notre traditionnelle "**coupe du monde de l'Astro**", à savoir un tournoi interne qui oppose entre elles nos équipes loisirs adultes et nos équipes SG, qui, grande nouveauté cette année, seront renforcées par nos joueuses SF ! De grands moments de basket et de partage en perspective ... on vous en dira plus dans un prochain numéro.

2) A partir de ce lundi 23 mai, nous effectuerons notre traditionnelle "**bascule des effectifs en catégorie supérieure**" ... qu'est-ce que c'est ? à quoi ça sert ? comment ça se passe ? ... je réponds à toutes ces questions un peu plus loin dans ce numéro !

Pour la dernière fois cette saison, bons matchs à tous !

Go, go, go U13M1, U15F2, U15M1 et U18F1 !!!

Micka

- A★S★T★R★O -



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'entraînement.
- 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 entraîneurs, jours, lieux et horaires utilisés lors de cette bascule ne présentent 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 entraîneurs) est d'ores et déjà consultable sur notre site (rubrique entraînements) ou directement ici : [lien](#)

Et la traditionnelle F.A.Q. :

a. Est-ce que je peux continuer à m'entraîner avec ma catégorie actuelle car les jours d'entraînement 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 entraînement par semaine ?

Ce sont tout simplement les conséquences directes du manque de créneaux d'entraînement du à la réquisition du gymnase du lycée Toulouse-Lautrec.

e. Est-ce qu'on ne sera pas trop nombreux lors des entraînements.

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

- A★S★T★R★O -

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	LA 1 LA 5	Nicolas Cl		M du Basket 20h45-22h45					
	Astronauts LA 3	Antoine P Julien M					Bazacle 20h30-22h30		
2004 et avant	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) !

U9

Pour ce 9e et dernier plateau de l'année, les U9 étaient sur tous les fronts : 2 équipes à Castelmaurou le samedi et 2 équipes à domicile le dimanche pour recevoir Aussonne et Cornebarrieu.

Le plateau du samedi nous a donc donné l'occasion de faire jouer 2 équipes, qui se sont affrontées en ouverture, avant de se confronter aux 2 autres équipes de Castelmaurou. Au final, nos 2 équipes ont montré un bon niveau de jeu, même si la réussite n'a pas toujours été de la partie (4 rebonds offensifs avant de marquer, ça fait pas mal de déchet...). Mention spéciale à l'opposition A de l'équipe 1A qui a joué tous les matchs sans rotation.



Le dimanche, nos 2 équipes ont également été très performantes et ont montré beaucoup d'application pour jouer collectif et ne rien lâcher, le tout dans une bonne ambiance. Un grand merci aux U13M qui ont bien assuré leur rôle d'arbitres sur la matinée.



Ce dernier compte-rendu de la saison est l'occasion de tirer un bilan de cette saison 2021-22. Notre groupe, composé d'un mélange de débutants et de non débutants en début de saison, a fait preuve de beaucoup d'implication et d'application tout au long de la saison avec un taux de présence élevé aux entraînements et aux matchs.

Cela a permis d'assurer une progression continue sur toute la saison, à la fois dans les fondamentaux individuels et collectifs. Il suffit de regarder l'évolution de la diversité et du nombre de gestes techniques réalisés en match, ainsi que du contenu du jeu entre le 1er et le dernier plateau de la saison pour se rendre compte du chemin parcouru.

Bien sur, tout le monde a progressé à son rythme et sur des aspects différents, mais globalement, la progression sur la saison est flagrante. Au-delà des aspects techniques, et de manière au moins aussi importante, les larges sourires sur les visages à chaque entraînement et à chaque match ont montré que le plaisir de jouer était présent, ce qui est essentiel !

Il est l'heure également de remercier toutes les personnes dont l'implication a été essentielle au cours de cette saison : les dirigeants du club pour l'organisation et la logistique sans faille (pas simple quand on se retrouve sans gymnase...) ; les

parents, impeccables dans l'accompagnement, la préparation des goûters, le lavage des maillots ; les U13F et M pour leurs performances d'arbitres aux plateaux (il s'agissait d'une première expérience pour nombre d'entre eux, et c'est une bonne manière de découvrir ce rôle parfois compliqué mais ô combien nécessaire, voire d'y prendre goût) ; et bien évidemment, l'équipe technique, qui a été au top toute la saison : Anaïs, Antonin, Héloïse, Loric et Mickael.

François

U11M2

Victoire contre Blagnac

Une photo de l'équipe U11M2 avec quelques copains de l'équipe 1 pour le dernier match contre Blagnac, qui était forfait (seulement 6 joueurs).



Vanessa



U13M1

Demi-finale Inter-Departementale

Victoire contre Lavour : 77-71

Q1 : 23-23 ; Q2 : 20-27 ; Q3 : 16-17 ; Q4 : 18-4

Ad Astra Per Aspera

Résumé dans le prochain numéro de l'Astro News...

Guillaume

U15F1

Championnats de France UNSS

Du 9 au 12 mai dernier, les Minimes filles du collège Toulouse-Lautrec ont participé aux Championnats de France UNSS de basket qui étaient organisés à Cahors.

Vous reconnaîtrez sur la photo des jeunes joueuses de l'ASTRO: Maeva (U15F1), Douniya, Malak et Océane (U15F2). À noter également la présence de Florian LENS (U15M2), notre arbitre, qui s'est illustré tout au long de la compétition. Une vocation est née!

Après avoir remporté les finales académiques et terminé 2^{de} lors des finales inter-académiques (nous perdons contre l'équipe du collège de Cahors, ni plus ni moins l'équipe de R2 de Pradines, qui terminera par la suite Championne de France!), nous obtenons le précieux billet pour participer à cet évènement.

Une expérience absolument inoubliable pour mes élèves et pour moi, tant sur le plan sportif qu'humain.

Les 14 équipes qualifiées sont logées en mobil-home au camping du Mas de Saboth (que je recommande fortement pour des stages de pré-saison!). En arrivant sur le site lundi, notre équipe profite des piscines, jacuzzi, terrains de basket, de tennis, de beachvolley, et j'en passe. Le Disneyland des sportifs!

Les équipes sont réparties en 4 poules, il faut terminer dans les deux premières de sa poule pour s'assurer une place dans le Top 8. C'est chose faite dès le mardi où nous gagnons nos deux premiers matchs. Le lendemain matin, une défaite amère d'un point au buzzer nous envoie en 1/4 de finale contre Bourges (futures médaillées d'argent).

Le match s'annonce difficile face à une équipe composée essentiellement de joueuses de région et bénéficiant d'une option basket dans leur collège. Nous perdons logiquement, mais sans démériter. Nous jouerons donc de la 5ème à la 8ème place. Jeudi matin, 8h30, nous sommes opposées à Saint-Flour. Nous gagnons la rencontre mais Maeva, notre meneuse de jeu et meilleure scoreuse, se blesse à la cheville. Son absence pour le dernier match nous rend la tâche plus difficile, on s'accroche mais on terminera finalement à la 6ème place.



Une très belle performance pour une première participation du collège aux Finales Nationales. Les filles ont été exemplaires tout au long de la compétition, combatives et solidaires sur les terrains, un super état d'esprit en dehors.

Merci à elles et à Florian, ravie d'avoir vécu cette formidable aventure à leurs côtés.

L'année prochaine, en plus de l'AS basket ouverte à tous, une option basket verra le jour au sein du collège Toulouse-Lautrec, en partenariat avec l'ASTRO et le Comité Départemental de basket de la Haute-Garonne, pour les minimes garçons et filles (4ème-3ème) les plus motivés.

Il s'agira de deux entraînements par semaine en gymnase, intégrés aux emplois du temps scolaires, et de matchs de manière occasionnelle le mercredi après-midi dans le cadre de l'UNSS. En plus de développer les fondamentaux individuels des jeunes, une attention particulière sera portée à la formation des officiels, arbitrage et table de marque.

Si certains souhaiteraient en savoir davantage, n'hésitez pas à me contacter!

Mathilde

U15F1

Demi-Finale Régionale

Défaite @ Pradines : 64-50

L'objectif fixé après les brassages est atteint: nous terminons dans le carré final du TOP 8 de R2 et jouons la demie-finale contre nos meilleures ennemies, Pradines. 3 matchs et 3 défaites au compteur face à cette belle équipe du Lot. Nous préparons cette rencontre sérieusement et bien que non favorites, nous nous déplaçons avec l'intention de tout donner et l'espoir de créer la surprise.

Privées de Maeva, blessée lors des Championnats de France UNSS, ainsi que d'Isa et Eva ayant choisi de renforcer l'équipe 2, nous nous échauffons à 9 joueuses.

Le 1er QT démarre sur les chapeaux de roues, beaucoup d'intensité, mais nous sommes extrêmement pénalisées par les fautes. On encaisse 8 LF sur 26 pts et je suis obligée de faire des rotations très tôt dans la partie. -13 à la fin du 1er QT. La

cheville d'Harena a tourné mais elle serre les dents (et ses lacets!) et continue de jouer. Nous passons en zone pour se protéger de la pluie des coups des sifflets, ce qui nous réussit.

On gagne le 2nd QT 9-13 mais on perd Maïa (meilleure scoreuse de l'équipe sur l'ensemble de la saison) en cours de route qui se blesse gravement à la cheville. La dure loi des séries... Je me dis intérieurement que le groupe va flancher, mais loin de là! Les filles continuent de me surprendre, se battent sur tous les ballons et proposent collectivement l'un de nos meilleurs matchs de la saison.

On fait jeu égal dans le 3eme QT, 15-15, toujours à -9. On ose y croire, Pradines se demande ce qui leur arrive, on les fait douter et on revient jusqu'à -5 points au milieu du 4eme QT. Malheureusement, on craque sur la fin et encaissons un 8-0. Score final 64-50.

À noter 8 paniers à 3 points inscrits pour nous, une stat' qui laisserait envieuses les SF :)

Comme l'a dit si bien le père de Camille, il y a des défaites qui ressemblent à des victoires. Cette demie-finale l'illustre parfaitement. Avec des planètes mieux alignées, on la gagne peut-être, on a jamais été aussi près de faire flancher Pradines.

Mais quel match on réalise tout de même!

Je suis très fière des filles, de leur progression sur l'ensemble de la saison, de la combativité dont elles ont fait preuve sur les terrains, de leur état d'esprit, de l'aide précieuse qu'elles ont apportée au club tout au long de l'année en s'investissant sur différents rôles. Merci à toutes, j'ai passé une excellente année à vos côtés, merci de m'avoir donné toute votre confiance et votre implication.

Mes remerciements également aux parents, toujours très nombreux à suivre et à encourager les filles, même lorsque les déplacements étaient loin. Merci de m'avoir laissé piloter mon groupe, sans remettre en question mes choix.

Et enfin, merci au club, et particulièrement à Micka, pour la confiance que vous m'avez accordée en me confiant ce groupe de qualité, sportivement et humainement.

Mathilde

U15M1

Demi-finale Régionale

Victoire @ Muret (deuxième de la saison régulière) : 61-78

Premier quart temps : 13-13 égalité

Deuxième quart temps : 17-21 pour Astro

Troisième quart temps : 19-21 pour Astro

Quatrième quart temps : 12-23 pour Astro

Une demi finale est un match important que l'on a pas tout le temps dans une vie de basketteur.

Jouer Muret à Muret après les 2 matchs que nous avons fait contre eux en championnat, c'était vraiment l'occasion avec 2 arbitres officiels de montrer notre vrai visage.

Franchement un match difficile dans un contexte difficile tout le public avait cause acquise à Muret avec une ambiance forte.

Une équipe Astro uni, combattive qui a su faire un match plein sur 4 quart-temps avec la participation de tout le monde.

On avait une très bonne défense car cela les a beaucoup gêné et notre attaque basé sur jeu rapide avec de l'adresse a permis cet incroyable exploit de gagner chez eux avec 17 points d'avance.

Un groupe, une équipe est là et c'est une force face à tout ceux que l'on rencontre.

Je suis persuadé que nous pouvons gagner cette finale car nous avons appris beaucoup de choses cette année.

Ce week-end à Aureilhan il faudra y croire et s'investir de la même façon.

Je suis très content pour eux qu'ils vivent cela à leur âge ainsi que pour le club mais la finale doit être le point final de la saison et nous devons la gagner.

On va se préparer cette semaine sereinement et nous allons ramener ce titre au club et dans les souvenirs de tous enfants, parents et dirigeants.

Vincent

U15M2

Victoire @ St-Lys : 24-84

Score par quart-temps : 10-22 / 4-22 / 6-14 / 4-26

Et oui, à cette époque de l'année, alors que tous nos copains sont en phase finale ou en vacances, nous, nous devons nous replonger dans le championnat pour l'avant dernière journée et un déplacement chez la lanterne rouge.

Après des vacances et un seul entraînement, intégralement consacré au jeu tout terrain qui nous a tant manqué ces 2 derniers mois, les garçons ont livré un bon match et ont en partie retrouvé leurs automatismes de jeu rapide.

Certes l'opposition n'était pas très relevée mais il fallait se remettre dans le droit chemin après les déconvenues de mars-avril. C'est chose faite.

Il nous reste désormais un dernier match, notre petite finale à nous, contre Labarthe qui nous a déjà battu 2 fois cette saison. Ce sera samedi matin, à Arnauné, pour ouvrir ce week-end riche en événements grandioses !

Micka

U18F1

Demi-finale Régionale

Victoire contre Aureilhan : 84-25

Demi-finale contre Grand Armagnac, troisième du championnat et qui nous a battu chez nous il y a quelques semaines (37-31). Autant vous dire qu'on se méfie énormément de cette équipe.

Devant un public venu en nombre et dans une chaleur étouffante, Grand Armagnac nous propose comme attendu une zone 2-1-2 qui nous met d'entrée en difficulté. On manque globalement de rythme, d'agressivité et d'intensité, que ce soit en défense, au rebond et en attaque. Notre zone press n'est pas efficace

et on est dominé face à l'envie de Grand Armagnac dans ce premier quart-temps, qu'on termine avec un retard de 12 points (8-20).

On propose un changement de défense dès le début du deuxième quart-temps avec un passage en 3-2. Les filles se relâchent et se mettent enfin à défendre, ce qui nous donne beaucoup d'opportunités sur jeu rapide. On est également plus agressif en attaque et on obtient énormément de lancers francs. Grand Armagnac ne peut plus se reposer sur ses shoots longue distance et fatigue face au rythme soutenu de nos joueuses. On vire en tête à la mi-temps après avoir fini le quart-temps sur un 11-0 ! (32-27).

Le troisième quart-temps repart avec la même intensité défensive. Notre adversaire arrive à s'adapter en début de quart-temps avec quelques tirs longue distance marqués à 0°, mais les filles réagissent très vite pour stopper l'hémorragie et empêcher Grand Armagnac de reprendre confiance. Du côté de l'attaque, le ballon circule bien et on marque enfin sur des tirs longue distance. On inscrit également quelques paniers en contre-attaque ce qui nous permet de porter notre avantage à neuf points avant le début du dernier quart-temps (50-41).



Grand Armagnac tente alors de revenir avec une de leur joueuse qui prend feu à trois points, cette même joueuse qui avait inscrit 20 points lors de notre dernier match. On décide de mettre Flavie en boîte sur elle avec une zone 2-2 derrière, ce qui nous permet de leur passer un 13-0 ! Les filles peuvent célébrer, on est en finale après une très belle victoire sur le score de 73-59 !!!

Félicitations à l'équipe de Grand Armagnac pour leur parcours, une équipe avec un très bon collectif qui nous aura posé beaucoup de problèmes cette saison.

Chapeau aux filles qui ont su réagir après une entame de match très difficile. Sur les trois derniers quart-temps, l'écart avec notre adversaire est de 26 points !

Chaque fille a apporté sa pierre à l'édifice (y compris les joueuses absentes pour cause de blessure) et la progression mentale de ce groupe est impressionnante. Elles ne se sont pas affolées et ont répondu collectivement pour gagner ce match.

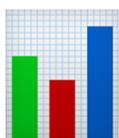
Il nous reste une semaine pour bien travailler et arriver en forme pour la finale qui nous opposera au BABSS. Notre dernier match face à elles s'était soldé par une défaite de 28 points, on a une belle revanche à prendre.

On remercie comme d'habitude les OTM, les arbitres et les supporters.

On vous donne rendez-vous le week-end prochain à Aureilhan pour nous soutenir !

Cédric & Michaël

- A★S★T★R★O -



Le récap'



des matchs du week-end dernier

Date	Catégorie	Locaux	Visiteurs	Résultat
Sam 14/05	U11M1	Championnat terminé		x
	U11M2	Astro 2	Blagnac	Victoire
	U11F1	Championnat terminé		x
	U11F2	Championnat terminé		x
	U13M1 Demi-F	Astro 1	Lavaur	Qualification 77-71
	U13M2	Championnat terminé		x
	U13F1	Championnat terminé		x
	U13F2	Championnat terminé		x
	U15M1 Demi-F	Muret	Astro 1	Qualification 61-78
	U15M2	St-Lys	Astro 2	Victoire 24-84
	U15F1 Demi-F	Pradines	Astro 1	Elimination 64-50
	U15F2 Demi-F	Astro 2	Portet	Qualification 52-43
	U17M1	Championnat terminé		x
	U17M2	Championnat terminé		x
	U18F1 Demi-F	Astro 1	Grand Armagnac	Qualification 73-59
	U18F2	Championnat terminé		x
	SF3	Championnat terminé		x
SG1	Championnat terminé		x	
Dim 15/05	U20M Demi-F	Albi	Astro	Elimination 106-59
	SF1	Championnat terminé		x
	SF2	Championnat terminé		x
	SG2	Championnat terminé		x



Prochains matchs



« Demandez l'programmation ! »

Date	Catégorie	Locaux	Visiteurs	Heure match	Gymnase	Adresse
Sam 21/05	U9	Entrainement habituel		9h30	Grande salle	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE
	Loisirs	Basket "Bien-Etre"		11h00	Grande salle	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE
	U7	Entrainement habituel		10h30	Cig Lautrec	46, impasse Barthe 31200 TLSE
	U11M1	Championnat terminé		x	x	x
	U11M2	Championnat terminé		x	x	x
	U11F1	Championnat terminé		x	x	x
	U11F2	Championnat terminé		x	x	x
	U13M1 Finale	Astro 1	BCLM 1	13h00	G. Pedoussaud	Rte de Castagnac 09210 LEZAT
	U13M2	Championnat terminé		x	x	x
	U13F1	Championnat terminé		x	x	x
	U13F2	Championnat terminé		x	x	x
	U15M2	Astro 2	Labarthe	10h30	Arnauné	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE
	U15F1	Championnat terminé		x	x	x
	U15F2 Finale	Astro 2	Verfeil	13h00	Arnauné	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE
	U17M1	Championnat terminé		x	x	x
	U17M2	Championnat terminé		x	x	x
	U18F1 Finale	BABSS	Astro 1	17h30	Multisport	R. du 11 novembre 65800 AUREILHAN
	U18F2	Championnat terminé		x	x	x
	SF3	Championnat terminé		x	x	x
SG1	Championnat terminé		x	x	x	
Dim 22/05	U15M1 Finale	U31 Nord 2	Astro 1	11h30	Multisport	R. du 11 novembre 65800 AUREILHAN
	U20M	Championnat terminé		x	x	x
	SF1	Championnat terminé		x	x	x
	SF2	Championnat terminé		x	x	x
	SG2	Championnat terminé		x	x	x

Pour avoir les informations les plus fraîches possible, veuillez consulter la grille des rencontres mise à jour en temps réel  [ici](#)



Une page de pub



Merci à eux pour les beaux maillots !



Neorka
Bureau d'études énergies



MAIRIE DE  **TOULOUSE**

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 !