



Astro Basket Club

Astro News
TOULOUSE

#5

Speech d'avant-match

La p'tite salade de bienvenue avant l'assiette du shérif !

Non mais vous vous rendez compte qu'on est à deux jours du mois d'octobre, là ? C'est pas possible à quel point septembre a tracé encore plus vite qu'un sanglier chez un opticien 😬. C'est pas grave, c'est bien octobre. Octobre c'est le retour des sweats à capuche bien moelleux, des chocolats chauds, des plaids sur le canapé, des raclettes et des pots au feu... Pour résumer, des fringues bien amples et des plats bien réconfortants.

De quoi préparer son winter body en toute sérénité.

Coté basket, on a presque tous pris nos marques, les entrainements en semaine, les matchs le week-end (le week-end prochain pour les U11 et le suivant pour les U9), l'Astro News le mercredi... La petite routine, quoi.

Cela dit, il y a toujours quelques événements qui viennent casser notre train-train quotidien pour égayer la semaine. C'était le cas samedi dernier avec le baptême de l'école de mini basket dont Juliette et Lucas sont les fiers marraine et parrain. Mais nous avons eu droit à un événement encore plus rare cette semaine : l'arrivée de 2 enceintes JBL Party Box 100 flambantes neuves pour animer les rassemblements et les échauffements de matchs à domicile. Elles aussi ont été baptisé. L'une avec du Kanye West et l'autre avec du Johnny Hallyday pour le plus grand bonheur des SF2 lors de leur entrainement du vendredi soir.

Après avoir officié conjointement samedi matin parmi les enfants du mini basket, elles se sont séparés : l'une restant à Lautrec, l'autre élisant domicile à Arnauné avant de se retrouver pour de futurs événements.

Je souhaite donc la bienvenue à Jojo et Ye nos deux nouvelles pensionnaires.

Pour la suite, vous ne trouverez que du 1er choix dans ce numéro : l'édito de Micka, les prochains rdv, un article sur le baptême de l'EMB, un autre sur le Basket Bien Etre, la présentation d'un ancien-nouveau joueur, évidemment les commentaires des matchs du week-end dernier par vos coachs préférés, les légendes de Raf, et encore 2 ou 3 trucs vers la fin... N'oubliez pas d'aller jusqu'au bout comme pour un film Marvel svp, y a des gens qui bossent pour ça, ici 😊.

Bonne semaine à tous !

La rédac'

L'édito 3v3



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

Au tour de Micka, le Rémy Bricka de l'Astro...

Hello l'Astroworld !

Pour commencer, je ne résiste pas à l'envie de vous dire mon bonheur d'avoir assisté samedi matin au baptême de notre école de mini-basket !
Mention spéciale pour l'idée d'avoir mis tous nos mini-basketteurs en t-shirt blancs customisés, logo de l'Astro sur le cœur ... splendide !

Un petit mot aussi sur notre marraine et notre parrain ... je suis très fier de ce duo qui, j'espère, servira de modèle à cette promo : ce sont deux superbes personnes, qui, eux aussi à l'époque, ont fait partie de notre école de mini-basket, et qui, 10 ans plus tard, sont toujours fidèles à notre club, en ayant eu un comportement admirable sur et hors du terrain. Un petit mot aussi sur leurs parents respectifs, qui ont eux aussi toujours été investis dans la vie de notre association pour accompagner nos équipes, les encourager jusqu'à officier à la table de marque entre autres choses ... vraiment des exemples à suivre.

Aujourd'hui, actualité oblige, parlons "brassages" : il s'agit de la rituelle phase de début de saison, qui concerne toutes les équipes de jeunes de U11 à U20 et qui va durer jusqu'aux prochaines vacances scolaires.

Le principe est en apparence très simple : en pré-saison chaque club décide d'inscrire ses équipes de jeunes soit en brassages régionaux (c'est le cas pour nos équipes 1 + nos U18F2), soit en brassages départementaux (toutes nos équipes 2).

A partir de là, chacune de nos instances fédérales (Ligue Régionale et Comité Départemental) tire au sort le programme des rencontres de la 1ère journée. Celui de la 2ème journée dépend ensuite des résultats de la 1ère (les gagnants de la J1 se rencontrent en J2, et les perdants en font de même) ... et ainsi de suite pendant 3, 4 ou 5 samedis consécutifs.

Ainsi, après parfois de gros écarts sur les premières journées, les matchs deviennent de plus en plus serrés par la suite ... et cela permet au final d'établir le niveau des équipes pour ensuite constituer les championnats (qui débiteront, eux, après les vacances).

Les meilleures équipes des brassages régionaux joueront au niveau R2 (le "top 8" en U15, U17-U18 et U20 ou le "top 16" en U13 des meilleures équipes de Midi-Pyrénées) et les 16 suivantes seront qualifiées pour le niveau Interdépartemental (réparties en 2 poules géographiques de 8). En perdant trop de matchs il arrive qu'on soit reversé vers le niveau départemental.

Pour les brassages départementaux c'est pareil : les meilleurs iront en D1 (impossible d'accéder à un des 2 niveaux régionaux, même en gagnant tout !), les intermédiaires en D2 et les équipes les plus débutantes se retrouveront dans le championnat D3.

Pour les dirigeants cette période est toujours très délicate à gérer car il est impossible d'anticiper les choses : après la journée 1, le programme des rencontres n'est annoncé aux clubs que le mardi pour le samedi à suivre ! Les clubs doivent ensuite fixer et communiquer leurs horaires de match ... pour nous il y a la contrainte supplémentaire de demander l'autorisation à la mairie d'utiliser les gymnases ... puis trouver des arbitres et des OTM à une époque où encore peu de monde est formé et prêt à officier ... bref, la galère !!!

De plus, en théorie on devrait avoir bouclé la fastidieuse phase des inscriptions (nous avons 317 licenciés à ce jour) mais malheureusement nous avons encore une bonne quarantaine de retardataires à devoir relancer L.

Aussi, soyez très indulgents avec vos dirigeants particulièrement en cette période très intense !!

Pour finir, n'oubliez pas que ce samedi nous aurons passé la dead line du 30/09, aussi nos adhérents et visiteurs de 12 ans et plus devront eux aussi présenter un pass sanitaire valide pour pouvoir accéder aux gymnases (à domicile comme à l'extérieur).

Bons matchs à tous !

Micka



Save the date



Vous êtes prévenus, vous pourrez pas dire que vous avez piscine !

Samedi 02 Octobre

 Début des brassages pour les U11M1, U11M2 et U11F1

Dimanche 03 Octobre

 Début des brassages pour les U20M et premier match pour les SF1 et SG2

Samedi 09 Octobre

 Premier plateau pour les U9

Samedi 16 Octobre

 Premier plateau pour les U7 confirmés



Retour sur...



Le baptême de l'école de mini-basket

Ce samedi, nous avons eu le premier évènement de l'année pour l'école de mini-basket : le baptême !

70 enfants et leurs familles s'étaient réunis au gymnase pour une matinée bien chargée. Les jeunes champions ont reçu un tee-shirt de bienvenue, avant de participer à une série d'ateliers de basket et de personnalisation des tee-shirts. Ensuite, les parents, dirigeants et enfants se sont réunis pour la cérémonie, afin de partager les valeurs autour desquelles on se retrouve au mini-basket : le jeu, le partage et le respect de l'autre.

Juliette et Lucas, la marraine et le parrain pour cette année, ont donné un petit mot d'encouragement et tout cela s'est achevé par un moment de convivialité autour d'un apéro/repas bien garni.

Tout cela a été possible grâce à un gros travail collectif des coaches qui ont assuré la préparation et l'encadrement des ateliers, et des parents qui ont participé activement pour la mise en place, le rangement, le service, l'encadrement et l'accompagnement des ateliers, et bien sûr, la préparation des plats !

Prochaine étape pour le mini-basket : le début des matchs et plateaux.



Le "Basket Bien-Etre" à l'Astro

 ... c'est quoi ??? 

Tous les samedis matins (en période scolaire), au gymnase du lycée Toulouse-Lautrec, de 11h à 12h15, notre salariée Anaïs anime une séance à destination de tous ceux qui souhaitent pratiquer une activité physique régulière, centrée sur le basket, sans compétition.

Les participants sont des adultes de tous âges (hommes et femmes) et de tous niveaux, y compris des débutants ! Vous êtes parents d'un joueur de basket et vous souhaitez vivre les mêmes situations d'apprentissage que vos enfants (un tir en course avec la main faible ça donne quoi ? et un tir à 3 points ? et une passe à terre à une main ? ...) cette pratique est faite pour vous !

Attention, le critère d'entrée essentiel est votre bonne humeur ... et un pass sanitaire valide ;-)

Croyez-moi, dès le premier essai on a vite fait d'être coopté par "capitaine Paulette" et toute sa troupe !

Côté inscription, nous vous proposons deux options (au même tarif global de 107 € pour toute la saison) :

- Option FFBB : vous aurez officiellement une licence FFBB (joueur loisir) qui vous permettra de donner occasionnellement un coup de main à la vie du club (tenir une table de marque, un chrono, être délégué club sur un match, ...)

- Option FSGT : pas de licence FFBB mais, selon votre évolution, cette option vous permettra d'intégrer à terme une de nos équipes loisirs FSGT (non obligatoire, selon les places disponibles et avec un supplément de 38 €) et de participer ainsi à des matchs du championnat FSGT.

Pour vous inscrire, envoyez un mail à :

inscription@astrobasketclub.fr

en précisant l'option choisie (FFBB ou FSGT).



Tablette tactique



Ton coach a un mot à te dire !

U7 :

Merci à tous les U7 qui ont participé au baptême de l'école de mini-basket samedi dernier ! Vous avez joué bravement parmi les grands et avez même donné envie de jouer à de nouveaux copains, bravo !

On se retrouve samedi pour l'entraînement à l'horaire normal, au collège.

Clo et Raf

- A★S★T★R★O -



Astro 2K22



Les nouvelles recrues passent dans le simulateur de l'Astro pour se présenter !

Nouveau Joueur



LOADING

Prénom : Raphael

Nom : Détourbe

Âge : 22 ans

Taille : 1m90

Catégorie : SG1

Spécialité : la défense

Surnom : Raph

Particularité : attention à ne pas confondre Raph et Raf !



Sélection des paramètres

Skin basketteur : Bill Laimber / Play Thompson

Skin bonus : Will Hunting

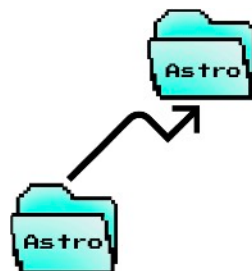
Numéro de maillot sélectionné : 11

Paire de basket sélectionnée : Adidas Dame 3

Musique sélectionnée : Basshunter

Recharge d'énergie préférée : le rougail saucisse

Cri de guerre : « On est pas là pour être ici ! »



Merci et welcome back dans l' #Astrofamily !

Replay

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



U13M1 :

Victoire contre Union 31 Nord 2 : 102-19

(Q1 : 16-2 ; Q2 : 24-10 ; Q3 : 32-3 ; Q4 : 30-4)

Un beau « No Match » pour nos Ragging Raccoons qui recevaient l'équipe 2 de la CTC Union 31 Nord. Autant l'équipe 1 nous avait surclassé sans mal la semaine dernière, autant la 2 souffre d'un niveau extrêmement faible.

Pour les « anciens », cette rencontre a des ressemblances flagrantes avec celle d'il y a 2 ans contre Roquettes (mis à part que cette fois, Erwann n'a pas perdu 3 dents sur sa trottinette...). Extraits de mon commentaire du match du 5 novembre 2019, vous allez voir c'est troublant...

« C'est donc après un échauffement rythmé et maîtrisé (...) que nos astéroïdes du jour (...) ont abordé le match avec sérénité et confiance. Il n'y a malheureusement pas grand chose à dire sur ce match qui nous a opposé à une équipe de débutants (...) Notre public a assisté à une belle prestation collective à base de ce qui est désormais notre marque de fabrique : le jeu ultra-rapide allié à l'utilisation des « parkings » pour les attaques de la seconde chance. Les enfants ont su développer un beau jeu sans tomber dans la facilité malgré la faible opposition. Alors bien sûr on a eu droit à quelques actions aléatoires et exotiques mais la réussite était au rendez-vous. Mention spéciale à (...) qui ont gagné des points de confiance en soi, se sont fait plaisir sur le terrain et en ont donc donné à leurs supporters (...).

Mention spéciale aussi à un Sohan en orbite (...). Je crois savoir qu'il a voulu montrer de quoi il était capable à son père et ses frères. Ils reviennent quand ils veulent, ils seront toujours les bienvenus 😊

(...) c'est à un festival de paniers auquel nous avons assisté. (...) notre adversaire (...) s'est battu jusqu'au bout. Mais ce samedi, il n'y avait pas de comparaison possible (...) Samedi prochain nous affronterons le TBC (...) Une rencontre qui s'était soldée par une victoire (...) l'année dernière (...). »

Tout y est, de l'échauffement jusqu'à notre adversaire suivant (espérons la même issue !) en passant par le style de jeu des garçons, certains joueurs qui prennent de la confiance et des responsabilités et Sohan galvanisé par la présence de sa famille...

Certes c'est un match qui fait du bien au moral (surtout après avoir pris 39 points sur le museau...) et qui permet de mettre en application tout ce sur quoi on

travaille depuis le début de l'année, certes ça permet à tout le monde de s'exprimer sur le terrain (bravo à Cameron, 12 points, 3 contres pour son premier match officiel) et aux gros scoreurs de scorer encore plus (Erwann, 24 points 😲), certes on franchit la barre des 100 points (bravo à Sohan, auteur du 100ème point mais surtout bravo à tous, auteurs des 98 points précédents 😊) et on est tous euphorique mais il faut garder les pieds sur terre car cette rencontre ne reflète absolument pas le niveau du championnat à venir.



Après ces deux premiers tours sans enjeu, nous abordons samedi la vraie phase de brassage pour accéder au niveau R2 avec très peu de droit à l'erreur et un premier adversaire de taille : le TBC, finaliste du tournoi du BAB'SS !

Guillaume

U15M1 :

Tour 1 des brassages région

Victoire contre Cugnaux : 58-36

Premier quart temps : 14-3 pour Astro

Deuxième quart temps : 25-9 pour Astro

Troisième quart temps : 45-24 pour Astro

Quatrième quart temps : 58-36 pour Astro

Un superbe match défensif avec une très bonne intensité sur tout le match.

On voit que le travail fourni ces dernières semaines commence à porter ses fruits. Encore bravo !

Offensivement de bonnes choses aussi avec des pénétrations, des shoots mais aussi du déchet dans la finition surtout en première mi-temps.

Voilà un premier match de barrage intéressant, il nous faut confirmer avec le week-end prochain.

Vincent

U15M2 :

Victoire contre Lardenne par forfait 20-0

Seulement 4 joueurs pour les visiteurs (dont un qui n'était même pas licencié !) ... les retrouvailles avec la compétition sont donc décalées d'une semaine (on n'est plus à ça près).

En prêtant 2 de nos joueurs à nos adversaires, à tour de rôle par quart-temps, nous avons quand même pu faire un match, histoire de ne pas avoir mobilisé des arbitres, des OTM et des parents pour rien ...

Peu d'enseignement à en tirer sur le plan sportif : le match a été à sens unique et nous passons symboliquement la barre des 100 points marqués malgré un jeu très brouillon et beaucoup de mauvais choix en attaque (malheureusement payant du fait de la faiblesse de l'adversité).

Rdv la semaine prochaine pour le vrai départ de la saison ... j'espère !

Oubli de faire la photo d'équipe ... rattrapage samedi prochain pour ça aussi !

Micka

U17M1 :

Défaite contre Blagnac : 61-69

Bonjour à tous,

Concernant le match de brassage des U17M1 de ce samedi..... ça va être rapide : on ne peut pas gagner un match en commençant à jouer qu'à la mi-temps.

C'est d'autant plus frustrant qu'on avait largement de quoi gagner ce match. Quand on voit que nous sommes à -25 à la mi-temps et à + 6 à la fin du troisième quart temps ça prouve bien que si on met de l'envie et de l'intensité tout est possible.

Maintenant il s'agit de mettre le bleu de chauffe dès le début du match et ce jusqu'au coup de sifflet final.

Rdv samedi pour la première victoire de l'année!

Nico

U17M2 :

Victoire contre TOAC 2 : 72-59

Il faut l'admettre, les U17M2 n'ont pas abordé le premier match officiel de leur saison dans les meilleures conditions ! Un coach qui abandonne, aucun match de préparation, une équipe dont les joueurs n'ont pas ou peu évolué ensemble

depuis deux ans, quelques formalités de licence effectuées tardivement par les intéressés, pas d'arbitre... les dernières heures avant le week-end étaient un peu tendues !

Mais grâce à l'engagement des bénévoles du club aidés par quelques parents que je remercie chaleureusement, la rencontre a pu se tenir dans de très bonnes conditions. Mieux les garçons ont rangé dans un coin de leur tête la frustration pour aller se démenner sur le terrain et finalement ramener une très belle victoire.

Mais revenons quelques 90 minutes plus tôt. Le triptyque annoncé en briefing d'avant match était : COLLECTIF (C'est l'essence même de notre sport) / TOLERANCE (C'est le début d'année, il y a des loupés, restons soudés) / ENGAGEMENT (L'erreur est admise, la nonchalance est interdite).

Dès l'entame, l'attitude est bonne et très proche de la consigne édictée. L'équipe prend l'avantage au score et le conservera jusqu'au bout. Nous avons mené tout le match d'un écart faible certes mais sans jamais baisser de rythme, en maximisant les rotations et en terminant sur un score très intéressant offensivement comme défensivement.

On a parlé de « collectif » : tous les joueurs, sans exception, ont marqué et bien souvent sur une passe ou un décalage créé par un coéquipier.

On a dit « tolérance » : oui il y a eu des erreurs et des ratés individuels mais pendant la quasi-totalité des 40 minutes les encouragements entre joueurs (sur le terrain ou du banc vers le terrain) ont largement dominé.

On a parlé d'engagement : j'ai vu des visages rouges écarlates, un genou et un avant-bras meurtris sur plongeon, des souffles coupés, des gouttes de sueur couler comme une grosse drache du nord...

Alors merci et bravo pour cette première représentation.

Savourons ce premier week-end et préparons le suivant avec la même détermination.

Christophe

U18F1 :

Victoire @ Labarthe-sur-Lèze : 34-94

Premier tour des brassages à Labarthe-sur-Lèze, que nos deux équipes U18F avaient affronté la saison dernière pour un bilan équilibré d'une victoire et une défaite.

Il est très important de poursuivre sur la lancée de notre match précédent face à Blagnac, ce qui passe par une bonne entame de match. Contrat rempli avec un premier quart-temps marqué par beaucoup de rythme et d'intensité de la part

des joueuses qui font preuve d'une très grande efficacité, nous permettant de creuser un écart important (29-11).

La suite sera plus compliquée avec une baisse d'intensité dans nos intentions offensives et de longues minutes sans marquer un seul panier. Heureusement, la défense est toujours présente et les filles redresseront la barre en fin de quart-temps pour virer confortablement en tête à la mi-temps (40-18).

La seconde mi-temps sera de qualité, les filles ont joué avec énormément de sérieux jusqu'au bout avec beaucoup d'agressivité en attaque et une défense rigoureuse.



Score final : 94-34 pour l'ASTRO.

Très belle prestation de la part des filles qui continuent à prendre beaucoup de plaisir et à jouer de manière très sérieuse, malgré un relâchement en début de deuxième quart-temps. En tant que coachs, on ne peut pas demander beaucoup mieux !

Merci encore une fois aux parents venus en nombre pour nous supporter !

Michael et Cédric

U18F2 :

Victoire contre Frouzins 76-67

Score par quart-temps : 13-25 / 20-15 / 21-12 / 22-15

J'aurais pu faire un copié-collé de mon commentaire de la semaine dernière, à ceci près que cette fois-ci le match se conclut victorieusement. Mais les mêmes ingrédients positifs comme négatifs étaient de nouveau au rendez-vous pour cette première à domicile.

Début de match encore timide où on donne le bâton pour se faire battre : pas de défense et trop de mauvais choix en attaque qui aboutissent trop vite à des ballons perdus sans même pouvoir tenter un tir (ou même franchir la ligne médiane parfois !). 15 points de retard au milieu du 2nd quart temps.

Puis, petit à petit, on prend la mesure de notre adversaire du jour, on s'implique davantage en défense et on corrige les erreurs en attaque.

Les contacts sont nombreux et les arbitres laissent souvent le jeu se dérouler, des deux côtés du terrain, mais mes filles restent concentrées sur leur sujet (au contraire des visiteuses qui, à l'image de leurs coachs, perdent leur moyen en ne se focalisant plus que sur l'arbitrage ...).



Nous dépensons beaucoup d'énergie et inexorablement nous

recollons au score en fin de 3ème quart temps pour ensuite définitivement décrocher Frouzins avec 13 points d'avance à quelques minutes du buzzer. On gère tant bien que mal les dernières possessions et au final on s'impose de 9 points mais il y a encore du pain sur la planche pour apprendre à mieux gérer nos attaques.

Tout miser sur le jeu rapide et l'intensité en défense, marque de fabrique de ce groupe, ne suffira bientôt plus pour gagner (comme on l'a expérimenté le samedi précédent !).

Surement un gros morceau en perspective au prochain match ... on verra vite si on est sur la bonne voie ...

Bravo et merci aux nombreux supporters qui ont donné de la voix samedi ... un des ingrédients indéniables de la victoire.

Micka

SF2 :

Victoire contre Saint Lys : 48-38

Score par QT : 14-13 / 16-13 / 9-7 / 9-5

Retour à la compétition réussie pour les SF2. Félicitations aux filles pour cette victoire.

Le match : on prend le score dès le début puis un petit matelas augmente de façon constante jusqu'à la fin du match. On termine à +10.

Clairement je pensais que St Lys allait craquer plus tôt. Félicitations à elles pour leur résistance.

Notre défense est très correcte. Il y a quelques erreurs mais globalement ça défend dur.

St lys possède un bon repli défensif ce qui empêche nos contres attaques d'aboutir. On joue bcp en transition offensive avec une bonne alternance. On prend les shoots extérieurs évidents, et on utilise notre avantage physique dans la raquette.

Au final, une belle copie, 38 points encaissés c'est bien. 48 pts marqués... il en manque... mais le potentiel est là

Bravo à toutes

Dimanche prochain, déplacement à Quint... on y est déjà !

Arnaud

SF3 :

Défaite @ Blagnac : 66-47

1er match de la saison pour les seniors filles. Un plaisir de refoulée de façon officielle les parquets. Notre équipe SF3 cette année se reconstruit avec un mix des « anciennes » de « revenantes au club » et de nouvelles. Ce premier match a été compliqué à aborder. On se souvient encore de la défaite cuisante de l'année passée (en même temps c'était le dernier de la saison passée début octobre, nous n'avions pas pu le digérer)

On se fait cueillir à froid sur la première mi temps par une défense qui nous agresse dès le milieu de terrain et notre manque de confiance nous empêche de nous lâcher et nous enferme totalement en attaque. Trop peu de tirs sont pris, trop peu de 1c1 sont joués et trop de passes ne sont pas parties. Nous finissons la première mi temps avec un retard de 23 points. Cependant nous réussissons petit à petit à tenir nos duels en défense et à récupérer des ballons précieux. Encore une fois notre précipitation nous empêche de concrétiser ces actions mais nous nous accrochons. Nous n'avons plus rien à perdre à part jouer et sortir la tête haute de ce match. Et c'est avec une nouvelle mentalité que nous revenons sur le terrain. Nous remontons d'un cran en défense et nous nous appliquons sur nos attaques. Le manque d'adresse, et les dernières passes ratées et les lancer loupés nous empêchent de revenir plus vite et plus fort au score mais nous sommes présentes et on se bats. Il y a des défaites amères et d'autres qui sont encourageantes. Celle ci en fait partie. Notre équipe apprend à se connaître et à se faire confiance mais j'ai vu des joueuses qui avaient envie de se battre ensemble et qui ont toutes fait les efforts jusqu'au bout! Un an sans jouer, les corps sont un peu rouillés mais l'esprit est là et c'est bien Le principal Le prochain match est dans 3 semaines d'ici là on va bosser fort pour être au top pour la suite de la saison.

Elodie

SG1

Défaite @ Caraman 2 : 78-72

Score par QT : 9-19 / 26-17 / 21-22 / 22-14

Premier match depuis un trop long moment pour notre équipe première masculine new look.

New look surtout sur cette première sortie où sur les 9 joueurs alignés seulement 2 étaient en SG1 il y a 2 saisons ... et oui Lucas, néo parrain de notre école de mini-basket, fait désormais figure d'ancien ... ce qui ne rajeunit pas le coach-joueur toujours là pour encadrer la bleusaille !

Pour les 7 autres, 3 sont arrivés juste l'an dernier, avec un seul match à leur actif avec notre équipe, et 4 viennent d'intégrer le groupe pour au final sur ce match 5 joueurs nés entre 1999 et 2002 ... jamais la moyenne d'âge n'avait été aussi basse en SG1 sur ces 10 dernières saisons !

C'est donc plein d'énergie que nous attaquons ce match, tout en sachant que la mission s'annonce délicate, le bastion de Caraman étant un des plus difficiles à prendre.

Le premier quart temps est idéalement négocié mais les locaux haussent le ton au 2nd quart et reviennent dans le match grâce à plusieurs paniers à 3 points et en provoquant beaucoup de fautes, tant et si bien que 2 de nos principales armes offensives se retrouvent à 3 fautes chacun dès la mi-temps.

Nous reprenons un peu d'air au retour des vestiaires avec de bonnes phases défensives mais, comme en première mi-temps, nous ne réussissons pas à tuer le match en manquant essentiellement d'efficacité dans le dernier geste en attaque. A l'inverse, les locaux font définitivement basculer le match en leur faveur avec beaucoup de tirs à 3 points (10 au total sur le match à plus de 50% de réussite !), exercice dans lequel nous sommes en échec.

La victoire était largement envisageable mais notre manque de vécu commun ne nous permet pas de l'emporter face à une équipe renforcée par des joueurs de leur équipe 1.

Merci à nos hôtes pour leur super accueil, comme souvent.

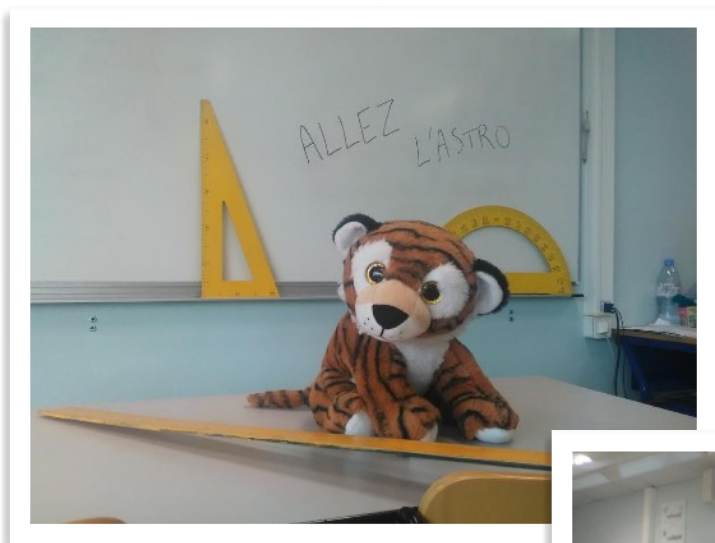
Joker grillé face à une équipe qui ne devrait pourtant pas viser, contrairement à nous, le haut du tableau ... rattrapage obligatoire samedi prochain pour notre grand retour sur nos terres, face à un adversaire direct ! On vous attend nombreux dans les tribunes (enfin sur les 4 bancs du gymnase ...)

Autre nouveauté pour cette saison ... à l'initiative de capitaine Nico, chaque joueur s'est vu attribué plusieurs missions touchant à la vie de l'équipe, et, lors des matchs, nous sommes désormais encouragés par un nouveau membre ... notre nouvelle mascotte (au fait elle n'a pas encore de nom !). Vous la retrouverez

sur notre banc d'équipe à chaque match ... n'hésitez pas à venir prendre un selfi avec elle, mais attention, pas touche !!! Seuls les éminents membres de la team SG1 peuvent la porter !

A chaque match un joueur sera élu (lors d'un vote solennel) pour veiller sur elle toute une semaine et lui faire vivre des expériences inoubliables ... même si plusieurs candidats l'auraient tout aussi bien mérité, ma défaillance dans les tirs à 3 points sur ce match me vaut l'honneur de la première semaine de garde ... aussi notre mascotte va commencer par passer quelques heures en salle de maths au collège (photo ci-joint !).

Micka



- A★S★T★R★O -



Les légendes



La chronique de Raf'

Larry Bird



- ★ Né le 7 décembre 1956 à West Baden Springs, Indiana
- ★ Poste & numéro : ailier/ailier fort; 33
- ★ Carrière NBA : 1976-1992
- ★ Numéro de choix de Draft : 6eme par les Celtics de Boston en 1978
- ★ Titres NBA avec les Celtics : 1981, 1984, 1986
- ★ Palmarès : 1x Champion Olympique, 3x MVP, 2x MVP des Finals NBA
- ★ Carrière d'entraîneur : 1997-2000 avec les Indiana Pacers

Larry Joe Bird, souvent surnommé « Larry Legend » ou « Gold Hand », est un joueur, entraîneur et dirigeant américain de basket-ball.

Considéré comme l'un des meilleurs joueurs du cinquantenaire de la NBA selon un vote effectué en 1996, sa rivalité avec Magic Johnson est un des facteurs du renouveau de la NBA.

En 1998, il est introduit au Basketball Hall of Fame*, le Temple de la renommée du basket-ball, et en 2010, figure une seconde fois au palmarès de celui-ci en qualité de membre de la Dream Team.

À l'issue de sa carrière de joueur, Larry Bird effectue une courte carrière d'entraîneur, récompensée du titre d'entraîneur de l'année (NBA Coach of the Year).

En 2012, il est désigné meilleur dirigeant de la NBA (NBA Executive of the Year), devenant la première personne dans l'histoire de la ligue à avoir reçu les prix de meilleur joueur de la saison, d'entraîneur de l'année, et de dirigeant de l'année.

* Le Basketball Hall of Fame répond à la tradition anglo-saxonne du Hall of Fame dans le domaine du basket-ball. On pourrait parler de Panthéon du basket-ball américain et mondial. Il honore les plus grands joueurs, équipes, entraîneurs, arbitres, dirigeants et personnalités de ce sport. Il est situé à Springfield dans le Massachusetts. Il a été fondé en 1959.



Game time



Le jeu de Raf'



Pour permettre une interaction entre vous et moi, je lance un petit jeu.

Je vous propose à vous, lecteurs de l'Astro News, de deviner quel sera le joueur de légende qui sera présenté dans le numéro de la semaine prochaine.

Et ce, sans indice !

Je laisse 3 chances par famille si papa, maman ou frères et sœurs veulent aussi jouer.

Je vais vous demander de m'envoyer vos 3 propositions (prénom et nom du joueur de légende) accompagné de votre prénom, nom et catégorie et d'une petite photo sympa.

Si vous avez la bonne réponse, vous serez à l'honneur dans l'Astro News à côté de la légende que vous aurez trouvé !!!

Les propositions sont à envoyer au mail suivant :

👉 rafael.pardal13@gmail.com 👈

On commence dès maintenant !!!

Bonne chance à vous 😊

✌️ PEACE AND BASKET 🏀

Raf



Prochains matchs



« Demandeeeeez l'prograaaaaamme ! »

Date	Catégorie	Locaux	Visiteurs	Heure match	Gymnase
Sam 02/10	U9	Entrainement habituel		9h30	Lycée Lautrec
	Loisirs	Basket "Bien-Etre"		11h00	Lycée Lautrec
	U7	Entrainement habituel		10h30	Clg Lautrec
	U11M1	Villemur	Astro 1	15h30	Collège
	U11M2	Astro 2	Blagnac	13h00	Arnauné
	U11F	NET'S	Astro	15h00	Gym St Genies
	U13M1	TBC	Astro 1	13h00	Léo Lagrange
	U13M2	Labarthe 2	Astro 2	13h00	Halle sports
	U13F1	Caussade	Astro 1	16h30	Gym. municipal
	U13F2	Cornebarrieu	Astro 2	13h00	Coubertin
	U15M1	Albi	Astro 1	13h30	COSEC
	U15M2 triangul.	Colomiers 2	St-Jory	16h00	Piquemal Terrain 3
		St-Jory	Astro 2	14h30	
		Colomiers 2	Astro 2	13h00	
	U15F1 triangul.	Vacquiers	Rignac	17h30	Robert Gary
		Rignac	Astro 1	16h00	
		Vacquiers	Astro 1	14h30	
	U15F2	Astro 2	Gratentour	13h00	Lycée Lautrec
	U17M1	Astro 1	Valence C.	15h00	Arnauné
	U17M2	NET'S	Astro 2	16h00	Alex Jany
	U18F1	Astro 1	Puycasquier	15h00	Lycée Lautrec
U18F2	Astro 2	Elan Aveyron 2	17h00	Lycée Lautrec	
SF3	Exempt			x	
SG1	Astro 1	Lardenne	20h00	Lycée Lautrec	
Dim 03/10	U20M	Astro	Albi	11h00	Lycée Lautrec
	SF1	Puycasquier	Astro 1	15h30	S. polyvalente
	SF2	Fonsegrives	Astro 2	15h30	P. Pépi
	SG2	Astro 2	Léguevin	15h30	Lycée Lautrec

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



TOULOUSE

METROPOLE BASKETBALL

Allez supporter les filles de LF2 au Petit Palais des Sports gratuitement !

Samedi 02 octobre à 20h premier match à domicile au Petit Palais des Sports avec l'ouverture au public, le **TMB** affronte **AULNOYE**

Pour les licenciés et **uniquement les licenciés au 26/09 -20h00** (une mise à jour sera transmise dans les prochaines semaines), 3 places sont disponibles à chaque match (le licencié + 2 accompagnants).

Pour réserver :

- munissez-vous de votre numéro de licence ou celui de votre enfant et connectez-vous sur la billetterie en ligne du TMB : <https://tmb-basket.festik.net/>

- sélectionnez ensuite le tarif "**Licencié TMB / Astro**"

- choisissez le nombre de places souhaitées, entrez votre n° de licence, vos nom et prénom.

Attention, il faut dorénavant mentionner sur chaque billet de nom de la personne qui l'utilisera.

Vous pourrez ensuite imprimer vos billets électroniques ou les enregistrer sur votre smartphone.

La rencontre sera diffusée en direct sur la page YouTube du TMB

Mesures COVID

Dans le cadre des mesures sanitaires pour la COVID-19, **le Pass Sanitaire** (seuls le schéma vaccinal complet, un test antigénique ou PCR de moins de 72h et un certificat de rétablissement COVID de 6 mois seront acceptés) **et le port du masque sont obligatoires**. Toute personne n'ayant pas de masque ne sera pas autorisée à entrer dans l'enceinte.

Suite au dernier décret de la Préfecture de Haute-Garonne, la consommation de boissons et de nourriture ne seront acceptées qu'à l'extérieur de l'enceinte.

Ouverture des portes à 19h, mais il est conseillé d'arriver bien en avance (le temps de passer les contrôles des Pass Sanitaires et des billets)

Vous pouvez aussi être bénévole au TMB !

Si vous êtes intéressé, contactez Laura : l-dazols@tmb-basket.com

Elle vous ajoutera à sa liste d'envoi aux bénévoles avant chaque match, et vous adressera un Doodle où vous pourrez renseigner vos disponibilités.



🙏 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 !

URGENT :
NOUS RECHERCHONS UN COACH BENEVOLE
POUR NOS U17M2 (NIVEAU D1)

Contact :
sportif@astrobasketclub.fr

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 !