

ASTROBULLE

épisode 12
25/11/2015



ASTRO Basket Club

Siège : 42 av. Frédéric Estèbe

*Gymnase : 26 impasse Barthe
31200 TOULOUSE*

L'édito du Président

Après le deuil, la résistance !

Tu joues comme tu es, certes, cependant il est des fois où nous n'avons pas le cœur. Aujourd'hui l'heure est à la résistance. L'école, le sport, la culture, les cafés, les magasins, les transports sont des lieux de brassage. Ils nous renvoient nos différences, notre diversité et nos richesses, nos complémentarités. Il en va de même dans le sport. Ne nous enfermons pas dans un monde idéalisé à notre image.

Résistons, continuons à jouer, et au vue des résultats c'est ce que vous avez très bien fait ce week-end.

Cette année le programme des festivités de fin d'année a été bouleversé :

Les loisirs participeront au **Téléthon** Vendredi 4 Décembre, suivi Samedi matin par les babys, et vous - que ferez-vous ?

Lucie coordonnera vos initiatives (lucie.etter@gmail.com)

La fête de Noël des Ecoles Toulousaines de Minibasket, si elle a lieu, le sera Samedi 12 Décembre matin au TOAC. Elle mobilisera tous les U7-U9-U11 non impliqués dans les compétitions.

La fête de Noël du club est annulée à cause du report des matchs de jeunes sur la journée du Samedi 19 Décembre. La compétition remplacera les festivités.

Donnons à cette fin d'année un aspect festif. Le comité lance l'idée d'un FLASH MOB <https://www.youtube.com/watch?v=iqtpCrak3QA> à poster sur les pages Facebook du CD31 et du Comité.

Pierre

Les derniers résultats

Date	Equipe	Niveau / Poule	Heure match	Domicile	Visiteurs	Résultats
Ven 20/11	SF3	D3 / C	20h30	Lardenne	ASTRO 3	Victoire 56-72
Sam 21/11	U11M1	Poule A	11h00	Blagnac 1	ASTRO 1	Victoire 12-20
	U11M2	Poule G	9h30	ASTRO 2	Casselardit 2	Victoire 21-7
	U11F1	Poule B	11h00	ASTRO 1	TCMS	Victoire 24-8
	U11F2	Poule E	15h00	Bessières	ASTRO 2	Egalité 18-18
	U13M1	Niv 2 / A	15h00	ASTRO 1	Portet	Victoire 53-38
	U13M2	Niv 2 / B	13h00	ASTRO 2	Brax	Défaite 20-47
	U13F1	Niv 1 / B	13h00	St-Geniez	TMABC	Victoire 20-29
	U13F2	Niv 3 / D	13h30	Hersain	ASTRO 2	Victoire 26-40
	U15M1	Q R / B	16h30	ASTRO 1	St-Gaudens	Victoire 53-44
	U15M2	Niv 2 / A	16h30	ASTRO 2	St-Orens 2	Victoire 58-40
	U15F1	Q R / A	13h00	TMABC	Gimont	Victoire 76-56
	U15F2	Niv 3 / A	13h00	OTB 3	ASTRO 2	Victoire 28-40
	U17M1	Niv 2 / C	14h30	Ramonville	ASTRO 1	Victoire 48-78
	U17M2	Niv 3 / A	14h30	ASTRO 2	Castelmaurou	Défaite 26-81
	U20F	Div 1	18h30	Lardenne	TMABC	Victoire 47-60
	SG1	D2 / A	17h30	St-Jory 2	ASTRO 1	Défaite 87-81
SG2	D3 / B	20h30	Saverdun 2	ASTRO 2	Victoire 31-77	
Dim 22/11	SF2	D1	15h30	TMABC 2	OTB 3	Victoire 50-46

L'édito du Directeur Sportif

Les records sont faits pour être battus ... mais je ne m'attendais pas à ce que celui du pourcentage de victoires établi le week-end du 07/11 (74 %) tombe dès ce week-end (79%) en pulvérisant au passage le nombre de victoires obtenus sur un week-end : 15 ! De quoi regretter encore un peu plus la courte victoire des SG1 et le match nul après prolongation des U11F2 (et oui le score de parité existe en basket, mais uniquement dans la catégorie U11) !!!

Au rang des principales satisfactions : la série d'invincibilité qui continue pour les U11M1, les U11F1 et les U15F1 et la confirmation de leurs très bons débuts de championnat pour de très nombreuses équipes. On fera un point sur les classements et ambitions à Noël.

Le week-end qui arrive aurait du être un peu plus calme que les autres car initialement programmé comme un week-end de repos pour beaucoup d'équipes. Mais finalement il n'en sera rien puisque c'est logiquement la date qui a été choisie pour le report de plusieurs des matchs annulés le 14/11.

Enfin, je vous invite vivement à venir faire un tour du côté du gymnase du lycée Lautrec ce dimanche ... nous y serons de 10h à 20h ! Au programme un plateau U9 le matin puis une belle trilogie de matchs seniors : SF2, SF1 et SG1, dans cet ordre, au cours de l'après midi !

Mickael

U15F2 : OTB 28 / ASTRO 40

2eme déplacement à l'extérieur et 2eme victoire!

Les filles rentrent dans le match dès le début avec un 6-0. Les joueuses d'en face réagissent peu à peu, mais nos filles sont dans le match, avec 7 longueurs d'avances au premier quart temps. Elles font preuve d'agressivité, malgré quelques problèmes de placement rapidement effacés.

En seconde mi temps, les filles conservent leur avance en grande partie grâce à une bonne défense.

Elles ont aussi réussi à trouver des paniers faciles, et à jouer collectivement.

Victoire 40-28, bravo aux filles pour ce match sérieux et maîtrisé de bout en bout.

Marianne et Margaux

U15F1 : TMABC 76 / Gimont 56

Malgré les 20 points d'écart cela n'est pas à l'image du match. Un match très accroché face à une équipe de Gimont très combative qui ne lâche rien qui a souvent réussi à nous pousser à la faute.

Les deux premiers quarts temps ce fut compliqué et serré. Cela s'est traduit par des erreurs de notre part avec une avance de sept points fin du deuxième quart temps.

Suite à quelques rectifications à la mi-temps les filles ont su bien repartir en mettant plus de rythme, d'agressivité et de solidarité. Quatrième quart temps je pense que cette belle équipe de Gimont a baissé les bras ce qui nous a facilité la tâche.

L'objectif de la première place est toujours d'actualité dans nos têtes. Cela nous permettrait d'accéder au top 6 mais pour cela il faudra travailler et se battre jusqu'au bout.

Junior

SG1 : Saint-Jory 87 / ASTRO 81

Score par quart temps : 21-20 / 16-23 / 26-19 / 24-19

De l'avis général des joueurs c'était une de nos meilleures prestations offensives. J'aurais plutôt tendance à les rejoindre là-dessus mais je reste très déçu du verdict final : une nouvelle courte défaite, comme au Tropik, alors que nous avions les armes pour l'emporter ... ayant moi-même 2 occasions de porter notre avance à 6 points à 2 minutes de la fin ... au lieu de ça les locaux passent devant dans la dernière minute grâce à leurs individualités et ne tremblent pas aux LF que nous concédons pour arrêter le chrono. Au final 50 points encaissés sur la 2ème mi-temps ... c'est trop quand on sait que ce sont essentiellement 3 joueurs qui ont alimenté le score chez eux.

A nous de rebondir dimanche prochain à domicile.

Mickael

U11F1 : ASTRO 24 / TCMS 8

La bonne nouvelle en premier: Noée termine le weekend sans plâtre! Après son vol plané en fin de match samedi, on s'attendait au pire. Nous voudrions aussi remercier les coachs du TCMS pour leur aide, et en particulier la coach adjointe qui s'est si gentiment occupée de Noée dans ce moment de frayeur!

Avant, Noée et le reste de notre équipe poussine ont joué du basket - et comment: notre 2e opposition, largement supérieure, déroule un beau jeu collectif qui résulte en situations de 1:1 favorable ou tir ouvert à presque chaque attaque. Notre 1ère opposition domine en défense contre deux joueuses très grandes que nous connaissons de l'année dernière. Nous avons moins de réussite au tir que d'habitude, mais tout de même assez pour enchaîner les victoires sur chaque période. Et pas question de lâcher même avec le match déjà largement gagné et Noée en larmes sur le banc: pour une fois on est mené au score, mais les filles rebondissent avec deux shoots pour terminer le match en beauté et infliger, pour la première fois cette année, la peine maximale à leur adversaire qui pourtant nous a posé plus de problèmes que les équipes précédentes. A noter aussi la belle répartition du score, puisque tout le monde contribue entre 4 et 8 points, sauf Noah qui nous sort un très gros match avec 23 points dont un 3 points final comme point d'exclamation!

Christian

Pour l'opposition 1 le match n'était pas si facile que ça: avec les deux super grandes ce n'était pas facile du tout, mais on s'en est bien sorti. Pour l'opposition 2 on a bien joué collectif ce qui a bien porté ses fruits puisqu'on a GAGNÉ ! Comme quoi c'est l'équipe qui compte!

Noah

U13F2 : Hersain 26 / ASTRO 40

Deuxième match de championnat: les u13f2 ont disputé un match un peu plus serré que la semaine dernière, en effet, elles ne mènent que de 4 points (18 à 14) pendant la première mi temps . Pendant de la deuxième mi temps, nous pouvons noter un relâchement, les replis de ne se font plus, la majorité des paniers sont ratés (20 à 26). Elles se reconcentrent alors dans le dernier quart temps en enchaînement les contres attaques et en musclant leur défense pour finir avec un score de 26 à 40.

Marie et Clémence

U11F2 : Bessieres 18 / ASTRO 18

Ce match qui s'est soldé par une égalité aurait très bien pu rapporter une victoire à l'une ou l'autre des deux équipes. Mais chacune d'elles a manqué d'opportunité et a laissé filer la victoire. L'équipe de l'ASTRO, composée d'Ambre, Aya, Chahinez, Chéryl, Gabrielle, Héloïse, Ilyana, Lalla, plus Léandre et Seyni, a pourtant fait une assez bonne entame de match. C'est passé la mi-temps, que cela s'est un peu gâté. En défense, on a vu trop d'erreurs d'inattention. Les filles (et garçons) commencent à savoir se placer en défense... mais elles le font simplement avec un peu de retard au démarrage. C'est donc principalement à un problème de concentration auquel il va falloir remédier à l'avenir. En attaque, après avoir désinhibé les débutantes qui n'osaient pas tirer dans le premier quart-temps, chacune a pris ses responsabilités et tout le monde a eu de belles occasions de marquer sans que cela ne se concrétise pour toutes malheureusement. Ensuite, c'est au départ de l'action, après avoir piqué la balle ou lors d'une remise en jeu, qu'il reste encore des progrès à faire. Nous perdons trop de balles sur la toute première phase d'attaque ou de contre-attaque, à cause d'une passe faite trop rapidement ou à destination d'un camarade trop proche. Mais, cela tombe bien, car remédier à ce type de défaut est exactement l'objet des entraînements en ce moment. Oui, oui, souvenez-vous les filles, les couloirs le long des lignes de touche qu'il faut prendre en contre-attaque pour aérer et dynamiser le jeu... On en reparlera à coup sûr ! Bref, nous avons encore du pain sur la planche et ce n'est pas moi qui vais m'en plaindre. Des matchs équilibrés, disputés comme celui-ci et joués dans une bonne ambiance, j'en redemande !

Emmanuel

U20F : Lardenne 47 / TMABC 60

Victoire 47-60 (10-12 15-16 10-14 12-18)

La victoire était importante face à une équipe de Lardennes juste devant nous au classement. Nous avons réussi à tenir tout le match en défense. Il va falloir encore faire des efforts sur l'intensité et l'agressivité, les filles défendent encore trop loin alors qu'à chaque fois qu'elles ont mis de la pression elles ont récupéré des ballons. En ce qui concerne l'attaque nous manquons encore de finitions sous le panier mais aussi d'adresse en dehors de la raquette. Les intérieures ont fait un gros boulot sous le panier tant en attaque qu'en défense. Il faut continuer sur cette dynamique et continuer à travailler les gros matchs arrivent pour les prochains week end.

Elo

SG2 : Saverdun 31 / ASTRO 77

Les SG2 se déplacent à 7 dont 1 blessé pour ce match à Saverdun, notre plus long déplacement cette saison.

La consigne est "gérer ses fautes et son physique". Ce qui ne nous empêche pas de pratiquer une défense haute et agressive. Le score est de 33 - 8 à la mi-temps (+25). Une large victoire malgré notre effectif réduit.

Cyril

U13M1 : ASTRO 53 / Portet 38

Nos U13 ce week-end ont poursuivi le championnat de niveau 2 avec une victoire supplémentaire à domicile contre Portet, 53-38.

Nous avons quand même eu du mal à imposer notre jeu dès le départ.

Je pense que cela est dû au manque de concentration qui s'est vu dès le départ à l'échauffement: "ce n'est pas parce que l'on a gagné le match précédent qu'il faut se reposer sur ses lauriers et sous-estimer l'adversaire."

On ne joue pas encore à notre niveau de jeu.

Les parents et les autres supporters de l'astro ou adverses, ont en effet pu assister, à un festival de tirs en course manqués en contre-attaque de notre part.

Merci en tout cas aux joueurs pour cette victoire, à ses parents de joueurs présents pour nous supporter, encore merci à eux pour ce soutien motivant qu'ils me transmettent afin de poursuivre le travail avec nos U13.

Mince j'oubliais l'organisation...merci aux deux jeunes arbitres féminines qui ont su gérer ce match avec plaisir.

Et enfin merci à la table de marque, Kathy (bon pas besoin de détails on sait tous qu'elle gère sans soucis lol comme d'hab), et Gwen aide-marqueuse si je ne me trompe pas.

"Le travail est entrain de payer petit à petit, à vous jeunes joueurs de prouver que vous méritez de jour en jour votre place sur le terrain mais aussi au niveau du classement général de la poule."

Chrisnel

U15M1 : ASTRO 53 / St Gaudens 44

Je m'appelle Julien et je joue en U15M1 . Le week-end dernier nous avons affronté l'équipe de St Gaudens.

L'équipe adverse était composée de joueurs de grande taille. Le match était serré car nous étions brouillon en attaque surtout la 1^{ère} mi-temps. Mais après nous nous sommes réveillés.

J'ai trouvé qu'on était maladroit à la finition mais grâce à notre défense on a remporté ce match.

Julien L.

Pour faire court, nous avons mal joué et avons fait preuve d'une très grande maladresse. À l'avenir, il ne faudra plus se laisser impressionner par la taille et le physique des adversaires.

Ma citation de la semaine : «Un panier rend un homme heureux, une passe décisive rend deux personnes heureuses!»
Magic Johnson.

Antoine

SF2 : TMABC 50 / OTB 46

Nos adversaires du jour OTB, un match a priori à notre portée du fait de nos positions au classement.

Entame du match avec notre zone press, qui fonctionne plutôt bien en début de match où nous piquons quelques ballons.

Mais très vite, les visiteuses trouvent les solutions et nous nous prenons plusieurs contre-attaques.

En attaque, nous n'arrivons pas à imposer notre rythme, nous jouons trop lentement, et nous retombons dans nos travers, trop de dribble, pas assez de circulation de balle.

Nous arrivons à passer devant avant la mi-temps.

Dans la continuité de la fin de la 1ère, Le début du 3ème quart-temps est mieux, les filles mettent un peu plus d'intensité, ce qui se ressent au score on nous prenons un petit avantage.

Mais en défense, nous n'y sommes pas, on se retrouve souvent à défendre à 2 sur 1 joueuse, ce qui laisse de l'espace aux joueuses adverses pour prendre et mettre des shoots faciles.

Le 4ème quart-temps est similaire au 3ème, on met plus d'intensité, mais trop de dribble, le jeu collectif n'est pas forcément présent.

Victoire tout de même de 4 points 50 à 46.

Il va falloir retenir les leçons de ce match compliqué et corriger nos erreurs afin de s'en servir pour rebondir, retrouver la dynamique du début de championnat, pour se rassurer contre Quint le we prochain mais surtout avant d'affronter les équipes de haut de tableau.

Gwenn et Teddy

U17M1 : Ramonville 48 / ASTRO 78

Premier quart : 5 - 22 / Deuxième quart : 16 - 20 / Troisième quart : 11 - 16 / Quatrième quart : 16 - 20

Nous ne nous déplaçons qu'à 8, mais c'est avec une belle victoire que nous rentrons à la maison. Les garçons ont fait leur meilleure prestation jusqu'à présent, non pas en terme de score, mais de production sur le terrain.

Chacun d'entre eux a su se surpasser à un moment clé du match et surtout, mettre en œuvre une ou plusieurs de leurs compétences au sein du collectif. Un collectif qui d'ailleurs prime de plus en plus sur le parquet, et ça se ressent. Encore quelques individualités dans les mauvais timing mais il y a beaucoup de progression à ce niveau.

En nous concentrant sur la base de notre structure de jeu pour le moment, les garçons se trouvent plus facilement et sont capables de faire circuler le ballons sans trop de difficultés à présent. De magnifiques actions collectives ont pu se créer grâce à ça. C'est une fierté !!

Rien est joué, il faut encore tout donner.

Les grosses pistes de travail vont être les fautes inutiles (qui permettent à Ramonville d'aller sur la ligne de lancer-francs trop souvent). Et apprendre à jouer sous pression (stress).

Je terminerai par ma plus grosse fierté de ce match, le comportement de l'équipe.

Serrer la main de l'arbitre qui nous complimente sur le fait que les joueurs sont plus que respectueux, qu'ils sont humbles et qu'ils jouent basket, on ne peut pas rêver de mieux.

Etre capable de rester concentré sur notre but dans toutes situations est la base. Ne pas se laisser déstabiliser par l'arbitrage, qui n'est pas toujours en notre faveur, ou par un échec sur le terrain, est ce que j'essaie d'inculquer aux garçons. Ils n'ont pas mis des mois avant de le mettre en place.

Continuons de bosser dur aux entraînements les garçons, il faut se servir de ce genre de match pour bosser encore plus, car certains autres seront moins évident sur le terrain. Et merci de me faire confiance !!!

Chab

U15M2 : ASTRO 58 / St-Orens 40

La courte victoire sur Mazères, il y a 3 semaines à Mazères (35-45) a décomplexé les 8 joueurs présents ce jour là ; même si elle a été le fait d'un individu, elle permettait à 2 joueurs de débiter et signer leur premier panier. Hasard du calendrier ? Peut-être.

Samedi, il fallait donc confirmer face à CTC St Orens équipe ayant gagné son 1er match.

Le groupe fut mis face à ses responsabilités, avec un coaching de changements 5 pour 5 et un temps de jeu également réparti entre tous les joueurs. La force du groupe fut sa cohérence. Perdant 9-13, il fallait réagir : bloquer son partenaire, jouer sur nos qualités et faire les bons choix. Ils l'ont fait et ont réalisé un 2ème quart 18-8. La mi-temps permit à notre adversaire de résister 13-12. L'avance de 11 points acquise au dernier quart a permis de n'user d'aucun coaching changement-temps morts et continuer à dérouler 16-9. Au delà d'une confortable victoire 58-40, certains joueurs ont acquis de la confiance, d'autres confirment, mais nous avons aussi vu nos limites dans le jeu placé encore très brouillon.

C'est l'axe de travail jusqu'à Noël.

Pierre

U11M2 : ASTRO 22 - Pibrac 6 ; ASTRO 21 - Casselardit 7

Résumés pour les deux derniers matchs U11M2 (un peu de rattrapage...).

Après des débuts difficiles avant les vacances de la Toussaint, le jeu de notre 2e équipe de Poussins prend forme. La première victoire contre Launaguet a été suivie par deux autres victoires contre Pibrac et Casselardit. Dans les deux cas, la victoire a été acquise à l'avance car l'équipe adverse était en sous-effectif, mais les nôtres ont confirmé ce résultat en match. Contre Pibrac en particulier il y avait une très belle évolution dans le jeu rapide, occupation des corridors et passes vers l'avant. Les intentions étaient pareilles contre Casselardit, mais l'exécution globalement moins bonne face à un adversaire de niveau moins élevé. Nos matchs restent encore inégaux: des bonnes périodes de jeu alternent avec des moins bons passages, mais l'intention de jeu y est, et nous évoluons globalement dans une bonne direction. Continuez sur cette voie, et montrez-nous votre meilleur jeu de façon plus régulière!

Christian

Plateau U9 à domicile

Suite aux événements de Paris, le plateau du dimanche 15 n'avait pas pu avoir lieu pour nos U9. J'ai donc proposé aux 2 clubs initialement prévus de venir faire une session de rattrapage ce dimanche 22. Tournefeuille a rapidement confirmé sa participation mais Aussonne déjà engagé sur une autre manifestation n'a pas pu venir. Ce sont nos voisins de Launaguet qui ont gentiment pallié à ce désistement et je les en remercie encore.

Avant match idyllique : beaucoup de parents qui s'investissent pour la préparation des terrains, pour l'arbitrage et la tenue des feuilles de marque ... pour les joueurs, plutôt qu'une minute de silence, c'est très belle photo commune qui sera organisée en hommage aux victimes et personnes endeuillées.

Côté terrain nos 2 équipes de l'ASTRO, composée de joueurs plus confirmés, ont logiquement remporté leurs 2 matchs face aux visiteurs avant de se livrer une belle bataille finale ! Victoire des blancs ... de peu ! Vivement la revanche !

Mickael

SF3 : Lardenne 56 / ASTRO 72

Long silence radio du coach SF3 => Petits rappels

Après la victoire 28-52 contre Mirail-Tropik, auréolées de 3v sur 3m nous devons enchaîner un autre match à domicile contre les dernières : Aussonne. Notre adversaire composé de petites U20 nous a fait déjouer. Défaite 36-43

C'est vrai que l'équipe sans ces 2 intérieures Noushka et Delphine n'est plus la même. Un faux pas qui compromet la saison notre championnat se joue au meilleur de trois poules, les 1er de chaque poule certes mais surtout le meilleur 2ème ! à ce ranking nous sommes aujourd'hui 4ème à 2 longueurs de la marche.

Or donc il fallait battre Lardenne et leur grande intérieure, pour retrouver de la confiance et se remettre sur les rails.

16-21, 13-12, 16-16, 11-23, c'est un match très serré jusqu'à la 37ème minute qui a montré un collectif très soudé, des joueuses appliquées et solidaire avec une Valérie qui a sonné l'hallali au dernier quart 10pts. pour conclure 56-72. Meilleur score d'attaque de la saison, c'est encourageant. A nous le selfie !

Pierre



L'album-photos de l'ASTRO

L'hommage aux victimes de Paris par les U9 de Tournefeuille, de Launaguet et de l'ASTRO !



Les U15F1 autour de coach Junior



Les U20F à Lardenne



Les Loisirs 4 contre les Loisirs 5



Pour les apprentis cascadeurs ou les récidivistes

Voilà un petit article afin de donner quelques infos ou remettre quelques points au clair en cas de blessure.

1. Un seul numéro à contacter : le **15** ! En cas de doute même sur une blessure bénigne ne pas hésiter à appeler pour demander conseil.
2. Une trousse à pharmacie « de base » va être remise à chaque équipe. Il s'agit de ne pas en abuser pour les « micros bobos » ou à des fins autres que basketballistiques afin de ne pas être pris au dépourvu en cas de besoin réel... Un listing sera fourni avec cet équipement et nous vous expliquerons le fonctionnement de la trousse et de cette liste.

Il serait judicieux de connaître toutes les personnes formées aux premiers secours au sein du club. Pour cela j'invite **TOUTE PERSONNE AYANT DES COMPETENCES MEME DE BASE DANS LE SECOURISME A M'EN FAIRE PART** ! Pour cela un petit mail à lucie.etter@gmail.com sera parfait ! Il s'agit pour le moment d'effectuer uniquement un recensement.

Un grand merci d'avance !

Lucie

La rubrique décalée : « l'entre deux » !

Le premier « Entre Deux » : un duel de filles engagées qui ont occupé toutes les fonctions au club ou presque malgré leur jeune âge.

Mon nom	Aubailly	Redon
Mon prénom	Margaux	Rachel
Mon surnom	Gauxmar	Ralou
Mon âge	17 ans	18 ans !
A l'ASTRO, je suis...	Joueuse, Coach	Joueuse, Supportrice, Arbitre
Depuis quand ?	01/09/2014	21/07/1997
Si j'étais mon joueur ou ma joueuse préféré...	Stephen Curry pour ses shoots a 3pts et sa dextérité	Je serais ma super coach Elodie ;-)
Si j'étais recruté par mon équipe préférée...	Golden States Warriors	C'est déjà le cas !
Si j'étais un geste au basket...	Le shoot	Je serais la patte de chat
Si j'étais une qualité pour un joueur...	La vision du jeu	Je serais l'implication aux entraînements
Si j'étais à la place de l'arbitre...	Je sifflerai moins les contacts	Je serais patiente plus que je ne le suis déjà !
Si j'étais une nouvelle règle du jeu...	Le shoot à 4pts	Je serais la règle des 4 points marqués depuis la ligne médiane !
Si j'étais une musique pour faire gagner mon équipe...	Major lazer watch out for this	Je serais une playlist complète !
Si j'étais l'entraîneur de l'équipe de France...	Je laisserais du temps de jeu aux jeunes	L'équipe courrait à sa perte ...
Si j'étais un nouveau cri de guerre...		Je casserais les oreilles de tout le monde !
Si j'étais un lien vers ma vidéo de basket favorite...	lien	A défaut d'avoir trouvé une vidéo voilà une photo ...
Si j'étais président à la place du président...		Je serais totalement perdue avec toutes ces responsabilités
Si je proposais un "si j'étais"...	Si j'étais supporter	Si j'étais coach ...
Si j'étais mon meilleur moment basket...	Le titre de championne de France à Carcassonne contre Roanne Ou la victoire contre l'Aquitaine au tournoi interZone pour aller aux finales nationales à Fréjus	Je serais mon premier entraînement

La balle est montée très haut pour ce premier entre-deux ! Enthousiasme, implication, dynamisme, difficile de départager nos MVP du jour. Après une délibération des arbitres, la gagnante est...Marchel AUBADON...à moins que ça ne soit Ragaux REBAILLY ;-))

Pour un prochain affrontement au plus haut niveau, tous à vos claviers, les petits comme les grands ont rendez vous sur [ce lien](#)

Emeric

Le programme des prochains matchs

Date	Equipe	Niveau / Poule	Heure match	Domicile	Visiteurs	Gymnase	Adresse
Ven 27/11	SF3	D3 / C	20h30	ASTRO 3	TOAC	Soncourt	46, che Cassaing 31500 TLSE
	SG2	D3 / B	21h30	Ayguevives	ASTRO 2		
Sam 28/11	U9	Plateau 3	accueil à 10h	Pibrac 1 - ASTRO 1 - TOAC 1		Beauregard	6 rue Maurice Fonvieille à PIBRAC
	U11M1	Poule A	11h00	ASTRO 1	St-Gaudens	Arnauné	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE
	U11M2	Poule G	13h30	Aussonne 2	ASTRO 2	Collège	Rte de Merville à AUSSONNE
	U11F1	Poule B	12h30	Tournefeuille	ASTRO 1	M à Vent	à TOURNEFEUILLE
	U11F2	Poule E	9h30	ASTRO 2	OTB 2	Arnauné	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE
	U13M1	Niv 2 / A	13h00	ASTRO 1	Colomiers 2	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
	U13M2	Niv 2 / B	14h30	ASTRO 2	Cornebarrieu 2	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
	U13F1	Niv 1 / B	15h00	OTB	TMABC	Cantelauze	Che de Cantelauze à FONSORBES
	U13F2	Niv 3 / D	13h00	Fenouillet	ASTRO 2	Collège	à FENOUILLET
	U15M1	Q R / B	16h00	ASTRO 1	Lourdes	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
	U15M2	Niv 2 / A	14h00	ASTRO 2	St-Girons	Clg Lautrec	46, impasse Barthe 31200 TLSE
	U15F1	Q R / A	16h30	Montech	TMABC	Municipal	à MONTECH
	U17M1	Niv 2 / C	16h00	Castanet	ASTRO 1	Delherm	à CASTANET
	U17M2	Niv 3 / A	17h30	Castelmaurou	ASTRO 2		à CASTELMAUROU
	U20F	Div 1	18h00	TMABC	Vacquiers	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
Dim 29/11	U9	Plateau 3	accueil à 10h	ASTRO 2 et 3	Aussonne 2 - Cugnaux 3	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
	SF2	D1	13h30	TMABC 2	Fonsegrives		
	SF1	R1 / A	15h30	TMABC 1	Montech		
	SG1	D2 / A	17h30	ASTRO 1	Castelmaurou		

Le programme détaillé à domicile

Vendredi 27/11

- A **Soncourt** à 20h30 : Match des **SF3**.

Samedi 28/11

- A **Arnauné** à partir de 9h30 : Match des **U11F2** suivi de celui des **U11M1**.
- Au **lycée Lautrec** à partir de 13h : Matchs des **U13M1** suivi des **U13M2**, des **U15M1** et des **U20F**.
- Au **collège Lautrec** de 11h à 12h30 : Entraînement habituel des **U7**.
- Au **collège Lautrec** à 14h : Match des **U15M2**.

Dimanche 29/11

- Au **lycée Lautrec** à partir de 10h : Plateau des **U9**
- Au **lycée Lautrec** à partir de 13h30 : Match des **SF2** suivi des **SF1** puis des **SG1**.

Prochain Astrobulle le mercredi 02/12/2015