

ASTROBULLE

épisode 29
06/04/2016



ASTRO Basket Club

Siège : 42 av. Frédéric Estèbe

Gymnase : 26 impasse Barthe

31200 TOULOUSE

L'édito du Président

Pratiquer le basket autrement, l'encadrer autrement ...

La FFBB explore les pratiques nouvelles de notre sport :

- **3c3**, présent depuis 2012-2013, on ne le présente plus, il devient une discipline olympique. *Nous sommes peu impliqués sur cette activité, dommage !*
- **Le basket santé-loisir et le basket Entreprise.** => Nous avons choisi de développer cette activité au sein de la FSGT qui propose en base, une licence multisports, pour un cout moindre, et un encadrement plus performant. *Nous sommes leaders Toulouse et Hte Garonne et région.*
- **Basket Universitaire**, même s'il est encadré par la FFSU, nous aurions à gagner à développer la catégorie U20. S'il est vrai que nous perdons des licenciés à cause des études (soit qu'ils déménagent, soit qu'ils ne peuvent plus consacrer de temps) il faut savoir les intégrer de plusieurs manières :
 - En loisirs, la pratique y est moins contraignante (il en existe 4 au moins cette année)
 - Dans nos équipes U20
 - Enfin dans nos équipes Seniors

Nous pouvons faire beaucoup mieux

- **Basket Ecole** : cette pratique a totalement été récupérée par le comité qui se charge d'intervenir avec l'inspecteur d'académie directement dans les écoles.
- **Centre génération Basket** : ce sont des pépinières qui ont pour vocation de développer le basket, autour de structure (mjc, centre de Loisirs), d'évènementiel découverte (expos, foires, etc...)

Y'a quelque chose à travailler

Évidemment toute ces actions terrains ne sont et ne seront possibles qu'au travers d'une organisation béton. Il en va de la responsabilité des dirigeants.

C'est donc au niveau logistique administrative que nous devons devenir de plus en plus performants

- tant pour le développement de ces pratiques si besoin
- que pour l'encadrement de la pratique compétition qui est vorace en encadrement administratif et bénévoles.

La structuration du club devra faire face à 2 défis :

- celui de remplacer Micka dans ses fonctions de directeur sportif
- celui de consolider notre structure pour alléger le travail administratif des bénévoles les

plus impliqués

A la 1^{ère} nous répondrons partiellement par la mise en charge de nos salariés et de quelques entraîneurs sur des entités cohérentes : Ecole de basket, Formation Filles (U13F, U15F, U17F), Formation Garçons (U13M, U15M, U17M), Seniors Filles (U20F, SF1, SF2, SF3), Seniors Garçons (U20M (un souhait), SG1, SG2).

Micka est déjà au travail pour remplir cette dernière mission comme un bon passage de relais.

Vous découvrirez la grille de vos entraîneurs futurs lors de notre Assemblée Générale prévue le 04 Juin.

Gwen sera en animation de cette journée qui se vaudra festive et très sportive car nous devrions retrouver Arnauné - les deux salles comme au bon vieux temps !!

Pierre

Les derniers résultats et le mot du Directeur Sportif

Date	ASTRO TMABC	Adversaire	Résultats
Ven 01/04	SF3 1/2F aller	Muret 2	Défaite 61-53
Sam 02/04	U7	Colomiers Launaguet NET'S Bessières	Voir commentaires
	U11M1	Casselardit 1	Victoire 23-9
	U11M2	Frouzins	Défaite 20-12
	U11F1	Portet	Victoire 10-22
	U11F2	Castanet	Défaite 15-17
	U13M1	Aussonne	Victoire 42-37
	U13M2	Lardenne	Défaite 31-69
	U13F1	Colomiers	Défaite 60-25
	U13F2	Verfeil	Victoire 12-65
	U15M1	St-Gaudens	Défaite 46-14
	U15M2	Labarthe	Défaite 37-46
	U15F1	Rouergue	Défaite 73-43
	U17M1	Lardenne	Victoire 55-81
	U17M2	Tournefeuille	Défaite 44-48
U20F 1/4F aller	Carmaux	Défaite 70-58	
Dim 03/04	SF2	St-Lys	Victoire 62-51
	SF1	Castelmaurou	Victoire 49-63
	SG1	Gratentour	Défaite 72-70

Mes commentaires

Comme annoncé dans le numéro précédent, de nombreux résultats du week-end dernier allaient être décisifs dans les multiples courses au titre ! Malheureusement peu d'entre eux nous ont été favorables ...

Les **SF3** et les **U20F** reviennent de leur match aller de qualification avec des points de retard, respectivement 8 et 12 ... donc tout reste jouable pour les matchs retour de ce week-end.

Les **U13F1** et les **U15M1** sont nettement battus à l'extérieur : pour les premières c'est synonyme de rétrogradation à la 3^{ème} place et donc perte de l'avantage du terrain pour le futur quart de finale, pour les autres c'est tout simplement une élimination de la course aux play-offs.

La « pression » du résultat était forte aussi pour les **U17M2** à la recherche d'une première victoire ... c'est encore partie remise !

Heureusement il y a eu aussi quelques issues victorieuses : les **U11F1** et les **U13F2** ont facilement conservé leur invincibilité et pourront fêter leur titre samedi prochain à l'issue d'une dernière victoire peut-être ... ce ne sera pas chose si facile car leurs adversaires respectifs auront des arguments à faire valoir ... gare au relâchement !

Les **SF1** et les **SF2** ont signé deux succès très importants pour la course à la qualif !

Enfin le coup du week-end est à porter au crédit des **U17M1** qui sont allés ravir la 2^{nde} place de leur poule, synonyme de probable qualification directe pour les demi-finales, chez leur concurrent direct !

Mickael

SF3 : Demi-finale aller ... Muret 61 - ASTRO 53

Après notre dernier match raté du championnat contre le TMB 4, notre seul entraînement hebdo qui saute (Lundi de paques), on pouvait s'inquiéter du comportement des filles sur ce match.

Nous avons eu le plaisir d'aligner 10 joueuses motivées, 2 autres étaient en tribune.

Muret n'est 1ère par hasard. Cette équipe est drivée par un coach réactif dans la mise en place de principes de jeu appropriés, auquel on ajoutera des joueuses d'expériences dont certaines jouent en région.

Aucun assist. de notre part des SF2, pas besoin, notre effectif nous a même permis de pallier à trois absences, blessure, astreinte, etc...

10-13, 18-13, 19-9, 14-18

Notre premier quart démarrait bien, les nôtres sortant d'un échauffement plus sérieux on su canaliser les locales et se mettre en place tant en attaque qu'en défense, 7-7 avant que le banc n'entre en jeu et que nous entamions une série de 6 pts pour atteindre la pose 10-13.

Le plus dur semblait fait, sauf que Muret tout d'abord surpris a joué de ces atouts : adresse à plus de 7m (2 scud) et poste haut efficace. A cette phase délicate nous avons répondu avec de la vitesse de contre attaque bien menées, de l'adresse, et du jeu intérieur. Un rythme trop élevé 18-13 que nous n'avons pas pu suivre et qui laissait découvrir des failles dans notre défense. Retour au vestiaire 28-26 pour parler tactique.

Coté Astro la situation était claire, ce n'est pas le résultat qui importait, c'était l'écart à défendre coûte que coûte.

Muret en pressant nous a surpris au retour. De trop nombreux ballons perdus sur leur press propulse les locales à +12, 41-29. Résistance jusqu'à la fin du quart 47-35. Le dernier quart marquait une dernière offensive tout d'abord dans une meilleure attaque de la press, de l'adresse et dans une agressivité sur jeu placé. Muret fort de son avance cherchait les bons tirs et trouvait notre cercle. L'écart maxi fut atteint à la 34' +16 55-39. C'est Laura qui remis l'équipe sur les rails avec 3eme tir primé. Nos arrières et intérieures elles allaient au lancer francs. L'écart final a été réduit à 8 pts.

Ceci laisse un petit espoir pour le match retour. Nous avons appris et nous ne lâcherons rien

Pierre

U11F1 : Portet 10 / ASTRO 22

Cette victoire aura été le résultat d'une défense plutôt rigoureuse pendant 7 des 8 périodes: nous n'avons laissé que peu d'opportunités de shoots à l'adversaire (seulement 9 points encaissés sur l'ensemble du match), et nous avons récupéré beaucoup d'interceptions et de rebonds. En attaque notre opposition 2 arrive à convertir ses nombreuses occasions en jeu rapide. En opposition 1, nous aurions pu nous faciliter la vie avec moins de précipitation et plus de précision dans les passes et les tirs: trop souvent nous nous sommes privés des fruits de notre travail défensif en donnant le ballon à l'adversaire, ou en ratant des tirs soi-disant faciles. Mais une fois de plus les filles ont pris leurs responsabilités et montré de quoi elles sont capables sans Mila et Noée. Mention particulière à Lalla qui nous a fait un match particulièrement efficace, à Jérémy qui a compris qu'il faut bien soulever le ballon pour les tirs-en-course, et à Noah pour une excellente défense sur la Numéro 8 adverse.

Christian

Un match équilibré qui a vu la victoire de nos petits!!Un beau match qui sans doute était aussi beau à voir que à jouer. Belle défense de nos petits qui donna suite à un beau jeu rapide. Des tirs en courses ou lancés francs. Une exécution parfaite. Le score de Portet affichait uniquement des 0 parfois un 4 tandis qu' au score d'Astro il n'a pas fallu une minute pour augmenter!!! bravo nos petits U11F1. Cela était un match magnifique. Continuez sur cette voie!!!!

Hawa et Lalla

U17M1 : Lardenne 55 / ASTRO 81

Mais quelle victoire... Nous devons gagner le match de +6 (suite à notre défaite du match aller) mais le score finale sera de +26. Nous aurons beau dire que nous avons fait un non-match, en dépit du retour de vacances de Noël, du manque d'entraînement, d'un match à domicile mais qui s'est joué sur terrain neutre. Tout ça ne sont qu'excuses car tout simplement nous n'étions pas prêt. Les deux défaites (Pamiers et Lardenne), nous ont servi à percevoir différemment notre façon de jouer.

Effectivement, c'est « chouette » de rentrer le samedi et de dire qu'on a explosé le compteur, qu'on a mit 60 ou 100 points aux adversaires. Mais est-ce qu'avec ça on a réellement travailler nos points les moins

performants ? NON. Alors nous avons changé notre mentalité au retour des vacances d'hiver, lors du match contre Quint, ce qui nous permet de découvrir de nouveaux axes de travail sur jeu placé. Sans ça nous n'aurions pas été prêt non plus.

C'est donc avec un discours « jouons tous ensemble et ne faisons qu'un » que l'entame du match s'est faite, grâce à cela, c'est toute l'équipe qui a continuée sur cette belle dynamique. Malheureusement, au bout de 2'47, notre grand Ulysse C. s'est blessé à la cheville et impossible pour lui de continuer. Et pourtant, il a tout de même fait l'effort, alors qu'il était à se tordre de douleur au sol, de revenir en attaque pour s'imposer face à son défenseur et marquer son seul et unique panier. Un bel exemple de détermination qui a boosté tout le groupe dans cette même détermination. Aussi Marius B. traîne une cheville mal en point mais s'est également donné toute la 1^{ère} mi-temps. Grâce à l'avance que nous avons au 3^{ème} quart, je pris donc la décision de le laisser sur le banc pour le préserver de sa blessure.

Bravo les gars pour votre détermination.

L'équipe a été capable de mettre les qualités et compétences de chacun au profit du collectif. Notre sévère défaite contre Pamiers et le discours de fin de match a été compris de tous. Je rappelle que le plus important n'est pas de marquer des paniers à tout pris, mais plutôt de se dire « Qu'est-ce que je suis capable de faire qui pourrait apporter une plus value au groupe ? ». Une fois qu'on se concentre sur ce que l'on peut apporter (défense collective ou individuelle, rebond, passes etc..), tout le reste suit, et généralement les paniers aussi.

En terme de compréhension et application des consignes, investissement des joueurs au sein du collectif, confiance et réussites, nous avons fournis notre plus belle performance. C'est tout simplement le fruit du travail, du sérieux, de l'assiduité de chacun. Et c'est là, que je vois la progression de chacun durant cette saison. Je ne pense pas me tromper en disant que ces garçons ont muris sur le plan basket mais aussi humain.

Merci :D !

Et un grand merci aux parents qui nous ont suivi tout au long de la saison et à tous ceux qui n'ont pas forcément pu se libérer avant mais qui ont trouvé le temps de venir pour ce match décisif. Votre soutien nous a beaucoup aidé.

Gwen

Commentaire de Guillaume :

14H30 à Lardenne, l'équation est simple, les cadets doivent gagner avec une meilleure différence de points qu'au match Aller.

Le 9/01/2016, les cadets de l'Astro Basket Club 1 se sont inclinés à domicile 63 à 69 contre le Toulouse Lardenne Basket.

Ce match retour, toute l'équipe en parle dans la mesure où une victoire avec plus de 6 points, permettrait de se hisser à la seconde place à égalité avec Lardenne mais avec une meilleure différence de points. Et en fin de saison ce championnat U17 Niveau 2 permettra aux premiers de chaque poule et au meilleur deuxième de ces 3 poules de s'affronter pour la dernière ligne droite.

Un faux pas n'est pas permis lors de cette 13^{ème} et avant dernière journée, et c'est au pas de course que nos 10 cadets sur-motivés ont attaqué la partie.

Pierre T. a vite fait comprendre à l'adversaire la motivation du groupe en s'imposant sous les paniers et en inscrivant les premiers paniers.

L'organisation se met en place, Gwen s'assure de la mise en place du jeu et du respect des consignes. Chacun est super attentif et discipliné, et l'engagement des 10 acteurs à la hauteur de l'enjeu. Ulysse C. se blesse sous le panier après 2'47" de jeu et doit rejoindre le banc de touche.

Il ne reviendra pas lors de cette partie mais nous comptons sur lui pour les prochains matchs.

Fin du 1^{er} quart-temps, 3 points d'avance pour nous, 20 à 17 et toute l'équipe serre la défense. L'adversaire a de bonnes individualités et garde le contact.

Un début de 2^{ème} quart en fanfare de Raphaël D. qui se rebelle et ajuste ses tirs. Paul S. (2) et Louis B. (1) ajustent dans ce quart-temps les seuls 3 points de la partie. Résultat 34 à 47 à la mi-temps. L'Astro de détache.

Deuxième mi-temps, après une reprise timide (8-11) l'Astro fait la différence dans le quatrième quart-temps (13-23) par une domination indiscutée pour porter le score final à 55 à 81 soit 26 points d'avance.

Il faut confirmer sur le dernier match de poule pour assurer cette deuxième place et accrocher la place de meilleur 2^{ème} des 3 poules.

Nous comptons sur nos jeunes.

Il faut noter une grande solidarité au niveau de l'équipe, une défense solide, les précieuses récupérations de balles de Rodrigue H. souvent concrétisées, la construction du jeu avec Marius B., Paul S., Gaëtan K. et

Toutes les infos sur www.astrobasket.net

Louis B. et de magnifiques concrétisations d'Adrien C. et Grégoire M. qui ont réussi à transpercer la défense adverse. Pierre T a réussi un très bon match, talonné par Raphaël D. qui a tous les deux ont fait un très bon scoring.

Mais si vous observez la photo, vous verrez l'effet basket, 11 sourires suite à une victoire bien méritée, résultat lié au sérieux et à la bonne humeur du groupe. Merci Gwen pour leurs progrès et l'esprit de l'équipe, et aux fans de ce groupe qui ont supportés en déplacement cette équipe attachante. " Allez l'ASTRO "

Guillaume

Réaction spontanée d'Ulysse (joueur blessé à 2'47) :

Ce match était vraiment un régal à regarder. Vu du banc, les plus par des actions ont été bien construites et concrètes. Ca a été l'un des plus beaux matchs que l'on est livré depuis le début de la saison.

Ulysse



U13F2 : Verfeil 12 / ASTRO 65

Ce weekend, victoire des u13f2 contre verfeuil. Notre avant dernier match s'est très bien déroulé. Malgré le faible niveau des joueuses en face, lastro à gérer ce match avec classe, et surtout en équipe. Elles ont enchaîné les belles actions que ce soit offensivement et défensivement. Après avoir remporté ce match 65 à 12, toute l'équipe est déterminée pour vaincre vacquier afin de faire une saison sans défaite et remporter le niveau 3. Nous comptons sur un maximum de supporters pour venir nous encourager lors de notre dernier match.

Marie et Clemence

SF1 : Castelmaurou 49 / TMABC 63

10-17, 12-14, 16-16, 11-16.

Le match aurait pu être parfait s'il avait été joué à 10 et non 9 et demi.

La victoire certes est importante, car elle conforte notre place de 3ème - synonyme de play-off, mais elle est encore un exercice de plus contre une équipe affûtée à l'intérieur et un rodage supplémentaire pour le coach. L'écart fut vite fait par notre cinq majeur +6 14- 8 et nous avons mis l'équipe en résistance avec le banc, pour voir. Tactiquement l'adversaire essayait d'exploiter des failles dans notre défense, surtout par des tirs extérieurs avec des systèmes lisibles. Nous les avons canalisés et le banc a bien résisté.

Une dernière accélération avec Margaux et Chabou a conforté notre avance pour la porter à +9 à la pause.

Le banc a fait l'ouverture de cette deuxième mi-temps afin de donner confiance à toutes. Il y avait besoin de faire corps car les locales trouvaient à nouveau des failles tant à l'extérieur qu'à l'intérieur. Pression sur le terrain et excitation sur le banc des locales sanctionnée par une technique transformée. A +5 et sous pression, nous avons bien réagi pour retrouver notre écart de la mi-temps grâce à

4 joueuses à la réalisation, Gwen 6, Morgane 4, Marie 5.

Toutes les infos sur www.astrobasket.net

A l'attaque du dernier quart en alignant des joueuses sereines et fraîches nous avons pu accroître notre avantage à +15 à la 35'. Avec une défense qui s'est ajusté au jeu intérieur, un rebond def mieux organisé, nous avons pu terminer ce mano à mano relâchées face à des locales usées et frustrées de leur maladresse et d'un jeu intérieur finalement muselé.

Une prestation sérieuse, face à une équipe qui joue son maintien.

Rendez-vous pour le prochain match que le groupe à cœur de ne pas perdre.

Nous vous promettons de la combativité, les deux équipes ayant un ticket play-off à jouer.

Pierre

U11M2 : Frouzins 20 / ASTRO 12

Nous avons raté beaucoup de passes, beaucoup étaient trop hautes. Nous avons aussi raté beaucoup de paniers mais il y avait une super ambiance dans le gymnase.

Antonin (joueur)

Un simulacre de basket ... rien à rajouter !

Stéphane (coach)

U11F2 : ASTRO 15 / Castanet 17

Courte défaite face à Castanet pour l'équipe U11F2 constituée d'Aya, Cheryl, Elisa, Issra, Noyo en opposition 2 et de Gabrielle, Hadrien, Ilyana, Kalian, Lucile, en opposition 1. On peut faire deux lectures possibles de ce match. Côté positif, en attaque, on commence à mesurer l'effet des entraînements sur le jeu rapide. Les intentions et attitudes sont bonnes pour la plupart, même si on se fait encore piquer pas mal de balles sur des dribbles superflus et si on manque de réussite dans nos tirs en bout de courses. En défense aussi, sur de courtes séquences, les deux oppositions ont su montrer qu'elles sont capables de mettre la pression sur l'adversaire.

Cependant, il y a un versant négatif et c'est un de nos problèmes récurrents : nous manquons de constance dans l'intensité du jeu et la concentration nous fait trop souvent défaut. Pas moins de trois actions de "contre attaque" ont été menées (avec succès, argh !) contre notre propre camp. Ce genre de scène est drôle en début de championnat mais à la fin de celui-ci, j'avoue n'avoir pas ri et je pense que cela trahit un manque de concentration. Autre illustration : au début de chaque quart temps, j'ai pris soin de distribuer à chacune l'adversaire sur laquelle défendre et pourtant on constate toujours au début un désordre dans la défense, tout le monde défendant sur tout le monde ou même sur personne. Ce désordre nous coûte cher car il permet à l'adversaire d'enranger des paniers faciles.

Pourtant, comme en témoignent les fins des deux derniers quart-temps de chacune des oppositions, ce groupe sait se montrer sérieux, appliqué et quand c'est le cas, on gagne ! Cela rend cette courte défaite d'autant plus frustrante ! Franchement l'adversaire du jour était à notre portée.

Plus qu'un match en championnat ! D'ores et déjà, l'objectif sera de maintenir un bon niveau de jeu tout le long du match et d'éviter les baisses de régime !

Emmanuel (coach)

SG1 : Gratentour 72 / ASTRO 70

Score par quart temps : 12-19 / 17-9 / 27-22 / 16-20

Absolument aucune envie de commenter notre prestation tant nous avons été mauvais. Pour résumé, c'était un duel entre des locaux en lutte pour le maintien et une autre, théoriquement supérieure, qui était en visite touristique et qui s'est regardé jouer !

J'espère que pour notre dernier match à domicile dimanche, devant nos supporters, nous saurons offrir un meilleur visage !

Du coup je vais profiter de l'occasion pour rendre hommage à deux membres importants de l'équipe.

Il y a tout d'abord notre maman à tous, Michèle, qui suit l'équipe depuis 3 ans maintenant et qui a du souvent faire preuve de beaucoup de courage et de patience pour nous supporter (dans tous les sens du terme) Heureusement elle a aussi eu droit à des moments inoubliables, entre matchs spectaculaires, résultats inattendus et surtout, à presque chaque match, les désormais célèbres actions improbables du fiston Lucas, dit le boucher ... passe décisive à l'adversaire, contre sur ses propres coéquipiers, tir en course réussi à 1 contre 0 (et oui il n'y a pas que du négatif !) ... il ne nous aura rien épargné cette saison encore !

Enfin, c'est ma 7ème saison comme joueur SG à l'ASTRO et la 7ème que je joue avec Christophe, qui, malgré les années (comme chaque saison il est le seul plus vieux que moi, ne t'arrête pas Chris !!!) tient toujours amplement sa place ... et pourtant la concurrence est féroce ... et jeune ! Cette saison ce n'est nul autre que son fils Valentin qui, à 17 ans, a intégré l'équipe et tente de le pousser vers la retraite ... mais

notre jeune padawan a encore du chemin à faire ! Pour preuve l'action de ce lundi à l'entraînement où Valentin, après plusieurs feintes pour se défaire du marquage paternel, s'est soudain élané balle en mains vers le panier afin de conclure une magnifique action ... mais non ... c'était sans compter sur les inépuisables ressources du padre ... plutôt que de rencontrer le cercle, le ballon a été violemment repoussé hors des limites du terrain, grâce à un des plus beau contre que je n'ai jamais vu (et pourtant, j'en ai vu quelques-uns !) ... rude apprentissage !!! Courage Valentin ! Je te souhaite la même longévité que celle de ton "maître" !!!

Mickael

U7 : Plateau à domicile

Pour la deuxième fois cette saison, nous accueillons le plateau U7 débutant. Etaient invités Bessière, Colomiers, Launaguet et le Net's.

La joie et la bonne humeur ont primé ce matin. Nous avons débuté les activités en tant et en heure. Notre équipe était quasi complète et nous n'avons pas eu de retardataire. L'info était donc bien passée, super !

Pendant 1 heure, nos jeunes basketteurs en herbes ont pu se dépenser comme s'était prévu. Après toutes ces courses et ces cris, temps calme oblige, sinon les petits loups seraient excités jusqu'au soir.

Petite photo de groupe, goûter et hop, le tour est joué.

Merci à Pierre d'avoir pris le temps de venir m'épauler dans ce grand événement qui réunit environs 50 babys (se qui comprends 1 ballon par joueurs + les parents autour) au collège.

Merci également aux parents de l'équipe de m'avoir aidé pour la mise en place, la gestion du café durant l'activité ainsi que pour le rangement.

Gwen

U13M2 : ASTRO 31 / Lardenne 62

Avec 9 joueurs sur la feuille, nous étions parti sur de bonnes bases, à part que nous avons été cueilli à froid d'une manière qui interroge. 2-24, 10-16, 9-16, 10-13

Une manière d'expliquer ce scénario - nous en avons discuté avec le coach adverse - Lardenne s'entraîne à 15 et joue à 10. Participer au match se gagne ! La densité de leur entraînement doit s'en ressentir.

Nos garçons se sont réveillés et ont pris une grêle de balles orange sur la tête. 2-24 très inquiétant pour la suite ! D'autant que tous les joueurs avaient fait leur rentrée !

Face à cette équipe très rapide, il fallait surtout défendre c-a-d. s'investir dans les contestations de passes, et les replis défensifs. Nos joueurs ne pratiquent la défense sérieusement que lors des matchs faute d'effectif aux entraînements et de pouvoir y mettre de la densité. Même si la pression a légèrement été relâchée par Lardenne qui a pratiqué une défense demi terrain, nos garçons ont fini honorablement en marquant 29pts sur les 3 autres quart temps.

Seulement 6/9 garçons ont pu marquer, alors 9/10 à Lardenne. On se satisfera d'une légère progression offensive 18-62 lors du match aller !

Pierre

U13M1 : ASTRO 42 / Aussonne 37

Nos garçons U13 M1 étaient motivés pour recevoir AUSSONNE ce samedi, galvanisés par leur victoire contre le TOAC la semaine précédente.

Cette motivation c'est vue sur le terrain avec les côtés positifs et négatifs que la hardiesse de la jeunesse engendre.

Pour le positif, une attaque de plus en plus structurée, qui sait se mettre en place sans perdre en vitesse d'exécution. Quel plaisir de voir croiser, enchaîner leurs duels tout en sachant ressortir lorsque ça ne passe pas et rentrer à nouveau dans la raquette. Conséquence, la défense adverse a eu du mal à tenir son marquage et les paniers rentrent. Pas besoin de tirer à distance avec le taux d'échec que ça implique. A ce jeu Paolo (injustement oublié lors du commentaire précédent) a montré son punch et les progrès qu'il réalisé depuis le début de la saison en 1 contre 1. Adrien commence à avoir de la concurrence au scoring !

Pour le négatif, cet enthousiasme c'est traduit par une défense un peu brouillonne avec des gestes inutiles pour jouer le ballon plutôt que le joueur, entraînant des fautes faciles. AUSSONNE avait amené deux tours de contrôles qui ont donné du fil à retordre à nos benjamins qui sur le coup avait plutôt l'air de poussins. A la mi-temps Gautier cumule déjà 3 fautes et sortira en début de 3^e quart avec 5 fautes, privant ses coéquipiers de son gabarit pour le run final. Heureusement, il en faut plus à Antonin et consorts pour baisser les bras. Finalement ils tiennent le score et l'emportent 42 à 37.

Domage que le déclin sur l'utilité en match du travail fait à l'entraînement ne soit pas venu plus tôt dans la saison car quand je les vois jouer comme ça depuis 2 mois, j'ai quelques regrets pour les matchs perdus en début de saison, notamment contre COLOMIERS. Il reste encore un match à jouer à LAUNAGUET, mieux classé pour finir la saison en beauté.

Emeric

Du côté des loisirs

Le basket à l'Astro, 7 jours sur 7. Ce lundi, les loisirs 4 (pour les non initiés, parmi les 5 sections « basket loisirs », c'est celle de ceux qui savent écrire ;-) affrontaient en Coupe de Printemps, l'équipe des LOUKI LOUK évoluant deux divisions au-dessus.

Dans ce genre de compétition, nous avons l'habitude de prendre quelques bonnes raclées mais il en faut plus pour nous enlever le plaisir de jouer. Ces matchs sont aussi l'occasion de tester nos capacités en défense et accessoirement en attaque contre des bons joueurs souvent habitués à jouer ensemble.

Avec 10 bleus chez nous et 9 blancs chez eux, les bancs sont équilibrés, mais comme à chaque match nous remportons la palme de la féminité grâce à Camille, Sara et Manon. J'ai profité de la proximité du gymnase pour amener Gautier (U13) et Martin (U15) en supporters et accessoirement OTM et arbitre de touche. Seul bémol à cette belle soirée basket, nous n'avons pas d'arbitre, il va donc falloir s'auto-arbitrer...

Le 1^{er} quart fait office de round d'observation et s'achève par un petit 8-9 pour LOUKI LOUK. Un peu surpris, nous sentons que finalement cette équipe est à notre portée. Dès le début du 2^e quart temps, le match s'emballe. Théo nous fait un 100% aux lancers francs, Romain et Charly scorent par deux fois. C'est l'infatigable Nicolas, notre sapeur bondissant, qui fait la différence avec 10 points au compteur. A la pause, nous avons 5 points d'avance malgré un superbe « smartphone buzzer beater » du 7 blanc, le score affichant un 35-30 qui perturbe nos adversaires. Pertubés, ils le sont encore plus lorsque nous incrémentons notre compteur des 10 points de bonification accordés à l'équipe de deux poules inférieures. Ca repart avec 45-30 pour l'Astro. LOUKI LOUK nous sort une défense individuelle qui porte rapidement ses fruits et qui a pour conséquence de durcir le jeu et d'échauffer les esprits. L'auto-arbitrage trouve ses limites mais il y a toujours des esprits sages sur le terrain pour rappeler la vraie raison de notre présence ici : le plaisir de jouer à la balle rouge. Le quart s'achève en notre faveur sur un 54-41 fébrile. Le dernier quart va nous paraître très long, trop long. Les fautes bleues s'accumulent entraînant pas moins de 6 points sur la ligne de réparation. Leurs numéros 8 et 9 trouvent le cercle (parfois avec 3 appuis...je sais c'est petit de ma part, je ne devrais pas mais ça fait du bien). Coté Astro, on se fait bousculer au propre comme au figuré. Nos filles valsent, heureusement Sara plante un 3 points qui vaut 4 au féminin, Théo lave l'affront physique qui lui est fait en inscrivant deux beaux paniers coup sur coup. Il reste une poignée de seconde, la table annonce 62-61 pour l'Astro quand, dégainant plus vite que son ombre, le 8 nous assène un tir primé assassin. 62-64 ! Nicolas sonne la charge toute barbe dehors, égalise 64-64. Les blancs attaquent...et c'est la faute bleue, cruelle, vaine mais ô combien humaine (Rémi on t'aime quand même tu sais), au milieu du terrain à 1 seconde de la fin, poussée par l'envie de se battre jusqu'au bout. Quel suspense, quel sport ! Nous sommes à 5 fautes d'équipe, c'est la balle de match au lancer-franc...le premier est raté...le second rentre. 64-65, temps mort bleu, 1 seconde de jeu à exploiter, une éternité, ça shoote, c'est manqué. Nous nous inclinons 64-65 face à des LOUKI LOUK qui ont su se reprendre et gagner la partie.

Certes il a failli y avoir des baffes, mais pas de raclées ce soir. Passant de Morris à Uderzo, nous nous réconcilions autour d'un banquet improvisé de bières et de chips.

Je rentre à la maison en refaisant le match avec mes deux garçons qui se sont bien pris au jeu eux aussi, loin de se douter que les matchs de loisirs étaient aussi trépidants.

Camille ne m'en voudra pas de lui laisser le dernier mot volé sur notre groupe FB...et vous dévoiler notre cri de guerre « ...je prends toujours autant de plaisir à jouer avec l'Astro et c'est bien ça le basket ! APERO BIERES BIERES BIERES »

Emeric

Le programme des prochains matchs de l'ASTRO BC

Date	ASTRO TMABC	Adversaire	Heure match	Gymnase	Adresse
Ven 08/04	SF3 1/2F retour	Muret 2	20h30	Soncourt	46, che Cassaing 31500 TLSE
Sam 09/04	U9 sam	Villemur - Brax 2 - Blagnac 2	accueil 12h00	Collège	rue Urbains Vignères à VILLEMUR
	U11M1	OTB 1	13h00	Cantelauze	Che de Cantelauze à FONSORBES
	U11M2	Aussonne 1	9h30	Arnauné	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE
	U11F1	Colomiers	11h00	Arnauné	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE
	U11F2	Lardenne	10h00	La Cépière	323 rte de St-Simon 31100 TLSE
	U13M1	Launaguet 2	16h30	La Palanque	Che de la Palanque à LAUNAGUET
	U13M2	Noé 1	13h15	Abbal	15 rte de Marquefave à CARBONNE
	U13F1	Cornebarrieu	13h00	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
	U13F2	Vacquiers 2	14h30	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
	U15M1	St-Lys	17h30	Cosec	Che de Pillore à ST-LYS
	U15M2	Fonsegrives	17h30		Rue des coteaux à FONSEGRIVES
	U15F1	Lavaur	16h00	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
	U15F2	Ramonville	13h00	Clg Lautrec	46, impasse Barthe 31200 TLSE
	U17M1	Cugnaux 2	14h30	Clg Lautrec	46, impasse Barthe 31200 TLSE
	U17M2	Colomiers 2	14h00	Piquemal	15 rue A. de Vigny à COLOMIERS
	Dim 10/04	U20F 1/4F retour	Carmaux	18h00	Lycée Lautrec
SF2		Lézat	19h00	G. Pédoussaut	Rte de Castagnac à LEZAT
U9 dim		Bessièrès 1 - Cugnaux 1	accueil 10h	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
	SF1	Cornebarrieu	15h30	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
	SG1	Launaguet 2	13h30	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE

En détails à domicile :

Vendredi 08/04

- à Soncourt à 20h30 : demi-finale retour des SF3.

Samedi 09/04

- A Arnauné à partir de 9h30 : Matchs des U11M2 suivi des U11F1.
- Au collège Lautrec à partir de 11h : Entraînement habituel des U7.
- Au lycée Lautrec à partir de 13h : Matchs des U13F1, des U13F2, des U15F1 et des U20F.
- Au collège Lautrec à partir de 13h : Matchs des U15F2 et des U17M1.

Dimanche 10/04

- Au lycée Lautrec à partir de 10h : Dernier plateau U9 (pas d'entraînement le samedi matin).
- Au lycée Lautrec à partir de 13h30 : Matchs des SG1 suivi des SF1.

Appel à tous les supporters

Venez très nombreux soutenir nos équipes ce week-end : les SF3 et les U20F auront particulièrement besoin de vous pour remonter les écarts de respectivement 8 et 12 points concédés aux matchs aller.

Pour les catégories U9, U11, U13 et U17 ce sera le dernier match de championnat. Les U11F1 et les U13F2 seront à domicile pour fêter leur titre et tenter de préserver une dernière fois leur invincibilité !

Samedi les SF2 à l'extérieur joueront encore un match décisif (chez le 2^{ème}) et dimanche les SG1 livreront leur dernière bataille à domicile en lever de rideau des SF1 qui, elles aussi, auront un match capital pour la qualification face à un concurrent direct.

Prochain Astrobulle le mercredi 13/04/2016

Toutes les infos sur www.astrobasket.net