

ASTROBULLE

épisode 14
03/12/2014



ASTRO Basket Club

Siège : 42 av. Frédéric Estèbe

Gymnase : 26 impasse Barthe

31200 TOULOUSE

Pour recevoir cette gazette directement dans votre messagerie tous les mercredis, écrivez-nous et pensez à déclarer l'adresse mail astrobulle@astrobasket.net comme fiable dans votre anti-spam !

L'édito du Président : La section Loisir au travers d'un questions-réponses avec Ali, membre d'une équipe "Loisir"

Ali : - pourquoi n'y a-t-il pas d'infos dans l'Astrobulle sur la section loisirs adultes ?

C'est vrai qu'il est un peu de notre faute, Antoine et moi, de ne pas assez rapporter les faits héroïques de notre section Loisirs. Nous sortons pour notre part tout juste des licences et nous avons lancé les équipes dans la compétition.

La communication en Loisirs utilise d'autres canaux de communication - mails list, blogs (Astronauts), documents partagés sur le cloud, mais l'Astrobulle vous ouvre les bras. Antoine va mobiliser les équipes sur la communication et nous pouvons nous attendre à une saga, car coté Loisir les matchs réveillent les vieux "démons" de la championnate !

Ali : ..., nous n'appartenons pas au club peut être... ?

La section Loisirs répond à notre objet social :

- apprentissage du basket.
- promotion et développement du basket.

Je me souviens il y a 14 ans quand nous avons créé l'asso et rédigé les statuts avec Fred, j'étais fixé sur le premier objet et Fred a tenu à l'enrichir en ouvrant cette porte - 2 objet. Depuis, de la création de l'école de mini-basket à aujourd'hui, le club a grossi et va compter environ 400 adhérents dont **83 en Loisirs**.

Au départ (2ème année) la section Loisir rassemblait des entraîneurs et dirigeants parents d'enfants qui voulaient jouer. D'entraînements, nous sommes passés à une adhésion à la FSGT, avec la participation à un championnat, et des amis sont venus nous rejoindre.

J'arrête là l'historique, la section Loisir connaît un grand succès que j'explique par notre très bonne figuration dans les moteurs de recherche. Sa vocation est aujourd'hui triple

- permettre au Toulousains de tous horizons de pratiquer le basket
- permettre la pratique "Loisirs" (une fois par semaine si je peux, quand je peux on évite le slogan avec vouloir) et la tolérer sinon l'admettre.
- promouvoir le sport Santé et Féminin

Personnellement je m'occupe des Loisirs 4 (groupe riche de 31 individus). Un groupe pépinière qui découvre ou se remet au basket. Je reparlerai de ce groupe prochainement. Mon investissement est à minima d'un entraînement dirigé par semaine et quelques coachings. En conclusion : **Le (les) Loisir(s) on aime et on donne !**

Merci pour ces questions Ali, elles nous donnent l'occasion de rebondir

Pierre

L'édito du Directeur Sportif

Dernièrement : 8 victoires pour 4 défaites, dont ...

- Les SF1 qui remportent l'affiche du week-end et se hissent ainsi seules à la première place de leur championnat !
- Les U11F qui voient leur série d'invincibilité finalement s'arrêter à 15 matchs ... qui fera mieux ?!!!
- Les SG2 qui perdent sur un shoot au buzzer ! Comme à la télé !!!
- Les SG1 qui passent la barre des 100 points (et c'est pour Christophe la tournée !)
- Les U15F1 qui signent l'écart du week-end en s'imposant de 30 points à l'extérieur !

Prochainement : 20 matchs au programme ce week-end (pas d'exempt !) dont 10 à domicile.

L'occasion de rappeler quelques conseils pour le bon déroulement du samedi après-midi aux gymnases du lycée et du collège Lautrec : les matchs doivent démarrer aux horaires indiqués, aussi, il est de la responsabilité de tous les acteurs (joueurs, coaches, arbitres et otm) de prendre ses dispositions pour bien gérer les avant-matchs ... l'expérience des dernières semaines montre que du retard est régulièrement pris et les dernières rencontres de l'après-midi débutent parfois avec plus d'une heure et demi de décalage sur l'horaire initial !

Les bons réflexes à avoir pour les joueurs : être en avance sur le rdv fixé par les coaches, ne pas traîner dans les vestiaires pour se mettre en tenue, être concentré dès le début de l'échauffement qui peut commencer hors terrain pendant que le match précédent se termine.

Pour les coaches : présenter sur papier libre (à préparer à l'avance c'est l'idéal) la liste des joueurs qui participeront au match dès la mi-temps du match précédent. Pour les rencontres gérées par E-marque cette liste doit juste comporter les nom, prénom et n° de maillot des joueurs (dans l'ordre de préférence !). Pour les matchs sans E-marque il est préférable d'y ajouter les numéros de licence. Dix minutes avant le début de la rencontre les arbitres vous demandent de venir préciser au marqueur quels seront les joueurs qui débiteront le match et vous devez signer la feuille ... c'est l'occasion de vérifier que tous les joueurs prévus sont bien inscrits (il suffit de compter jusqu'à 10 ... parfois moins !).

Et que les meilleurs gagnent ...

Mickael

Les derniers résultats FFBB

Date	Equipe	Niveau / Poule	Heure match	Domicile	Visiteurs	Résultats
Sam 29/11	U11M2	Poule J	9h30	ASTRO 2	Bruguières 2	Victoire 6-2
	U11M1	Poule B	11h00	ASTRO 1	St-Orens 1	Défaite 2-6
	U11M3	Poule K	16h00	O.T.B. 3	ASTRO 3	Victoire 2-6
	U11F	Poule A	12h30	O.T.B. 1	ASTRO	Défaite 6-2
	U15F1	Région Q2	14h00	St-Orens	TMABC 1	Victoire 36-66
	U17M1	Niv 2 / B	13h00	Launaguet	ASTRO 1	Victoire 46-71
	U17F	Top 10	14h30	TMABC	Cornebarrieu	Victoire 68-45
	SG1	D1	21h00	Frouzins	ASTRO 1	Victoire 82-104
Dim 30/11	SF3	D3 / C	14h30	Aussonne	ASTRO 3	Victoire 56-58
	SF2	D1	15h30	Pibrac	TMABC 2	Défaite 67-62
	SF1	R2 / A	15h30	TMABC 1	Eaunes	Victoire 84-66
	SG2	D2 / B	15h30	Blagnac	ASTRO 2	Défaite 69-67

Toutes les infos sur www.astrobasket.net

U11F : OTB 6 / ASTRO 2

Opposition 1: 41-13, Opposition 2: 25-16

Notre première défaite en 2014 - notre petite série s'arrête donc à 15. Tout d'abord je tiens à féliciter toutes les filles qui y ont contribué depuis le début de l'année y compris celles qui entre-temps ne sont plus en Poussines. Vous pouvez être fières de cette réussite qui n'était pas du tout évidente, et qui montre les énormes progrès que vous avez faits au basket depuis l'année dernière pour certaines, depuis le début de la saison pour les anciennes mini-Poussines et les débutantes.

La faute à Mickael qui nous aurait porté malchance avec la dernière Astrobulle ? Non, l'histoire de ce match est vite racontée : l'autre équipe est plus âgée, a déjà beaucoup plus d'expérience au basket que nous, et se montre beaucoup plus efficace dans ses actions. En face, il y a 8 filles qui faisaient déjà partie de l'équipe qui l'année dernière était 3e au niveau départemental, alors que de notre côté 6 filles sont des poussines de 1ère année et Luna vient de débiter cette année.

On voulait leur tendre un piège en opposition 2 pour pouvoir jouer les prolongations. Pari à moitié réussi puisqu'on mène à la mi-temps (10-9) derrière un très bon effort en défense, quelques contre-attaques bien placées, et une volonté d'enfer de ne rien lâcher à l'adversaire. En 2e mi-temps OTB passe devant avec les accélérations d'une petite gauchère qu'on n'arrive plus à contenir. La fatigue commence à se faire remarquer, et nous n'avons simplement pas les moyens de réagir - on rate trop de tirs, les pas ralentissent et on n'arrive plus à contenir toutes les contre-attaques adverses. Mais bravo à Luna, Julia, Lili et Lou de s'être battues jusqu'à la fin du match.

C'était beaucoup plus difficile en opposition 1. Trois filles grandes et très habiles nous donnent du fil à retordre. Les filles se donnent à fonds, mais trop souvent ne voient pas les fruits de leur travail défensif, puisque nous perdons les rebonds, ni de leur travail offensif puisque nous n'arrivons pas à finir avec succès nos contre-attaques. En plus, l'adversaire déroule un très beau jeu collectif avec des coupes au panier et des passe-et-va et trouve des solutions en jeu demi-terrain auxquelles les nôtres ne sont pas encore habituées. Mais bravo aussi à Juliette, Mila, Noée, Noah, et Lola, qui se sont données à fonds sur chaque possession - pour une fois le score ne reflète pas très bien l'effort que vous avez donné sur le terrain, mais plutôt notre manque d'expérience et d'efficacité face à une équipe beaucoup plus avancée.

Et même si c'était nettement plus dur aujourd'hui, ce match nous fera progresser plus que les oppositions trop facilement gagnées. Cela devrait aussi nous motiver pour continuer à travailler aux entraînements, rebondir dans les deux matchs qui nous restent avant Noël, et espérer de réduire l'écart la prochaine fois qu'on croisera une équipe de ce niveau.

Christian

SG1 : Frouzins 82 / ASTRO 104

Score par quart temps : 14-27 / 18-37 / 33-21 / 17-19

Un match pas comme les autres ... parce que nous sommes largement favoris face à une équipe qui est avant-dernière au classement, qui a l'habitude d'encaisser beaucoup de points (87 en moyenne), qui est très jeune (7 joueurs de moins de 20 ans contre 6 de plus de 25 ans chez nous), le tout à un horaire inhabituellement tardif (match programmé à 21h qui démarrera finalement à 21h30 pour finir à 23h35 suite à la coupure lumière de la minuterie municipale à 23h15 ... 15 minutes d'attente dans le noir pour enfin pouvoir jouer les 3 dernières minutes du match !).

Comme prévu la première mi-temps tourne largement à notre avantage : nous sommes sérieux et bien organisés en défense ce qui force les locaux à perdre très vite le ballon et qui nous permet de produire beaucoup de jeu rapide. En plus, pendant tout le match, Frouzins aura de grandes difficultés pour contrôler nos 3 joueurs intérieurs (53 points à eux 3 au final) en particulier sur nos systèmes de remise en jeu en ligne de fonds.

Nous atteignons la pause sur le score sans appel de 32 à 64. Il suffit dès lors de maintenir notre pression défensive et de rester concentrés jusqu'au bout.

Mais la jeunesse et l'insouciance des adversaires devient un facteur qui tourne à leur avantage dans le 3ème quart-temps : poussés par un public qui ne cesse de les soutenir, ils montent en intensité en défense et nous poussent à précipiter nos attaques : nous déjouons totalement en forçant nos dribbles et en tentant des actions trop individuelles, ce qui leur permet de récupérer beaucoup de ballons de contre-attaques. Comme dans le même temps notre défense est devenu pathétique (nous ne tenons aucun 1c1 et il n'y a aucune aide défensive) nous encaissons donc un 33-21 sur ce quart temps (du jamais vu pour Frouzins qui jusque-là avait marqué 46 points de moyenne par match !). Heureusement nous finissons le match par un 4ème quart temps plus sérieux pour remporter une victoire qui laisse quand même un goût d'inachevé !

Mickael

U15F1 : St-Orens 36 / TMABC 66

Score par quart temps : 11-22 / 6-7 (mi-temps 17-29) / 10-16 / 9-21

Fautes concédées : 11 ; fautes subies 18 ; Lancers francs : 12/22

Belle victoire sur le parquet de Saint-Orens où il n'est jamais facile de s'imposer.

Un 1er ¼ tps de bonne facture pour les 2 équipes durant lequel nous arrivons à creuser le score à 22 à 11.

Le deuxième ¼ tps est beaucoup plus brouillon, très peu de paniers à se mettre sous les yeux.

Les 3ième et 4ième ¼ tps sont bien meilleurs, en mettant plus de vitesse dans le jeu nous arrivons à déborder l'équipe adverse et obtenir une belle victoire.

Tout n'a pas été parfait mais l'équipe s'est bien mieux comportée que le WE dernier. On a revu des séquences collectives et de belles contre-attaques rapides. Bravo les filles !

Christian

U11M2 : ASTRO 6 / Bruguières 2

Opposition 2 : gagnée 30 à 6 ; Opposition 1 : gagnée 20 à 13

Ce week-end Antonin et Matteo L. sont venus compléter respectivement nos oppositions 1 (Matteo, Jules K., Raphaël, Medhy) et oppositions 2 (Auguste, Tom, Mathis, Andréas, Jules F.) pour nous permettre de faire face aux absences pour cause de blessure (Leo) ou d'incompatibilité horaire (Amin, Victor) et offrir ainsi à un maximum d'enfants la possibilité de jouer.

L'opposition 2 a encore une fois fait une très belle entame de la partie. Solide en défense et avec un jeu collectif très performant. Interceptions, passes, rebonds, shoot à mi-distance, sous le panier, en contre-attaque... 14-4 à la pause, difficile de faire mieux ! Et pourtant la 2^{ème} mi-temps fut encore plus plaisante : le sérieux et le collectif de ce groupe ont ravi le public et les 6 enfants ont pris beaucoup de plaisir sur le terrain. Et ça s'est vu !

L'opposition 1 a connu un début de match plus difficile face à une équipe de Bruguières bien en place, combative et dominant les débats physiquement sous le panier. Nous avons compensé grâce à la célérité de nos joueurs et quelques contre-attaques réussies. Très faible avantage à la mi-temps pour Astro : 8 à 6. Après la pause l'équipe s'est mieux concentrée en défense et a su déployer un très bon jeu collectif à l'image de leurs camarades. Même si la finition n'a pas toujours été heureuse, l'équipe a su prendre le lead sur le match et terminer en tête cette opposition : 20 à 13.

Un merci particulier à nos jeunes arbitres (Tom et Antonin) et aux volontaires qui ont officié pour le match (Luc et Rachel à la table, Pierre et Yannick au sifflet). Et surtout un grand merci à ce groupe d'enfants qui prend du plaisir à jouer ensemble dans un esprit très collectif et très sympathique : « L'essentiel s'est de s'amuser ». L'essentiel a encore été une fois largement réalisé.

Nicolas

U11M3 : OTB 2 / ASTRO 6

Une rencontre plaisir et surprise. Le plaisir de pouvoir aligner 11 joueur(se)s sur la feuille, la surprise aussi de la victoire. Aucun renfort notoire, c'est l'équipe qui a gagné le match 6-2.

Les joueur(se)s se sont arrachés pour aller chercher cette victoire à Fonsorbes face à une équipe 3 locale soutenue par une tribune de parents supporters. Ils en ont eu mal au ventre. Gestion du stress qui a été canalisée, et orientée vers une concentration vers l'objectif commun. Non le coach ne délire pas. Ceux qui vivent ces moments magiques au sein de l'arène comprennent. Il n'y a pas d'âge pour vivre ces sensations.

Sur le plan sportif l'opposition 2 composée de 4 filles s'est imposée 13-2. Après Caroline 4pts c'est Mayliss 6pts qui rentre dans la compétition.

L'opposition 2 après 3 égalités aux quarts temps 4-4, 6-6, 8-8, le dernier nous a fait vivre du stress chaque faute sanctionnée par un lancer franc propulsant l'équipe dans le face aux paniers adverse et le mettant de suite sous la pression de remonter le terrain. A ce jeu là, les nôtres plus incisifs finirent par s'imposer pour conclure 12-11. Un arbitrage tatillonné pédagogique qui permet à nos débutants de mesurer l'incidence des violations et fautes. L'application et la retenue se devait d'être au rendez-vous.

Pierre

SF3 : Aussonne 56 / ASTRO 58

On commence à avoir l'habitude des victoires et sur le papier notre adversaire n'était pas le plus difficile à venir.

Cependant notre équipe se retrouvait privée de 2 locomotives scoreuses.

Nous avons fait connaissance de notre adversaire lors d'un premier quart temps où se sont livrées 2 défenses individuelles 17-17.

Ce choix défensif nous amenait à 28-40. Le défi physique n'était pas de mise. Nous en avons appelé à l'adresse en nous repliant derrière une zone 3-2. L'agressivité déployée en 1ère ligne permit quelques contre-attaques et mis à l'abri nos intérieures diminuées par quelques fautes. 42-49 Notre adversaire se prenait dans nos filets nous économisions notre énergie et joueuses clefs. Au début du 4ème 1/4 un 3 points adverse nous remis à 9 longueurs. Notre défense musela ces tentatives isolées et un jeu intérieur peu efficace. Alors qu'en attaque la variété de notre jeu offensif mettait en panique Aussonne qui concédait 11 fautes dont 16 réparations contre 6 fautes et 6 lancers concédés.

Au final, une équipe très solidaire qui a su faire déjouer son adversaire, et imposer un jeu offensif plus varié et construit. Un match qu'elles ont gagné à neuf et une victoire que notre adversaire a laissé filer.

Pierre

Un point sur l'E-Marque

Le logiciel fonctionne désormais chaque week-end dans nos gymnases. Quelques précisions :

- pour l'Astro, c'est Mickaël qui transmet aux coachs les fichiers E-Marque des équipes pour lesquelles c'est obligatoire, ainsi que celles qui jouent à domicile (je suis en copie et j'ai un fichier de secours). Il appartient à chacun de l'enregistrer sur la clé USB de l'équipe (me demander si vous n'en avez pas) et l'apporter au gymnase.
- à la fin de chaque match, un enregistrement de la rencontre est fait sur le PC, une copie est faite sur la clé de l'équipe et l'équipe adverse (ou envoyée par mail).
- à la fin de la journée, j'envoie tous les fichiers à la FFBB.
- certains clubs continuent la pratique qui consiste à dire que c'est l'équipe qui a gagné qui transmet le fichier (comme avec la feuille blanche). Dans ce cas, il faut m'envoyer par mail le fichier « **export.zip** » de la rencontre, pour que je puisse le transmettre à la FFBB.
- pour toutes vos questions et pour m'envoyer un fichier : contact@astrobasket.net, en précisant dans l'objet qu'il s'agit d'une question à mon intention ou d'un envoi de fichier E-Marque.
- pour aller plus loin : <http://www.basketcd31.com/index.php/commissions-poles/pole-otm/e-marque>

Progressivement, de plus en plus d'équipes seront couvertes par cette marque. Quelques personnes sont déjà formées, mais sont du coup très mobilisées chaque week-end pour l'utiliser. Il serait bien mieux pour tous qu'il y ait au moins 2 personnes formées par équipe (parent ou joueurs).

En début d'année 2015, nous proposerons une nouvelle soirée de formation à ce logiciel, avec le concours d'un expert en la matière. Pour les personnes qui ont envie de s'initier à la marque, je recommande de commencer par une formation sur "l'essentiel de la table de marque" dispensée en interne, n'hésitez pas à me contacter : dès que plusieurs personnes seront intéressées, nous organiserons une soirée ou une matinée de formation.

Cathy

Match du 25/11 : Guignol'ls Band vs Astro 3 → Victoire 40-93

Match gagné assez facilement face à des adversaires néanmoins combatifs. Ce match à permis de nous faire travailler notre collectif et nos défenses. Nous avons en effet alterné entre une défense en zone et une défense individuelle. Il reste quelques imperfections sur ces deux types de défenses (au niveau communication surtout, comme l'annonce des coupes et des blocs) mais nous sommes en net progrès. Concernant l'attaque, il y a eu pas mal de jeu rapide mais nous avons profité du large avance niveau score pour travailler le jeu placé. Toute l'équipe à participé à cette belle victoire, il y a eu de belles actions collectives ainsi qu'un bon esprit combatif. Je tiens à féliciter toute l'équipe et à souligner les progrès que nous faisons !

Aurélien

Match du 27/11 : Monstars vs Astro 2 → Victoire 48-53

Score par quart temps : 15-22 / 17-5 / 7-13 / 9-13

Analyse d'Olivier :

1 défaite pour notre sortie inaugurale sur le goudron du TOAC puis 1 non-match contre le TCMS...il était temps de réagir...

C'est chose faite avec cette belle série de 3 victoires consécutives face à des adversaires de niveau comparable au nôtre.

La dernière en date, jeudi 27 novembre fût néanmoins longue à se dessiner...

Un 1^{er} quart qui se clôture sur un 22-15 rythmé par les interceptions de Florian (8 pts à la suite), la grosse présence dans la peinture de Clem' et Big G des 2 côtés du terrain (11 pts chacun sur le match) et 3 pts au buzzer de Mylène...puis le trou noir du 2eme quart où notre adversaire continue sur sa lancée (17pts) quand nous n'arrivons qu'à scorer 5 misérables points (mauvaise habitude qu'il faudra gommer très vite).

La deuxième mi-temps sera plus homogène avec la participation de toutes et tous au scoring et en défense (mention spéciale à Jenny pour son match extraordinaire); ça donne de la voix sur le banc, ça encourage et les nombreux changements permettent de maintenir un niveau athlétique assez constant contrairement à nos adversaires qui ont le capot ouvert dans le dernier quart...

Victoire des Astronauts 53-48, prochain match jeudi 04 décembre contre Cap Gémini, seule équipe invaincue de notre poule...il va falloir prendre du volume !!!

Analyse d'Antoine :

Le premier 1/4 temps fut un bel exemple de collectif en attaque. Une relation forte intérieur/extérieur bien exploitée, nous fait virer en tête du premier 1/4 temps. Le second est catastrophique, nous retombons dans nos erreurs passées. Nous ne recherchons plus nos intérieurs, nous prenons des shoots trop rapidement et rendons la balle à l'adversaire qui nous inflige un sévère : 17- 5. La mi-temps nous permet de nous redonner les consignes et de nous remobiliser au niveau défensif...et cela paie...tout le monde hausse son niveau défensif, les consignes en attaque sont appliquées. Nous retrouvons notre jeu intérieur. Important à ce moment là du match. L'adversaire perd un de leur joueur intérieur pour 5 fautes et leur second intérieur est déjà à 3 fautes. Nous virons en tête d'un point à la fin du troisième 1/4 temps. Nous sommes revenus dans le match et le doute s'est installé chez l'adversaire. Le quatrième 1/4 temps est à l'image du troisième. Intensité défensive et bon choix en attaque, à cela se rajoute une très bonne gestion du chronomètre en fin de match.

Une très belle victoire collective à l'extérieur. Gardons à l'esprit d'une part nos erreurs (afin de ne plus les répéter) et d'autre part les points positifs : collectif en attaque et intensité défensive. Nous en aurons besoin dès la semaine prochaine face à un adversaire du haut de tableau.

Le 1 contre 1 de l'Astrobulle

Les photos et les réponses vous sont livrées telles que proposées par les protagonistes, pas de censure !
 Cette semaine deux joueuses s'affrontent, qui aura le dernier mot ?

Clara



contre



Clémence



1^{er} quart temps → *Nom, âge et fonctions au club ?*

- Clara Alcover - 12 ans - Joueuse U13F1 – numéro 10 (la raison plus bas)	- Clémence Cambournac - 17 ans - Coach des U13F2 et meneuse de jeu en SF1 (n° 6)
---	--

2^{ème} quart temps → *Objectif(s) de cette saison ?*

Essayer de remporter notre premier match en Top 16 cette saison, après 3 défaites de suite !	La montée en R1 avec les SF1 et remporter le niveau 3 avec les U13F2 !
--	--

3^{ème} quart temps → *à l'ASTRO depuis quand ? un bon souvenir ? un moins bon ?*

- La grande section de maternelle en 2007. - Les 2 tournois internationaux U13F de Nice gagnés en 2012 et 2013. Une super ambiance ! - Notre défaite contre Tarbes l'an dernier lors du dernier match de poule qui nous privait des quarts de finale du championnat région U13 Niveau 1.	- 8 ans à l'Astro. - Victoire du Top 12 en U13F avec Paul Abadie. - Les deux défaites consécutives sur deux ans en finale U17F du Top 10.
--	---

4^{ème} quart temps → *Basketteur modèle ? Equipe préférée ? Autres passions ? Sportif et équipe préférés ?*

- Antoine Périno de l'Astro, pas très connu mais vraiment sympa ! Plus sérieusement, Céline Dumerc, même si je ne joue pas au même poste. - Le TMB bien sur, que je vais souvent voir jouer le week-end ; j'en profite d'ailleurs pour vous demander de venir nombreux les encourager, elles en ont besoin ! - Le foot, le tennis, le ping-pong et le piano. - Lionel Messi (d'où le numéro 10 !!!) comme joueur et le Barça comme équipe.	- Céline Dumerc. - Les Braqueuses ! - La musique. - Encore et toujours dans le basket, mon sportif préféré, Blake Griffin.
---	---

Prolongation → *Un dernier message à faire passer ?*

Parents, famille, amis ... venez plus nombreux nous supporter lors de nos matchs Top 16, nos adversaires sont trop souvent plus encouragées que nous, même à domicile !!! C'est rageant.	Comme dernier message, je dirais qu'il ne faut jamais abandonner ou baisser les bras, justement il faut se battre et faire face aux difficultés pour mieux les surmonter!
--	---

Notre verdict → ce fut très serré entre, d'une part la jeune Clara, déjà une grande expérience en étant dans sa 7^{ème} année à l'Astro et qui n'hésite pas à chambrer son coach actuel et, d'autre part Clémence, la joueuse la plus titrée de l'Astro en ayant disputé le plus de finales régionales ! Grâce à un 4^{ème} quart temps un petit peu plus étoffé la victoire revient à la plus jeune à qui nous souhaitons une aussi belle « carrière » dans les équipes de jeunes que son illustre aînée !

Le programme pour ce week-end

Les coachs ou Parents Responsables d'Equipe (P.R.E.) déterminent les horaires des rendez-vous...

Date	Equipe	Niveau / Poule	Heure match	Domicile	Visiteurs	Gymnase	Adresse
Ven 05/12	SF3	D3 / C	20h30	Léguevin-Cornebarrieu	ASTRO 3	Les Pins Vert	route de la Salvetat à LEGUEVIN
Sam 06/12	U11M3	Poule K	9h30	ASTRO 3	Pibrac	?	?
	U11F	Poule A	11h00	ASTRO	Roquettes		
	U11M2	Poule J	15h00	St-Orens 2	ASTRO 2	Lycée Riquet	2 av. du lycée à ST-ORENS
	U11M1	Poule B	10h30	BLAC	ASTRO 1	Gym de l'Europe	LABEGE
	U13M1	Niv 1 / B	14h00	Ramonville	ASTRO 1	Karben	RAMONVILLE
	U13M2	Niv 3 / E	13h00	ASTRO 2	Castanet 2	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
	U13F1	Top 16 / B	13h00	Montech	TMABC 1		MONTECH
	U13F2	Niv 3 / B	13h30	Mirail	TMABC 2	M. Cerdan	Chem de la Cépière à TLSE
	U15M1	Niv 2 / A	16h30	ASTRO 1	Mirail	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
	U15M2	Niv 3 / C	13h30	ASTRO 2	Blagnac	Clg Lautrec	46, impasse Barthe 31200 TLSE
	U15F1	Région Q2	14h30	TMABC 1	Tournefeuille 2	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
	U15F2	Niv 3 / A	13h00	Lardenne 2	TMABC 2	Petit Capitole	153 bis av de Lardenne à TLSE
	U17M1	Niv 2 / B	14h30	Pibrac	ASTRO 1	Nv Gymnase	6 rue M Fonvieille à PIBRAC
	U17M2	Niv 3 / A	17h30	Castelmaurou	ASTRO 2		CASTELMAUROU
	U17F	Top 10	14h30	TCMS	TMABC	Surcouf	48 bis rue L Plana à TLSE
SG1	D1	20h00	ASTRO 1	Bruguères 2	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE	
Dim 07/12	U7	Plateau confirmés	Accueil 9h30	St-Orens	ASTRO - Caraman - Eaunes-NET'S	Lycée Riquet	2 av. du lycée à ST-ORENS
	SF2	D1	13h30	TMABC 2	Labarthe	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
	SF1	R2 / A	15h30	TMABC 1	Isle Jourdain 2		
	SG2	D2 / B	17h30	ASTRO 2	O.T.B. 2		

Quelques infos complémentaires

Samedi 06/12

- Matches **U11M3 et U11F** ... Arnauné est indisponible (match du T.O. XIII) et les gymnases du lycée et du collège ne sont toujours pas équipés de paniers réglables en hauteur qui permettraient d'accueillir ces matchs U11 sur le grand terrain... à cette heure la mairie ne nous a toujours pas attribué un gymnase pour ces 2 rencontres ! Pourtant nous sommes même prêts à aller jouer n'importe où dans Toulouse !!!
- De 10h à 11h au gymnase du lycée Lautrec : réunion technique (Gwen – Pierre – Mickael)
- De 11h à 12h30 au gymnase du lycée Lautrec : entraînement habituel des **U9**
- De 11h à 12h30 au gymnase du collège Lautrec : entraînement habituel des **U7**

Dimanche 07/12

- Plateau **U7 confirmés** à St-Orens (les joueurs sélectionnés recevront une convocation).
- A partir de 13h30 : 3 matchs seniors au gymnase du lycée Lautrec.

Les photos des gymnases

Les U11M1 samedi 29/11 à Arnauné



Debouts : Benjamin (U9), Victor, Paolo, coach Rachel, Gaspard, Céline (OTM), Geoffrey et Dorian.
Accroupis: Victor, Dimitri, Gauthier, Thibault, Cyprien, Pablo et Wassim.
Photographe = maman de Thibault.

Plateau U9 du dimanche 30/11 à Lautrec



Match ASTRO 2 vs ASTRO 3 !



Les consignes du coach



Parfois difficile d'attendre son tour pour jouer !



Les papas apprentis OTM !

A mercredi prochain ...