

ASTROBULLE

épisode 7



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, pensez à déclarer l'adresse mail astrobulle@astrobasket.net comme fiable dans votre anti-spam !

L'édito du Président :

Les brassages ont plongé le club dans la frénésie de la compét. Tout le monde s'est jeté à l'eau, dirigeants, entraîneurs, joueurs. Nous n'étions pas tous prêts et certains d'entre nous ont bu la tasse, tout comme nous l'avons fait boire à certains de nos adversaires. Au delà de ce périple, nous retiendrons que nous avons encore une fois fortement renouvelé nos effectifs pour accueillir de nouveaux jeunes essentiellement du quartier. Et c'est bien. Le travail à fournir va être tout aussi important que l'an dernier. Il y aura plus de qualité à l'école de basket, moins chez les jeunes. La filière filles en CTC est consolidée. Coté garçons les niveaux de compétitions seront moindre. Normal vu le nombre de départs. Faut-il s'en émouvoir ? Le basket forme une si petite famille, qu'un basketteur de l'Astro ou d'un autre club toulousain restera un basketteur perdu au milieu de rugbyman ou de footeux. 500 clubs sportifs dans notre ville rose dont certains ont plus de 2000 licenciés ! Arrêtons là les gué-guerres de clubs. Finalisons des filières de formation cohérentes pour le plus grand bénéfice des enfants. En quelques mots c'est ce que doit être le basket toulousain, intra et extramuros.

TMB - ou, quand les synergies marchent,...

Le travail conjoint de nos clubs nous amène à partager des événements heureux à savoir pour nos adhérents (tant FFBB que FSGT), la possibilité d'assister aux matchs de Ligue féminine, d'y inviter 2 parents. Le process de réservation vous sera transmis prochainement par mail. 5 dates d'ici Noël : voir affiche en page d'accueil du site ou en dernière page de cet Astrobulle. Premier rendez-vous le 25 Octobre. A partir de vendredi vous pourrez éditer vos billets. Cette aventure au plus haut niveau ne sera possible que si elle fédère un réseau de bénévoles de tous horizons car l'organisation et l'accueil d'un grand nombre ne peut se faire que si les tâches sont réparties. Rejoignez le réseau de bénévoles Toulouse Métropole Basket contact@tmb-basket.com. Nous ne pourrions faire briller le basket qu'ensemble.

Samedi aura lieu la 1ère réunion des Présidents des clubs toulousains, quelques confidences prochainement,...

Et nous ! Nous allons profiter des vacances pour nous organiser.

Un premier appel à Cathy pour la tenue des **tables de marque** : contact@astrobasket.net

Nous allons lancer aussi le fonctionnement de l'école d'arbitrage - un mailing sera fait auprès de tous nos adhérents merci de vous signaler auprès de pa.astrobc@gmail.com

Nous faisons appel à tous vos talents pour aider le club à fonctionner : soumettez nous vos idées à contact@astrobasket.net

Et les vacances, (après le week-end) OK la 1ère semaine on se pose, la 2ème nous nous remettrons en activité - stage, réunions, certaines équipes ne couperont pas, Seniors, Loisirs, etc... consultez régulièrement le site.

Pierre

Toutes les infos sur www.astrobasket.net

L'édito du Directeur Sportif

Brassages terminés pour la majorité de nos équipes de jeunes. Seules 4 équipes seront encore en course ce samedi pour les qualifications pour les championnats régionaux : les U13M1, U13F1, U15F1 et U17F... soit un carton plein chez les filles !

Pour notre filière garçon c'est un peu décevant mais nos équipes 1 auront donc des objectifs sportifs élevés dans les championnats départementaux !

Les U11 ont également terminé la première phase ... c'était bien côté résultats sportifs dans l'ensemble mais au niveau du fonctionnement général des équipes nous avons décelé quelques points à améliorer aussi nous allons mettre en place dès la rentrée une nouvelle organisation au niveau de la constitution des 4 équipes et de l'encadrement de celles-ci ... à suivre !

Du côté séniors : chez les filles, une défaite d'un petit point à l'extérieur vendredi pour les SF3, vengée dimanche par les SF2 sur le même écart, chez une équipe de tête de championnat qui plus est, et enfin une autre belle victoire, celle de nos SF1 à Colomiers. Pour les garçons : deux défaites d'une dizaine de points, à domicile, face aux leaders respectifs de leurs championnats (hasard du calendrier !) ... mais dans les 2 cas la victoire était envisageable ! Avec un peu plus de sang froid et de travail collectif ces 2 équipes pourront avoir de réelles ambitions. A mettre en pratique dès ce week-end !

Mickael

Les résultats des derniers matchs

Date	Equipe	Type de match	Domicile	Visiteurs	Résultats
Ven 10/10	SF3	D3	Gratentour	ASTRO 3	Défaite 36-35
Sam 11/10	U11M2	U11 phase 1	ASTRO 2	Léguevin	Défaite 5-7
	U11F1		ASTRO 1	TCMS	Victoire 6-2
	U11M1		Blagnac	ASTRO 1	Victoire 2-6
	U11F2		Bruguières	ASTRO 2	Défaite 6-1
	U13M1	4ème tour de brassages	ASTRO 1	CB Vallon	Victoire 34-32
			ASTRO 1	CahorSauzet 1	Défaite 24-34
	U13F1		TMABC 1	Caussade	Victoire 47-14
			TMABC 1	Cugnaux	Victoire 29-14
	U13M2		ASTRO 2	Noé Carbonne	Victoire 41-18
	U17M2		ASTRO 2	Saverdun	Défaite 35-71
	U15M1		ASTRO 1	Mirail BC	Défaite 31-65
	U13F2		Le Fousseret	TMABC 2	Victoire 24-58
			Gaillac	TMABC 1	Victoire 17-37
	U15F1		TMABC 1	St-Nauphary	Victoire 32-20
	U15F2		Mazères 2	TMABC 2	Défaite 76-24
	U15M2		Ramonville 2	ASTRO 2	Défaite 56-26
	U17M1		Hersain Nord	ASTRO 1	Victoire 40-78
			Vacquiers	TMABC	Victoire
	Tarbes-Ossun		TMABC	Défaite	
	SG1		D1	ASTRO 1	Colomiers 3
Dim 12/10	SF2	D1	TCMS 2	TMABC 2	Victoire 49-50
	SF1	R2	Colomiers 3	TMABC 1	Victoire 56-65
	SG2	D2	ASTRO 2	Pibrac	Défaite 59-72

Les commentaires de match

U11M1 : Blagnac 2 / ASTRO 6

Opposition 2 : Blagnac 4-29 Astro Opposition 1 : Blagnac 16-20 Astro

Opposition 2 : une belle présence au rebond et du jeu collectif, à travailler la défense car peu vu durant ce match étant donné les écarts de niveaux importants.

Opposition 1 : très bien battu jusqu'au bout pour arracher la victoire, attention aux mauvaises passes et à approfondir la défense.

Une bonne ambiance dans l'équipe mais ATTENTION à l'échauffement qui se déroule avec un grand nombre de joueurs non concentrés.

Rachel

U11F1 : ASTRO 6 / TCMS 2

Opposition 2: 32-0 (8-0, 8-0, 10-0, 6-0) Opposition 1: 19-14 (0-8, 4-2, 9-0, 6-4)

Nos Poussines ont mérité cette victoire en faisant preuve de beaucoup de volonté et encore plus de caractère. Notre opposition 2 (Noah, Noée, Mehdi, Lou) s'impose facilement et garde sa concentration jusqu'au bout pour se créer plein d'opportunités. On a aussi pu assister à quelques belles actions collectives, et plein de petites évolutions qui font espérer pour les matchs futurs.

Notre opposition 1 (Juliette, Julia, Mila et Cyprien) par contre a eu un jeu nettement plus difficile. Surprises par le niveau de jeu, l'avantage physique et l'agressivité parfois excessive de nos adversaires (culminant dans un cross-check dans le dos que Mila encaisse en allant seule au panier...), les filles prennent vite un retard de 8 points au premier quart temps. On rehausse la défense pour accrocher au 2e quart temps. A ce moment les filles réalisent que tout est encore possible en 2e mi-temps. Et le match bascule en notre faveur au 3e : on augmente encore l'intensité en défense, et avec des superbes performances de Juliette et Cyprien contre les porteuses de ballons, et de Mila et Julia sur les lignes de passes, nous transformons une série d'interceptions en contre-attaques et paniers faciles. Au 4e quart temps nous gérons le score contre un adversaire visiblement épuisé par l'effort donné en début du match. Malheureusement, le jeu collectif a souffert un peu en opp. 1, à cause de la très haute intensité en défense des deux côtés.

On peut être content de l'évolution de cette équipe. Les filles s'appliquent à l'entraînement, et cela se retrouve dans nos matchs - un vrai collectif se forme. Les anciennes mini-poussines sont arrivées en Poussines, à commencer par Noah qui s'impose de plus en plus en véritable leader de notre opposition 2 (20 points aujourd'hui!). Et les anciennes poussines sont en train d'assumer des responsabilités en attaque et en défense qu'on aurait difficilement imaginées encore il y a quelques mois. Mais attention, le niveau de nos adversaires risque encore d'augmenter après les vacances!

Christian

U15M1 : ASTRO 31 / Mirail 65

Pas de commentaire de match. L'envie et la technique étaient présents avec parcimonie. Un match que l'on aurait pu gagner qui a été donné à l'adversaire !

Gwen

SG1 : ASTRO 69 / Colomiers 82

Score par quart temps : 23-25 / 14-19 (37-44) / 14-16 (51-60) / 18-22 (69-82)

Premier vrai test pour notre équipe face à un très solide adversaire, candidat officiel aux 2 premières places. Pour s'imposer il nous fallait réaliser un match plein face à des joueurs qui nous dominaient physiquement à tous les postes ... et ce ne fut pas le cas ! Mais tout n'a pas été négatif dans cette rencontre et on doit s'en servir pour accentuer nos efforts sur certains de nos défauts qui commencent à être récurrents ... à commencer par l'entame de match : 7-22 après 5 minutes de jeu (quand on sait qu'on perd de 13 points au final ...) ! Du coup on a passé tout le match à courir après ce retard. Il en a résulté une grosse débauche d'énergie, souvent gâchée par de la précipitation en attaque, mais nous n'avons rien lâché. Nous avons constamment fait le yo-yo : on commence par revenir à -2 à la fin du 1er quart temps, puis -10 cinq minutes plus tard, -4 deux minutes après ... et ainsi de suite ... finalement, après que nous soyons revenus à -6 à 3 minutes de la fin, notre adversaire profite de nos erreurs défensives et de notre manque de lucidité et de collectif en attaque (encore !) pour s'imposer de façon méritée (en remportant tous les quart temps) !

Nous n'en sommes encore qu'au début de ce championnat qui s'annonce passionnant et très serré : beaucoup de matchs seront très accrochés et très physiques et la différence se fera souvent sur la capacité d'une équipe à retrouver ses repères collectifs quand le cerveau ne répond plus ! A ce jeu là nous avons perdu contre plus fort sur ce match ... à nous de corriger ça et de mieux nous préparer en montant en intensité en défense aux entraînements par exemple...

Mickael

U15M2 : Ramonille 56 / ASTRO 26

Score par quart temps : 14-6, 12-8, 17-4, 13-8.

Match difficile face à un adversaire qui nous domine dans la maîtrise du ballon et du jeu collectif, et qui avait un ou deux joueurs qui évoluaient clairement au-dessus des autres. Mais l'écart entre les équipes est moins élevé que le score fait penser : à part un passage à vide en début du 3e quart temps (12-0 pour commencer la 2e mi-temps), les garçons se sont bien battus et l'adversaire a dû travailler pour réussir ses attaques. De notre côté, quelques belles actions surtout quand on réussit à rapidement engager la contre-attaque sur des récupérations ou rebonds. Mais aussi beaucoup d'erreurs qu'on évitera avec plus d'expérience et une meilleure maîtrise des gestes techniques - en particulier pertes de ballon et manque de réussite sur des tirs soi-disant "faciles" en vitesse de match. Une fois que notre groupe s'améliore dans ces domaines, et qu'il garde sa concentration sur l'intégrité des 4 quarts temps, un match comme celui de hier semble parfaitement jouable. Et pour ce coach d'occasion, c'était un plaisir de changer pour une fois des U11 qui sont habituellement son domaine.

Christian

U7 : Plateau des confirmés à Eaunes

Un beau rassemblement à Eaunes. 9 babys motivés de l'Astro étaient présents. Quelques ancien(ne)s Inès, Darren, Maxime ont encadrés les nouveaux Clémence, Ruben, Amory, Léonard, Dylan, Antoine.

Merci aux parents qui se sont déplacés matinalement, au club de Eaunes qui nous a très bien reçu.

Une belle photo en souvenir de ce 1er rassemblement (voir en dernière page).

Pierre

SF3 : Gratentour 36 / ASTRO 35

Scores par quart temps : 12-12, 5-5, 13-10, 6-8

Un match serré qui au final s'est joué à très peu de chose. La défense individuelle pratiquée sur tout le match aura permis aux filles de faire un match plein physiquement. Notre attaque sur individuelle a manqué de pré-collectif, pick'n'roll, agressivité et démarquages. Manque de tirs à mi distance aussi, la plupart des actions ont fini près du cercle.

On ne dira pas non plus que nous avons perdu le match aux lancers francs 7/18 car coté Gratentour ce fut pire, 8/28. Un axe de travail à respecter plus que jamais, autant pour le point qu'il rapporte que pour le changement d'attitude défensive qu'il induit. Un attaquant doit se faire respecter. Au final, seules les six filles qui se sont entraînées lundi et l'entraîneur peuvent regretter quelque chose. Gratentour qui s'entraîne 2 fois par semaine a gagné. Il y a au moins une justice de ce coté là.

Pierre

U15F2 : Mazères 76 / TMABC 24

Scores par quart temps : 22-2, 20-2, 18-14, 16-6

On pouvait rêver en allant à Mazères, jeune club qui attaque sa 2ème année, surtout en rencontrant l'équipe 2.

Nos jeunes citadines se sont pris une douche froide sur la première mi-temps et ce n'est pas la grosse voie du coach qui a pu changer la donne. Certes 34 des 42 points de la mi-temps furent marqués par deux joueuses, qui au final furent auteur de 62 des 76 points de leur équipe !

Une fois ce constat fait, et si l'on oublie la première mi-temps, le 34-20 de la 2ème MT est rassurant.

Neige (2) et Gemima ont fait leur 1er match, avec du temps de jeu. La réaction attendue a eu lieu.

Dommage que les brassages se terminent sur cette fausse note.

Pierre

U11F2 : Bruguières 6 / ASTRO 1

Partis à cinq, nous comptons sur Bruguières pour être souple et permettre aux filles de jouer le plus possible. Cela a été la cas ! Nous avons joué l'opposition 1 avec nos cinq joueurs, Lola, Louna, Marie-Océane, Neilia, plus Jules venu gentiment en renfort. Ils ont quasiment fait jeu égal perdant de quelques points. C'est en défense qu'ils se sont un peu trop faire surprendre. En attaque, j'ai eu le plaisir de voir quelques actions en jeu posé, preuve que le travail fait à l'entraînement porte petit à petit ses fruits. En tout cas l'enthousiasme et l'énergie débordante de nos joueuses et de notre joueur faisaient plaisir à voir. Enfin, Bruguières nous a proposé de mixer les équipes pour tout de même jouer les deux quart-temps d'opposition 2. Tout s'est passé dans une ambiance très bon-enfant.

Emmanuel

U13M1 : triangulaire ASTRO 34 / Vallon 32 puis ASTRO 24 / CahorSauzet 34

Bravo les gars, la prestation a été plus jolie ce samedi. Et nous voilà d'ores et déjà qualifiés pour le niveau régional !

On est meilleurs qu'avant sur la relance. Maintenant il s'agit d'augmenter l'exécution du jeu rapide, surtout grâce aux courses des ailiers. Où on court déjà ? Dans quels couloirs ?

David

U13F1 : triangulaire TMABC 47 / Caussade 14 puis TMABC 29 / Cugnaux 14

Premier match contre Caussade qui était privé de sa meilleure joueuse. Les filles ont rapidement creusé l'écart et ont, dans l'ensemble, bien contrôlé le match. Toutes les joueuses ont marqué lors de cette rencontre. À noter que c'était le premier match d'Olivia avec l'équipe 1.

Deuxième match contre Cugnaux. Sur ce match aussi, nous réalisons un très bon départ. Nous gagnons le premier quart 10-0 et le deuxième quart 10-4 (les deux paniers que nous encaissons lors de ce quart arrivent sur des actions où une de nos joueuses se fait mal et ne peut donc pas défendre). Sur la deuxième partie du match, nous jouons très mal des deux côtés du terrain. Nous perdons même le troisième quart 8 à 6. Il est vrai qu'à ce moment-là de la partie, nous sommes dans le gymnase depuis déjà plus de 4 heures et que la fatigue est bien présente.

À part la fin du match contre Cugnaux, nous pouvons être satisfaits de notre jeu sur ces deux rencontres. Il faut toutefois noter, qu'au fil du match lorsque nous avons de l'avance, nous avons tendance à baisser d'intensité. Ainsi sur la rencontre contre Caussade, les points marqués par quart-temps sont : 16-14-10-7 et contre Cugnaux : 10-10-6-3. Il faudra à l'avenir arriver à maintenir la même intensité tout au long d'un match.

Antoine

Le programme pour ce week-end

Demandez aux coaches ou aux Parents Responsables d'Equipe (P.R.E.) les horaires des rendez-vous...

Date	Equipe	Type de match	Heure match	Domicile	Visiteurs	Gymnase	Adresse
Ven 17/10	SF3	D3	20h30	ASTRO 3	Brax		
Sam 18/10	U15F1	5ème tour des brassages	13h00	TMABC 1	Roquecourbe	Collège T-Lautrec	46, impasse Barthe 31200 TLSE
			14h30	Roquecourbe	Pradines		
			16h00	TMABC 1	Pradines		
	U17F		13h00	TMABC	Rignac	Lycée T-Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
			14h30	Rignac	Pamiers		
			16h30	TMABC	Pamiers		
	U13M1		?	Lavaur	ASTRO 1	Clauzades	LAVAUUR
			?	ASTRO 1	Sud-Est Toulousain		
			?	Lavaur	Sud-Est Toulousain		
	U13F1		13h00	Rignac	TMABC	Espace André Jarlan	RIGNAC
14h30		TMABC	Lavaur-Verfeil				
16h00		Rignac	Lavaur-Verfeil				
	SG1	D1	20h30	Cornebarrieu	ASTRO 1	Coubertin	CORNEBARRIEU
Dim 19/10	SF2	D1	13h30	TMABC 2	Fonsegrives	Lycée T-Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
	SF1	R2	15h30	TMABC 1	Ossun	Les Pins Verts	LEGUEVIN
	SG2	D2	15h30	Léguevin	ASTRO 2		

Quelques infos complémentaires

- Modification exceptionnelle des entrainements des U17M2 et des SF2 ce **vendredi 17/10** en raison de la délocalisation du match SF3 au collège T-Lautrec ... merci de votre compréhension !
Les U17M2 iront s'entraîner au lycée T-Lautrec avec leurs homologues U17M1 (19h30-21h)
Les SF2 occuperont le créneau d'entraînement SF3 laissé libre à Soncourt (20h-22h)
- Les entraînements U7 et U9 de ce **samedi 18/10**, début de vacances, sont maintenus.

Très important : la formation interne Officiel Table de Marque (OTM) avec Cathy

Il est essentiel que chaque équipe ait au moins une personne qui puisse tenir la table de marque, particulièrement, sur les matchs à l'extérieur. Aussi, nous proposons 2 nouvelles formations théoriques à la tenue de la table de marque (le chronomètre et la feuille de marque), la formation pratique sera proposée en complément sur des matchs à domicile. Rendez-vous au 42 avenue Frédéric Estèbe (maison de la pétanque), le **mercredi 15/10 à 20h** ou le **samedi 18/10 à 9h**.

J'invite toutes les personnes intéressées à s'inscrire par mail (contact@astrobasket.net), en indiquant nom et prénom, coordonnées et précisant quelle catégorie vous suivez et à quelle session vous participerez.

Sur les équipes de jeunes, des parents sont déjà impliqués, c'est une bonne chose et ce sera encore mieux, quand il y en aura plus. Sur les équipes de séniors, quelques joueurs et joueuses participent à la vie du club en coachant ou en arbitrant, ce serait bénéfique pour tous que d'autres participent aussi au bon déroulement des matchs !

De plus, actuellement, 3 de nos 5 équipes séniors sont passées à l'utilisation de l'E-Marque depuis le début de leur championnat. Nos équipes de jeunes qui vont évoluer au niveau régional devront y passer après la Toussaint, et toutes les équipes jeunes et séniors seront concernées la saison prochaine. Il est essentiel que chaque équipe concernée ait au moins une personne formée à l'E-Marque. Aussi, nous organisons une formation à l'utilisation de ce logiciel, dispensée par le formateur-référent E-Marque du comité départemental. Rendez-vous donc au 42 avenue Frédéric Estèbe (maison de la pétanque), **mercredi 22/10 à 20h**. J'invite toutes les personnes intéressées à s'inscrire par mail (contact@astrobasket.net), en indiquant nom et prénom, coordonnées et précisant quelle catégorie vous suivez.

Je reste à l'écoute de vos questions.

Cathy

Toutes les infos sur www.astrobasket.net

Les photos des gymnases

N'hésitez pas à envoyer vos clichés à contact@astrobasket.net pour une publication sur le site ou dans un prochain numéro de l'ASTROBULLE

Ci-dessous les U7 au plateau à Eaunes dimanche dernier (l'ASTRO en force au premier rang !!!)



TMB

TOULOUSE MÉTROPOLE BASKET

SAISON 2014 / 2015
au Petit Palais des Sports Compans

TMB - Hainaut	25/10	20h00
TMB - Angers	02/11	15h30
TMB - Montpellier	15/11	20h00
TMB - Calais	30/11	15h30
TMB - Lyon	14/12	15h30

Réservation en ligne sur
www.tmb-basket.com

Photo : Annie Sargent - Le sign affiché - Wg communication - www.wg-communication.com



A mercredi prochain ...

Toutes les infos sur www.astrobasket.net