

ASTROBULLE

NUMERO 14



Mercredi 20 Décembre 2017



RÉSULTATS

Date	Catégorie	Locaux	Visiteurs	Résultats	Arbitres
Ven 15/12	SF3	Lavelanet	TMABC 3	Victoire 19-57	officiels désignés
	SF4	TMABC 4	Foix	Victoire 43-35	officiels désignés
	SG2	Astro 2	Aussonne	Défaite 62-71	officiels désignés
Sam 16/12	U7	Fête de Noël de l'Ecole de Mini-Basket de l'Astro B.C.		x	
	U9				
	U11F1	Fête de Noël de l'Ecole de Mini-Basket de l'Astro B.C.			
	U11F2				
	U11M1				
	U11M2				
	U13F1	TCMS	TMABC 1	Défaite 42-37	
	U13F2	TMABC 2	Castelmaurou	Victoire 26-22	Rachel - Mathieu
	U13F3	Vacquiers	TMABC 3	Victoire 23-28	
	U13M1	Astro 1	Auch	Victoire 49-47	Gwen B
	U13M2	Astro 2	CTC 31 Nord	Défaite 18-70	Mathieu
	U13M3	Cornebarrieu	Astro 3	Victoire 29-55	
	U15F1	Riscle	TMABC 1	Victoire 34-45	
	U15F2	St-Lys	TMABC 2	Défaite 32-21	
	U15M1	Astro 1	Colomiers 3	Défaite 26-48	Stéphane T
	U15M2	Astro 2	Ayguesvives	Victoire 60-27	Rachel
	U17F	Cornebarrieu	TMABC	Défaite 64-52	
	U17M1	Astro 1	TBC	Défaite 48-83	Gwen B
	U17M2	Villemur	Astro 2	Victoire 48-69	
	SF2	St-Lys	TMABC 2	Victoire 52-57	officiels désignés
Dim 17/12	U20M1	Repos		x	
	U20M2	Blagnac	Astro 2	Victoire 56-68	
	SF1	GOTB 2	TMABC 1	Victoire 45-59	officiels désignés
	SG1	Astro 1	AC2L	Défaite 76-83	officiels désignés



RÉSUMÉS

U13F1

TCMS 42 - 37 TMABC

Encore une défaite à l'extérieur, mais cette fois-ci nous faisons un bien meilleur match que les semaines précédentes, et le match se joue sur peu de choses.

Pour une fois nous entamons bien le match, en infligeant un 8:0 d'entrée. Les filles ont mis les intentions collectives et reproduisent en match ce qui a été travaillé aux entraînements. Après un petit recadrage du côté TCMS, le match s'équilibre pour le reste du 1er QT, mais nous laissons le TCMS revenir avec deux paniers concédés sur la fin du QT (10:6).

Comme d'habitude, on oublie de jouer au basket au 2e QT, on ne construit plus en attaque, pas de jeu rapide, et on ne tient plus les duels... un 3:14 pour nous amener à la mi-temps avec 7 points de retard (13:20).

Le 3e QT est de nouveau très bon et nous arrivons même à repasser devant, mais quelques duels perdus au 4e QT permettent au TCMS de reprendre de l'avance, puis de remporter la victoire de 5 petits points au final.

C'est dommage: à part le 2e QT, nous avons vu de très bonnes choses pendant de plus longues séquences que lors des matchs précédents. Nous avons partagé le ballon, que ça soit en jeu rapide ou placé. Mais nous avons aussi relâché un peu nos efforts en défense, en particulier sur les duels des extérieures. Malheureusement avec le peu d'écart qu'il y a entre les équipes de notre poule, un petit peu plus d'adresse en attaque ou quelques duels perdus peuvent rapidement faire la différence!

En résumé, les filles ont traduit sur le terrain les progrès consentis en attaque aux entraînements et cette défaite est bien plus constructive que certaines victoires où le contenu n'était pas là.

Nous aurons l'occasion d'insister sur les aspects défensifs pour permettre aux filles de capitaliser ces nets progrès collectifs en attaque.

Christian & Stéphane



RÉSUMÉS

U13F2

TMABC 26 - 22 Castelmaurou

La réception de la lanterne rouge du championnat devait nous permettre de finir l'année sur une bonne note offensive et relancer plusieurs joueuses en manque de temps de jeu mais c'était sans compter sur une faillite générale lors des 2 entraînements précédant cette rencontre. Sans surprise, cette mauvaise dynamique de la semaine a perduré le temps du match (le fameux "on joue comme on s'entraîne !"). Les filles ont cruellement manqué de justesse et d'application dans toutes les passes, les tirs, les courses, le placement, les dribbles ... bref, la cata ! Si bien que pour la première fois de la saison, dans aucun des quarts temps nous ne dépassons la barre des 10 points avec même un pathétique 3 points marqués dans le 2nd ... et ce n'est pourtant pas faute d'avoir eu les occasions ! Les visiteuses n'en demandaient pas tant et se sont retrouvées aux commandes du match à la mi-temps (11-17). Notre deuxième mi-temps ne fut pas bien meilleure sur le plan offensif (15 points marqués) mais au moins notre intensité défensive aura eu raison de nos adversaires qui n'auront que très rarement l'occasion de scorer (seulement 2 paniers et 1 lancer franc encaissés). Le match est gagné, l'honneur est sauf, mais j'espère que les filles sauront en tirer les leçons concernant la préparation du rendez-vous du samedi !

Les vacances arrivent à point nommé. Il faudra repartir en janvier avec plus d'envie de progresser individuellement et collectivement aux entraînements ... il y a encore beaucoup de matchs pour faire oublier au coach et aux parents supporters cette performance indigeste ;)

Mickael

U13F2

Vacquiers 23 - 28 TMABC

Déplacement en équipe réduite ce samedi puisque seulement six joueuses, Anne-Lise, Bertille, Kalian, Kimberley, Marion et Solène, sont allées jouer à Vacquiers. Ajouté à cela le fait que nous avons déjà perdu de trente points face à cette équipe lors de la phase de brassages, j'avoue que je n'étais ni serein, ni confiant avant cette rencontre. J'ai très vite été rassuré en voyant les filles jouer. Elles sont rentrées immédiatement dans le match. En défense, on a pu constater l'étendu des progrès effectués depuis trois mois. Elles ont bien intégré la position de défense face à la porteuse de balle et ont su respecter la consigne de toujours rester devant leur adversaire. Il reste quelques maladresses de placement en défense sur non porteuse de balle mais franchement, les filles ont livré une très bonne performance défensive, avec au menu combativité, constance et sérieux~; un régala ! En attaque, elles ont alterné entre de petits exploits individuels, et de belles actions collectives. Même la réussite aux tirs est allée grandissante au cours du match. C'est d'ailleurs ce qui a fait la différence en toute fin de rencontre. Au final, victoire, courte, mais on ne peut plus méritée ! Les yeux des filles brillaient et les sourires venaient chatouiller les oreilles sur les visages de nos six joueuses à l'issue de ce match et cela faisait vraiment plaisir à voir ! Elles pouvaient légitimement être satisfaites. Super match les filles ! J'en redemande... en 2018 !

Emmanuel



RÉSUMÉS

U13M1

Astro 49 - 47 Auch

Avec un 28-14 à la mi temps l'on pouvait se dire que l'entame du match s'était bien passée. Malheureusement sur les 14 points que nos adversaires avaient marqués 6 étaient des lancers francs que nous leurs avons offerts en faisant de nombreuses fautes "bêtes", en seconde période il fallait absolument rectifier cela.

Troisième quart-temps, on prend 7-15. Un gros manque de rythme et d'envie se sont ressentir sans compter sur l'équipe d'Auch qui nous a montré qu'elle n'avait pas fait le déplacement pour rien, en revenant à -6.

Quatrième quart temps ... Un mélange de vitesse, précipitation, maladresse et non respect des consignes fait que nos adversaires en profitent pour revenir au score, jusqu'à l'égalité (44-44) à 11.6. Auch prend un temps mort. La seule consigne donnée lors de ce temps mort, Auch ayant la possession a été de défendre fort pour aller chercher une prolongation plutôt que risquer la défaite au buzzer : consigne très bien appliquée !

Durant cette prolongation, ils avaient tellement l'envie de se battre, en sachant que la moindre erreur pouvait nous faire perdre notre match, qu'ils ont joué intelligemment et ont décroché une victoire bien méritée !!

Un grand bravo à cette équipe qui n'a rien lâché !

Les progrès qui ont fait depuis le début de la saison sont énormes. Gardez votre motivation et envie de progresser, vous avez je pense une belle deuxième partie de saison qui vous attend pour les matchs de la phase retour.

Ça a été pour moi un grand plaisir de pouvoir coacher cette équipe, je le referais avec plaisir si besoin !

Rachel

U13M2

Astro 18 - 70 CTC Union Nord 31

Une fois n'est pas coutume, nous affrontons une équipe qui devrait jouer en région et non en D1. De plus, notre début de championnat est faussé par des blessures affaiblissant notre équipe. Dès janvier, le groupe sera de nouveau au complet et donc d'attaque à rivaliser je l'espère avec la majeure partie de nos adversaires.

Pour revenir au match de samedi, je n'ai rien à reproché à notre équipe. Contrairement à la semaine dernière, les joueurs ont appliqué les consignes et ont enfin mis du mouvement en attaque. Nous sommes juste tombé sur une équipe plus forte que nous qui a profité de nos pertes de balle pour enchaîner les contre-attaques. Le groupe en général progresse depuis le début de la saison et je suis persuadé que si les joueurs mettent autant d'envie aux entraînements que lors de ce dernier match alors nous pourrons rivaliser face à certaines équipes dès janvier.

Merci à Jude et à Youen qui sont venus renforcer le groupe pour ce match, et mention spéciale à toute l'équipe pour leur envie malgré la lourde défaite.

Rdv le samedi 13 janvier pour le prochain match à Gratentour.

Fabien



RÉSUMÉS

U15F1

TMABC 45 - 34 Riscle

Ce week-end, nos u15f1 ont disputé un très très gros match.

En effet nous rencontrons les filles de Riscle, les leaders de la poule encore invaincue chez elles.

Après deux heures de route, nous arrivons enfin sur les lieux. C'est alors qu'un combat acharné débute.

Je n'avais jamais vu les filles autant motivées et avec une aussi grosse envie de gagner. Cela se ressentit

directement sur le terrain, surtout en défense. Notre pression tout terrain déboussola les filles de Riscle qui perdirent beaucoup de balles. Nous avons néanmoins une très bonne équipe en face qui ne lâchait rien.

Avec nos 2 points d'avance à la mi temps, nous retournons sur le terrain encore plus motivée que jamais! Nous agressions le cercle sans relâche et multiplions les contres attaques et le jeu collectif. Les Riscloises commencent à faire des fautes et n'arrivent plus à nous arrêter. Nous continuons d'enfoncer le clou et créons un écart de 10 points.

Nous terminons ce match victorieuses et ça a été sûrement notre meilleure prestation depuis le début de la saison. Nous n'avons pas une seule fois baissé en intensité, pas une seule fois fait de cadeau à Riscle et nous n'avons pas une seule fois perdu notre objectif de les battre.

C'était un match quasiment parfait, Je suis très fière de la bonne mentalité et de la rage qu'ont eu les filles pendant toute la rencontre.

Il faut continuer ainsi, continuer tous nos efforts, et ca continuera à payer!!!

Gwen & Clém

U15M2

Astro 60 - 27 Ayguesvives

Samedi dernier, nous avons reçu l'équipe d'Ayguevives.

Le début du match a été laborieux. Nous sommes en retard en défense et en attaque, nous ne mettons pas les paniers.

Puis petit à petit, l'équipe s'est mise dans le bon sens. Toutes les consignes ont été respectées. Défense plus agressive, jeu rapide,

attaque du panier ce qui nous permet de mener au score. Sur ce match l'équipe a très bien défendu et a très bien joué en attaque.

Les chiffres ne trompent pas, tous les joueurs ont été très impliqués. Du côté de la défense, nous affichons un nombre de fautes (enfin) important et surtout

nous affichons un scoring partagé en effet, tous les joueurs ont marqué.

Cette première victoire dans le championnat nous permet de regagner en confiance. Il en faudra, car la rentrée va être chargée!

Bravo les garçons, il faut savoir apprécier ces moments et se rappeler de ce que nous avons bien fait pour les prochains matchs.

Tahina



RÉSUMÉS

SG2

Astro 62 - 71 Aussonne

Vendredi dernier nous recevions l'équipe d'Aussonne.

Nous réalisons une bonne première période avec un jeu collectif, mais le manque de communication de notre défense leur permet de scorer facilement (28pts)! Nous entamons le second quart-temps bien décidés à corriger cette erreur, et ça n'a pas loupé car nous encaissons que 6 petits points, ce qui nous fait repasser devant à la mi-temps!

À la reprise le match reste serré, et nous commençons à entrevoir de bonnes chances de victoire!

Le problème, c'est que nous sommes passé complètement à côté du dernier quart : pertes de balles dues à des passes trop téléphonées, manque de collectif sur jeu placé, et Aussonne à bien su convertir en contre-attaques simples... Nous nous reprenons dans un dernier sursaut d'orgueil, mais bien trop tard, score final 62 à 71.

Une défaite assez frustrante car nous savons qu'elle vient de notre manque de concentration, nous devons rester dans le match jusqu'au bout pour gagner!

Mathieu (joueur)



PHOTO DE LA SEMAINE

Père Noël et petit Trompettiste
au Noël de l'Astro !



L'école de basket fête Noël !

Avec les vacances qui arrivent, c'est aussi le moment de faire un petit bilan intermédiaire...

En plus des entraînements de chacun la semaine, nous accueillons chaque weekend dans nos gymnases, une douzaine de matchs et des plateaux. C'est beaucoup et cela demande beaucoup du temps et de l'énergie :

- Fred et Micka coordonnent les horaires avec le comité, la ligue, nos coachs et nos adversaires.,
- Gwen et Rachel sont en soutien des coachs toute la semaine (+ samedi) pour aider à la préparation sportive et aident à l'arbitrage et / ou à la tenue de table,
- Mathieu anime le JAP sur les matchs des U11F et U11M le samedi matin, puis aide à l'arbitrage l'après-midi sur les matchs de jeunes,
- Tous les 3 participent à la formation de nos jeunes arbitres
- Tous les coachs présents sont bénévoles,
- Quelques personnes viennent régulièrement aider à l'arbitrage et / ou à la tenue de tables,
- Je prépare en amont les goûters, organise la répartition des arbitres et OTM, télécharge et fichiers E-Marque et suis présente également pour former les volontaires au chrono et à l'E-Marque.

Je vous rappelle nos rôles pour que chacun comprenne comment nous fonctionnons et pour vous alerter sur une participation très en baisse par rapport aux saisons dernières - alors que nous avons plus d'équipes. Pour que tout fonctionne, il est essentiel que chacun participe à la vie du club d'une manière ou d'une autre, par exemple que les seniors, U20 ou U17 coachent ou arbitrent les plus jeunes, ces derniers seraient je pense, de fervents supporter en retour. C'est aussi essentiel pour entretenir la convivialité à laquelle nous sommes tous attachés.

L'Astro c'est notre club à tous : il est ce que nous en faisons et ce que nous y faisons.

Retour la fête de Noël de l'École de Mini-Basket : à la vue des sourires de nos petits lutins basketteurs, elle a été un succès !

Cette réussite, nous la devons à tous les grands lutins qui ont œuvré en coulisses sur les préparatifs et sur l'animations des ateliers : UN GRAND MERCI à tous ces grands lutins et au Père Noël pour sa belle prestation !

Bonnes fêtes et bonnes vacances :-)



ACTUS

Le prochain match à domicile de l'Equipe Professionnelle du Toulouse Métropole Basket se joue la semaine prochaine :

TMB - Arras : Jeudi 21 décembre - 20h

Au Petit Palais de Sports de Toulouse

A cette occasion, nous organisons une Soirée de Gala ouverte à tous sous réservation.

Au programme :

18h30 - Cocktail d'avant-match

20h - Match TMB - Arras

21h45 - Suite cocktail dînatoire en présence des joueuses

Tarifs :

Adulte : 30€/pers

Enfant de moins de 6 ans : Gratuit

Enfant de 6 à 12 ans : 15€

Par ailleurs, comme pour chaque match, vous bénéficiez de 3 places offertes (dont la vôtre). Pour profiter de l'offre cliquez sur "Réservation Places" ci-dessous, choisissez le tarif "Licencié TMB/Astro" et indiquez votre numéro de licence.

Pour toute information complémentaire, contactez le TMB par mail : contact@tmb-basket.com

SOIREE DE GALA

JEUDI 21 DÉCEMBRE

Petit Palais des Sports de Toulouse

18h30 - Cocktail dînatoire d'avant-match

20h - Match **TMB - ARRAS (LF2)**

21h45 - Suite du cocktail dînatoire en présence des joueuses professionnelles

Formule Gala TMB proposée : 30€ /pers



TOULOUSE

METROPOLE BASKETBALL





Vacances de Noël

Trêve de Noël pendant la première semaine des vacances scolaires.
Puis reprise en douceur pendant la deuxième semaine pour quelques catégories.

Lieu	lun. 01/01	mar. 02/01	mer. 03/01	jeu. 04/01	ven. 05/01
Lycée T-Lautrec	X	X	18h-20h = U13F Stéphane 20h-22h = Junior League (U15 à U20 M et F) Pierre	18h-20h = U13F Stéphane 20h-22h = SG Mickael	18h-20h = U13F Stéphane 20h-22h = U20M Pierre