

ASTROBULLE

N°23



Mercredi 20
mars 2019



La Pink Army lors de leur rencontre au Petit Palais des Sports contre Mazères



Un environnement exceptionnel puisqu'il s'agissait d'un match d'ouverture au match du TMB



Une image de l'échauffement qui nous permet de nous rappeler que ces maillots sont vraiment beaux...



On espère que les filles ont bien profité du superbe parquet !



Nos U15F3 en Ariège qui me en sous-nombre ne se laissent pas abattre !



Nos U15M1 qui terminent leur saison chez nos voisins du TOAC



Les U11M2 en 'Roadtrip' à Caraman !



Et bien sûr leur armée d'accompagnants

Résultats Samedi 23

Date	Catégorie	Locaux	Visiteurs	Résultats	Arbitres	OTM
Ven 22/03	SF3	TMABC 3	Auterive	Défaite 43-61		Joanne - Laurianne
	SG2	Astro 2	Labarthe 3	Défaite 70-81		Joel - Cédric
	SG3	Exempt		x		
Sam 23/03	U11F	Astro 1	NET'S	Victoire 22-10	Chloé - Adela	Noah - Virginie
	U11M1	Astro 1	Roquettes	Victoire 18-14	JAP avec Teddy	Vanessa - Roquettes
	U11M2	Caraman	Astro 2	Victoire 15-17		
	U13F1	TMABC 1	Mazères	Victoire 49-25	Nicolas - Rodrigue	Cathy - Vanessa
	U13F2	TMABC 2	Roquecourbe	Défaite 27-41	Micka - Medhi	Virginie - Agnès
	U13F3	TMABC 3	BAB'SS 2	Victoire	Mathieu - Corentin	SF4 - U15M1
	U13M1	TOAC 1	Astro 1	Victoire 46-65		
	U13M2	31 Nord 2	Astro 2	Défaite 67-29		
	U15F1	TMABC 1	Golfech	Victoire 72-64	Rachel - Christian	Alex - U15F2?
	U15F2	TMABC 2	Roquecourbe	Victoire 55-41	Christian - Gwen	Sébastien - Alex
	U15F3	Saverdun	TMABC 3	Défaite 34-32		
	U15M1	TOAC 2	Astro 1	Défaite 76-73		
	U15M2	Astro 2	Noé 1	Défaite 53-60	U17M2 (Mathieu)	Thierry -
	U15M3	Noé 2	Astro 3	Défaite 41-26		
	U18F	Lézat	TMABC	Victoire 54-73		
	U17M1	Castera	Astro 1	Défaite 60-56		
	U17M2	Astro 2	Vacquiers	Défaite 37-56	Teddy - Andrea	Thierry - Victor
	U17M3	Caraman	Astro 3	Défaite 60-51		
Dim 24/03	U20M 1/4 A	Astro	Séméac 2	Défaite 54-76		
	SF1	Vic	TMABC 1	Défaite 54-43		
	SF2	TMABC 2	Gimbelet	Forfait 20-00		
	SG1	Pamiers 2	Astro 1	Victoire 73-79		

 **REPLAY**
COMMENTAIRES DES MATCHS
Du weekend du 16/03/2019

U9

Retour à St Sulpice pour ce plateau d'après vacances, et encore 4 matches au programme. Excellent début contre Vacquiers : une bonne circulation du ballon, des tirs en course, bonne concentration en défense, et une adresse insolente. Pour le deuxième match, contre Bessières, ce n'était pas vraiment la même histoire : nos joueurs ont rapidement été déroutés par de fortes individualités dans l'équipe adverses et ils ont perdu leurs repères, à la fois en attaque et en défense. Le match suivant, contre le TOAC, les choses étaient revenues dans l'ordre et ça a donné lieu à un match bien maîtrisé, avant une dernière partie équilibrée face au TBC. Bilan satisfaisant au final : le niveau de jeu est en nette progression (notamment par rapport au dernier plateau avant les vacances), et, surtout, tout le monde a pris du plaisir.

U11M1

ASTRO - ROQUETTES

18 - 14

Ce match était attendu à plus d'un titre. Tout d'abord parce que le match aller correspondait à notre première défaite de la saison. Mais surtout il arrivait une semaine après la "débâcle" de Blagnac !

Après une semaine d'entraînements sérieux (il faut dire que nos poussins n'avaient pas trop le choix !), les garçons sont entrés dans cette rencontre avec l'envie de bien faire et cela s'est traduit par des actes : la première mi-temps tourne entièrement à notre avantage sur le terrain ainsi qu'au panneau d'affichage, même si l'addition aurait pu être plus salée sur quelques périodes ... 7-2 puis 10-5 pour l'opposition B (Loric, Noah, Gaspard, Jonas, Sohan) et 6-5 puis 5-4 pour l'opposition A (Jérémy, Samuel, Arthur, Louis, Angelo).

Lors de la première période de la 2ème mi-temps notre opposition B porte le coup de grâce avec un cinglant 7-0, ce qui nous assure la victoire face à l'actuel leader du championnat. Mais les visiteurs n'occupent pas cette place par hasard et la fin de match va les voir réagir.

Il faut dire que nous les avons aussi bien aidés à se relancer, leur laissant ainsi l'avantage du goalaverage acquis au match aller. En effet, l'opposition B perd sur le fil sa dernière période 5-6 après avoir passé l'ultime minute entièrement dans le camp adverse à tirer au panier sans jamais réussir à concrétiser ...

Et notre opposition A, après avoir légitimement subi la supériorité du joueur majeur adverse en période 7 (perdue 2-10 avec tous les points inscrits par leur Jérémy local !), ne saura pas appliquer mes consignes en période 8 alors qu'il y avait beaucoup de solutions à utiliser pour être plus efficace en attaque (période perdue 5-6).

On retiendra donc qu'après le non-match complet de la semaine dernière la majorité des garçons a su rebondir pour remporter une belle victoire dans un match "au sommet", mais qu'il reste encore beaucoup de travail à accomplir pour être plus efficace en attaque lorsque le jeu rapide n'a pas abouti.

Mickael

U11M2

CARAMAN - ASTRO

15 - 17

Épisode 14 : Very good trip

Après leur avoir livré ce que j'avais sur le cœur suite au non-match du week-end précédent, j'attendais une forte réaction de mes poussins.

Le moins que l'on puisse dire c'est que je n'ai pas été déçu.

Ce match c'était avant tout une aventure et comme toute aventure ça a commencé par un voyage puisque Caraman c'est pas la porte à côté. (Bon, c'est pas aussi loin que Le Fousseret mais quand même!) Comme les papas de l'équipe sont plutôt bien équipés en véhicules pour familles nombreuses on en a profité pour faire du covoiturage ce qui nous a de suite mis dans l'ambiance.

Arrivés sur place : surprise! Nous étions en avance de 2 heures suite à une « erreur de programmation ». Heureusement que personne n'avait rien prévu ce samedi, style tonte de 700m² de pelouse ou révision du passé composé... bref.

Qu'à cela ne tienne nous avons patienté avec un peu de basket outdoor pour se mettre en jambe, quelques défis adultes/enfants et une masterclass sur le 1 contre 1 de Ghislain notre consultant technique.

Pendant ce temps les plus responsables des parents (pas moi, je faisais un Horse avec Jules...) écumèrent les commerces les plus réputés de Caraman en vue d'un pic nic gastronomique au bord du fameux lac local.

Donc après avoir transformé le parking en salon du camping car nous nous sommes approprié la pelouse du lac pour étaler nos victuailles et préparer de délicieux sandwiches.

Pendant ce temps les enfants se réunirent dans l'espace de préparation physique et mentale mis à leur disposition (une cabane munie d'un toboggan pour les 3/8 ans) pour aborder les aspects tactiques de leur rencontre.

Puis après un déjeuner préparé par les meilleurs diététiciens sportifs du club (sandwich pâté-camembert-chips, chips, bananes, chips, chocolat, chips, chips) nous repartirent repus en direction du gymnase, cette fois presque en retard.

Les maillots marines et étoilés enfilés, les garçons se sont lancés dans un échauffement des plus efficaces mêlant sérieux et bonne humeur.

Ce qui fait que nous avons abordé le coup d'envoi en toute confiance et sérénité, prêts à effacer l'ardoise de la semaine précédente.

L'opposition 2 (Max-Louis, Jules, Romain, Martin D, Elliott H) démarre timidement par une égalité (2-2) et un QT perdu (4-2) pauvres en paniers mais le résultat n'est pas le reflet de la bataille que se sont livrée les 2 équipes. La raison? Énormément de déchets de notre côté que se soit en shoot même de prêt ou en tir en course (environ 10% de réussite, argh) et très peu de bon choix pour les seconds tirs. Et du côté de Caraman? Ils ont eu beaucoup moins d'occasion mais ont été plus efficaces. Max-Louis a eu la lourde tâche de verrouiller le serial shooteur adverse qui nous avait coûté 13 pts à l'aller. Mission réussie haut la main, le pauvre n'a pu marquer que 2 fois!

En deuxième mi-temps le schéma reste le même un QT perdu dans les mêmes conditions (4-2) avant que notre attaque ne trouve carrément plus aucune solution (5-0). Bon, on ne va pas tout mettre sur le dos du panneau en plexi (le même que chez les NETS...), je pense qu'un atelier shoot s'impose pour certains...

Pourtant, pas de déception de mon côté, si l'implication se mesure en centimètres de langues qui pendent et en millilitres de transpiration, mes gars se sont effectivement donnés à fond.

L'opposition 1 (Guilhem, Erwann, Oscar, Solal et Diego) nous a projeté un film complètement différent. Si l'investissement a été aussi fort que leurs copains, le résultat lui, est très visible. 1er QT (5-10) gagné haut la main avec 3 des 4 joueurs qui marquent. Tout le monde est dans le jeu, c'est collectif, c'est beau, que demander de plus? 2ème QT plus serré (5-6) mais dans la même veine avec toujours 3 des 4 joueurs qui scorent. Le paroxysme du jeu des Astroboys arrive au 3ème QT (2-13), une vraie leçon infligée à leurs hôtes, tout le monde marque, ça va vite, lorsque le jeu rapide échoue, les garçons se replacent et trouvent une solution. Je crois que j'ai versé une larme de bonheur sur 1 ou 2 actions dignes d'un tuto YouTube.

À ce moment là du jeu nous sommes à égalité, perdre le dernier QT nous serai fatal. Mais après ce que je viens de voir je n'ai pas le moindre doute quand à l'issue du match. Et pourtant...

N'usurpant jamais notre titre de maîtres du suspense, de Hitchcock des parquets, notre heureux destin ne sera définitivement scellé que 16 secondes avant le coup de sifflet final. C'est la guerre des tranchées sur le terrain, Caraman a eu un regain de fierté et ne compte pas se laisser voler la vedette à domicile. Leur machine à panier se remet en marche alors que nos vieux démons de la semaine dernière refont surface : en attaque tous nos garçons sont sous le panier et donc s'enlisent lors des contre-attaques adverses trop rapide. Malheureusement Erwann se tord la cheville, c'est l'occasion pour moi d'investir le terrain pour les alerter sur la situation tout en escortant notre pauvre blessé sur le banc. Oscar le remplace et le jeu repart de plus belle. Sans état d'âme, Solal mute en gremlins et va chercher toutes les fautes adverses possibles pour planter 7 lancers-francs au total! (Stats LF de Solal sur le match : 8/10, je pose ça ici pour les SG1...). Au buzzer final QT gagné de justesse (8-9) grâce à une volonté féroce de gagner et une superbe intelligence de jeu. Bluffant.

Que retenir de ce match? Que quand nos poussins s'en donnent la peine, ils peuvent faire de très grandes choses. Que la débâcle contre le NETS n'était qu'un accident. Qu'ils sont capables de réagir. Que la terrine de canard c'est bon. Que Caraman c'est loin. Que je suis super fier d'eux. Bravo les gars.

Guillaume

U13F1

TMABC - MAZÈRES

49 - 25

Après 2 mois de grève des commentaires, je reprends la plume, enfin le clavier, pour vous donner des nouvelles de cette équipe U13F1.

Nous nous étions quittés sur le "désastre de Rodez" ! Désastre non pas qu'à cause du résultat final mais surtout par rapport à l'état d'esprit des joueuses ce jour-là ... et lors des entraînements précédents.

Que s'est-il passé ensuite ... le match d'après, sans surprise nous perdons à Pradines 53-36, laissant ainsi 99% de chance à nos adversaires du jour de finir 4ème à notre place et de se qualifier ainsi pour les play-off. Mais l'essentiel était ailleurs. Ce jour-là, j'ai entraperçu les prémices d'un sursaut d'orgueil de mes joueuses, qui ont produit un match honorable pendant 3 quarts-temps (malgré un piteux 4/21 aux lancers-francs) avant de retomber dans leurs travers au 4ème. Mais point très positif, ce jour-là, alors que le moral des troupes partait à la dérive, nous avons trouvé une capitaine, qui depuis, aura tenu son rôle à merveille !

Le déplacement au NET'S la semaine suivante aura confirmé l'impression de renouveau : des joueuses enfin solidaires et unies, même au plus fort de l'adversité ... contre une équipe, composée d'une majorité de joueuses en sélection départementale et régionale, qui a l'habitude "d'éclater" ses adversaires (28-72 chez nous à l'aller !), nous avons fait mieux que résister en arrachant deux égalités au 1er et 4ème quart temps. Seul le 3ème (perdu 20-0 !) donnera au score final (60-30) des allures de correction mais sur le terrain nous avons réalisé une des meilleures prestations jusque-là, surtout au niveau de la combativité et de l'abnégation.

Ensuite nous avons accueilli les filles d'ALBA, dernières du classement, ce qui nous a donné l'occasion de confirmer notre nouvelle dynamique et de renouer enfin avec la victoire 50-32. Un mois après ça, au retour des dernières vacances, les filles m'ont offert leur performance collective et individuelle la plus aboutie de la saison ! En déplacement à Tournefeuille, chez le leader invaincu de la poule, nous sommes devant au score à 1 minute de la mi-temps ! Dans un match d'une rare intensité où les arbitres avaient pris le parti de ne siffler que très peu de fautes, ce fut un véritable combat dans tous les sens du terme ! Comme au NET'S, le 3ème quart-temps verra nos espoirs de miracle s'envoler, la faute à une bien meilleure efficacité en attaque chez nos redoutables hôtes ... mais quelle fierté d'avoir dirigé mes filles sur ce match en dépit des 30 points d'écart au final (73-43).

On arrive enfin à samedi dernier ... grâce à Philippe (encore un très grand merci à Sarah et lui) nous avons eu droit aux honneurs du petit Palais des Sports pour accueillir l'équipe de Mazères. Il nous fallait être à la hauteur de l'évènement ... et nous l'avons été, face à de valeureuses Ariégeoises qui n'auront jamais abdiqué, mes filles s'imposent 49-25 en faisant valoir leur supériorité physique et leur surplus d'engagement. Côté collectif on aurait pu espérer un peu mieux à ce stade de la saison, mais depuis décembre nous n'avons eu aucun entraînement seuls dans un gymnase. Suite aux différentes réquisitions nous avons toujours du partager la salle avec une autre équipe et n'avons donc pas pu travailler le 5c5 tout terrain depuis plus de 3 mois maintenant ...

Qu'importe, le bilan sur cette période reste très positif : un véritable groupe s'est construit, petit à petit. Nous avons joué dans un championnat bien supérieur à ce qui était envisageable en tout début de saison. Aucune de mes joueuses n'avait évolué au niveau régional par le passé. Certaines ont moins de 2 ans de pratique. Et nous avons été confrontés à des équipes qui, toutes sans exception, avaient au moins une joueuse en sélection départementale, quand ce n'était pas toute une armada ! Mais mes protégées ont su faire face et elles vont finir la saison parmi les 10 meilleures équipes de la région ... un immense bravo à elles !
Il reste un dernier match ce samedi ... réception de Gaillac, inamovible 3ème de notre poule, avec dans ses rangs peut-être la meilleure joueuse de la région ... encore une fois il va falloir escalader une montagne ... mais je sais que mes guerrières ne me décevront pas !
Mickaël

U13F2

TMABC - ROQUECOURBE

27 - 41

Les U13F2 recevaient ce samedi l'équipe de Roquecourbe.

Une fois n'est pas coutume, l'entame de match est réussie mais certaines actions auraient méritées d'être mieux concrétisées. Cette relative maladresse nous empêche de creuser un écart qui aurait sans doute généré un surplus de confiance et d'énergie.

Malheureusement, c'est l'inverse qui se produit. Au fur et à mesure du match, l'équipe d'en face hausse d'un ton et la nôtre plonge progressivement dans une certaine torpeur. Malgré de très bons passages trop éphémères, nous ne parviendrons jamais à inverser la dynamique au score. Quand une joueuse ou deux sont à fond sur le terrain tant physiquement que dans la concentration, on ne peut pas espérer surpasser d'autres équipes qui ne laissent leur part à personne.

Ayant pu pour une fois assister à ce match avec un regard extérieur, j'ai pu observer le manque d'interactions entre les joueuses durant la rencontre et beaucoup de comportements plutôt individuels que collectifs. Les coaches cherchent l'interrupteur depuis le début de saison mais force est de constater que parfois nous n'avons pas la solution face à ce problème d'implication (on parle de s'investir à 150% sur le terrain) et cette forme d'indifférence à l'échec alors que ça devrait engendrer une motivation supplémentaire et une énergie collective bien plus utile que dans les moments où ça va bien.

Le manque de caractère manifeste ne s'explique pas uniquement par le fait que nous ayons 90% de première année dans l'effectif, il nous faut faire un point sur les motivations et l'implication des joueuses dans le projet de jeu pour partir dans la direction qui correspond le mieux sur la fin de saison et en prévision de la suivante.

Une remise en question de tous les membres de l'équipe (y compris les coaches) s'impose et il ne pourra en sortir qu'un résultat positif!

Stéphane

U13M1

TOAC - ASTRO

46 - 65

Les joueurs avaient hâte de retrouver ce match. Tout d'abord à cause du beau parquet; l'occasion ne nous est pas souvent donnée de jouer sur ce type de revêtement. Mais aussi et surtout devait nous permettre de consolider notre seconde place au classement, nous donnant ainsi l'opportunité d'éviter les poids lourds de la poule A dès le 1er tour des play offs. Ce fut chose faite. Si l'écart à l'arrivée semble grand, ce ne fut pas un match de tout repos malgré le fait qu'ils n'étaient que 6 en face. L'entame est difficile. Ayant remarqué seuls 3 des 6 joueurs en face ont un foncier réel, je décide de les prendre en tout terrain. On essaiera de garder cette approche tout au long du match, bien que ce ne soit pas un réflexe pour nos jeunes. Cette tentative d'asphyxie ne donne pas tout de résultat probant pour les 2 premiers quart temps que nous gagnons respectivement 15-12 et 19-17. Il faut attendre le retour des vestiaires pour que l'étau produise l'effet escompté: 18-3 en notre faveur. mais comme à notre accoutumée, on commence le dernier quart temps en "vainqueur ayant déjà gagné". Cela a redonné espoir à l'adversaire dans les premières minutes. On va se ressaisir pour contrôler ce quart temps et le gagner 14-13. Bravo aux jeunes avec une mention spéciale à Louis qui est à 110% sur chacune de ses actions.

Constant

U15F2

TMABC - ROQUECOURBE

55 - 41

Ce samedi, les U15F2 recevaient l'équipe de Roquecourbe. Assurées de terminer 1ères de notre poule, nous nous devons néanmoins d'entretenir la dynamique de victoires et envoyer un message aux autres équipes comme quoi nous ne négligeons aucun match.

Les filles sont impliquées dès l'avant match, et je ne décèle aucun signe particulier de relâchement, ce qui me fait alors dire que le match va bien se passer.

L'entame et la suite du match ne me font pas mentir, nous sanctionnons leur défense de zone par une belle adresse extérieure, consécutive à quelques belles phases de circulation du ballon et de plus en plus d'agressivité dans les bons espaces. Nous constatons de nets progrès dans le jeu collectif et quand on met les ingrédients dans la mentalité et la combativité, on est capable de produire de très belles phases!

Une victoire beaucoup plus nette qu'au match aller vient donc récompenser cette prestation une nouvelle fois très encourageante pour la suite.

Je profite de cette occasion pour remercier les joueuses car elles portent haut les valeurs de fair play, de partage, d'entraide et de combativité qui sont des préalables indispensables au sport d'équipe et qui à mon sens sont plus importants que la progression technique ou tactique. Alors peu importe l'issue de la post saison, la plus belle victoire est de voir ces filles fonctionner ensemble en toute bienveillance et nous commençons à comprendre qu'en se donnant à fond, on peut se rendre meilleur mais aussi rendre meilleur le reste de l'équipe.

Notons aussi l'implication sans faille des filles, qui ont assuré le spectacle de la mi temps du match des pros du TMB, en revêtant les costumes des mascottes toulousaines invitées et en se livrant un match acharné presque aussi intense qu'en début d'après-midi, conclu sur le score de..... 0 à 0!!!

Les phases finales commencent donc dès la semaine prochaine, et nous devons travailler d'arrache pied aux entraînements pour mettre un maximum de chances de notre côté.

Stéphane

U15F3

SAVERDUN - TMABC

34 - 32

Super match par une équipe extraordinaire... et pourtant, ça partait mal !

6 joueuses sur 14 potentielles. Des mails de relance pour connaître les présences restant pour certaines joueuses sans réponse ! Une seule voiture pour transporter toute l'équipe laissant le 1er coach Emmanuel à la maison.

45' plus tard, sous un paysage ensoleillé de Pyrénées Ariègeoises, les filles se préparent à affronter 10 joueuses qui avaient gagné 59 à 20 à l'aller.

Consignes de départ : 1/ Prenez du plaisir 2/ Formez un groupe solidaire 3/ Pas de passes en cloches

Stratégie : utiliser tous les temps mort pour se reposer et beaucoup tourner.

1er Quart 10-6 : les filles n'en reviennent pas ... elles s'amusent et un écart aussi faible n'est pas arrivé depuis longtemps.

2ème Quart 9-10 : les filles y croient tellement qu'elles enchaînent les interceptions, défendent très bien, tentent des tirs ... et marquent pour remonter à 16 contre 19.

3ème Quart 11-6 : Un peu d'adresse des adversaires les maintiennent en léger retrait mais le plaisir de faire un match équilibré renforce la motivation du départ. Elles ont envie de savourer jusqu'au bout et pourquoi pas aller chercher les 4 paniers manquants.

4ème Quart 4-10 : Les filles s'emballent et jouent la victoire. L'équipe adverse est décontenancée et cafouille. Nous utilisons tous nos temps morts pour bien souffler et tenir jusqu'au bout mais les filles ont des ailes. Aucune ne veut retourner sur le banc !!! Au final, un score de 34-32 mais surtout une très grande leçon de jeu collectif et de plaisir partagé.

Merci à Kalian, Ambre, Layla, Chéryl, Bertille et Marion qui, par leur courage, leur esprit d'équipe et la régularité de leur présence, m'ont rappelé la raison pour laquelle je m'étais engagée auprès d'elles.

Céline Coudrin

U15M1

TOAC - ASTRO

76 - 73

Pour le dernier match du championnat, nous nous sommes déplacés chez nos voisins du TOAC. Nos début de match sont toujours difficiles. Très vite, nous passons derrière au score, cependant, à force d'application et de volonté, nous sommes arrivés à recoller au dernier quart temps. La fin fut tragique car nous perdons au final de 3 points mais le match fut magnifique. Les garçons ont donné tout ce qu'ils avaient.

Ils n'ont jamais rien lâché. C'est une défaite. Amère, car elle illustre parfaitement le championnat. Nous avons les moyens pour jouer au premier plan dans ce championnat mais les successions d'absences et de blessures nous empêchent d'avoir la meilleure équipe possible à opposer aux adversaires.

Cette fois-ci nos vaillant joueurs sont:

Gautier : Un apport énorme à l'intérieur. Encore une fois sa présence a été précieuse.

Antoine Enjalbal : Antoine nous confirme que sa présence est indispensable, la rotation avec Gautier est parfaite. Pour preuve lorsque ces deux joueurs sont présents alors le gain du match est pensable. Sans un des deux ... c'est beaucoup plus difficile.

Victor : Il continue son retour, tout doucement, nous apportant sa redoutable efficacité.

Jules Forest-Bagnatti : Impeccable, quelle détermination, que vitesse ! Lui aussi effectue son retour, il nous a manqué !

Hadrien : Fidèle au poste, il continue de prendre progressivement le rythme de l'équipe 1

Jules Klein : Egal à lui même - Discret et efficace - un élément indispensable !

Antoine Rambert : Il retrouve petit à petit ses marques, sa vitesse et ses feintes nous aident à passer les press adverses.

Et enfin

Shaun : Shaun en défense comme en attaque est impressionnant. En début, d'année nous avons eu une discussion avec lui. Lui disant

qu'il fallait s'accrocher pour jouer en équipe 1 - A ce jour, c'est notre meilleur joueur ! BRAVO Shaun !

Bravo à toute l'équipe, à 8 vous avez su parfaitement gérer ce match ! La victoire aurait été belle mais terminer la saison de cette manière l'est également

Hors des terrains : Un grand merci également à tous les garçons impliqués dans la vie du club - Corentin qui a arbitré - Gautier toujours présent - Antoine R. et Elliot qui sont venus aider et enfin Mathias blessé, il est venu aider au plateau U9 du Dimanche. et nous reviendrons encore au complet au prochain plateau U9

Emma et Tahina

SG1

PAMIERIS 2 - ASTRO

73 - 79

Retour aux affaires après plus d'un mois sans jouer. Notre bon parcours jusque-là (nous sommes toujours 2ème) nous permet d'avoir un programme très excitant pour nos 4 derniers matchs de championnat : ni plus ni moins que 3 demi-finales pour pouvoir espérer jouer une véritable finale en dernière journée face au leader, le TCMS ... mais d'ici là, le moindre faux pas nous éloignerait définitivement de cette 1ère place, synonyme de montée directe !

En attendant, premier défi de ce triptyque et retour en Ariège, comme avant les vacances, pour y défier l'équipe 2 de Pamiers, à un horaire plus tardif que d'habitude.

Le match démarre on ne peut plus mal : 9-0 après 3 minutes de jeu ... nous sommes totalement inefficaces face à leur défense de zone. Un petit temps mort, quelques ajustements et enfin nous commençons à revenir petit à petit au score ... 19-18 à 1 minute de la fin du 1er quart temps ... avant d'encaisser 2 tirs à 3 points meurtriers dont le 2ème de très loin au buzzer ... 25-18 !

Mais notre effectif est plus complet que le leur et surtout notre force collective prend peu à peu le dessus quand on rentre dans les rotations de joueurs ... malgré plusieurs changements de type de défense pour les locaux nous remportons les 2ème et 3ème quarts temps nettement : 12-25 et 14-24 ce qui nous donne 16 points d'avance à l'entame du dernier acte.

Pendant les 5 premières minutes nous faisons plusieurs mauvais choix en attaque mais nous compensons par une bonne intensité défensive et surtout une grosse présence au rebond des deux côtés du terrain (gloire à nos 5 intérieurs sur ce match !). Puis c'est le rush final des locaux qui nous collent un 10-0 jusqu'à revenir à 6 points.

Nous gérons tant bien que mal cette fin de match et conservons finalement ces 6 points d'avance ... ouf ! Il faut dire que notre pathétique 8/28 aux lancers francs ne nous a pas beaucoup aidé !

Victoire 73-79 (22-12 au dernier QT). C'est fait pour cette première demi-finale ... encore 2, dont la prochaine à domicile dimanche à 15h30 ... il faudra vaincre St-Orens que nous n'avions battu qu'après prolongation au match aller ! On vous espère nombreux pour nous soutenir !

Mickael



INSIDE LE PANIER D'OR

Dimanche dernier, Angelo, Jeremi et Solal nos 3 représentants U11M se sont retrouvés pour disputer la finale départementale du Panier d'Or 2019 à Saint Sulpice.

M'étant fait réquisitionné sur place par le comité pour être référent, j'ai eu le plaisir d'être le tuteur pour la matinée de cette joyeuse bande composée de nos 3 poussins + 4 garçons du Blagnac Basket Club. Pas rancuniers du tout, nos gars les ont bien accueilli.

Au programme : 3 passages sur 3 paniers différents, les 10 meilleurs moyennes s'affrontent ensuite pour une place en finale régionale. Malheureusement nos poussins ne sont pas allés plus loin que le premier tour.

Tant pis, c'était une expérience sympa ponctuée par un pic nic convivial au soleil.
Guillaume

Quant aux filles Camille Segala représentera l'Astro lors de la finale régionale qui se fera à Séméac (65). Bravo à elle !

Elle sera accompagnée de Mayline Ravin (TMB).





TOULOUSE

METROPOLE BASKETBALL

Victorieuses samedi dernier sur le parquet Toulousain, nos joueuses restent sur 8 succès consécutifs et gardent leur deuxième place :

TMB - LA GLACERIE (CHERBOURG)

Samedi 30 mars 2019

20h

Petit Palais des Sports de Toulouse

Les points importants à savoir sur ce match sont les suivants :

L'entrée est gratuite pour tous les enfants de moins de 18 ans (possibilité de réserver sur la billetterie en ligne et sur présentation de la carte d'identité à l'entrée du match)

Comme toujours, une séance d'autographes au bord du terrain sera organisée à la fin de la rencontre

Ce match est organisé par des étudiants. Il y a donc un tarif étudiant de 5€ prenant en compte la place et une bière offerte. Des animations seront menées à la mi-temps par les différents étudiants présents.

SAMEDI 30 MARS

20 H - PETIT PALAIS DES SPORTS

Avec



TOULOUSE METROPOLE
CHERBOURG LA GLACERIE

RESERVATIONS : WWW.TMB-BASKET.COM





L'évènement



On vous en avait déjà parlé et la date se rapproche! Tout le club est concerné : l'école de mini-basket pour jouer, les jeunes joueurs pour arbitrer ou aider au coaching et les parents pour accompagner et encourager ! Vous pouvez dore et déjà vous inscrire avec le lien si dessous :

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSebuYZ0DyatU5hE1yp0fxh9AGXIV6Hd4eUGLUo5w-roKRDKAA/viewform?usp=pp_url

TOURNOI MINI-BASKET DU 1er MAI 2019
Inscription joueur au tournoi du 1er mai
docs.google.com

Si vous avez la moindre question n'hésiter pas à demander à Rachel par mail (ralou.astro@hotmail.fr).

**TOURNOI
MINI BASKET
DU 1ER MAI 2019**

A MURET





OUTSIDE

Equipe de France à Toulouse

Lors de leur programme de préparation avant le début de la Coupe du Monde en Chine, notre équipe nationale rencontrera la Tunisie, ici même à Toulouse au Palais des Sports !

La billetterie de cette rencontre de préparation en France ouvrira mi-avril.

Plus d'infos ici : <http://www.ffbb.com/une-preparation-de-haut-niveau-pour-les-bleus>

TEAM FRANCE BASKET

TOURNOIS DE PREPARATION
COUPE DU MONDE 2019

5-7 AOÛT 2019
PAU ET TOULOUSE
5 AOÛT : FRANCE 🇫🇷 - 🇹🇷 TURQUIE
7 AOÛT : FRANCE 🇫🇷 - 🇹🇳 TUNISIE

15-17 AOÛT 2019
MÉTROPOLE DE LYON
15 AOÛT : FRANCE 🇫🇷 - 🇲🇳 MONTÉNÉGRO
16 AOÛT : FRANCE 🇫🇷 - 🇧🇷 BRÉSIL
17 AOÛT : FRANCE 🇫🇷 - 🇦🇷 ARGENTINE

24-27 AOÛT 2019
SHENYANG (CHINE)
24 AOÛT : FRANCE 🇫🇷 - 🇳🇿 NELLE ZÉLANDE
25 AOÛT : FRANCE 🇫🇷 - 🇮🇹 ITALIE
27 AOÛT : FRANCE 🇫🇷 - 🇷🇸 SERBIE

FFBB

1/4 DE FINALE ALLER
U15F1 ET U15F2

ELLES AURONT BESOIN DE SOUTIEN !

Tous avec elles pour le
championnat régional !





INSIDE MATCHS À VENIR PROGRAMME FFBB

Date	Catégorie	Locaux	Visiteurs	Heure match	Gymnase	Adresse	
Ven 29/03	SF3	Saverdun	TMABC 3	21h00	Girbet	rte de Toulouse 09700 Saverdun	
	SG2	Astro 2	Cazères	20h30	Arnauné	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE	
	SG3	NET'S 3	Astro 3	21h00	Alex Jany	Ch Belbèze 31240 Saint-Jean	
Sam 30/03	U7	Entrainement habituel		9h30	Clg Lautrec	46, impasse Barthe 31200 TLSE	
	Loisirs	Basket "Bien-Etre"		9h30	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE	
	U9	Entrainement habituel		11h00	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE	
	U7	Plateau confirmé au TOAC - Accueil 8h45				Dewoitine	20 Ch de Garric 31200 TLSE
	U11F	Le Fousseret	Astro 1	14h30	Franci Avignon	av Pyrénées 31430 Le Fousseret	
	U11M1	OTB 1	Astro 1	12h30	M. Pagnol	9 rue des Tilleuls 31830 Plaisance	
	U11M2	Astro 2	TCMS	9h30	Arnauné	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE	
	U13F1	TMABC 1	Gaillac	16h30	Clg Lautrec	46, impasse Barthe 31200 TLSE	
	U13F2	TMABC 2	Serenes	11h00	Arnauné	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE	
	U13F3	Repos		x			
	U13M1	Montaut 2	Astro 1	13h00	salle municipale	"Au Campet" 32810 Montaut	
	U13M2	Repos		x			
	U15F1 1/4 A	TMABC 1	Pamiers	14h00	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE	
	U15F2 1/4 A	TMABC 2	Maubourguet	16h30	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE	
	U15F3	Repos		x			
	U15M1	Championnat terminé			x		
	U15M2	Astro 2	St-Orens 2	12h30	Clg Lautrec	46, impasse Barthe 31200 TLSE	
	U15M3	Exempt		x			
	U18F	Repos		x			
	U17M1	Championnat terminé			x		
U17M2	Astro 2	Comminges	14h30	Clg Lautrec	46, impasse Barthe 31200 TLSE		
U17M3	Exempt		x				
Dim 31/03	U20M	Repos		x			
	SF1	Puycasquier	TMABC 1	15h30	Polyvalente	32120 PUYCASQUIER	
	SF2	Repos		x			
	SG1	Astro 1	St-Orens 2	15h30	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE	



Nous vous rappelons qu'il est possible (et fortement recommandé !!!) de consulter ces programmes sur notre site internet afin d'avoir accès aux mises à jour de dernière minute, comme les annulations et reports des matchs.

ILS NOUS SOUTIENNENT



Sodenada!

Agence de Disrupteurs Natifs