

Astro News



#27

Speech d'avant-match

Vive l'automne !

Bonjour à tous,

cette semaine c'est le retour de la rubrique « Les légendes de Raf' » qui continue sa saga des plus grandes joueuses professionnelles et de « Retour en zone » qui nous projette en automne 2015. Pile poil pour coller avec l'actualité météorologique 🤨

Et comme d'habitude, l'édito de Micka, les résumés de matchs et des invitations pour aller encourager le TMB lors des 1/4 de finales aller des playoff.

Le tout à lire au chaud et au sec...

Bonne lecture et bonne fin de semaine.

La rédac'

L'édito 3v3



*Ecrit à tour de rôle par Virginie, Cathy et Micka. Vous avez compris la rotation ?
Go !*

Hello l'Astroworld !

Initialement j'avais prévu de parler de quelques aspects techniques, tactiques et psychologiques de notre sport en abordant des sujets tels que "comment les statistiques individuelles peuvent cacher le réel impact de joueurs plus discrets ou moins présents sur le terrain ?", "qu'est-ce que le "Q.I. basket" et comment les joueurs peuvent le développer ?", "comment peut-on progresser en dehors des entraînements ?" ... mais je dois laisser ces thèmes de côté, pour un prochain numéro, car l'actualité m'oblige à aborder d'autres points.

Le premier est bien entendu notre situation logistique qui fait que nous sommes privés de notre principal gymnase depuis maintenant 3 semaines, sans véritable lueur d'espoir de le retrouver avant un moment ...

Semaine après semaine on essaie de trouver des alternatives, avec les rares solutions de dépannage dont nous disposons.

J'en profite pour remercier "publiquement" notre interlocutrice au service des sports de la mairie qui se plie en 4, avec les moyens dont elle dispose (mais il y a des lobbyings bien plus puissants qui font passer notre club bien après d'autres pourtant bien moins grands en effectif) pour essayer de compenser cette si lourde perte.

Un grand merci également au club de l'U.S.A. Latécoère à Balma, qui, même s'il nous offre une solution lointaine, nous permet de délocaliser quelques entraînements, ainsi qu'au TOAC, un des rares clubs de basket voisins à nous avoir prêté un créneau d'entraînement.

Au final peu d'équipes peuvent actuellement s'entraîner de manière satisfaisante, avec un terrain entier. On doit systématiquement se contenter parfois d'un seul entraînement par semaine en salle (car la météo actuelle n'a pas été non plus très favorable), et surtout à plusieurs équipes simultanément dans le même gymnase. Sportivement plusieurs équipes commencent à en subir naturellement les désagréments qui en découlent.

Actuellement nous ne pouvons qu'être patients et espérer un retour à la "normale" le plus vite possible...

Le deuxième point est la multiplication des incidents qui émaillent les matchs ... ce week-end encore, que ce soit à domicile, ou à l'extérieur, dès les U11 et jusqu'aux séniors, rien n'a été ... simple !

Il y a peu de temps la Ligue Régionale, via un communiqué, avait alerté les clubs sur les nombreuses incivilités dont étaient victimes les arbitres (de la part de joueurs, de coachs ou de parents).

Même amateur, notre club comme pratiquement tous les autres, vit grâce et autour de la compétition. J'affirme que ce n'est pas un problème que de développer, même chez les plus jeunes, la culture de la gagne, l'envie de finir le plus haut possible dans les classements. Evidemment la limite naturelle est quand tout ceci se fait au détriment de l'esprit sportif, de la qualité du jeu ou par des moyens peu honnêtes.

Il est bien écrit dans notre charte interne : "privilégier le jeu sur l'enjeu".

Je rappellerai à tous qu'au même titre que les coachs, les arbitres font partie des personnes qui, par leur qualité pédagogique, peuvent et doivent aider à faire progresser les pratiquants. Encore faut-il les mettre dans les meilleures conditions possibles et les laisser officier sereinement. Hurler sur celui ou celle qui tient le sifflet au moindre désaccord (ces derniers connaissent sûrement bien mieux le code de jeu que les joueurs, le public et parfois les coachs) n'aide en rien ... et va sûrement inciter les plus jeunes joueuses et joueurs à développer des sentiments d'injustice qui les feront sûrement déjouer ou se tromper d'objectif !

Soyons aussi conscients que, comme tout être humain, les arbitres ne sont pas infaillibles et parfois, de façon non intentionnelle (ou pas !) peuvent être plus indulgents avec une équipe (locale !) qu'avec une autre. Cela fait partie de

l'histoire du sport, de l'humanité ! Même pour les plus passionnés et compétiteurs dont je fais partie, sachons faire preuve de recul, de hauteur !
En tant que joueur ou coach il faut apprendre à dépasser le sentiment négatif qui accompagne un coup de sifflet défavorable, même s'il est difficile à digérer car il a un impact direct sur le résultat d'une action ou d'un match.

Nous avons la chance à l'Astro de pouvoir compter sur des arbitres officiels, licenciés dans d'autres clubs, qui viennent régulièrement nous rendre service en arbitrant nos équipes de jeunes car nous manquons cruellement de personnes capables de le faire en interne. La mode actuelle est à la critique incessante, contre ces personnes officiellement neutres, et on crie au scandale, sur les réseaux sociaux, dès lors que le résultat final déplaît ...

Merci à vous tous coachs en première ligne, parents, pratiquants, spectateurs, de veiller à ce que nous continuions à nous "prendre au jeu" de la compétition, sans "nous prendre au sérieux" plus que nécessaire ! Ce n'est pas "que du sport", c'est "surtout du sport" ... des rencontres, des échanges, des expériences, des épreuves plus ou moins difficiles à surmonter mais qui font grandir, quand on sait en faire une force, un enrichissement !

Ainsi ai-je parlé ;-)

Bons matchs à tous

Micka

Replay

Les matchs du week-end dernier en VOD (mais sans vidéo) !

U7

Samedi, nos U7 sont venus en force à l'entraînement, avec de plus en plus de volontaires pour faire des matchs en fin de séance. Cela porte ses fruits le dimanche !

Dimanche matin, une petite délégation de 6 U7 s'est rendue à Aussonne pour le plateau des joueurs confirmés. Nous avons eu le plaisir de jouer contre Aussonne, l'équipe la plus forte du jour et très nombreuse car à domicile, Cugnaux, Tournefeuille et Colomiers. Les matchs ont été plus longs que d'habitude (4x5 minutes puis 4x3), mais la fatigue n'a pas été un souci pour nos jeunes joueurs. Les paniers se sont enchaînés !



François

U11F

Encore une fois, les effectifs des 2 équipes étaient réduits. Alors que nous avons 23 joueuses, au match, elles sont souvent 8 ou 9 à jouer depuis quelques temps, nous espérons que pour les derniers matchs qui restent, elles soient plus nombreuses!

U11F1

Défaite contre Lardenne : 14-18

Match difficile face à une équipe expérimentée ! Notre jeu était trop collectif et oui, c'est possible ! Du coup, il y a eu trop de pertes de ballons et de manques de tirs ! Et quand il y avait des tirs, il n'y avait pas de toujours la réussite ! Avec plus de concentration et d'envie de gagner, cela était possible, dommage ! On retiendra tout de même de belles actions ! Allez les filles, la saison n'est pas finie !

Elia

U11F2

Victoire @ Pibrac : 19-13

Match difficile car l'équipe de Pibrac était adroite, physique et accrocheuse ! Les filles étaient très concentrées en défense et ont réussi à intercepter beaucoup de ballons. De plus, les filles ont été collectives en attaque, ce qui leur a permis de s'imposer 19 à 13 ! Super match, bravo à elles !

Romane

U11M1

Egalité @ TBC / 18-18

les conditions de matches ont été encore compliqué pour notre équipe ce week-end qui allait jouer au TBC. La mairie avait donné le gymnase à deux clubs sur les mêmes créneaux. Nous avons dû attendre un moment en jouant sur les terrains extérieurs avant de savoir si nous allions jouer notre match. Finalement le TMB a bien voulu nous glisser entre deux de leurs matches.

Solution trouvée le match a pu débuter. L'équipe 1 a pris l'avantage du match en gagnant les deux premiers quart temps avec une grosse défense d'Hugo et une bonne réussite aux tirs pour Andréas et Anthonin.

Pour l'opposition A, le travail a été plus difficile mais ils ont su quand gérer leur match. Fin du temps réglementaire, 16-16. Donc prolongation. Fin de prolongation 18-18.

Tous les parents m'ont indiqué qu'il y avait un gros progrès des garçons depuis un mois surtout au niveau de la défense.

Ce week-end nous jouons l'équipe de Cugnaux donc nous espérons une victoire...

Vanessa

U11M2

Défaite contre Pibrac : 22-10

L'équipe 2 recevait Pibrac à domicile. Je ne sais pas si c'est l'horaire du match qui les a perturbé (9h45) mais les U11M2 sont complètement passés à travers de leur match. Grosse défaite 22-10.

Nous espérons nous refaire contre Blagnac ce week-end que nous n'avons pas eu la chance de jouer en match aller pour cause de covid. Allez mes garçons !!

Vanessa



U13M1



Guillaume

U15M2

Victoire @ Légevin : 38-53

Score par quart-temps : 3-10 / 12-16 / 11-10 / 12-17

Deuxième déplacement consécutif chez un moins bien classé.

Cette fois-ci l'entame de match est sérieuse mais nous avons encore beaucoup de difficulté à nous projeter très vite collectivement vers l'avant. On court mais avec un trop grand temps de retard au démarrage et surtout on porte trop le ballon alors que des passes vers l'avant sont possibles (on paie là l'absence d'entraînement tout terrain depuis plus d'un mois !). Heureusement, côté défensif, même si l'adversité n'est pas d'un grand niveau technique, on gère plutôt bien.



C'est à peine mieux en attaque au 2nd quart-temps mais en parallèle on est plus naïf en défense. 15-26 à la mi-temps soit un des scores les plus faibles de la saison !

Les arbitres décident d'être très tatillons avec nous en 2ème mi-temps et en parallèle font preuve d'une belle générosité avec les locaux.

On perd le 3ème quart-temps d'un point mais on arrive enfin à reprendre le contrôle du match au dernier quart pour une "petite" victoire finale de 15 points (bien loin des 62 points d'écart du match aller !).

Pas de match le week-end prochain (exempt) donc 2 semaines de boulot avant de pouvoir enfin rejouer à domicile (mais on ne sait pas où !!!)

Micka

U17

Victoire contre CTC Union 31 Nord 2 : 66-63

Samedi dernier nous recevions notre némésis : La CTC unions 31 Nord 2, ils nous ont battu en brassage et au premier match du championnat.... Autant dire qu'ils ont bien orienté tous ce sur quoi nous avons travaillé depuis !

De ce fait, il nous était impensable de perdre un fois de plus, de surcroît à domicile !

Un début de match équilibré ... nous prenons néanmoins un petite avance au score en premier mi-temps = 46-39.

Comme à leurs habitudes nos adversaires ne lâchent rien, leur défense de zone est toujours aussi redoutable et leur capacité à régner sur le rebond toujours aussi handicapante Bien que nous aillions parlé de ces points précis dès le début du match.

Un troisième quart bien moins maîtrisé nous laisse derrière au score avant d'attaquer l'ultime période.

Une atmosphère irrespirable s'installe alors dans la salle, tout est contesté que ce soit sur le plan sportif ou arbitral !

Tout petit score 8-3 dans le dernier quart-temps, victoire donc « à l'arrache » mais victoire quand même. Ils nous faut continuer à travailler sur tout ça pour s'éviter des matchs aussi compliqué, nous nous y attèleront dès ce lundi.

Nico

U18F2

Défaite contre Lézat : 59-69

Score par quart-temps : 15-12 / 13-21 / 18-20 / 13-16

Bonne entame de match avec en particulier une bonne présence au rebond offensif et enfin un quart-temps de gagné ... Le premier depuis le début de cette 2ème phase !

Malheureusement les 3 suivants sont perdus à cause d'une trop grande inefficacité en attaque alors que, pour une fois, on arrive à régulièrement trouver des solutions pertinentes dans le jeu offensif ... mais c'est le dernier geste qui pêche, y compris près du panier en 1 contre 0 !

Les 7 valeureuses Ariégeoises remportent un match qui était pourtant largement à notre portée. Dommage !

Place à la phase retour contre les 3 mêmes adversaires ... il y sera question d'attaque de zone avec pour commencer un difficile déplacement au Carla Bayle.

Micka

SF1

Défaite @ Eauze : 56-45

Score par quart-temps : 18-8 / 12-11 / 15-15 / 11-11

La barre à bâbord toute pour aller défier le club le plus à l'ouest de notre région (au sens propre !).

Face à ce challenge tout d'abord géographique, décision est prise de partir le matin (avec une heure de sommeil en moins) pour manger dans un charmant petit restau local ... où l'arrivée d'1 gars accompagné de 11 filles n'aura pas laissé indifférents les autochtones !

Après ce moment, qui, s'il ne restera pas dans les mémoires gastronomiques, aura au moins été très convivial, ce qui était son but premier, nous voici sur la digestion dans l'arène gersoise pour y défier les locales, invaincues jusque-là avec leur inamovible défense de zone.

Après 5 minutes de jeu le score affiche un terrible 13-0 pour nos hôtes ... quand on regarde le score final (et ceux par quart-temps) inutile de dire que cet handicap initial aura pesé bien lourd dans le verdict final de cette rencontre.

Pourtant, même en ce début de match, grâce à une bonne semaine d'entraînement, nous trouvons régulièrement des solutions en attaque ... mais c'est la faillite au niveau de l'adresse près du panier, particulièrement après des rebonds offensifs durement gagnés !

Nous courrons donc après le score tout le reste du temps, revenant au mieux à 6 points un peu avant la fin du 3ème quart-temps ... mais finalement ce sont quelques oublis défensifs coupables qui nous privent de pouvoir envisager la victoire ... dommage !

Rien à redire sur l'état d'esprit des filles qui se seront battues jusqu'au bout, mais il aura manqué ce brin de réussite ou cette petite euphorie qui permet de mettre le doute dans les têtes adverses ...

Même si mathématiquement parlant rien n'est joué, nous n'avons plus notre destin en main pour prétendre atteindre la finale ... mais nous resterons ambitieux en ayant comme objectif de gagner les 3 matchs retour qui nous attendent désormais, dont 2 à domicile ... et on verra bien après !

Rdv à nos supporters dimanche prochain à Arnauné pour une première revanche face à OTB.



Micka

SF2

Défaite contre Labege : 49-62

Dernier match aller de cette poule d'accession compliquée avec la réception de Labege (SICOVAL)

L'objectif de ce match était double : ultime tentative d'accrocher le wagon des playoff et faire oublier le non match de la dernière journée. Bref repartir du bon pied.

Dès l'arrivée au gymnase je sens les filles déterminées. Ça fait plaisir à voir. Côté Labege quelques gabarits impressionnants et on se doute qu'il y aura du combat. Mais il y a également quelques filles athlétiques. Bref une équipe sérieuse qui a mis 10 points à Labarthes ... leader invaincu de notre poule.

Le premier quart est très abouti les 2 équipes se rendent coups pour coups et se séparent sur une égalité parfaite. Honnêtement c'est un très beau match.

On essaie (et on arrive) à jouer sur du jeu simple mais construit. Le placement des intérieures permet une belle alternance. Et quelques jolis pick and roll viennent compléter le tableau.

Le deuxième quart est plus compliqué sur le début et on subit 2 ou 3 contre-attaques. On prends quelques longueurs de retard. On adapte notre replis défensif et les filles ont une réaction d'orgueil énorme. Les stops défensifs s'enchaînent. On roule littéralement sur elles en cette fin de 1ère mi temps pour revenir à une longueur à la pause.

Vexées, les filles de Labege reviennent gonflées à bloc pour la reprise mais nos filles sont prêtes au combat, et continuent à dérouler. On prend le score pendant quelques minutes...

... puis vient le trou d'air général. La fin du 3ème est un calvaire que je n'arrive pas à expliquer.

En 4 minutes on prend la grêle. Plus rien ne rentre tandis que leurs intérieures trouvent des solutions.

Le dernier quart est équilibré et nous restons à une grosse dizaine de points derrière

Bon ... bien entendu on est déçu car ça commence à faire beaucoup.

Pour autant le match était très sympa et certaines filles ont fait des progrès incroyables.

Toutes les filles ont été investies et solidaires. On sent que les filles aiment jouer ensemble.

Bien entendu il faut continuer à travailler afin de finir la saison en beauté. Moi j'y crois.

Merci bcp Valérie SF3 et Sophie SF1 pour leur aide précieuse c'était top

Arnaud

SG1

Victoire contre Labarthe : 81-66

Score par quart-temps : 17-18 / 17-18 / 28-15 / 19-15

Le match de tous les records : 62 fautes sifflées au total (dont 34 contre nous avec nos 4 joueurs intérieurs qui finiront à 5 fautes), 80 lancers-francs tirés (21/34 pour nous, 24/46 pour eux) pour un match qui finit 2h18 après l'entre-deux initial !!!

C'était la première manche pour la 1ère place de cette poule "basse". Nous la remportons grâce à une prestation solide.

Avec 2 points de retard à la mi-temps mais surtout une avalanche de fautes dans notre secteur intérieur, nous démarrerons la 2ème mi-temps en défense de zone. Et comme celle-ci nous réussit bien (ou plutôt les visiteurs ne trouveront pas la faille), nous la maintiendrons toute la 2ème mi-temps.

Si on associe à cela plusieurs ballons gagnés sur notre press tout terrain, une bonne adresse générale en 2ème mi-temps et un Flo virevoltant en contre-attaque (dont 10 points consécutifs pour lui au 4ème quart-temps), cela nous donne une belle victoire, qu'il faudra confirmer au retour pour rester définitivement devant au classement !

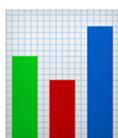
Pour ceux qui en doutaient encore, les paniers d'Arnauné ne réagissent pas pareil et l'un des deux est bien plus favorable aux shooteurs que l'autre : pour preuve la performance aux LF des 2 équipes avec 27 paniers marqués sur l'un (cumul des 2 équipes) contre 12 sur l'autre en pratiquement autant de tentatives sur l'un que sur l'autre !

Enfin, on avait l'embaras du choix pour savoir qui allait repartir avec Floppy ... c'est Dimitri, un de nos 2 U20 qui ont fait tous les matchs de cette deuxième phase à nos côtés, qui gagne la garde de notre lionceau ... on attend les photos !

Merci à tous nos supporters et aux photographes !



Micka



Le récap'



des matchs du week-end dernier

Date	Catégorie	Locaux	Visiteurs	Résultats
Sam 26/03	U11M1	TBC 1	Astro 1	Egalité 18-18
	U11M2	Astro 2	Pibrac	Défaite 10-22
	U11F1	Astro 1	Lardenne	Défaite
	U11F2	Pibrac	Astro 2	Victoire 13-19
	U13M1	Repos		x
	U13M2	Astro 2	Montastruc	Victoire 51-49
	U13F1	Repos		x
	U13F2	Montastruc	Astro 2	Défaite 35-33
	U15M1	Astro 1	Auch	Victoire 94-49
	U15M2	Léguevin	Astro 2	Victoire 38-53
	U15F1	Repos		x
	U15F2	Astro 2	Portet	Défaite 51-53
	U17M1	Astro 1	Bruguères	Victoire 66-63
	U17M2	Cornebarrieu	Astro 2	Défaite 75-40
	U18F1	Repos		x
	U18F2	Astro 2	Lézat	Défaite 59-69
	SF3	Aussonne	Astro 2	Défaite 69-41
	SG1	Astro 1	Labarthe	Victoire 81-66
Dim 27/03	U20M	Repos		x
	SF1	Eauze 2	Astro 1	Défaite 56-45
	SF2	Astro 2	Labège	Défaite 49-62
	SG2	Montastruc 2	Astro 2	Défaite 79-61



Prochains matchs



« Demandeeeee l'prograaaaaamme ! »

Date	Catégorie	Locaux	Visiteurs	Heure match	Gymnase	Adresse
Sam 02/04	Loisirs	Basket "Bien-Etre"		10h45	Grande salle	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE
	U7	Entrainement habituel		10h30	Cig Lautrec	46, impasse Barthe 31200 TLSE
	U9	Plateau à St-Jory		10h00	G.Collège	Rue Jacques Brel 31790 ST JORY
	U11M1	Astro 1	Cugnaux 1	9h45	Amauné	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE
	U11M2	Blagnac	Astro 2	11h00	Mermoz	99, ch d'Aussonne 31700 BLAGNAC
	U11F1	Fonsegrives	Astro 1	13h00	P. Pepi	Rue des côteaux QUINT-FONSEG.
	U11F2	Astro 2	St-Lys	11h15	Amauné	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE
	U13M1	Valence	Astro 1	12h30	J.Baurens	Pl. des Arènes 32310 VALENCE/BAISE
	U13M2	St-Jory	Astro 2	17h00	G.Collège	Rue Jacques Brel 31790 ST JORY
	U13F1	Astro 1	Elan Aveyron 2	13h00	Amauné	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE
	U13F2	Astro 2	NET'S	17h00	Grande salle	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE
	U15M1	Astro 1	Elan Aveyron 1	13h00	Grande salle	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE
	U15M2	Exempt		x	x	x
	U15F1	Vic Fezensac	Astro 1	16h30	Collège	Ch de Grisonis 32190 VIC-FEZENSAC
	U15F2	Labège	Astro 2	11h45	Delherm	21 Rue Delherm 31320 CASTANET T.
	U17M1	Blagnac	Astro 1	14h30	Mermoz	99, ch d'Aussonne 31700 BLAGNAC
	U17M2	Astro 2	Vacquièrs 2	15h00	Amauné	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE
	U18F1	Astro 1	Gd Armagnac	15h00	Grande salle	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE
	U18F2	Carla Bayle	Astro 2	16h30	Salle polyvalente	09130 CARLA BAYLE
SF3	Astro 3	Caraman 2	20h00	Grande salle	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE	
SG1	Tournefeuille	Astro 1	20h30			
Dim 03/04	U9 Plateau	Astro 2 - Astro 3 TCMS 1 - Colomiers 2		10h00	Grande salle	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE
	U20M	Astro	Roquettes	13h15	Amauné	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE
	SF1	Astro 1	OTB 2	15h30	Amauné	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE
	SF2	Vacquièrs 2	Astro 2	13h00	Omnisports	Route de Villaudric 31620 BOULOC
	SG2	Astro 2	St-Orens 2	17h30	Amauné	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE

Pour avoir les informations les plus fraîches possible, veuillez consulter la grille des rencontres mise à jour en temps réel [👉 ici](#)

Les légendes

de Raf'

Diana Taurasi

Née le 11 juin 1982 à Chino en Californie

Poste & numéro : Arrière & 3

Carrière : 2005 - 2017

Palmarès : 3x Championne

WNBA (2007, 2009 et 2014), 3x

Championne NCAA (2002, 2003, 2004), 5x

Vainqueur de l'Euroleague

(2007, 2008, 2009, 2010, 2013), 4x Championne de

Russie (2007, 2008, 2013, 2014), 1x Vainqueur de la

Coupe de Turquie (2012), 1x Vainqueur de la

Coupe de la présidence de Turquie (2011), 5x

Médaille d'or aux Jeux olympiques (2004 à Athènes,

2008 à Pékin, 2012 à Londres, 2016 à Rio de Janeiro,

2020 à Tokyo) avec Team USA



Diana Taurasi, est une joueuse italo-argentino-américaine de basket-ball. Elle possède à son palmarès tous les titres les plus importants du basket-ball. Elle se fait tout d'abord un nom en high school, au Don Lugo High School. Avec 3 047 points, elle réalise la deuxième meilleure performance de l'histoire de l'État de Californie. Elle est recrutée par l'une des meilleures universités du pays, l'université du Connecticut, pour évoluer avec les UConn Huskies. À l'issue de sa carrière universitaire, elle est sélectionnée en première position lors de la Draft WNBA 2004 par la franchise du Mercury de Phoenix. Elle devient la première joueuse à marquer plus de 20 points lors de ses trois premières rencontres dans la ligue. Elle termine meilleure marqueuse de son équipe et obtient le titre de rookie of the year. L'arrivée d'un nouvel entraîneur Paul Westhead et de la numéro deux de la draft WNBA 2006 Cappie Pondexter favorise un jeu plus offensif du Mercury. Lors de l'une de ces rencontres, elle marque 47 points, ce qui permet d'égaliser le record de la ligue, détenu par l'Australienne Lauren Jackson, records battus en 2013 avec les 51 points de Riquna Williams. Phoenix, avec le deuxième meilleur bilan de l'histoire de la ligue, 23 victoires, 11 défaites, retrouve les playoffs en 2014. Lors de ceux-ci, le Mercury élimine tout d'abord la franchise du Storm de Seattle puis les Silver Stars de San Antonio pour obtenir le droit de défier les championnes en titres, les joueuses de Shock de Détroit. Avec une victoire par 3 victoires à 2, elle devient la sixième joueuse à remporter le titre NCAA, le titre WNBA et le titre olympique, les cinq premières étant Ruth Riley, Sheryl Swoopes, Swin Cash, Kara Wolters et Sue Bird.

Retour en zone



Les vieux doss' de l'Astrobulle...

Cette semaine la DeLorean de l'Astro News a réglé son horloge au hasard sur le 21 octobre 2015, bon voyage !

SF1 : TMABC 47 / Rouergue 34

Un match globalement très satisfaisant. Score par quart temps: 5-10; 16-13; 13-6; 13-5

Un score du premier quart temps, bien que similaire à notre premier match de par nos points marqués, ne reflète pas l'attitude totalement différente des filles en ce début de match. En effet, dès la première action, on montre plus d'agressivité offensive. Défensivement on se met en 3-2 même si cette défense est en cours d'apprentissage. Nous prenons d'ailleurs 2 shoots primés à zéro degré. Néanmoins, l'agressivité montrée par quelques filles gagne petit à petit les 10 joueuses. Le score du second quart temps montre qu'on s'est réveillé offensivement mais il nous reste encore à tenir nos adversaires défensivement. Ce sera fait durant la seconde mi-temps. Malgré la fatigue et le déchet technique qu'elle engendre, on arrive à récupérer du rebond offensif ce qui nous permet de rester constant du point de vue marque. Le seul bémol reste le rebond défensif. Il aura fallu attendre le dernier quart temps et une fatigue non négligeable des adversaires pour les priver de seconde chance au shoot. Un match qui est donc globalement positif et encourageant. A nous de poursuivre dans cette voie.

Constant

Victoire qui fait beaucoup de bien au moral après un debut de saison compliqué. On le savait on avait besoin de se serrer les coudes et de se battre ensemble pour gagner. Chose faite! On a mis beaucoup d'intensité que ce soit en attaque ou en défense. Il y a encore du travail surtout sur la réussite des shoots mais nous avons montré que nous avons un groupe soudé. Et pour finir un grand merci à tous ceux qui sont venus nous soutenir en particulier les benjamines de Gwen et Valérie qui sont restées voir les 2 équipes SF!

Elo

SG1 : Labège 49 / ASTRO 73

Score par quart temps : 13-21 / 7-20 / 12-11 / 17-21

Un match référence pour la suite de la saison. La 1ère mi-temps est particulièrement réussie aussi bien en défense où nous avons réussi à mettre beaucoup d'intensité sur tout le terrain (mention spéciale à la défense près du cercle et le rebond défensif) qu'en attaque où les choix ont souvent été les bons !

Notre variété offensive a été un gros atout sur ce match : les 10 joueurs ont marqué, les rotations n'ont jamais fait baisser le rythme et l'adversaire aura eu beaucoup de mal à contenir nos grands. Le passage en zone des locaux au retour des vestiaires aura juste freiné notre moyenne offensive car nous avons été peu en réussite aux tirs lointains sur ce 3ème quart temps ... mais je le redis, rares ont été les shoots pris au mauvais moment.

Un très gros match nous attend dans 2 semaines car nous recevrons Vacquiers, leader incontesté de la poule.

Le rendez-vous est pris : dimanche 1er novembre à 15h30 à Lautrec ... venez nombreux !

Mickael

- A★S★T★R★O -



Samedi 2 avril à 20h match à domicile au Petit Palais des Sports,

**le TMB reçoit MONTBRISON en
1/4 DE FINALE ALLER des PLAY-OFFS**

Pour les licenciés du club, 3 places sont disponibles à chaque match
(le licencié + 2 accompagnants).

Pour réserver :

- munissez-vous de votre numéro de licence ou celui de votre enfant et connectez-vous sur la billetterie en ligne du TMB : <https://tmb-basket.festik.net/>
- sélectionnez ensuite le tarif "Licencié TMB / Astro"
- choisissez le nombre de places souhaitées, entrez votre n° de licence, vos nom et prénom.

Attention il faut dorénavant mentionner sur chaque billet de nom de la personne qui l'utilisera.
Vous pourrez ensuite imprimer vos billets électroniques ou les enregistrer sur votre smartphone.

**L'Astro BC est fier : Martin D jeune OTM
prometteur du club, sera aide
marqueur et assistera les OTM du
championnat de France pour les fautes
individuelles !**

**La rencontre sera diffusée en direct sur la
page YouTube du
TMB**

Vous pouvez aussi être bénévole au TMB !

Si vous êtes intéressé, contactez Cassandra :
c-ruiz-tmb@outlook.fr

Elle vous ajoutera à sa liste d'envoi aux
bénévoles avant chaque match, et vous
adressera un

Doodle où vous pourrez renseigner vos
disponibilités.

Toulouse vs **Montbrison**

TOULOUSE MONTBRISON

SAMEDI 02 AVRIL

20h - PETIT PALAIS DES SPORTS DE TOULOUSE - BILLETTERIE : [TMB-BASKET.COM](https://tmb-basket.com) - PLACE - BOISSON - 9€

Mairie de TOULOUSE | L'INFINITUELLE | GROUPE PROMOTION | CAISSE D'ÉPARGNE de Midi-Pyrénées



Une page de pub



Merci à eux pour les beaux maillots !



Rejoignez nos généreux bienfaiteurs en demandant notre dossier partenariat à partenariats@astrobasketclub.fr

Retrouvez toutes les infos sur notre [site Internet](#)
Suivez-nous sur [Facebook](#) et [Instagram](#)



Buzzer beater



La rubrique des trucs de dernière seconde !

Voilà, c'est tout pour aujourd'hui !

Vous voulez vous exprimer sur un sujet, nous envoyer des photos, partager des anecdotes en rapport avec votre équipe ou le basket en général ?

Vous vous sentez l'âme d'un journaliste ou d'un chroniqueur ?
Envoyez nous vos articles ou vos suggestions de rubriques.

astrobulle@astrobasketclub.fr

A la semaine prochaine !