



Astro Basket Club  
*Astro News*  
TOULOUSE

#1

# Speech d'Avant-Match

*Le petit mot de la rédac' (qui a un peu le trac pour sa première...)*

**V**ous l'avez sûrement remarqué dès la couverture, votre bulletin d'informations hebdomadaire préféré a changé. Après des années de bons et loyaux services, l'Astrobulle s'offre une année sabbatique pour se ressourcer, s'aérer les pages, faire le tour du monde, rencontrer d'autres cultures... enfin bref, faire des trucs de gazette en vacances. Astro News prend donc la relève.

Et ça tombe bien car, je sais pas vous, mais moi la rentrée ça me donne des envies de renouveau. Nouveau cahier de texte, nouvelle trousse, nouvelle paire de basket, nouveaux objectifs d'équipe, nouveaux espoirs.

Nouveaux espoirs surtout! Après deux années sportives bien moroses, nous avons tous besoin de pouvoir nous projeter, de regarder vers l'avenir.

*Renouveau, espoir, avenir, c'est ce que symbolise notre bannière Facebook pour la saison. Au dessus des nuages, même les plus sombres, il fait toujours beau. Espérons que le nuages soient définitivement derrière nous.  
« It can not always be night »*



Si la forme change, le fond, lui, reste le même. Vous y retrouverez toutes les informations utiles et importantes sur le club, les éditos des dirigeants, les horaires ainsi que les résumés de matchs, et pleins d'autres rubriques selon l'inspiration des contributeurs et l'humeur du rédacteur en chef...

J'en profite pour rappeler que ce magazine, c'est le VOTRE! Tout le monde a la parole et peut devenir contributeur : dirigeants, membres du CA, coachs, bénévoles, officiels, joueurs de toutes catégories, parents, grands-parents, voisins... Si vous avez une idée de rubrique ou juste envie de vous exprimer, vous êtes les bienvenus.

J'espère que cette nouvelle mouture vous plaira.  
Bonne rentrée à tous!

*La rédac'*

# L'Edito 3v3



*Ecrit à tour de rôle par Virginie, Cathy et Micka. Vous avez compris la rotation? Go!  
Aujourd'hui c'est Virginie. On se lève tous pour la Présidente!  
(perso, j'ai mis une cravate...)*

Bonjour à toutes et tous,

**T**out d'abord je voudrais souhaiter la bienvenue à toutes celles et ceux qui nous rejoignent pour cette nouvelle saison au club de l'ASTRO. Que ce soit en tant que joueuses, joueurs, coachs, officiels et vous parents.

Très contente aussi de retrouver tous les anciens et anciennes de l'an passé.

Et oui nous voilà repartis pour une nouvelle saison qui, je l'espère très fort ne sera pas perturbée par une nouvelle crise sanitaire ou autre et que nous pourrons pratiquer notre sport favori tranquillement tout au long de l'année.

Malgré tout, nous avons quand même un point important qui va nous compliquer un peu la tâche, vous me voyez venir !!! Et oui il s'agit bien du pass sanitaire.

Nous avons reçu les informations des différents instances, Mairie et Comité.

Celui-ci est obligatoire, déjà en vigueur pour les adultes et au 30/09 pour les mineurs à partir de 12 ans.

Afin d'être totalement transparente avec vous, je dois remplir une attestation sur l'honneur indiquant que je m'engage à faire appliquer cette réglementation, sinon je peux prendre une amende personnelle de 1500€ à 9000€ en cas de récidive et ça peut aller aussi jusqu'à l'interdiction d'utiliser les installations donc plus de club.

Cela ne m'enchanté pas mais nous allons mettre en place ces mesures car nous n'avons pas le choix, nous nous réunissons demain en CA pour voir comment mettre en place tout ça.

Pour finir sur une note joyeuse je vous souhaite à toutes et tous une bonne reprise de la balle orange 🏀 qu'elle fasse plein de bruit en rebondissant dans nos gymnases et que les enfants prennent beaucoup de plaisir à jouer.

Je terminerai juste en souhaitant une très bonne rentrée à tous nos parents professeur et une très bonne rentrée jeudi ou vendredi à tous nos jeunes écoliers, collégiens, lycéens ou étudiants.

A très vite dans les salles.

Virginie

# Le Mot de Rentrée du Directeur Sportif

*On arrête les ballons et on écoute!*

Côté effectifs, on est au taquet ! Avant même cette semaine de rentrée nous avons reçu près de 300 demandes d'intégration au club ! Mais nous avons peu de places à offrir étant donné que la très grande majorité de nos adhérents ont souhaité renouveler leur inscription (attention il reste quelques retardataires ... il faut vite finaliser les démarches administratives pour éviter de se faire piquer la place par un candidat en liste d'attente).

Pour ceux qui ont eu la chance de trouver une place ... bienvenue dans la #Astrofamily !

Côté coachs, le casting est encore de grande qualité et même s'il nous reste encore quelques postes à pourvoir, nous sommes impatients de retrouver les gymnases (cela a déjà été fait pour certains en pré-saison) et lancer cette nouvelle aventure !

Le planning des entraînements est [en ligne](#) ... des aménagements pourront être faits aux vacances d'automne selon l'état des lieux des effectifs.

De même, chaque adhérent va très vite être intégré dans une équipe (1 ou 2) mais des ajustements pourront être faits après 1 ou 2 mois d'activité ... l'important c'est que chacun évolue au niveau correspondant à ses capacités.

Bonne rentrée sportive à tous et bonne saison à l'Astro.

Micka



# Grille d'Entraînements



10 pompes et 3 tours de terrains pour les retardataires!

Né(s) en	Equipes	Coachs	Lundi	Mardi	Mercredi	Jedi	Vendredi	Samedi	Dimanche
<b>Ecole de Mini-Basket</b>									
2015 à 2017	U7 mixtes	Clotilde Rafael						Collège T-Ltrc 10h30-12h	
2014 2013	U9 mixtes	François P Antonin GT Anaïs D			Lycée T-Ltrc 17h-18h20			Lycée T-Ltrc 9h30-11h	Plateau sam ou dim 10h30 Lycée T-Ltrc
2013 2012	U11M	Vanessa H ???			Arnauné 15h-16h30		Lycée T-Ltrc 18h-19h30	Match 11h30 Arnauné	
	U11F	Océane D Elia U			Arnauné 13h30-15h		Arnauné 18h-19h30	Match 10h00 Arnauné	
<b>Pôle Formation Masculine et Féminine</b>									
2010 2009	U13M1	Guillaume D Florian G	Lycée T-Ltrc 17h30-19h		Arnauné 16h30-18h			Match 13h Lycée T-Ltrc	
	U13M2	Rafael P Alexandra C			Arnauné 18h-19h30			Match 13h Arn ou Clg	
	U13F1	Virginie S Sébastien O		Arnauné 18h-20h			Collège T-Ltrc 18h-19h30	Match 13h Lycée T-Ltrc	
	U13F2	???				Lycée T-Ltrc 17h30-19h15		Match 13h Arn ou Clg	
2008 2007	U15M1	Vincent C	Collège T-Ltrc 18h-20h				Lycée T-Ltrc 19h30-21h	Match 17h Lycée T-Ltrc	
	U15M2	Christophe D Micka F			Lycée T-Ltrc 18h20-19h40			Match 17h Arn ou Clg	
	U15F1	Mathilde L		Lycée T-Ltrc 17h30-19h			Arnauné 19h30-21h	Match 17h Lycée T-Ltrc	
	U15F2	Anaïs D				Lycée T-Ltrc 17h30-19h15		Match 17h Arn ou Clg	
2006 2005	U17M1	Nicolas Ci Constant N	Lycée T-Ltrc 19h-20h20		Lycée T-Ltrc 19h40-21h			Match 15h Lycée T-Ltrc	
	U17M2	???			Arnauné 19h30-21h			Match 15h Arn ou Clg	
2006 2005 2004	U18F1	Cédric S Michael B		Lycée T-Ltrc 19h-20h30			Collège T-Ltrc 19h30-21h	Match 15h Lycée T-Ltrc	
	U18F2	Micka F				Lycée T-Ltrc 19h15-20h45		Match 15h Arn ou Clg	
<b>Pôle Seniors et Juniors</b>									
2004 à 2002	U20M	Antoine P Emeric D	Lycée T-Ltrc 20h20-21h40				Bazacle 19h-20h30		Match 11h00 Lycée T-Ltrc
2003 et avant	SG1 D1	Micka F		Lycée T-Ltrc 21h-22h30		Lycée T-Ltrc 20h45-22h30		Match 20h30 Lycée T-Ltrc	
	SG2 D2	Julien M Stéphane M		Lycée T-Ltrc 20h30-22h			Collège T-Ltrc 21h-22h30		Match 15h30 Lycée T-Ltrc
	SF1 R2	Anthony B			Lycée T-Ltrc 21h-22h30		Arnauné 21h-22h30		Match 15h30 Lycée T-Ltrc
	SF2 D1	Arnaud C			Arnauné 21h-22h30		Lycée T-Ltrc 21h-22h30		Match 15h30 Lycée T-Ltrc
	SF3 D2	Elodie T	Lycée T-Ltrc 21h10-22h30					Match 20h30 Lycée T-Ltrc	
<b>Pôle Loisirs Adultes</b>									
Loisirs adultes	LA 1 LA 5	Nicolas Ci		M du Basket 20h45-22h45					
	Astronauts LA 3	Antoine P Julien M					Bazacle 20h30-22h30		
2003 et avant	Astropico Astrogoths	Laurent M Pierre A				M du Basket 21h-22h30			
	Bien-être	Anaïs D						Lycée T-Ltrc 11h-12h15	



# Save the Date



*Vous êtes prévenus, vous pourrez pas dire que vous avez piscine!*

Samedi 11 Septembre

🏆 Tournoi du BAB'SS pour les U15M1 et U15F1

Dimanche 12 Septembre

🏆 Tournoi du BAB'SS pour les U13M1 et U13F1

Samedi 18 Septembre

🏀 Début des brassages régionaux pour les U13M1, U13F1, U15M1, U15F1, U17M1, U18F1 et U18F2

Samedi 25 Septembre (matin)

👶 Baptême de l'école de mini-basket et grande braderie

Samedi 25 Septembre

🏀 Début des brassages départementaux pour les U13M2, U13F2, U15M2, U15F2 et U17M2 + Premier match pour les SF3 et SG1

Dimanche 26 Septembre

🏀 Premier match pour les SF2

Samedi 02 Octobre

🏀 Début des brassages pour les U11M1, U11M2 et U11F1

Dimanche 03 Octobre

🏀 Début des brassages pour les U20M et premier match pour les SF1 et SG2

Samedi 09 Octobre

🏀 Premier plateau pour les U9

Samedi 16 Octobre

🏀 Premier plateau pour les U7 confirmés



# Tablette tactique



*Ton coach a un mot à te dire!*

U7

Bienvenue à la nouvelle génération de basketteurs de l'Astro ! Presque 30 U7 pour démarrer l'année, serait-ce l'effet JO de Tokyo ?

*Clotilde*

U15F1

Très heureuse de retrouver le chemin des salles de basket et hâte d'attaquer cette nouvelle saison avec les U15F1 ! Bonne reprise à tous !

*Mathilde*

U9

Bienvenue à tous les U9, anciens et nouveaux, dans cette nouvelle saison ! Hâte de tous vous retrouver sur les terrains.

*François*

U9

Très heureuse de pouvoir à nouveau rentrer dans les salles de basket et hâte d'attaquer cette nouvelle saison! J'espère transmettre aux jeunes ma passion pour le basket et par dessus tout j'espère avoir une saison normale cette année.

*Ancis*

U18F2

Elles vont jouer dans la cour des grandes, contre des filles ayant parfois 2 ans de plus qu'elles ... mais même pas peur, mes guerrières sont enfin de retour sur le sentier de la guerre ... qui sera leur premier scalp ?!

*Micka*

### U18F1

Après deux saisons écourtées, nous sommes ravis de vous retrouver les filles pour, nous l'espérons, aller au bout du championnat cette année. Cette équipe est le fruit d'un mélange de 2004 et de 2005, certaines vivront leur dernière année U18 et nous espérons vous amener toutes le plus haut possible en région! A vos baskets!!!

Michael et Cédric

### U15M1

Bonjour à tous. Très content de pouvoir reprendre le chemin des terrains avec un groupe que je connais bien renforcé de 3 nouveaux joueurs. Nous allons faire des matchs amicaux avant notre premier match de barrage le 18 septembre. On espère une saison complète et pleine de réussite collective.

Vincent

### U11M

Nouvelle arrivante au club de l'Astro, j'espère transmettre aux jeunes U11M ma passion de la balle orange mais j'ai surtout l'espoir que nous puissions faire une réelle saison de basket avec des entraînements et des matchs afin que les jeunes prennent un maximum de plaisir.

Vanessa

### SF2

J'arrive cette année à l'Astro pour coacher les SF2. Lors des premiers entraînements j'ai vu une énorme énergie qui fait vraiment plaisir. Les filles sont investies et sérieuses. C'est un groupe très intéressant. La saison va être top j'en suis sûr. Vivement les premiers matchs !

Arnaud

SG2

Nouvelle saison pour les SG2, où on essaiera de garder le même bilan que la saison passée (100% de victoires avec... 1 match joué). En tout cas cette pré-saison a été un grand bonheur de pouvoir retâter la balle orange et de pouvoir faire des GRILLADES !

Julien

U13M1

On se lance peut-être enfin pour ce qui pourrait être une saison complète, ce qui déjà met le sourire sur nos lèvres. Ensuite nous avons déjà pu voir lors des premiers entraînements que les jeunes sont motivés et ont envie de tout donner pour cette année qui nous permettrait d'oublier les 2 dernières et de repartir sur des bonnes bases basket

Florian

U13M1

Je suis super content de reprendre les entraînements et impatient de revoir tout le groupe. J'espère que vous vous êtes bien reposé pendant les vacances parce qu'on va démarrer très fort... Avec Florian, on va pas vous lâcher! 😜

Guillaume

U13M2

Tous deux joueurs en équipe séniors, nous aurons cette année la chance d'être les coachs des U13M2 et espérons être à la hauteur. Coachs depuis deux ans sur des équipes féminines nous avons fait le choix de prendre en charge les garçons cette année. En espérant que cette saison sera meilleure que les précédentes (difficile de faire pire 😊). Bonne saison à toutes et tous.

Alexandra et Rafael

U11F

Je suis heureuse d'entraîner et de coacher les U11F encore cette année! Je vais retrouver certaines d'entre elles avec qui j'ai passé de bons moments à les aider à acquérir quelques techniques de basket. J'ai hâte de rencontrer de nouvelles joueuses motivées et de former une nouvelle équipe qui, j'espère, ira jusqu'au bout du championnat! Mon objectif principal est que chacune progresse et prenne du plaisir en jouant au basket 🏀!

Elia

U15M2

Après deux saisons contrariées et contrariantes on va mettre les bouchés doubles pour rattraper tout le temps perdu ... et même si plusieurs sont désormais plus grands que moi, mes p'tits gars vont se battre à fond sur le terrain ... de toute façon ils n'auront pas d'autre choix :-)

Micka

U13F1

Je déclare officiellement les festivités, saison 2021-22 du ballon rond orange et noir, ouvertes...

Enfin la reprise et on l'espère le plus sereinement sportive pour tout le monde. Nous avons hâte de coacher une nouvelle équipe mixer de sang neuf et de certaines plus expérimentées.

Le défi est grand, nos ambitions aussi et la motivation des filles s'est déjà fait sentir dès les premiers entraînements...

Il ne reste plus qu'à...

Bonne saison!

Virginie et Seb



# Buzzer Beater



*La rubrique des trucs de dernière seconde...*

Voilà, c'est tout pour aujourd'hui!

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

Envoyez nous tout ça par mail :

[astrobulle@astrobasketclub.fr](mailto:astrobulle@astrobasketclub.fr)

A la semaine prochaine !

# 🙏 Une Page de Pub 🙏

*Merci à eux pour les beaux maillots!*



Rejoignez nos généreux bienfaiteurs en demandant notre dossier partenariat à [partenariats@astrobasketclub.fr](mailto:partenariats@astrobasketclub.fr)

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