

ASTRO BASKET CLUB - siège 42 av. Frédéric Estèbe
gymnase -107, av Frédéric Estèbe - 31200 Toulouse
06 03 05 39 34
Mercredi 03 Avril 2013



26

ASTRObulle

**Pas de
pause pascalle**

Un week-end maussade pour nos équipes sauf cadettes. Poussin(e)s et Benjamines amorces le temps des tournois (Armand Justaut) et déjà ont préparé les autres, sachant que nous avons 2 gros week-end pour finir les championnats, la saison se jouera sur ces deux dernières dates pour certains.



Tournoi régional de mini-basket

1^{er} MAI Le 1^{er} Mai se déroulera à Tarbes, en pleine vacances scolaires. Nous prévoyons un bus pour convoyer les enfants. Outre les enfants nous amènerons dans le bus des arbitres, des coaches et des parents. Merci d'envoyer un mail pa.astrobc@gmail.com pour que nous puissions gérer le remplissage de ce bus.

TIC DE ZONE RODEZ Écrit par CD31

Ce week-end, nos sélections Haut-Garonnaises Benjamin(e)s 2^{ème} année ont participé au **Tournoi Inter Zone** qui s'est déroulé à Rodez du **Samedi 30 Mars au Lundi 1^{er} Avril**.

Cet évènement a regroupé les meilleurs joueurs des départements qui composent la Ligue des Pyrénées, du Limousin et de l'Aquitaine. Après ces trois jours de compétition, les garçons ont remporté le tournoi ! Ils se rendront à la grande finale nationale. Prochain rendez-vous pour cette équipe dans l'Aube à Troyes où ils se confronteront aux autres gagnants des TIZ. Tournoi un peu plus difficile pour les filles qui terminent à la 9^{ème} place.

NDLR était présent à ce Tiz, Philémon ASTRO BC, Calvin TOAC, ex Astro.

RETOURS DE MATCHS Spécial loisirs 2



Carnaval des Babys au TOAC :

Fabrice JOUBERT _ Photographe de mariage et d'événements culturels et sportifs www.jingoo.com/fabrice-joubert

06 77 41 05 49 fabrice.joubert.photographe@gmail.com

Nous fait parvenir le lien pour de superbes photos sur le carnaval des babys au TOAC il ya 10 jours

http://www.jingoo.com/index.php?key_user=%241%24vy5TUPyi%24EBEalDNOhiWB9skcYTWMY1

PAGES SUIVANTES :

Les rencontres du week-end à venir

Retour de matchs

Divers

page 2

page 3, 4,5,6



MAIRIE DE



TOULOUSE

www.toulouse.fr



FFBB

FÉDÉRATION FRANÇAISE DE BASKETBALL

catégories	heure rdv	lieu rdv	heure match	domicile	extérieur	gymnase	adresse
vendredi 5 avril 2013							
SG2	18:30	arnauné	20:30	BO CASTELNAUDARY	ASTRO BASKET CLUB - 2	Pierre De Coubertin	Rue Georges Pompidou – F - 31400 CASTELNAUDARY
SF2	19:30	lautrec	20:30	ASTRO BASKET CLUB	U, SPORTIVE AUSSONNAISE - 1	collège lautrec	impasse Barthe 31200 Toulouse
samedi 6 avril 2013							
baby's	10:30	arnauné	10:45 - 12:00	entraînement habituel au gymnase arnauné		petite salle	avenue Frédéric Estèbe 31200 Toulouse
mini poussins 1	09:30	arnauné	09:30	Plateau Mini Poussins Astro1 / Astro 2/Bessières / Net's / Launaguet		grande salle	
poussines	11:45	arnauné	12:30	ASTRO BASKET CLUB	U.S. COLOMIERS BASKET	grande salle	
benjamines 1	12:15	arnauné	13:00	ASTRO BASKET CLUB	MONTAUBAN BASKET CLUB	petite salle	
poussins	13:45	arnauné	14:30	ASTRO BASKET CLUB	VACQUIERS BOULOC BC	petite salle	
cadets	15:15	arnauné	16:00	ASTRO BASKET CLUB	BASKET BRAX -	petite salle	
cadettes	13:30	lautrec	14:30	ASTRO BASKET CLUB	PRADINES LOT BASKET	collège lautrec	
minimes filles 2	15:15	arnauné	16:30	CT TOAC/MBC/ASTRO	AS SAINT GAUDENS B.C.	st martin du touch	206 Chemin de Tournefeuille 31300 TOULOUSE
poussins mixtes	14:45	arnauné	16:00	AS AYGUESVIVOISE	ASTRO BASKET CLUB	Ayguesvives	Gymn allée des droits de l'homme et du citoyen
benjamines 2	13:30	arnauné	14:30	AS.TLSE LARDENNE	CT TOAC/MBC/ASTRO	Lardenne	Gym. Petit Capitole 153 bis av. de Lardenne Tlse
benjamins 2	12:00	arnauné	14:00	BASKET LAURAGAIS - 1	ASTRO BASKET CLUB - 2	Castelnaudary	Gymn P de Coubertin Av Mal Leclerc Castelnaudary
minimes garçons 2	14:00	arnauné	15:30	BESSIERES BASKET CLUB	ASTRO BASKET CLUB - 2	Bessières	Salle Armonia clg de Bessières av A.Césaire
minimes filles 1	15:15	arnauné	16:30	RACING PORTET BASKET	ASTRO BASKET CLUB	Portet	gymn. jules valles av. salvador allende
benjamins 1	11:15	arnauné	13:00	UNION BASKET SUD TOULOUSAIN	ASTRO BASKET CLUB - 1	Auterive	Halle Saint Paul Auterive
minimes garçons 1	13:00	arnauné	14:30	UNION SPORTIVE AUTERIVE	ASTRO BASKET CLUB - 1	Auterive	halle Saint Paul Auterive
SG1	17:15	arnauné	20:00	CT ESMASP - ESR	ASTRO BASKET CLUB	salle omnisport	F - 32310 SAINT-PUY
dimanche 7 avril 2013							
mini poussins	08:45	arnauné	09:30	Plateau mini poussins EAUNES/ASTRO 3/ Cugnaux 2/Fonsorbes 2		salle Ariane	chemin des bertaulots 31600 EAUNES.
SF1	13:45	arnauné	15:30	COQUELICOT LEZATOIS	ASTRO BASKET CLUB	foyer rural	24 Avenue de Toulouse – F - 09210 LEZAT-SUR-LEZE



31 EXPERTS CONSEILS
EXPERTISE COMPTABLE



www.31ec.fr

Crédit Mutuel
LA banque à qui parler



COMMENTAIRES DE MATCHES

catégories	domicile	score	extérieur
cadets	ASTRO BC	54-61	MILLAU
cadettes	CUGNAUX	31-66	ASTRO BC
minimes garçons 2	TBC	50-39	ASTRO BC 2

POUSSINS Tournoi à Colomiers par Lydia

C'était un tournoi intéressant où on a rencontré des équipes de tous les niveaux, j'ai eu plaisir à les coacher, il y a eu de belles actions, les joueurs étaient motivés et il en a fallu de peu pour gagner, on termine 4^{ème} sur 9 avec des scores chaque fois très serrés. Je constate des améliorations de certains comme de Lucas qui écoute ce qu'on lui dit et d'autres qui régressent, va falloir se bouger. Certains, on tiré le groupe par leurs qualités techniques ou leur esprit d'équipe. On a pu constater que l'on manque d'agressivité en défense, on se fait passer facilement, on prend le joueur de son équipier ou tout simplement on ne défend pas ! En attaque, on perd des balles avec des mauvaises passes, on court dans le couloir central, on joue tous dans la zone restrictive. Va falloir travailler tout ça aux entraînements !



Poussines et Benjamines étaient aussi au tournoi. Merci à tous les coachs qui se sont relayés pour encadrer nos équipes sur ce long W.E. de Pâques . Retrouvez les tous sur le [site de Colomiers](http://www.colomiersbasket.fr/?page_id=4484) Poussin(e)s http://www.colomiersbasket.fr/?page_id=4484 Et Benjamin(e)s http://www.colomiersbasket.fr/?page_id=4013 Un très beau tournoi, très bien organisé (comme d'habitude) Les participants se seront régalez !



Minimes G2 TBC 50-39 ASTRO En plus de cette 1^{ère} défaite, 2 blessés Kléo et Vincent. Triste journée pour commencer ce long W.E.

CG ASTRO 54 - 61 MILLAU par Mickael

Malheureusement pas grand-chose à retenir de positif sur ce match si ce n'est une leçon d'humilité. Millau voulait cette victoire pour continuer à croire à la qualification (qui pour nous est acquise ... sauf si nous perdons contre les 2 derniers chez nous ... ce qui devient envisageable !). Ils nous ont été supérieurs dans tous les domaines et leur meneur de jeu a contrôlé le rythme du match et le score sans trop de difficultés ... nous ne marquons jamais plus de 15 points par quart-temps dont le dernier, qui jusque-là était notre force, mais qui n'a été qu'une série de mauvais choix offensifs alors que, malgré un match très moyen, il y avait la place pour gagner !

En continuant sur cette voie, la fin de saison pourrait être une série de grandes désillusions ... et sur les 4 derniers matchs (y compris les 2 victoires) je ne retiens qu'une série de questions : comment gagner un match en appliquant aussi approximativement les consignes défensives, en ne défendant que sur le porteur de balle et de façon soit permissive soit illégale, en étant incapable de lire correctement les points faibles adverses d'où une utilisation trop souvent mauvaise du 1 contre 1, et enfin, pour ce match, en étant aussi maladroit dans les tirs dont une statistique inadmissible aux LF : 6/24 ?

Tout ceci peut se résoudre, ou au moins se travailler, mais depuis le début du championnat (mi-octobre) 30 entraînements (sur 35 possibles) se sont déroulés à moins de 10 joueurs (5 joueurs mercredi pour préparer ce match !) ... comment progresser collectivement sur les situations de 5c5 dans ces conditions ?

Et pourtant les joueurs sont fortement soutenus lors des matchs par les nombreux parents toujours présents, et, sur ce match, par notre parrain Fabien et par les cadettes en première mi-temps avant qu'elles ne se rendent à Cugnaux... et moi le premier je continue à croire en eux ! **Le match vu par Bruno**

https://plus.google.com/photos/105242841238932728803/albums/5861431104350199089?auth_key=CNqlvd_ersH7cq

CF CUGNAUX 31-66 ASTRO par Benjamin

15e journée de ce Top 12. On savait que le mois de mars serait très important dans la planification de notre championnat puisque c'est à cette période que nous rencontrons 3 équipes qui potentiellement pouvait jouer les demis finales et qui grâce à notre première place pouvait être des adversaires en demis finales.

Nous savions donc que ces matchs seraient très importants en vue de la qualification. Après avoir écarté Vacquiers puis plus poussivement Montech ce déplacement à Cugnaux avait tout d'un test.

Contrairement au match aller le début de partie allait être poussif. Peu adroite et stoppée par les nombreux coups de sifflets le match avait du mal à débiter. Attendu les filles ne se laissaient pas démobiliser et commençait malgré tout à creuser un premier écart (2-6). Mais très vite il fallait faire face à un problème celui des fautes puisqu'après seulement 8 minutes dans le premier quart temps Clémence sortait à 3 fautes en deux minutes et Tatiana prenait deux fautes rapidement.

C'était alors au tour de nos premières années de rentrer en piste. Et samedi les 10 joueuses présentes avaient décidé de jouer sur le même rythme. Complètement absente la semaine dernière nos "rookies" assuraient en creusant l'écart par une défense de zone imperméable et une gestion des contres attaques remarquable! Ainsi les filles finissaient les 10 premières minutes à +8.

Le deuxième quart temps partait sur le même rythme mais encore une fois les (trop) nombreux coups de sifflets nous obligeait à gérer nos fautes et laisser certains éléments sur le banc. La défense de zone mise en place par Cugnaux allait obliger les toulousaines à travailler sur du renversement et prendre leur shoots ouverts et à ce petit jeu las astro

girls allaient bien s'en tirer puisque le peu de déchet dans ce compartiment du jeu était secondé par un grand nombre de rebonds offensifs récupérés nous laissant ainsi de nombreuses secondes chances. Bien que l'écart stabilisé à +8 on pouvait être content de notre performance.

Au retour des vestiaires on pouvait s'attendre à un retour en force des locales qui avait un comportement exemplaire samedi. Le mot d'ordre était donc de continuer à jouer sur un rythme élevé afin d'éviter que l'équipe ne puisse développer le jeu articulé autour d'un axe meneur-intérieur diaboliquement efficace. Grâce à une défense tout terrain nos filles allaient assommer les dernières velléités adversaires. L'écart commençait à se creuser et les coups de sifflets moins nombreux nous permettait de repasser en défense individuelle. Les filles laissés sur le banc en protection des fautes pouvaient revenir dans le match et la furia Toulousaine allait jouer à plein dans le quatrième quart temps (6-22)!

En résumé nos cadettes en plus de remporter leur match contre un outsider et faire carton plein pour le mois de mars ont su contrairement à la semaine passée toutes les 10 jouer à leur niveau! Et que ce fût plaisant! La remise en question de la semaine dernière semble avoir été bénéfique, à ce moment de l'année il faudra jouer notre jeu plutôt que de regarder celui des autres.

Basé sur une défense qui n'aura pris que 11 points en deuxième mi temps dont 6 sur LF un collectif soudé et des 10 filles prêtes à rentrer sur le terrain avec l'envie de bien faire ce groupe se montre très intéressant! Félicitation à ce groupe et un grand merci aux parents qui ont jouer leur rôle de supporters à la perfection!

Maintenant il va falloir préparer nos deux derniers matchs à domicile, rien n'est joué bien au contraire et l'équipe doit encore monter en puissance que ce soit face à Pradines qui viendra à Toulouse revancharde du match aller mais aussi fin de préparer au mieux le match de Rodez qui pourrait s'apparenter pour les aveyronnaise à un vrai quart de finale et pour nous l'accessit à la première place qui récompenserait les efforts fournis durant la saison! La route est encore longue!!

LOISIR 2 ASTRONAUTS ⇒ ASTRO YES par Pierre A.

A l'initiative de Guillaume un magnifique site « private » a été mis en ligne, il s'appelle Astronauts. Bravo pour ce travail.

Personnellement je suis très content que ce projet ai vu le jour ! J'y participerai et irai puiser des infos pour nourrir notamment l'Astrobulle.

L'Astro a été créé pour favoriser la promotion du basket sur Toulouse.

Il est important au travers de ce sport de créer de la convivialité dans notre cité. La section Loisir est un de nos axes de développement.

Nous souhaitons donc longue vie à ce bel outil, *rappelons que nous avons mis à dispositions des équipes des adresses génériques qui permettent la communication en cercle fermé.* Ce site « blog » en est une version luxe.

Au-delà du site, le problème est posé sur l'identité de notre section loisir. Trois équipes et un turn over de plus de 50% c'est beaucoup ! Après les coupes comme le dit Antoine, nous aurions intérêt à nous retrouver autour d'un événementiel, propre aux 3 équipes courant Mai-Juin, pas trop loin de notre A.G. sur le site du Bazacle., ur lequel on pourrait faire un bilan tous (la section Loisir) ensemble, et nous projeter vers le futur, une A.G. spécifique à la FSGT.

Notre souhait est qu' ASTRONAUTS ne devienne pas ASTRO-NOT !

LOISIR 2 VENI VIDI VICI

Les Chevaliers de la Table Ronde, Apollo 11, la Dream Team 92....

Il est des histoires qui traversent le temps... Des histoires de femmes et d'hommes dont le parcours et les exploits suscitent l'admiration et le respect... Et ces histoires sont pour la plupart devenues des légendes...

Il y a fort à parier qu'une nouvelle légende est née en cette année 2013.

*** intro de Carmina Burana : ON ***

Celle de l'équipe Loisirs 2 de l'Astro BC.

*** Carmina Burana : OFF ***

On aurait pourtant pu croire, de prime abord, à un regroupement de bras-cassés et vieilles gloires d'antan. Une sorte d'équivalent « basketball-istique » de Perceval et Karadoc.

Et bien peu auraient parié sur une issue heureuse à cette saison 2012-2013 de basket Loisirs. La côte de l'équipe chez les bookmakers anglais atteignant même des profondeurs abyssales que n'auraient pas reniées les passagers du Titanic...

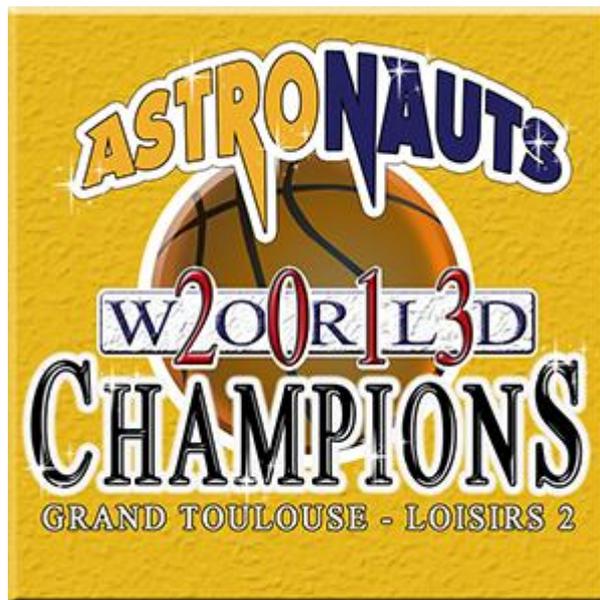
Mais c'était sans compter sur l'incroyable cohésion, l'envie, la bonne humeur, et peut-être le talent tout simplement, de cette équipe de mercenaires du ballon orange.

Et comme l'a si bien déclaré le grand philosophe chinois du XXIème siècle, à savoir Bruce Lee : « Savoir n'est pas suffisant, il faut appliquer. Vouloir n'est pas suffisant, il faut accomplir ». C'est avec ce leitmotiv que nos pèlerins prédicateurs du Beau Jeu ont abordé cette saison, poursuivant sans relâche leur objectif d'accomplir leur destinée tout en bravant les difficultés avec humilité, courage et abnégation.

Car en effet, leur chemin fut jalonné d'épreuves : blessures en tous genres de franchise players, difficultés de planning ou d'organisation, adversaires pas toujours « dans l'esprit » (1), arbitrage parfois un peu limite, etc....

Mais, faisant fi de tout cela, ils ont fait honneur à leur club, et plus généralement à toute la communauté des basketteurs. Leur bilan parle de lui-même : 10 matchs, 8 victoires (dont 2 par KO au 4ème quart-temps), une dizaine d'apéros post-match et surtout un finish digne d'un Lance Armstrong dans la montée de l'Alpe d'Huez en 2003, avec 2 derniers matchs victorieux contre les 2 équipes alors en tête du classement, en dépit de l'absence sur blessure de notre Big G national, élément essentiel au centre de la raquette.

Au final, le titre de World Champions 2012-2013 en Loisirs 2 FSGT sur le Grand Toulouse.



**Coach A, Old School Olivier, Big G, Flying G, Mad Dog, The Redhead Cheerleader, Yann 360°, The Hairdresser et tous les autres : Bruce Lee serait fier de vous!
Et pour paraphraser le poète: « vous avez bien gagné votre bâton de Maréchal »!**

(1): petit « coup de gueule » pour indiquer qu'il est en effet dommage que certaines équipes engagées en FSGT (pour rappel, c'est un championnat « Loisirs », mixte, pour tous les âges, et peuplé de personnes qui veulent pratiquer le basket pour leur plaisir et amour de ce sport, dans un but convivial et sans le stress ni les contraintes d'un championnat plus traditionnel) ne respectent pas vraiment « l'esprit FSGT » et font en sorte d'intégrer dans leur équipe, pour certains matchs, des joueurs de FFBB de niveau supérieur, souvent bien plus entraînés et athlétiques. Sans parler des équipes n'intégrant aucune fille. Cela fausse les résultats et entraîne des aberrations, comme celle d'avoir un seul joueur marquant 80% des points lors d'une rencontre...