Saison 22-23

#16

Team Astro : l'édito

Chaque semaine, un membre du CA prend la parole

N'ayons pas peur des mots, l'Astro est un club AMATEUR, FORMATEUR et ENGAGÉ !

AMATEUR, car le jeu prime sur l'enjeu.
FORMATEUR car nous agissons pour faire progresser les équipes tout au long de l'année sportive.

Et surtout ENGAGÉ car :

- 100% bénévole
- Le plus accessible (économiquement) de Toulouse
- A quasi-parité filles – garçons
- En réflexion sur son impact environnemental

Cette notion d'engagement est extrêmement présente chez nos bénévoles. Alors, au nom du Conseil d'Administration, je veux les saluer, les remercier, leur rendre hommage et surtout leur donner la parole.

Qu'ils soient hebdomadairement affectés à une tâche ou un rôle, en appui ponctuel, ou couteau suisse comme moi, leurs mots ont plus de valeur que des discours :

Sidonie, U15, l'une des plus jeunes, et pourtant très investie depuis 2 ans :

- ***« J'aime rendre service, ça rend les gens contents et en plus ils sont supers gentils ! »***

Stéphane, U… il est indécent de le dire… et donc l'un des plus âgés, qui s'investit comme OTM :

- ***« Mes deux filles ont joué de nombreuses années à l'Astro… C'est un juste retour des choses pour moi que de consacrer du temps au club qui en a donné beaucoup à mes filles. »***

Cathy, U… pareil, on ne le dit pas, la plus expérimentée (21 ans de bons et loyaux services) :

- ***« C'est que du bonheur. Le club, malgré sa taille, a gardé son esprit de famille comme au début. On vient chercher la qualité de la formation mais pas seulement. On y trouve la convivialité et de beaux moments de partage. Et plus personnellement, je retiens le sourire des enfants, de tous les enfants. »***

Théo, U15, petit nouveau dans le staff des bénévoles, qui s'investit dans l'arbitrage :

- ***« L'arbitrage c'est pas toujours facile surtout quand il faut arbitrer les plus grands mais c'est super intéressant. Et puis souvent, on le fait à deux avec un copain de l'équipe et ça se passe super bien. »***

Mon édito est une révérence à tous les membres du club investis pour le collectif. Et je termine en « paraphrasant » un célèbre homme politique du 20ème siècle : « Et donc vous, mes chers sympathisants de l'Astro, ne vous demandez pas ce que votre club peut faire pour vous, mais demandez-vous ce que vous pouvez faire pour votre club. »

Christophe

🍻 Sortie de balle 🎉

le groupe vit bien…

SF1 :

Longue trêve pour les SF1 qui reprennent le championnat seulement ce samedi face à Labarthe.

Le groupe a profité d'un wkd off pour se mettre au vert, ou presque, à Labroquère. Chaleureusement reçues chez les grands-parents de Kristelle, nous avons pu profiter d'une belle randonnée le samedi au Lac d'Oô. Après l'effort, le réconfort d'une bonne raclette et des parties d'Undercover qui resteront dans les mémoires. Le lendemain, gros brunch, petite balade en forêt avec option montées/descentes de côte avant de regagner Toulouse.

Ouh Yeeaaaaah !!!!

Mathilde

📺 Le Replay ⏮️

On refait le match !

U9 :

Les équipes : ASTRO 1 - St JORY - LEGUEVIN - TOAC

Les joueurs(euse) : Léonor, Jayce, Alhassane, Maxime, Léonard, Evan, Orguilbayar, Robin, Felix

Rendez-vous matinal pour notre équipe Astro 1 ce samedi à St Jory. Mais ce n'est pas un soucis pour les enfants, qui se mettent rapidement dans l'ambiance de ce plateau, les opposant à 3 belles équipes.

Premier match, et les consignes sont presque immédiatement appliquées : marquage à la « culotte » pour empêcher nos premier adversaire (TOAC) d'approcher du panier (1ère consigne). Pas toujours facile, mais avec les encouragements des copains sur le banc (deuxième consigne) ça donne de la motivation !

Tous les joueurs(euse) s'encouragent et se gratifient d'un check en sortant du terrain et n'oublient pas de donner le numéro de l'adversaire direct pour les phases défensives (3ème consigne).

Les oppositions s'enchainent et l'équipe reste concentrée (y compris les enfants sur le banc) et appliquée. Et ça paye, puisque nous assistons à des phases de jeu réunissant défense agressive, attaques en passe et tirs en course ! !

Quoi de plus plaisant pour un coach de voir que les exercices travaillés aux entrainements commensent à payer, si ce n'est que les enfants prennent du plaisir à jouer au basket ensemble ? ! !

Bravo aux enfants pour ces 3 beaux matchs, merci aux parents pour les encouragements et au club de St Jory pour leur accueil chaleureux.

Thierry

U11M1 :

Victoire @ Villeneuve-Tolosane : 11-21

match largement gagné par les U11M1 à Villeneuve-Tolosane. Un très collectif qui a permis de bien de distribuer la balle et avoir de belle finition. Une bonne défense même si quelques éléments à revoir. Il faut que nous continuions sur notre lancée car les garçons ont tous fait de très gros progrès et c'est vraiment plaisant de les voir jouer. Allez mes garçons!!! 😊😊

Vanessa

U13F1 :
Défaite @ Verfeil : 38-32

Fin de série.

En cette période de solde nous avons bradé notre basket. Cela faisait plusieurs samedi qu'il était difficile de finir sereinement un match tant il nous fallait nous accrocher pour rapporter les 2 points de la victoire. On pouvait déjà constater des difficultés à tenir une défense rigoureuse. Samedi, malgré la mise en place d'un plan de défense, la n° 20 de Verfeil (dont il faut reconnaître les réelles qualités de joueuse) a pu inscrire 25 points (sur 38). Elle a aussi monopolisé Lina qui a été moins disponible dans les autres secteurs du jeu et notamment au tir. Nous avons eu des difficultés à pouvoir tirer dans de bonnes conditions ce qui nous a amené un pourcentage très faible de réussite dans les tirs sous les paniers.

Dommage que cette série de 11 matchs victorieux s'arrête là. On y avait pris goût. Peut-être un peu trop. Il est difficile de maintenir un engagement régulier. Il faut féliciter les filles qui étaient effondrées à la fin du match pour le chemin parcouru. Nous avons 15 jours pour travailler tout cela et retrouver la dynamique qui existait au 1er trimestre. Nous rencontrons Saint-Lys à domicile.

Frédéric

U13M1 :
Défaite vs Grisolles : 39-51
Q1 : 6-20 ; Q2 : 5-10 ; Q3 : 18-10 ; Q4 : 10-10

Pour cet avant-dernier match de la phase aller, nous accueillons Grisolles, dernier au classement avec 0 victoire au compteur. Nous avons espoir de décrocher notre deuxième victoire dans ce championnat, mais la prudence est de mise car les visiteurs ont perdu plusieurs matchs avec un faible écart. Et manifestement, ils sont bien décidés à décrocher leur première victoire chez nous ! Dès le début du match, nous sommes bousculés, à coup d'attaques en dribble au panier (ah, encore les un-contre-uns sur lesquels nous avons bien du mal à défendre en ce moment…) et nous sommes super timides, pas vraiment décidés à répliquer, contrairement à ce que nous avons su faire la semaine précédente à Pamiers.

Bref, pas d'engagement, portes ouvertes en défense, et (encore) une grosse maladresse nous conduisent à encaisser 20 points (!) pour seulement 6 marqués dans le premier quart-temps. La deuxième période n'est pas bien plus brillante : toujours peu d'engagement et d'agressivité de notre côté, même si nos adversaires baissent un peu le pied en attaque. Nous voilà donc avec seulement 11 points marqués en une mi-temps, et un retard de 19 points.

De retour des vestiaires, nous montrons un tout autre visage : vol de ballons, jeu rapide, et, surtout, on se décide enfin à aller finir nos actions sous le cercle plutôt que de rester à 4 mètres pour tirer. Résultat : un 9-0 éclair, qui nous relance un peu. Malheureusement, Grisolles se remet la tête à l'endroit et nous ne parvenons pas à rattraper ce retard d'une dizaine de points. La fin de match est équilibrée, et c'est Grisolles qui termine victorieux, ce qui leur permet de nous rejoindre au classement.

Il nous reste donc à travailler, encore et encore, pour combler nos lacunes, notamment en défense sur les un-contre-uns. Mais surtout, nous devons absolument retrouver le niveau d'engagement qui nous a permis d'aller chercher nos victoires et de rivaliser contre de bonnes équipes dans cette poule et qui nous manque cruellement depuis quelques matchs. 2 semaines ne seront pas de trop pour préparer le prochain match contre Castanet, équipe avec 1 victoire, comme nous… et comme Grisolles désormais ;-)

François

U15F1 :

Victoire @ NET'S : 62-80

Premier match de l'année 2023 chez les NET'S, avec qui l'ASTRO est deuxième à égalité au classement.
On a déjà affronté cette équipe en match de brassages, avec une victoire étriquée sur leur parquet (45-41). C'est une équipe avec de la taille et du physique, on souhaite donc faire parler nos qualités de relance et de vitesse pour leur poser des problèmes.

Malgré le fort stress de nos joueuses pour cette rencontre de haut de tableau, elles débutent le match de la meilleure des manières avec beaucoup d'agressivité en défense et de jeu rapide. On creuse l'écart rapidement, avant de

voir les NET'S recoller au score suite aux premières rotations. Le score à la fin du premier quart-temps est de 26-17 à notre avantage.

On démarre le deuxième quart-temps sur les mêmes intentions que le début de match, en passant un 14-6 à nos adversaires. Malheureusement, on met moins d'intensité dans nos actions, notre défense se relâche et notre absence de jeu rapide met en lumière nos lacunes sur jeu placé. On encaisse un 13-0, avant de terminer le quart-temps sur un 6-0 (36-46).

Dès qu'on accélère, les NET'S sont dans l'incapacité de nous suivre. On appuie donc à nouveau sur l'accélérateur dans ce début de troisième quart-temps qui sera marqué par du déchet en attaque, qui ne valide pas nos efforts défensifs (46-63).

Le quatrième quart-temps sera dans la lignée du troisième quart-temps avec un léger regret : un tir du milieu de terrain inscrit par Malak qui sera refusé, à juste titre car déclenché une seconde trop tard, mais qui aurait mérité d'être validé pour la beauté du geste ! Victoire finale sur le score de 80-62.

On est très satisfait de cette victoire car certaines joueuses ont réussi à mettre leur stress de côté pour faire une très bonne performance. C'est une belle victoire collective qui ne doit pas masquer nos lacunes sur jeu placé, avec des placements, des mouvements et une gestion des espaces qui sont encore très approximatifs.

Autre satisfaction : on voit de plus en plus de paniers inscrits sur des lay-up main gauche (notamment trois pour Adèle sur ce match), il y a une jolie progression à ce niveau.

On remercie les NET'S pour leur accueil, ainsi que nos supportes pour avoir fait le déplacement en nombre.

Prochain match contre Verfeil ce samedi !

Cédric & Michaël

U15M1 :

Victoire vs TOAC 3 : 112-68

Premier match à Lautrec de 2023 pour nos petit U15M1, nous accueillons le TOAC.

Il faut savoir qu'avant notre match c'était l'une des deux seules équipes à ne pas avoir gagné un seul match.
Nous voulions à tous prix éviter de retomber dans nos errements de début de match, ce qui commence à devenir une sale habitude !

Alors bon c'était mieux qu'à Bagnères mais c'est pas encore ça. Nous manquons clairement d'intensité, particulièrement en défense, en début de match ce qui oblige coach Micka à prendre un temps-mort de manière précipitée. Malgré ça on fini donc le premier quart-temps 23 a 26. (Petit calcul rapide : ça fait plus de 100 points dans la mirette à ce rythme là).

Une petite remise en place sur banc plus tard, on y retourne et a partir de là la rencontre est de bien meilleure facture : on vole des ballons en défense, on déroule nos attaques : 34 à 11 sur le quart-temps soit un total de 57 à 37.
Le reste de la rencontre sera du même acabit, on arrive à mettre en place notre attaque, on continue à les étouffer en défense. Bien évidemment c'est pas encore parfait …. C'est sûrement un truc de coach ça de ne jamais être complètement satisfait.

Pour conclure victoire 112 - 68 avec en prime notre premier goûter dans notre nouveau club house!

Nico

U15M2 :
Défaite vs Ramonville : 37-50
Q1 : 9-9 ; Q2 : 6-10 ; Q3 : 9-12 ; Q4 : 13-19

Comme à l'aller, c'est un match que nous aurions pu gagner, d'autant que nous étions à -2 au milieu de la dernière période mais nous payons toutes nos approximations qui nous causent beaucoup trop de perte de balles.

Evidemment l'issue est décevante, en revanche les garçons ont montré un tout autre visage sur le terrain en terme d'engagement et d'agressivité et on a eu droit à de belles séquences offensives et défensives comme ce run de 6 points sur zone-press et notamment les coupes acérées de Raphael sur jeu placé.

Les progrès se font sentir et les garçons arrivent à mieux s'exprimer face à des adversaires plus à leur portée, ce qui nous laisse présager une bien meilleure fin de saison après les vacances de février quand nous jouerons des une poule de notre niveau.

En attendant, on sert les dents, on se tait, on se concentre et on travaille.

Guillaume

U17M1 :
Défaite @ Portet sur Garonne : 46-56

6ieme match Aller Top 8 Régionale 2
Premier quart temps Défaite 12-8
Deuxième quart temps Victoire 10-19
Troisième quart temps Défaite 19-10
Quatrième quart temps Défaite 15-9

Un match de basket très difficile pour nous.
Globalement le point positif est une meilleure défense avec un bon engagement par contre offensivement c'était d'un très mauvais niveau.

Peu d'inspiration, peu d'efficacité et une faible faculté d'adaptation.
Nous démarrons le match difficilement des 2 côtés heureusement mais nous arrivons à la mi-temps devant de 5 points.

Par contre notre troisième quart temps est vraiment mauvais car ils passent devant de 5 points c'est un peu une habitude de se relâcher au troisième quart-temps.

Le quatrième quart temps difficile car ils finissent par être adroit avec la confiance d'être devant nous et on ne marque pas.

Nous avons raté un trop grand nombre de passes (perte de balles) et nous avons raté un trop grand nombre de shoots dans ce match pour pouvoir gagner.

On a vu des comportements inadmissibles vis à vis des arbitres devant cette défaite.

Faut que tout le monde se pose et se remette en question individuellement et collectivement sur ce qu'ils veulent faire dans cette équipe.
Le week-end prochain c'est repos, faut profiter de cette semaine pour continuer à à travailler et réfléchir à tout cela avant le dernier match aller contre Vacquiers.

Vincent

U17M2 :

Victoire vs U31 Nord 3 : 49-45

Saison régulière –Chapitre 6 : seule la victoire est belle

Ce titre peut s'appliquer de différentes façons à notre dernier match remporté 49-45.

D'abord parce que gagner dans une confrontation aussi serrée face au 1er ex aequo avec nous est une réelle satisfaction (Nous prenons seuls la tête du championnat après 6 journées).

Ensuite parce que notre prestation a été, dans l'ensemble, d'un niveau moyen. Après une première mi-temps plutôt maitrisée et soulignée d'un magnifique alley-oop, nous avons déjoué en seconde période et notamment au 3ème ¼ (7 points et seulement 3 tirs marqués !). Une nouvelle fois, l'explication vient du type de défense qui nous est opposée. Bien renseigné puisque nous avions joué une autre équipe du même club en brassages, notre adversaire a utilisé la défense en zone durant quasiment tout le match. Mieux, ils ont utilisé trois zones différentes !!!

Encore une fois, on retiendra avec beaucoup de plaisir la victoire. Nous ne sommes pas les Harlem Globetrotters. On peut jouer la qualification pour les play-off et on jouera la gagne tant que possible.

Et de toutes les façons, il faut se faire une raison. Toutes les équipes du championnat savent dorénavant que pour nous faire tomber, il faut nous gêner avec ce type de défense. Le travail pour y remédier est en cours à l'entrainement avec Vincent et nous occupera très probablement jusqu'à la fin de la saison.

En conclusion, apprécions notre parcours intéressant. Parcours au cours duquel nous avons du nous sortir de situations variées et qui après 6 matchs nous permet d'être en tête de notre poule de D1. Nous savons que nous pouvons battre tout le monde mais tout le monde va vouloir nous renverser. C'est une nouveau statut à gérer à la fois plus stressant et mais aussi très privilégié.

On ne lâche rien !!!

Christophe

U18F1 :

Victoire vs Cornebarrieu : 46-42

Evolution du score : 16-7 / 32-21 / 39-33 / 46-42

Cette fois-ci mes joueuses ne ratent pas leur début de match et mettent une grande intensité en défense et beaucoup de vitesse en attaque. Elles dominent ce premier quart-temps en ne concédant qu'un seul panier dans le jeu (les visiteuses marquent quand même 5 lancers francs en plus).

Le 2nd quart-temps se joue sur le même rythme. Nos adversaires ne tiennent aucun duel et ont beaucoup de difficulté à jouer à notre vitesse. Malheureusement nous manquons plusieurs belles occasions d'accentuer encore plus notre avance qui reste bloquée à 11 points à la pause.

Début de 3ème quart-temps et le coach adverse décide de changer de défense (je pensais même que ça arriverait bien plus tôt !). Malheureusement nous ne sommes pas encore prêts à bien gérer cette nouvelle configuration (mais nous le serons très bientôt !) et on se casse les dents en attaque : notre premier point n'arrive qu'après 7 minutes de tentatives infructueuses ! Heureusement de l'autre côté du terrain notre défense tient toujours le coup et nous maintient devant au score avec 6 points d'avance à l'entame du dernier quart-temps.

La guerre de tranchée se poursuit jusqu'à la fin du match. La vitesse est tombée mais l'engagement physique reste constant et les contacts très nombreux. On continue à galérer en attaque : seulement 7 points marqués dans ce quart-temps, comme au précédent, mais mes filles restent lucides, très impliquées en défense, et assez sereines jusqu'au bout, malgré le retour à 2 paniers des "vertes".
Victoire finale.

Sur le plan basket ce n'était pas du grand spectacle mais on sort du piège tendu et on récupère même la première place du classement (à égalité avec 4 autres équipes sur 8 !!!). Championnat dense, super intéressant où toutes les équipes voudront nous faire déjouer. On a un groupe plus complet et armé pour relever les prochains défis ... et on se remet au boulot (aux lancers francs par exemple : sur ce match, à domicile, on finit sur un mauvais 11 sur 25 quand nos adversaires sont à 17 sur 24 ... ça peut nous porter préjudice une prochaine fois).

Bravo les girls, l'expérience commence à rentrer ... et merci les supporters !

Micka

SF2 :
Défaite vs Pamiers 2 : 48-52
Evolution du score : 11-15 / 23-27 / 39-40 / 48-52

Coach inhabituel pour ce premier match de nos SF2 en quête du maintien au niveau prérégional.
L'adversaire est connu car déjà affronté 2 fois en première phase (1 victoire et 1 défaite) dans des matchs très serrés à chaque fois. Cette 3ème opposition n'a pas échappé à cette série et l'écart au score n'a jamais dépassé les 10 points !

Nous faisons la course derrière (entre 3 et 9 points maximum) pendant 3 quarts-temps, en dominant pourtant dans le jeu mais en faisant preuve d'une impressionnante inefficacité lorsqu'il s'agissait de conclure les actions (à l'image des lancers francs : 4 sur 14 😬).
Les filles se sont données sans compter, souvent au-delà de leurs ressources physiques, et leur ténacité a fini par payer quand elles ont réussi à prendre la tête au score, de 3 points, à quelques minutes de la fin du match.

Malheureusement toute l'énergie dépensée a eu raison de leur lucidité dans les choix offensifs faits dans les dernières minutes et les visiteuses, avec plus de maitrise collective, ont réussi à re-renverser la vapeur en gérant mieux les dernières possessions (et en faisant surtout preuve d'une bien meilleure réussite au tir que nous !).

Défaite cruelle car les joueuses méritaient mieux tant elles se sont impliquées en défense en particulier, tout au long du match ... mais l'adresse au tir reste un élément essentiel de notre sport !

Ce n'était qu'une étape dans la course au maintien, rien de rédhibitoire car il reste encore de nombreux matchs et je suis convaincu qu'avec l'état d'esprit affiché par les joueuses sur ce match, elles sauront atteindre l'objectif ... mais il va falloir bosser, surtout offensivement !

Merci aux joueuses pour leur confiance et leur accueil, j'aurais vraiment aimé un meilleur dénouement.
Merci aux supporters pour le soutien.
On ne lâche rien !

Micka, coach intérimaire

SG1 :
Victoire vs Pamiers 2 : 109-68
Evolution du score : 23-23 / 57-39 / 83-51 / 109-68

Il y a quelques jours on se souhaitait une bonne année avec avant tout "la santé" ! Du côté des SG1 ce n'était pas un vœu si anodin que ça quand on sait combien notre groupe n'a pas été épargné par les blessures depuis le début de la saison.
Pour cette reprise post-fêtes de fin d'année, sur un effectif de 12 joueurs, si certes on a récupéré Etienne, pour qui c'était le premier match de la saison, on a aussi du déplorer l'indisponibilité de 4 d'entre eux, écartés des terrains pour encore de très longues semaines malheureusement. Et sur ce match, c'est même depuis un lit d'hôpital que notre fidèle numéro 15 a du suivre les événements ... toutes nos pensées étaient tournées vers Michèle, Stéphane et Clara, en espérant que Lucas soit très vite de retour parmi eux, puis parmi nous, sur le banc dans un premier temps, pour veiller sur Airbolito 😉

Côté sportif on a attaqué cette deuxième phase par une très nette victoire contre une équipe qu'on avait déjà battu 2 fois en première phase et qui était en plus diminuée avec seulement 7 joueurs sur cette rencontre.
Après un premier quart temps équilibré, où on a été assez laxiste en défense, on a réussi à bien accélérer pour leur coller un 34-16 au 2nd quart-temps, avant de dérouler tranquillement au 3ème (26-12) et au 4ème (26-17).

L'histoire retiendra surtout que le premier tir de l'an 2023 des SG1 a atterri ... sur la tranche de la planche ! Merci à Christopher d'avoir réglé très tôt la question de qui allait repartir avec Airbolito.

Du côté des classiques, Flo s'est encore vu bien pénalisé par le corps arbitral, Marius a donné plusieurs tours de reins aux visiteurs, Nico a discuté à droite et à gauche et pour la perf du jour Baptiste plante 8 lancers francs ... record de carrière !!!

Les prochains matchs seront bien moins simples que celui-ci et c'est un doux euphémisme que de le dire, à commencer par le périlleux déplacement à Léguevin qui nous attend samedi prochain. Heureusement, on pourra toujours compter sur nos très fidèles et bruyantes supportrices (ainsi que quelques supporters !) et sur la solidarité des SG2, qui, à l'image de Valentin sur ce match, viennent désormais nous apporter une aide très précieuse (en match comme aux entrainements).

En attendant on dédie bien évidemment cette victoire à Lucas (sans oublié Vince, Micha et Victor 😭) et on attend impatiemment son retour parmi nous ... sa place est déjà réservée au club-house (dont l'inauguration s'est parfaitement déroulée 😁).

Micka

Son habit de lumière était en partie présent sur le terrain samedi soir

Après le réconfort ... l'effort des SG1 pour nettoyer le club-house !!

Les Résultats du Week-End dernier

Date	Equipe	Locaux	Visiteurs	Résultats
Sam 14/01	U11M1	Villeneuve T	Astro 1	Victoire 11-21
	U11M2	Astro 2	Léguevin	reporté au 21/01
	U11F1	OTB	Astro 1	Victoire 14-18
	U11F2	St-Orens	Astro 2	Victoire 10-22
	U13M1	Astro 1	Grisolles	Défaite 39-51
	U13M2	Astro 2	U31 Nord 3	Défaite 20-22
	U13F1	Verfeil	Astro 1	Défaite 38-32
	U13F2	Astro 2	Blagnac	Défaite 10-88
	U15M1	Astro 1	TOAC 3	Victoire 112-68
	U15M2	Astro 2	Ramonville	Défaite 37-50
	U15F1	NET'S 2	Astro 1	Victoire 62-80
	U15F2	Auterive 2	Astro 2	Victoire 8-64
	U17M1	Portet 1	Astro 1	Défaite 56-46
	U17M2	Astro 2	U31 Nord 3	Victoire 49-45
	U18F1	Astro 1	Cornebarrieu	Victoire 46-42
	U18F2	Lézat	Astro 2	Défaite 47-43
	SG1	Astro 1	Pamiers 2	Victoire 109-68
	SF3	Frouzins	Astro 3	Défaite 51-46
Dim 15/01	U20M	U31 Nord	Astro	Victoire 54-71
	SF1	Exempt		x
	SF2	Astro 2	Pamiers 2	Défaite 48-52
	SG2	Astro 2	Cornebarrieu 2	Défaite 70-76 ap

Le Planning du Week-end Prochain

Veuillez consulter le site internet pour avoir la version la plus fraîche possible : https://astrobasketclub.fr/index.php?option=com_content&view=article&id=14&Itemid=494

Date	Equipe	Niveau	Locaux	Visiteurs	Heure match	Gymnase	Adresse
Sam 21/01	U9	x	Entrainement habituel		9h30	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
	Loisir	x	Basket "Bien-Etre"		11h00	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
	U7	x	Entrainement habituel		10h30	Clg Lautrec	46, impasse Barthe 31200 TLSE
	U7 Plateau	Conf	St-Lys - Aussonne - Léguevin Tournefeuille - Astro		9h30	Cosec	11, Chemin Pilore 31470 ST LYS
	U11M1	B	Repos		x	x	x
	U11M2	M	Astro 2	Léguevin	15h30	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
	U11F1	B	Repos		x	x	x
	U11F2	G			x	x	x
	U13M1	ID	Repos		x	x	x
	U13M2	D3			x	x	x
	U13F1	D1			x	x	x
	U13F2	D3			x	x	x
	U15M1	R2	Repos		x	x	x
	U15M2	D1			x	x	x
	U15F1	R2	Astro 1	Verfeil	13h30	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
	U15F2	D3	Repos		x	x	x
	U17M1	R2	Repos		x	x	x
	U17M2	D1			x	x	x
	U18F1	R2			x	x	x
	U18F2	D1			x	x	x
	SG1	PRM	Léguevin	Astro 1	20h30	Pins Verts	Rte de la Salvetat 31490 LEGUEVIN
	SF3	D2F	Astro 3	Labarthe 2	20h00	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
Dim 22/01	U20M	ID-B	Astro 2	Sicoval	11h00	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
	SF1	R2F	Labarthe	Astro 1	15h30	Halle des Sports	Place Fournil 31860 LABARTHE/LEZE
	SF2	PRF	TCMS 2	Astro 2	13h00	Surcouf	48 bis rue Louis Plana 31500 TLSE
	SG2	D2M	Fenouillet	Astro 2	15h30	C. Cornac	Rue Piquepeyre 31150 FENOUILLET

ON A BESOIN DE VOTRE AIDE !

Tous les week-end nous avons besoin d'OTM, de délégués club, et d'arbitres, cliquez sur ce lien pour vous inscrire ou parlez-en à votre coach : https://docs.google.com/spreadsheets/d/1-U147tOKmnPZsMk-Z0DG9dhn-NTQtt--KPIvIh9PNLE/edit?usp=sharing

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 !