

ASTROBULLE

épisode 24
25/02/2015



ASTRO Basket Club

Siège : 42 av. Frédéric Estèbe

Gymnase : 26 impasse Barthe

31200 TOULOUSE

Pour recevoir cette gazette directement dans votre messagerie tous les mercredis, écrivez-nous et pensez à déclarer l'adresse mail astrobulle@astrobasket.net comme fiable dans votre anti-spam !

L'édito du Président : L'école d'arbitrage.

L'école d'arbitrage du club fonctionne MAIS PAS ASSEZ. Nous arrivons à couvrir tous nos matchs même si on voit un peu trop souvent les mêmes. L'effort a été mis depuis le début de l'année sur le JAP (arbitrage des U11 de leur propre match - bilan TRES positif). Nous avons attendu côté école d'arbitrage ASTRO une dynamique toulousaine insufflée par quelques arbitres de renom, plouff ! Côté FFBB la réforme de la charte d'arbitrage => charte des OTM refonde tout l'encadrement et le suivi des bénévoles à l'intérieur des clubs afin de valoriser les clubs structurés et au pied de cet édifice l'école d'arbitrage des clubs. Une réforme profonde qui verra ses effets dans 2 ou 3 ans alors que nos besoins sont immédiats. Avec Paul Savin, nous avons mis en place un cadre et des outils taillés à notre pratique lors de la 2ème semaine des vacances. Nous avons aussi initié certains démarrages. Force de constater que le passage joueur arbitre est facile s'il est bien encadré et que les progrès lors d'une séance de 1h sont très rapides.

Un livret d'accompagnement des candidats est mis en place. Il décrit les différentes étapes à franchir. Ce livret sera mis à jour à chaque étape, chaque candidat menant sa formation à son rythme. La formation se présente comme une alternance de formation théorique (réponses aux demandes des candidats) et de mise en situation terrain.

Feuilletez le document ci-joint et vous comprendrez.

L'important est que nous ayons finalisé ce document – OPERATIONNEL – dès samedi, que l'école d'arbitrage de la CTC TMABC satisfasse déjà à nos obligations règlementaires !

Merci aux cobayes, U15F2 (Maïna, Emma, Juliette), U15M (Damien, Jason) et U17F (Mathilde, Emma).

Nous nous engageons à valoriser les efforts des stagiaires par une sortie en fin d'année. A suivre, avec respect !

Pierre

L'édito du Directeur Sportif

Dimanche dernier ont eu lieu deux matchs en retard chez les seniors : on attendait des SG2 qu'ils s'imposent, à domicile, face à un concurrent direct pour le maintien et on ne donnait pas cher des SF2 en déplacement chez les 2^{ème} ... et pourtant c'est bien le contraire qui s'est produit ! L'équipe SG2, composée pour l'occasion (beaucoup d'absences pour cause de vacances !) d'un mélange de joueurs SG2 et SG1 a livré un match âprement disputé mais a perdu sur 2 lancers-francs concédés à la dernière seconde alors qu'au même moment, l'équipe SF2, sans son coach en titre (réquisitionné pour le match SG2), est allée créer l'exploit du week-end (voir plus loin pour plus de détails !) ... comme quoi, la logique sportive ... !!!

Pour le week-end qui arrive, on retrouve notre rythme de croisière avec presque toutes nos équipes qui seront sur les terrains pour entamer la dernière ligne droite de cette saison.

Mickael

Les derniers résultats FFBB

Date	Equipe	Niveau / Poule	Heure match	Domicile	Visiteurs	Résultats
Dim 22/02	SF2	D1	15h30	Fonsegrives	TMABC 2	Victoire 39-64
	SG2	D2 / B	15h30	ASTRO 2	Léguevin	Défaite 70-72

SF2 : Fonsegrives 39 / TMABC 64

Il y a des matchs plus difficiles à préparer que d'autres. Celui-ci l'était pour plusieurs raisons :

- La date en pleine semaine de vacances scolaires ...
- ... Et donc des entraînements à des horaires inhabituels
- et un coach improvisé...

Difficile alors de faire pire comme handicap si ce n'est l'adversaire : 2ème avant la rencontre et qui n'avait perdu jusqu'alors que 3 matchs !

Et pourtant dès le jeudi on sentait que ce groupe pouvait faire quelque chose. Le lendemain idem. Bonne préparation du plan de jeu, application, rigueur et volonté de bien faire.

Dimanche. Jour J. Sous la houlette d'une capitaine exemplaire, l'échauffement se fait avec sérieux.

Place au match.

Dès le départ tout est répété comme à l'entraînement. Une grosse défense se met en place et gêne terriblement les locales. La contre attaque se met en place nous permettant de mettre un 9-0.

Les filles prennent alors confiance et commencent à réciter leur basket. La zone qui nous était proposé (1-3-1) prend l'eau sous les renversements et les tirs extérieurs.

Les premières rotations se font. Le 1er moment de vérité. Aujourd'hui nous avons une équipe. Toutes les filles répondent présentes. Fin du quart temps 6-19 !

Le deuxième s'avère être la copie conforme du 1er et le score à la mi temps est plutôt bon : 14 points encaissés en 20 minutes. +20.

Lorsqu'un outsider comme nous l'étions dimanche même comme ça, l'euphorie fait parfois perdre notre basket. Le danger était grand de sombrer dans la facilité.

2ème mi temps. 2ème moment de vérité. Les locales donnent tout pour revenir. Mais nos Toulousaines passent le deuxième test avec succès. Leur maturité dans leur gestion fait plaisir. La défense est là, les filles ont compris que cela passait par là et s'appliquent à saper le jeu adverse. Nos meneuses gèrent parfaitement nos possessions pendant que nos intérieures sortent du bois pour scorer.

Alors certes la fatigue fait un peu baisser en intensité défensive, la concentration reste parfois vacillante mais l'envie est là. L'équipe va continuer à jouer son jeu, sans tomber dans la provocation d'un pseudo supporter quelque peu bruyant, sans répondre aux coups bas de nos adversaires dépassées par la vitesse (2 superbes tacles par derrière qui vaudront une antisportive).

Les filles iront même jusqu'à scorer après un dernier temps mort pris en fin du match. Preuve en est de leur niveau de concentration.

J'étais venu pour dépanner et je peux le dire, j'ai pris énormément de plaisir à préparer ce match et à le voir de mon banc ! Bravo les filles !

Maintenant vous avez trouvé les ingrédients de la recette de la victoire : concentration, respect des consignes, défense en équipe et à 200% et esprit d'équipe. Beaucoup de travail pendant la semaine, de l'envie et une joie de vivre communicative !

A vous de faire perdurer votre succès d'un jour jusqu'à la fin du championnat. Je vous le souhaite.

Merci encore pour ce super dimanche!

Benjamin

Le 1 contre 1 de l'Astrobulle

Cette semaine c'est un duel au sommet : la Capitaine des SF1 affronte son père, notre Président !!!

Sophie

contre

Pierre



1^{er} quart temps → Nom, âge et fonctions au club ?

- | | |
|--|--|
| - Sophie ABADIE, 26 ans | - Pierre ABADIE, 56 ans dont 36 ans de licence FFBB, 10 ans de licence FSGT. |
| - Joueuse SF1 (n° 11). Supportrice des SF3, des SF2, des U17F et des U15M1 | - Président, entraîneur, arbitre, supporter. Joueur occasionnel, ailier de préférence. |



2^{ème} quart temps → Objectif(s) de cette saison ?

- | | |
|--|---|
| La montée en R1 serait bien. Se battre pour aller chercher le titre serait encore mieux. | Pas d'objectifs sportifs pour cette saison, sinon que de consolider la structuration du club, continuer de garder de bonnes relations avec les clubs toulousains. |
|--|---|

3^{ème} quart temps → à l'ASTRO depuis quand ? un bon souvenir ? un moins bon ?

- | | |
|--|---|
| - Depuis 2003. J'ai fait une année en cadette puis j'ai joué en SF. | - Un des 3 membres fondateurs du club avec Fred et Stéphane depuis Juin 2001. |
| - Nous avons monté une équipe SF en honneur. Pendant 3 années consécutives nous sommes montées au niveau supérieur. La montée en région à cette période a été la plus belle (sur un panier au buzzer match gagné d'un point). J'ai eu la chance de revivre une montée en région l'an dernier avec les SF, et nous avons gagné le titre, c'était top. | - Un des grands moments sera l'organisation de la FNMB en 2003 sous le pont du Stadium, les stages d'été à Aurignac, Noé et Caussade. |
| - Les blessures, j'ai dû arrêter pendant 2 ans ½. Le gros coup dur de l'an dernier c'est le décès d'Antoine. | - Les mauvais souvenirs, ce sont les jeunes qui nous ont quittés, Antoine, Arthur. |

4^{ème} quart temps → Basketteur modèle ? Equipe préférée ? Autres passions ? Sportifs et/ou équipes préférés ?

- | | |
|--|---|
| - AHAHAH mon frère bien sûr (ndlr : Paul) !! Le meilleur coach que j'ai eu (je manque peut-être d'objectivité). En tant que joueur un sacré arrogant, le seul à dire à l'adversaire « sur ta gueule » bien avant que son shoot rentre dans le panier ! | - Stéphane Ostrowski et pour faire plus jeune Tony Parker. |
| - Les Warriors de Golden State de Stefen Curry, je ne regarde pas de basket européen. | - Mon équipe de basket préférée est l'équipe nationale féminine ou masculine sinon toutes celles de l'ASTRO où je suis impliqué sur le moment. Allez pour les oldies La Yougoslavie à l'époque de Toni Kukoc. |
| - Ma famille, mes potes, et la « bonne bouffe ». Si je ne marque pas le football, cela serait malhonnête. | - La photographie et la musique. Elles apprennent à voir et écouter et non regarder et entendre. |
| - Steven Gerrard joueur de foot de Liverpool. Il est fidèle à son club et se plierait en 4 pour l'équipe d'Angleterre. On le voit rarement baisser la tête même quand son équipe est au plus mal. J'aime sa mentalité de ne jamais rien lâcher. | - Jonny Wilkinson, Jonathan Edwards, des modèles d'humilité. |

Prolongation → Un dernier message à faire passer ?

- | | |
|---|---|
| Lorsque le « Prési » me coachait en benjamine et en minime, il nous a toujours dit : « je veux que vous ayez les crocs qui raillent le plancher, vous devez avoir envie de les bouffer ». | Le basket est un sport vif, moderne. Self control, gestion du stress et des émotions. Magie, adresse. Tu joues comme tu es. Fais-toi plaisir, fais nous crier ! Pas de triche, respect. |
| Ne jamais avoir de regrets, ne jamais baisser les bras, se battre jusqu'au bout. | |

Mon verdict → Quel match !!! Un des plus beaux que j'ai eu le plaisir d'organiser ... à l'insu des protagonistes ! Sur le papier Sophie partait avec un sacré désavantage face à la légende du club ... mais elle est parvenue à élever son niveau à hauteur de notre Maître à tous, et puisque le mot famille a tout son sens pour ces deux là, je laisse à Patricia le soin de donner un vainqueur ... ou pas !!!

Toutes les infos sur www.astrobasket.net

Le programme pour ce week-end

Les coachs ou Parents Responsables d'Equipe (P.R.E.) déterminent les horaires des rendez-vous...

Date	Equipe	Niveau / Poule	Heure match	Domicile	Visiteurs	Gymnase	Adresse
Sam 28/02	U9	Plateau 6	14h00	Blagnac - ASTRO 1 - Vacquiers TOAC - Roquettes - Ramonville		Mermoz	99, chem d'Aussonne à BLAGNAC
	U11M2	Poule F	9h30	ASTRO 2	Castelmaurou	Arnauné	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE
	U11M1	Poule B	11h00	ASTRO 1	Tournefeuille 1		
	U11M3	Poule J	12h00	Auterive 2	ASTRO 3	Halle St-Paul	Allée du Ramier à AUTERIVE
	U11F	Poule B	9h30	Muret	ASTRO	Lycée d'Aragon	à MURET
	U13M1	Niv 1 / B	13h30	Vallon	ASTRO 1	Complexe sportif et de loisirs à VALLON	
	U13M2	Niv 3 / E	13h00	ASTRO 2	Casselardit	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
	U13F1	Top 16 / B	14h00	Auch-Montaut	TMABC 1	s des sports	à MONTAUT LES CRENEAUX
	U15M1	Niv 2 / A	16h30	ASTRO 1	Lézat	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
	U15M2	Niv 3 / C	13h00	ASTRO 2	Pibrac	Clg Lautrec	46, impasse Barthe 31200 TLSE
	U15F1	Niv 1 / B	16h00	Auch-Montaut	TMABC 1	s des sports	à MONTAUT LES CRENEAUX
	U15F2	Niv 3 / A	16h15	Pibrac	TMABC 2	Coustayrac	6 rue Maurice Fonvieille à PIBRAC
	U17M1	Niv 2 / B	18h15	TCMS 2	ASTRO 1	Surcouf	48 bis rue L. Plana 31500 TLSE
	U17M2	Niv 3 / A	15h00	Salies du Salat	ASTRO 2	s. polyvalente	à SALIES DU SALAT
	U17F	Top 10	14h30	TMABC	Pamiers	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
	SG1	D1	20h00	ASTRO 1	Labarthe 2	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
Dim 01/03	U9	Plateau 6	accueil 10h	ASTRO 2 et 3	NET'S 2 - Lavernose 1	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
	SF2	D1	13h30	TMABC 2	Launaguet		
	SF1	R2 / A	15h30	TMABC 1	Lézat		
	SG2	D2 / B	17h30	ASTRO 2	Lardenne 2		
	SF3	D3 / C	13h00	Caraman 2	ASTRO 3		

Quelques infos complémentaires

Samedi 28/02

Au lycée :

- Pas d'entraînement **U9** le matin (week-end de plateaux).
- A partir de 13h : 3 matchs de jeunes suivis du match SG1 à 20h.

Au collège :

- De 11h à 12h30 : **entraînement U7**.
- A 13h : 1 seul match de jeunes (U15M2).

Dimanche 01/03

Au lycée :

- Le matin = **plateau U9**. Nouveauté : l'ouverture du gymnase n'aura lieu qu'à 10h00 (fin du plateau vers 12h15). Toutes les bonnes volontés seront les bienvenues pour aider à l'organisation (arbitrage, table de marque, logistique, ...).
- A partir de 13h30 : 3 matchs de nos équipes seniors.

Assister au prochain match de LFB du TMB

A cette occasion, tous nos joueurs de l'école de basket (U7-U9-U11) sont invités à participer à la haie d'honneur qui accompagnera les joueuses sur le terrain au début du match.

S'inscrire ce mercredi auprès de Mickael, Gwen ou Pierre.



Chers licenciés,

Le TMB reçoit ce week-end les 5e du championnat LFB :

TMB - ARRAS

Ce dimanche 01 Mars à 15h30
au Petit Palais des Sports

Une opportunité pour découvrir la nouvelle joueuse du TMB,
Emilie Gomis (194 sélections en Equipe de France) qui disputera son 1er match
à domicile sous les couleurs du club !

Vous disposez comme à chaque match de vos **3 places offertes**.

Il vous suffit de rentrer votre numéro de licence
dans la billetterie en ligne du TMB au lien ci-dessous :

Réservez votre place ici !

Nous comptons sur vous !

Sportivement,

L'équipe du TMB

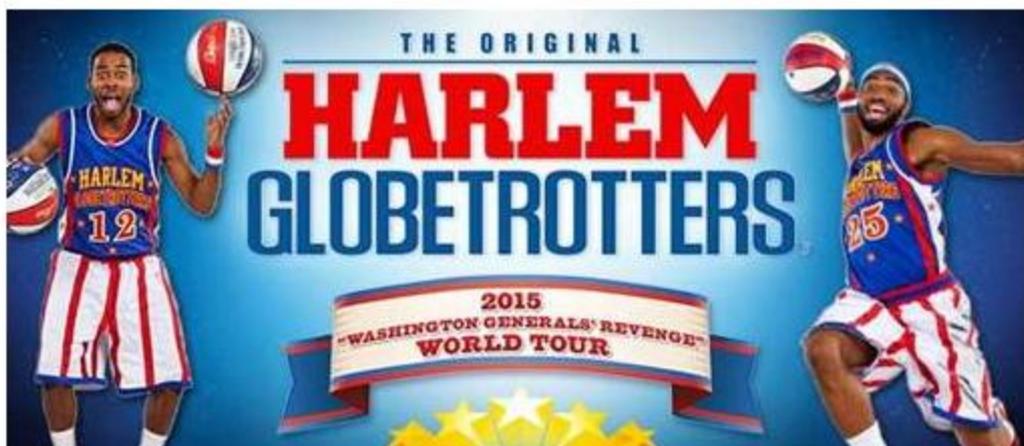


Toutes les infos sur www.astrobasket.net

HARLEM GLOBETROTTERS

LUNDI 6 AVRIL À TOULOUSE

AU GYMNASSE COMPANS CAFFARELLI !



Chacun de leur passage dans l'Hexagone est un véritable triomphe : les Harlem Globetrotters sont de retour avec un tout nouveau spectacle ! Si le 9 avril est d'ores et déjà complet, venez-vous rattraper lundi 6 avril au Gymnase Compans Caffarelli.

Cette année, les Harlem Globetrotters reviennent avec un tout nouveau show, "Washington Generals' Revenge". Ils y affronteront les Washington Generals, équipe plus déterminée que jamais à renouveler leur dernière victoire historique sur les Harlem qui remonte à 1971. Les Generals ont recruté leurs meilleurs joueurs pour arriver à bout des HGT : il va y avoir du sport !

Plus qu'une équipe, les Harlem Globetrotters sont une véritable institution dans le domaine du «basket show» depuis 89 ans. Leurs spectacles sont de vrais moments de divertissement qu'il faut avoir vu au moins une fois dans sa vie, mêlant situations loufoques, gags en cascade et jeux ludiques en interaction avec le public.

Basket et humour, la recette ne change pas : "Washington Generals' Revenge" le tout nouveau spectacle des ambassadeurs du basket US, à déguster sans modération en famille ! ([cliquez-ici pour découvrir ce qui vous attend !](#))

Informations et réservations : www.gdp.fr

[Prochain numéro de l'Astrobulle le mercredi 03/03/2015](#)