

ASTROBULLE

Episode n°3



Mercredi 18 septembre 2019



Sommaire



- A** la une cette semaine
- S**elfis du week-end
- T**ester sa culture Astro
- R**ésultats des derniers matchs
- O**n refait les matchs
- B**ulletin d'infos diverses
- U**ne vingtaine de questions à ...
- L**es brassages : c'est quoi ?
- L**es matchs à venir
- E**ncore merci à nos sponsors

A la une cette semaine

Edito à tour de rôle par Virginie, Cathy ou Mickael ...

Salut à la planète Astro !

Après une année hors des instances dirigeantes du club, je reprends donc cette saison ma casquette de Directeur Sportif, avec en plus la qualité de Vice Président pour, en compagnie de Cathy, soutenir et aider Virginie dans sa gouvernance de notre association.

Comme vous l'aurez compris, toutes les 3 semaines, je viendrai vous parler plus particulièrement de la vie sportive du club. Et justement l'actualité commence à s'enrichir ce week-end avec l'entrée en compétition des SG1 et surtout le début des brassages régionaux pour toutes les équipes de jeunes n° 1 de U13 à U20 (voir la rubrique dédiée).

L'intersaison a été mouvementée et il aura d'abord fallu pallier à une vague sans précédent d'arrêts de coachs dont plusieurs faisaient partie des "meubles" de l'Astro, avec souvent plusieurs équipes en responsabilité. Un grand merci donc à Pierre, Stéphane M, Tahina, Emma, Gwendoline, Clémence, Gwenaëlle et Stéphane T pour tous les services rendus lors de leurs saisons passées dans le staff technique. Le collège des coachs est donc cette saison en grande partie renouvelé. D'ores et déjà merci à tous, anciens et nouveaux, qui allaient donner bénévolement de votre temps au service de tous nos pratiquants. J'en profite aussi pour signaler que notre équipe de techniciens n'est malheureusement pas encore au complet et qu'il nous manque des bonnes âmes pour encadrer certaines équipes. Si vous connaissez des personnes intéressées, merci de vite prendre contact avec Christian (mon adjoint) et moi : sportif@astrobasketclub.fr.

En revanche, ceux qui voulaient intégrer nos équipes en tant que joueuse ou joueur étaient eux très nombreux ! Il nous aura fallu faire face à une demande bien plus forte que nos capacités d'offre. Malheureusement ils sont (trop !) nombreux ceux qui devront rester à la porte de nos gymnases, faute de place. Pourtant nous avons optimisé au maximum nos effectifs avec des équipes de 15 dans toutes les catégories, avec un des deux entraînements hebdomadaires qui se fait à deux équipes simultanément dans le même gymnase (30 pratiquants) ... et ceci pour tous, des U9 aux SF3 et SG2 compris ! Dommage que les autres clubs toulousains n'adoptent pas cette politique d'accueil ...

Comme il n'y a que 10 places sur une feuille de match, chaque week-end les coachs devront faire des choix, sûrement difficiles ... là aussi nous proposerons une solution de remplacement pour ceux qui ne seront pas sélectionnés pour les matchs ... j'en reparlerai une prochaine fois.

Une chose est sûre : si vous avez pu trouver une place chez nous, merci de ne pas gaspiller cette "chance" ! Soyez assidus, impliqués, à l'écoute de vos coachs, faites honneur à votre maillot et pensez à ceux qui n'ont pas pu intégrer une équipe et qui sont toujours sur nos longues listes d'attente !

Je vous retrouve très vite sur ou autour du terrain et je souhaite à tous nos joueurs, tout au long de cette saison, de souvent faire trembler les filets des paniers !

Mickael

Selfis du week-end

Les photos récentes les plus sympas ... à vos appareils !

Nos 3 équipes U13 médaillées au tournoi de Pibrac



Nos U15F1 avec les filles de coach Julien de St-Gaudens



N'hésitez pas chaque semaine à nous envoyer vos photos pour une publication sur Facebook et dans l'Astrobulle !

Tester sa culture Astro

Chaque semaine une énigme sur l'histoire du club.

Question facile de la semaine : quel âge notre club a-t-il ?



Indices : on a passé un anniversaire important il y a quelques jours, et la réponse est présente sur une image de cet Astrobulle

Réponse de l'énigme de l'épisode précédent : début 2017



Résultats des derniers matchs

Ici vous retrouverez le traditionnel tableau des scores

C'est la dernière fois que cette page sera sans tableau !

Notons quand même que ce week-end a souri à nos couleurs : victoire finale pour les U13F1 au tournoi de Pibrac alors que les U13F2 finissent aussi sur le podium à la 3^{ème} place. Deuxième place pour nos U13M1 à ce même tournoi dans le tableau masculin. Belle victoire à domicile pour les U15F1 contre St-Gaudens. Nos U18F ont été moins en réussite mais l'adversité au tournoi de Cugnaux était très relevée !



On refait les matchs

Ici vous retrouverez les traditionnels commentaires de match ... qui seront vos auteurs favoris ?!

U13F1 au tournoi de Pibrac ... Auteur = Christian

Si pour nos U13F2 la journée fut accrochée avec beaucoup de matchs plutôt serrés, nos U13F1 ont par contre largement dominé les débats avec cinq victoires et une première place au tournoi. On a eu droit à de très belles séquences défensives et beaucoup de jeu rapide. Beaucoup de points marqués, malgré une adresse au shoot qui laisse encore à désirer. C'est un grand plaisir de voir ce groupe évoluer depuis la fin de la saison dernière, et gagner autant en maturité qu'en confiance sur le terrain.

Place maintenant aux premiers brassages, avec pour commencer un gros déplacement chez nos voisins du GOTB dès ce samedi.



U13F1 (en rose) et U13F2 (en bleu) toujours ensemble et souriantes !

U13F2 au tournoi de Pibrac ... Auteur = Alex

"Quoi de plus sympathique que de commencer la saison avec un tournoi réussi !?"

Samedi les U13F de l'Astro/TMB étaient représentées au tournoi de Pibrac par 2 équipes de grande qualité sportive et humaine.

En charge de la team Astro2, j'ai pris un grand plaisir à coacher nos petites guerrières. Composée pour moitié de première année, les filles n'étaient pas venues faire de la figuration. Sorties premières de la phase de poules, tout comme Astro1 elles ont pu accéder aux 1/2 finales. Une courte défaite contre Grisolles nous a empêché d'assister à une finale Astro/Astro !

Pas de regrets, la lutte continuait pour le podium. L'issue positive du dernier match contre Lauraguais nous a permis d'atteindre cette très honorable 3e place.

Je tiens vraiment à féliciter les joueuses qui ont montré une attitude, sur et en dehors du terrain, d'une grande maturité et exemplarité, ainsi qu'une qualité de jeu surprenante pour un début de saison avec beaucoup de solidarité, de respect et de combativité.

Continuez comme ça et la suite promet d'être passionnante !

Un grand merci aux parents supporters indéfectibles ainsi qu'au club de Pibrac pour leur accueil et leur excellente organisation.

U13M1 au tournoi de Pibrac ... Auteur = Vincent

L'équipe U13M1 composée de 12 enfants a participé au Tournoi de Pibrac le 13/09/2019.

Nous nous sommes retrouvés dans la poule composé de PIBRAC- PORTET- MONTAUT LES CRENEAUX 2.

L'équipe a parfaitement déroulé sur cette phase de poule avec 3 victoires : ASTRO- PIBRAC : 28-3 / ASTRO- PORTET : 34-13 / ASTRO- MONTAUT LES CRENEAUX 2: 38-15

L'équipe se qualifie donc pour la demi-finale contre GRISOLLES qu'elle gagne 28-12.

La finale met en opposition ASTRO contre MONTAUT LES CRENEAUX 1.

Nous perdons cette finale face à une équipe beaucoup plus forte, avec un collectif et des individualités : 19-37.

Je retiens un beau tournoi de l'équipe U13M1 avec la découverte et la création d'un groupe, une belle combattivité de tous les enfants.

Cela nous laisse présager de bons moments en continuant notre travail.



U18F au tournoi de Cugnaux ... Auteur = Cédric

Ce samedi, première sortie des U18F au tournoi de Cugnaux.

Effectif au complet avec 14 filles qu'il a fallu faire tourner puisque 10 joueuses maxi autorisées sur la feuille de match.

3 matchs de poule et autant de défaites au compteur (22-23 contre Pamiers 1, 20-25 contre Lourdes, 7-33 contre GOTB). Aucune raison de s'affoler néanmoins car ça montre juste que l'équipe n'est pas prête physiquement, que les filles changent de catégorie et qu'elles doivent s'adapter à un jeu plus rugueux et plus physique.

Le but de ce tournoi était justement de tester toutes les filles et de voir les choses à travailler, contrat rempli car j'ai une belle liste aussi bien en attaque qu'en défense.

Nous avons quand même fini par une note positive et bonne pour le moral des filles avec une victoire 31-16 contre Grisolles en match de classement.



Bulletin d'infos diverses



BAPTEME ECOLE DE
MINI-BASKET

21
SEPT

ACCUEIL 9H30
ACTIVITES 9H45-11H45
APERU 11H45

 GYMNASE DU LYCEE TOULOUSE LAUTREC

Ce samedi nous allons officiellement ouvrir notre série d'événements liés à notre Ecole de Mini-Basket avec ... le **baptême** !

Rendez-vous à tous les U7, U9, U11 et leurs parents dès 9h30 au gymnase du lycée Toulouse-Lautrec pour des activités communes et festives autour du ballon de basket et pour faire connaissance avec leurs nouveaux parrain et marraine ... et pour d'autres surprises !





Bientôt la nouvelle boutique, mais avant ça ... grande braderie ce samedi

ASTRO B.C. TOULOUSE

SINCE 2001

ASTROBASKETCLUB.FR

1 ARTICLE 3€
2 ARTICLES 5€
3 ARTICLES 7€

BRADERIE
LE 21 SEPTEMBRE 2019

GYMNASE BASKET
TOULOUSE LAUTREC (LYCEE)

TSHIRTS, SHORTS, MAILLOTS, SWEAT

ASTRO B.C. TOULOUSE

BRADERIE
ASTRO BASKET CLUB





Jusqu'à présent le club fournissait le goûter pour les matchs des équipes de jeunes à domicile. Cependant la gestion des produits alimentaires stockés dans nos locaux techniques des gymnases posait quelques problèmes. Aussi, pour cette saison nous souhaitons mettre davantage à contribution les parents. Merci à vous de vous organiser (à l'aide de votre/vos Parent(s) Responsable(s) d'Equipe) pour, à tour de rôle, fournir et servir aux deux équipes (une vingtaine de jeunes) la traditionnelle collation d'après match. Nous vous laissons libre de l'adapter à l'âge des ados et à l'heure de fin du match (pâtisseries ou sandwiches ou ...).

En revanche, nous continuerons à offrir la base des boissons.

Mise en place de ce nouveau mode de fonctionnement dès ce samedi pour les U13M1 et les U15F1 qui joueront à domicile !

Merci à tous pour vos futures contributions à ce moment important de partage et de convivialité.



Une vingtaine de questions à ...

Faisons connaissance avec Vincent et Cédric qui rejoignent cette année le staff technique de l'Astro.

Prénom – Age – équipe(s) coachée(s) ?

Vincent – 45 ans – U13M1 	Cédric – 42 ans – U18F et U13M1 
--	--

A l'Astro depuis ?

Cette année	Depuis quelques semaines à peine
-------------	----------------------------------

Quand as-tu débuté ta carrière ?

Cette année	Comme joueur ça remonte un peu ... 1983. Comme coach on va dire 2015
-------------	---

Meilleur souvenir basket ?

Les JO 1992 avec la Dream Team américaine	La Dream Team de 1992
---	-----------------------

Une devise ?

"Un esprit sain dans un corps sain"	Tous pour un, un pour tous
-------------------------------------	----------------------------

Un coach ou sportif qui t'inspire ?

Michael Jordan	Michael Jordan pour faire original
----------------	------------------------------------

Equipe de basket préférée ?

Chicago Bulls	Les Bulls des années 90
---------------	-------------------------

Défense ou attaque ?

Défense	Défense car c'est elle qui fait gagner les matchs
---------	---

Un rituel avant les matchs ?

Oui	Mettre la veste fétiche
-----	-------------------------

Que fais-tu les soirs de défaite ?

On relativise mais on cogite bien sur	Je me refais 50 fois le match dans ma tête en réfléchissant à tout ce qui n'a pas marché et qu'il faudra corriger pour le prochain match
---------------------------------------	--

Ce que tu préfères chez tes joueurs ?

La combattivité	Leur joie de vivre et la super ambiance dans ce groupe de filles qui vit bien ensemble
-----------------	--

Et ce que tu détestes ?

Le défaitisme	Qu'elles n'acceptent pas leur responsabilité dans une défaite et qu'elles collent ça sur le dos de l'arbitre
---------------	--

Objectif(s) pour cette saison ?

Faire progresser les enfants et finir dans le TOP 16	Découverte du championnat U18F pour ces U15 qui montent, leur apprendre les notions nouvelles (savoir attaquer une défense de zone par exemple, défendre sur les écrans,...) et aller le plus haut possible en championnat région
--	---

Et maintenant, en dehors du basket, ...

Des passions ?

La mécanique, la technologie, l'informatique, ...	Le sport d'une manière générale. La course à pied, le ski
---	---

Chanson et film préférés ?

Jazz – "L'école Buissonnière de N Vanier"	Somewhere over the rainbow et Les bronzés font du ski
---	---

La personnalité que tu rêverais de rencontrer ?

Michael Jordan	Mon idole : MJ
----------------	----------------

Salé ou sucré ?

Sucré	Sucré sans hésitation
-------	-----------------------

Un péché mignon ?

La religieuse au café	Les gâteaux
-----------------------	-------------

Lieu de vacances préféré ?

Tout sauf la mer	L'océan
------------------	---------

La personne la plus connue de ton répertoire ?

Y en a pas de connue ...	Je dirais mon médecin ...
--------------------------	---------------------------

Quel costume choisis-tu pour une soirée déguisée ?

Son Goku (Manga)	Casimir
------------------	---------

Les brassages : c'est quoi ?

C'est enfin le retour à la compétition pour nos équipes de jeunes (de U13 à U20) plus de 4 mois après les derniers matchs officiels. Et on commence par la rituelle phase des brassages (qui dure 5 semaines, soit jusqu'aux prochaines vacances scolaires).

Nouveauté cette saison, les brassages régionaux débutent une semaine avant les départementaux donc, ce samedi, seules les 6 équipes 1 seront sur les terrains pour tenter de se maintenir qualifiées dans un des 2 niveaux du championnat régional.

Autre nouveauté, la Ligue Régionale à diminuer le nombre global de places (de 32 à 24) en championnat régional chez les U15 et U17-U18 ... la qualification sera donc encore plus difficile à obtenir par rapport aux années passées et les équipes reversées en championnat départemental donc plus nombreuses !

Pour nos équipes 2, rendez-vous samedi prochain pour le début des qualifications pour la division 1 ou 2 du championnat départemental.

Pour nous, dirigeants, c'est la partie de la saison la plus difficile et fatigante à gérer car on est souvent encore en pleine restructuration (il faut finir les inscriptions des adhérents (merci les retardataires ☹ !), il faut caler l'organisation des matchs (réservation des gymnases, désignation des arbitres, des OTM, autres procédures administratives ...), et continuer à gérer les autres dossiers tous urgents !) mais surtout la grosse problématique de cette phase est qu'il est impossible d'anticiper quoi que ce soit puisque les adversaires, lieux et horaires des matchs ne se décident qu'en début de semaine pour le samedi qui suit (car tout dépend des résultats des matchs du week-end précédent) ... bref il y a le feu un peu partout ... mais on est sur le pont quasiment 24h/24 et on travaille à ce que tout soit prêt dans les temps !!!!

C'est surtout que les enjeux sportifs sont importants : une phase de brassages mal gérée et c'est une équipe qui se retrouve à un niveau de championnat inadapté pour toute la suite de la saison !

Verdict dans quelques semaines pour le bilan de cette phase cruciale !

Mickael

Les matchs à venir

Date	Catégorie	Locaux	Visiteurs	Heure match	Gymnase	Adresse	
Sam 21/09	U7 U9 U11	Activités pour l'Ecole de Mini-Basket de 9h45 à 11h45 suivies du baptême à 11h45		Rdv 9h30	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE	
	Loisirs	Basket "Bien-Etre"		9h30	Clg Lautrec	46, impasse Barthe 31200 TLSE	
	U13M1 Triang.	Astro 1	Labège		13h00	Clg Lautrec	46, impasse Barthe 31200 TLSE
		Labège	Colomiers 1		14h30	Clg Lautrec	46, impasse Barthe 31200 TLSE
		Astro 1	Colomiers 1		16h00	Clg Lautrec	46, impasse Barthe 31200 TLSE
	U13M2	Début le 28/09		x			
	U13F1	Tournefeuille 1	TMABC 1		13h	Labitrie	rue Pierre labitrie 31170 Tournefeuille
	U13F2	Début le 28/09		x			
	U15M1	NET'S 1	Astro 1		16h30	Alex Jany	Chemin Belbèze 31240 ST-JEAN
	U15M2	Début le 28/09		x			
	U15F1	TMABC 1	Blagnac		14h30	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
	U15F2	Début le 28/09		x			
	U17M1 Triang.	Varilhes	Séméac		?		
		Séméac	Astro 1		?		
		Varilhes	Astro 1		?		
	U17M2	Début le 28/09		x			
U18F	TCMS	TMABC		14h30	Surcouf	48 bis rue Louis Plana 31500 TLSE	
SF3	Début le 28/09		x				
SG1	Casselardit 2	Astro 1		20h30	M. Cerdan	Chemin de la Cépière 31100 TLSE	
Dim 22/09	U20M	Roquettes	Astro		?		
	SF1	Début le 06/10		x			
	SF2	Début le 06/10		x			
	SG2	Début le 29/09		x			

A l'heure où nous publions cet Astrobulle, il arrive que certaines infos manquantes ci-dessus ne soient pas encore disponibles. De même il peut y avoir parfois des modifications de dernière minute. Aussi n'hésitez pas à consulter régulièrement [notre page dédiée en ligne](#) et à comparer les infos avec les sites des clubs adverses !

Encore merci à nos sponsors



Sodenada!

Agence de Disrupteurs Natifs

Venez rejoindre nos généreux bienfaiteurs en demandant notre dossier partenariat à contact@astrobasketclub.fr ...

Retrouvez toutes les infos sur

www.astrobasketclub.fr

et suivez-nous sur [Facebook](#)