

Astro News



#24

Speech d'avant-match

Houla 🤖

Bonjour à tous,

Si vous avez passé les deux semaines de vacances à la montagne sans télé et sans 5G, un conseil, ne rallumez pas tout d'un coup, vous risqueriez une hydrocution du cerveau.

Trop tard ? C'est pas grave, jetez calmement votre poste de télévision par la fenêtre, brulez votre journal et ouvrez le dernier numéro de l'Astro News sans crainte : il est garanti 100% sans risque nucléaire et ne fonctionne ni à l'essence ni au gaz.

Il est inoffensif avec son Edito 3v3 de Micka, son petit Replay du seul match du week-end dernier, sa grille des Prochains matchs et sa Légende de Raf'.

Et pour ceux qui pensent que c'était mieux avant, (finalement, on était pas bien, là, à s'auto-remplir des autorisations de sortie pour marcher une heure, un kilomètre autour de chez soi ?) on continue notre rubrique Retour en zone avec deux commentaires de matchs vintages qui nous replonge en 2013 et en 2017.

Bonne lecture et bonne fin de semaine.

La rédac'

L'édito 3v3



*Ecrit à tour de rôle par Virginie, Cathy et Micka. Vous avez compris la rotation ?
Go ! Cette semaine c'est au tour de Micka.*

Hello l'Astroworld !!!

C'est le début de la dernière ligne droite côté compétitions.

Dans 7 semaines (début des prochaines vacances scolaires) les phases régulières de championnat seront déjà terminées pour la quasi totalité de nos équipes. Nous saurons alors lesquelles se seront qualifiées pour d'éventuelles phases finales. Certaines sont bien placées à ce jour, mais attention à ne pas se reposer sur ses lauriers, nos adversaires aussi progressent !

Outre l'aspect compétition, cette fin de saison doit aussi servir à préparer la suite ... passage en catégorie supérieure pour les uns, accès à l'équipe 1 ou cadre de la future équipe 2 pour les autres, ... et pour tous : sérieux, abnégation et implication aux entraînements !

Quelles que soient ses aptitudes et son âge, la richesse de notre sport fait qu'il y a toujours des choses à découvrir, à apprendre, à perfectionner !

Nous aurons bien évidemment encore besoin de vous tous, pour soutenir nos équipes le week-end mais aussi et surtout aider les dirigeants à encore mieux organiser les matchs à domicile en particulier.

Les protocoles sanitaires s'allègent enfin, nous pouvons d'ores et déjà réorganiser les traditionnels gouters d'après match ... tous à vos fourneaux !

Enfin c'est aussi une période propice à la réflexion : outre ma fonction de joueuse/joueur (ou parent), comment je peux aider "mon" club en m'impliquant au delà de ma propre équipe d'appartenance ... coach, arbitre, officiel de table de marque, responsable d'équipe, dirigeant, ... en bref **citoyen d'une association sportive**, il y a tant à faire, à partager ensemble ...

Toutes nos pensées à celles et ceux qui sont victimes directes ou indirectes de la folie des hommes et des atrocités d'une guerre.

Bonne reprise (mais pas de dribble) et bons matchs à tous !

Micka

Info de dernière minute : la préfecture, via la mairie de Toulouse, a réquisitionné le gymnase du lycée T-Lautrec à compter de ce mercredi 09/03 et jusqu'à nouvel ordre (au moins 1 semaine) pour y héberger des familles Ukrainiennes.

Cet acte de solidarité est évidemment relayé et transposé à l'intérieur de notre club pour l'organisation de notre vie sportive associative !

Grâce à notre interlocutrice au service des sports de la mairie (et à votre Directeur Sportif préféré !) nous avons pu trouver quelques solutions pour les entraînements de cette semaine (mais pas tous !) et pour les matchs de ce week-end. Il faudra faire avec et prendre conscience que la situation, même si elle n'est pas confortable parfois, aurait pu être bien pire !

J'ai communiqué avec les coaches qui vous détailleront des infos plus précises ...
Merci à tous (coachs, pratiquants, parents) pour vos facultés d'adaptation et votre compréhension.

Pour la semaine prochaine et la suite ... on verra plus tard !



Les matchs du week-end dernier en VOD (mais sans vidéo) !

SF1

Défaite @ OTB 2 : 56-38

Score par quart temps : 17-8 / 14-13 / 19-8 / 6-9

Début de notre phase de playoffs avec un mini-championnat à 4 équipes pour tenter d'accrocher une place en finale du "Trophée R2".

Malheureusement nous passons totalement à côté de cette première étape. Ce match de reprise a mis en évidence de nombreuses défaillances : des difficultés à utiliser efficacement notre vitesse en attaque (que ce soit sur contre-attaque ou sur jeu placé), un manque cruel d'agressivité dans les duels en 1 contre 1 (des 2 côtés du terrain), souvent de la précipitation et un manque évident de justesse dans la circulation du ballon, trop d'absences en défense et en particulier au rebond et enfin un piteux 12 sur 33 aux LF (36%).

Au final nous rivalisons sur de trop courtes séquences au 2nd et 4ème quart-temps, quand enfin les 5 filles en jeu jouent à l'unisson et avec la même intensité ! Mais trois quarts temps à moins de 10 points marqués c'est trop peu pour exister à ce niveau là.

Il faut désormais vite se remettre au travail et faire oublier cette piteuse prestation collective. Rdv cette semaine aux entraînements et surtout dimanche prochain, à domicile, pour la 3ème manche contre Salies ... déjà déterminante pour la suite de notre parcours.

Micka

- A★S★T★R★O -

Prochains matchs

« Demandeeeeez l'prograaaaaamme ! »

Date	Catégorie	Locaux	Visiteurs	Heure match	Gymnase	Adresse
Sam 12/03	U9	Entrainement habituel		9h30	Grande salle	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE
	Loisirs	Basket "Bien-Etre"		11h00	Grande salle	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE
	U7	Entrainement habituel		10h30	Clg Lautrec	46, impasse Barthe 31200 TLSE
	U11M1	TOAC 1	Astro 1	13h30	Lycée Airbus	220 Ch du Sang de Serp, 31200 TLSE
	U11M2	Astro 2	Colomiers 2	11h15	Arnauné	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE
	U11F1	Astro 1	Blagnac Occ.	9h45	Arnauné	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE
	U11F2	Colomiers 2	Astro 2	11h00	Piquemal Terrain 2	15 rue A. de Vigny à COLOMIERS
	U13M1	TOAC	Astro 1	13h00	Dewoitine	Chemin de Garric 31200 TLSE
	U13M2	Ayguesvives	Astro 2	13h30	G. Municipal	Ch droits de l'homme 31450 AYGUEV.
	U13F1	Exempt		x	x	x
	U13F2	Astro 2	Labège	13h00	Arnauné	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE
	U15M1	Match reporté au 26/03		x	x	x
	U15M2	Astro 2	Cornebarrieu	17h00	Grande salle	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE
	U15F1	Castres	Astro 1	16h30	Cosec Lameilhé	Rue Goya 81100 CASTRES
	U15F2	Astro 2	Labarthe 2	15h00	Arnauné	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE
	U17M1	Colomiers 1	Astro 1	14h30	Piquemal Terrain 3	15 rue A. de Vigny à COLOMIERS
	U17M2	Lardenne	Astro 2	17h00	Petit Capitole	153 av de Lardenne 31100 Toulouse
	U18F1	Astro 1	St-Nauphary	15h00	Grande salle	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE
	U18F2	Astro 2	Carla Bayle	13h00	Grande salle	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE
	SF3	Astro 2	Cugnaux 3	20h00	Grande salle	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE
	SG1	TCMS 2	Astro 1	20h30	Surcouf	48 bis rue L. Plana 31500 TLSE
Dim 13/03	U7	Carnaval des U7 débutants		9h30	J. Verne	6 av. Montaigne 31830 PLAISANCE
		Carnaval des U7 débutants		14h00		
	U9 Plateau	Astro 2 - Astro 3 Brax - Blagnac Occ.		10h30	Grande salle	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE
	U20M	Cugnaux	Astro	13h00	Michel Jazy	Av de Comminges 31270 CUGNAUX
	SF1	Astro 1	Salies 2	15h30	Clg Lautrec	46, impasse Barthe 31200 TLSE
	SF2	Bruguères 1	Astro 2	15h30	René Albus	Allée de Coubertin 31150 BRUG.
	SG2	Astro 2	Foix 1	13h15	Clg Lautrec	46, impasse Barthe 31200 TLSE

Pour avoir les informations les plus fraîches possible, veuillez consulter la grille des rencontres mise à jour en temps réel  [ici](#)



Retour en zone



Les vieux doss' de l'Astrobulle...

Astrobulle du 10 avril 2013 (MG1 = U15M1)

MG1 Auterive 42 - 48 ASTRO 42 par Elodie

Arrivée dans la fameuse Halle glaciale, le club fournit même les couvertures pour les joueurs sur le banc. En face, une équipe renforcée par un joueur de niveau minimes France. Nos garçons ne se sont pas démontés. Mission pour Florian: s'occuper de ce numéro 9 et l'empêcher de jouer, mission qui sera bien menée tout le long du match. Dès les premières minutes, les garçons mettent de l'agressivité et entament correctement le match. Grand changement par rapport aux matchs précédents où les entames étaient catastrophiques. Les garçons ont montré une belle solidarité en défense et une réelle combativité tant en attaque qu'en défense ce que moi et les parents attendions depuis longtemps. Auterive a complètement déjoué, n'arrivant pas à stopper nos joueurs. L'écart à la mi temps est large 15 points. Téo et Philemon ont bien distribué le jeu, Clément et Aurel ont fait leurs places sous le cercle et au rebond, base solide à laquelle s'ajoute une bonne adresse des extérieurs et des ailiers qui agressent enfin le cercle ! Au retour de la mi-temps, surprise d'Auterive qui change de défense et se met dans une bonne vieille 2-1-2, les 5 joueurs plantés dans la raquette. Notre adresse en tirs extérieurs nous permet de ne pas prendre l'eau et un 2ème intérieur placé en haut de raquette permet de déstabiliser cette défense. L'écart s'effrite mais on restera devant jusqu'à la fin !!! Bravo aux garçons qui n'ont rien lâché. Samedi, dernier match de la saison avec un derby toulousain contre nos amis du TCMS avec une envie de revanche après une défaite 56 à 51 chez eux. Avec la même envie que ce week-end, on pourra finir la saison sur un beau match!

Astrobulle du 17 janvier 2017

U15M1

Astro 60 - 56 Golfech

Le changement d'année a porté chance aux U15M1 qui ont remporté leur première victoire de la saison ! L'année 2018 commence avec le dernier match aller du championnat contre la CTC Entente des 2 rives (Moissac).

C'est le match des mal-classés, Moissac partageant avec nous les dernières places de la poule. La perspective d'une victoire à notre portée, doublée de l'arrivée de Ylan en provenance des U15M2 motive nos bleus qui démarre le match crânement malgré des gabarits de choix en face.

Le premier quart temps laisse entrevoir que nos espoirs ne sont pas usurpés avec un léger avantage 11-7 malgré un nombre incalculable de pertes de balles sur passes. L'euphorie gagne même nos garçons dans le 2e quart temps. Emile GO et Thomas prennent le relais du chemin tracé par Ylan, en infligeant un sévère 22-10 ! 33-17 à la pause, du jamais vu depuis les brassages. Comme on pouvait le prévoir, nos adversaires ne vont pas rester sans réaction. C'est une autre équipe qui revient des vestiaires pour doucher l'enthousiasme des Astroboys.

Pressing haut, agressivité sur le porteur ballon, prise à deux, tout y passe pour renverser la vapeur. Les interceptions se multiplient, bilan 14 à 20, voilà une bonne partie du retard comblé par les moissaguais malgré une belle résistance de Dorian R, chassant le rebond jusque sous les panneaux adverses. Le 4e quart temps est une guerre de tranchée. Nos bleus tentent de résister aux vagues successives des adverses qui sont revenus à -1 ! Retrouvant un peu de lucidité dans les passes et la remontée du ballon face au press tout terrain, ils réussissent à reprendre de précieux points en toute fin de match pour finir à +4...ouf.

Cette première victoire de la saison apporte du baume au cœur et récompense l'enthousiasme intact malgré l'adversité rencontrée chaque samedi. Elle ne doit pas occulter un match très inégal avec des lacunes de débutants dans les passes et l'espacement qui aurait pu nous coûter la victoire. A l'inverse, j'ai apprécié la ténacité et le sang-froid malgré la tension en fin de match.

Emeric

👑 Les légendes 👑

de Raf'



Née le 25 mars 1971 à Brownfield au Texas, États-Unis

Poste & numéro : Ailière & 22

Carrière : 1978 - 2011

Choix de draft : par Cornets de Houston en 1987

Palmarès : 4x Championnes WNBA

(1997,1998,1999,2000) ; 1x championnes du Monde

(Team USA en 2002) ; 2x médailles de bronze (Team

USA en 1994 et 2006) ; 3x MVP (2000,2002,2005) ; 3x

meilleure défenseuse (2000,2002,2003) ; 3x

médailles d'or au JO (1996,2000,2004)

Sheryl Swoopes, est une joueuse de basket-ball américaine. Championne universitaire en 1993 avec les Red Raiders de Texas Tech en obtenant le titre de meilleure joueuse du tournoi final.

En avril 1993, elle est sélectionnée par la franchise des Daytona Beach Hooters en United States Basketball League. Toutefois, elle déclare alors qu'elle a décidé de rejoindre l'Europe, aucune ligue professionnelle n'existant aux États-Unis. Elle rejoint l'Italie, où elle évolue avec le club de Bari. Elle fait son retour aux États-Unis après 84 jours et seulement dix matchs disputés, pour une moyenne de 23 points par match

Elle passe son année à représenter Nike, qui la sponsorise et a créé la première chaussure portant le nom d'une joueuse, the Air Swoopes. Elle termine ses études, participe à une radio locale et voyage à travers le pays pour la promotion de sa chaussure

Première joueuse à signer avec la nouvelle ligue professionnelle américaine de basket-ball, la Women's National Basketball Association (WNBA), en octobre 1996, elle est affectée par celle-ci début 1997 à la franchise des Comets de Houston.

Lors de la saison suivante, Sheryl Swoopes devient la première joueuse de WNBA à réaliser un triple-double, 14 points, 15 rebonds et 10 passes lors d'une victoire 85 à 46 face au Shock de Détroit

Elle fait partie de la sélection des quinze meilleures joueuses de WNBA élue pour les quinze ans de la ligue et intronisée en 2016 au Basketball Hall of Fame.

Une page de pub 🙏

Merci à eux pour les beaux maillots !

CAFÉ
Ginette
BISTROT DES FAUBOURGS
AN ASTROBASKET CLUB TROUVÉ

BH
EXPERTS & CONSEILS

Drive
Mie



SODENADA
experts en communication



Carrefour
express


**MINISTÈRE
DE L'ÉDUCATION
NATIONALE,
DE LA JEUNESSE
ET DES SPORTS**
*Liberté
Égalité
Fraternité*

FDVA
FONDS POUR LE
DÉVELOPPEMENT
DE LA VIE
ASSOCIATIVE



 **terraNIS**
New Information Services

Crédit 

Mutuel



Neorka
Bureau d'études énergies

 **SERVICE
CIVIQUE**
Une mission pour chacun
au service de tous

MAIRIE DE



TOULOUSE

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 !