Astro Basket Club

Astro News

TOULOUSE

#10

Speech d'avant-match 📣

Désolé pour le retard j'ai du gratter le pare-brise !

C'est la reprise… J'espère que vous avez tous bien profité des vacances pour vous reposer et faire le plein d'énergie parce que nous rentrons dans un période ✌ géniale ✌ : en trois jours on est passé de 20 degrés à -10, il fait nuit à 14h et il pleut. Bienvenue en novembre !
A la rédac', on vous a concocté un petit numéro « light » de l'Astro News riche en fibre et en protéine pour attaquer la rentrée en douceur.
Au programme : l'édito de Virginie, Micka nous dévoile l'opération parrain/marraine, on vous donne des nouvelles des SF1, l'Ecole des Officiers est dans les starting-blocks, Raf' revient avec ses joueurs légendaires et vous connaitrez les horaires des premiers matchs de championnat. Plus 2 ou 3 trucs que j'ai peut-être oublié et que vous découvrirez au fil des pages…

Bonne lecture à tous,

La rédac'

L'édito 3v3

Ecrit à tour de rôle par Virginie, Cathy et Micka. Vous avez compris la rotation ? Go !
Aujourd'hui c'est Virginie, professeure agrégée de statistiques !

Bonjour à tous,

J'espère que tout le monde a passé de bonnes vacances !!

Nous voilà de retour pour commencer dès ce samedi pour les jeunes les championnats. Nous allons avoir un rythme un peu plus cool dans le sens ou les dates des matchs sont prévues à l'avance, plus simple pour l'organisation 😊. Mais pour autant nous allons avoir besoin de ressources pour faire en sorte que tout se déroule bien.
N'hésitez pas à vous rapprocher de vos coachs pour plus de détails sur les calendriers et n'oubliez pas notre première séance de notre école d'officiels qui démarre le samedi 13 novembre au matin, venez nombreux.

Sinon comme il n'y a pas de super actu pour cette semaine je vais vous parler un peu de chiffres !!
Bon et j'avoue que ce n'est pas intégralement de moi, je connais un super prof de maths 😋!!

- Nous avons actuellement 378 inscrits sur notre base de données (hors-loisirs FSGT). Pour mémoire nous avions 345 licenciés l'an dernier et 362 la saison précédente.

- Répartition F/M cette saison = 42%/58% (contre 36%/64% l'an dernier) ... et si nous finalisons les dernières inscriptions nous aurons 160 licences féminines ce qui sera notre nouveau record en la matière 😄

- Nos licenciés ont entre 4 ans et 54 ans avec un âge moyen de 17 ans (on n'est pas encore majeur !!!).

Vous me suivez toujours alors je continue !!

- Notre taux de fidélisation officiel (rapport entre le nombre de renouvellement et le nombre de licences de l'année précédente) est actuellement de 77% (l'an dernier avec 70% nous étions 10ème du classement sur les 63 clubs dans le 31).

- Un peu plus de la moitié des licenciés sont du 31200.

- Nous avons 2 groupes U7 (conf/deb), 3 équipes U9 mixtes et à partir de la catégorie U11 (la première genrée) nous avons 11 équipes féminines et 11 équipes masculines.

Voilà c'est tout et ça fait du beau petit monde tout ça 👍 et ça nous promet de bons petits WE en perspective et de belles rencontres avec la balle orange.
Allez je vous dis à très vite dans les salles

Virginie

- A★S★T★R★O -

👨‍👧 Opération Parrain/Marraine 👩‍👧

Voici une proposition que vous ne pourrez pas refuser !

Pour rappel, Lucas SG1 est parrain de notre école de mini-basket et Juliette U18F1 en est la marraine.

Dans le même ordre d'idée, tous les séniors (G et F) qui sont actuellement licenciés et qui étaient déjà au club l'an dernier seront officiellement parrains et marraines d'une équipe de jeunes pour toute la suite de cette saison, comme l'indique la répartition ci-dessous.

Lucas déjà parrain et Léo SG1, Michael SG1, Ulysse SG1, Micka SG1, Rafael SG1, Stéphane SG2, Julien SG2, Mathilde SF1, Anaïs SF2, Elodie SF2, Alexandra SF3 et Océane SF3 étant déjà coachs d'une équipe, ils n'apparaissent pas dans le tableau ci-dessous, tout comme les séniors qui n'étaient pas encore à l'Astro la saison dernière ou qui ne sont pas encore qualifiés à ce jour !

Equipes	Parrains	Marraines
U11M	Florian SG1	Inès SF2
U11F	Nicolas C SG1	Sophie SF1
U13M1	Jordan SG2	Léna SF2
U13M2	Victor SG1	Margaret SF1
U13F1	Quentin SG2	Leïla SF1
U13F2	Flavien SG2	Nelly SF2
U15M1	Valentin SG2	Emma SF3
U15M2	Clément SG2	Juliette SF2
U15F1	Pierre SG2	Marie SF1
U15F2	Andrea SG2	Laurie SF2
U17M1	Nicolas T SG1	Lise SF2
U17M2	Maxime SG1	Alexia SF3
U18F1	Maxime SG2	Delphine SF1
U18F2	Loïc SG2	Héloïse SF3
U20M	Tristan, Nicolas et Cyril SG2	

Le rôle du parrain et de la marraine est assez simple : se présenter à son équipe de protégés, suivre leur parcours, les soutenir et participer aux divers chalenges qui seront proposés au cours de la saison.

Voici le premier concours : chaque équipe a jusqu'au 31 décembre 2021 pour envoyer une photo originale réunissant un maximum de ses membres à :

astrobulle@astrobasketclub.fr

Barème : chaque joueuse/joueur et coach présent sur la photo rapporte 1 point tandis qu'une marraine et un parrain rapportent 5 points chacun.
Si l'effectif complet est présent sur la photo (joueurs/joueuses, coachs, parrains, marraines) c'est 30 points de jackpot … montages numériques interdits !
C'est la date du cliché qui départagera les éventuels ex-æquo (prime aux photos qui seront envoyées le plus tôt) …

A vous de jouer.

- A★S★T★R★O -

Save the date

Vous êtes prévenus, vous pourrez pas dire que vous avez piscine !

Samedi 13 novembre
Première séance de l'Ecole des Officiels de l'Astro

Dimanche 9 janvier
Rassemblement U11

Dimanche 20 mars
Finale départementale du Panier d'Or

- A★S★T★R★O -

Tablette tactique

Ton coach a un mot à te dire!

SF1 :

Bonjour 👋🏾 Bonjour
Anthony, anciennement coach des SF2/ U17M2/ U11M et maintenant coach des SF1. J'ai réussi mon BPJEPS.
Deuxième année au club avec beaucoup moins d'équipe mais toujours l'objectif de faire progresser.
Je reprends l'équipe Seniors Féminine 1 après le départ de Philippe, beaucoup de départs au sein de l'effectif donc on repart avec une équipe en totale reconstruction avec seulement 3 joueuses restantes de la 1. Équipe très jeune mais avec un bon potentiel. Début de saison en demi mesure car la mayonnaise doit prendre ce qui commence seulement à arriver petit à petit. Dans une poule à 6 équipes, après le forfait du Gers, on a quelque chose à jouer pour la poule haute. Donc on se donnera tous les moyens pour.
Mercredi 10 novembre match de Coupe à Castelmaurou, venez nous encourager.
Tchaw tchaw

Anthony

⏯ Replay ⏪

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

SF1 :
Coupe de la Garonne
Victoire @ Montrabé : 48-70

1/16ème de finale de la Coupe de la Garonne : nos SF1 s'imposent à Montrabé 48-70 et se qualifient pour le tour suivant dans une compétition qui, historiquement, nous a souvent réussi !

Coach Anthony n'étant pas dispo, j'ai assuré l'intérim à la direction de l'équipe.
Pas simple car ce tour était piégeux à plus d'un titre : une salle glaciale, une équipe locale qui débute avec 20 points d'avance dus à l'écart de niveau de championnat entre les 2 formations, et nos filles qui devaient encore digérer la défaite de leur dernier match …

L'échauffement est sérieux, le plan de jeu est bien dans les têtes, il n'y a plus qu'à l'appliquer et démontrer notre supériorité … fin du 1er quart-temps et le score affiche 29-6 pour les locales !!!! 6 points marqués en 10 minutes, c'est famélique mais justifié … nos filles manquent de justesse dans leurs choix offensifs et même quand ils sont pertinents, c'est la finition qui pèche !
L'affaire se corse et c'est désormais 23 points qu'il faut combler et il ne reste plus que 3 quarts-temps.

Heureusement les filles ont envie de défendre fort et elles ne relâchent pas la pression … petit à petit on prend l'ascendant avec plusieurs séquences où l'adversaire ne peut même pas franchir le milieu du terrain. Mais côté offensif il y a encore du déchet et on ne gagne cette 2ème période que 6-14.
35-20 à la mi-temps … c'est encore loin d'être gagné mais la dynamique n'est clairement plus la même.

J'en ai rapidement la confirmation au retour des vestiaires : nos attaques de la zone adverse sont bien plus cohérentes, les filles prennent enfin leur responsabilité au shoot et notre pression tout terrain continue à faire son travail de sape, nous donnant beaucoup de situations de contre-attaque ... 7-29 sur le 3ème quart-temps ... enfin nous sommes devant au score.

Les filles finissent le boulot en remportant le 4ème acte 6-21 ... la qualif est en poche, le job est fait avec 50 points marqués sur la 2ème mi-temps ! Bravo à toutes et merci pour l'accueil. J'ai pris beaucoup de plaisir à vous diriger et merci d'avoir prouvé que j'avais raison de croire en la victoire, même à l'issue du 1er quart-temps ;-)

Même si les équipes rencontrées en championnat seront d'un tout autre niveau, j'encourage nos SF1 à garder en mémoire qu'elles sont capables de défendre fort tout un match et surtout qu'elles ont des armes offensives bien plus variées qu'elles ne l'ont montré jusque-là !

Micka

🎓 Ecole des Officiels 🎓

On y est presque…

Ecole des officiels... on y est presque !

Nous sommes dans les starting-blocks pour notre première séance de samedi. Pour l'instant, nous avons 14 volontaires inscrits, c'est très encourageant 🙂

Nous finaliserons l'organisation des ateliers jeudi soir et vendredi, du coup nous allons arrêter les inscriptions demain (jeudi à 20h).

Pour les retardataires, c'est par ici :

👉 **INSCRIPTION ECOLE DES OFFICIELS** 👈

Au programme de cette première, nous allons découvrir la gestuelle arbitre, le chrono, les indicateurs, l'E-Marque, les fautes…

Pour les participants : rendez-vous à 10h45 pour démarrer dès 11h00 nous terminerons par un moment d'échange autour du pique-nique : chacun est invité à apporter son sandwich (ou salade ou autre), le club vous offre la boisson et les chips 🙂

A samedi ou à bientôt !

Cathy

🤝 On a besoin de vous 🤝

La Campagne 2021 du Téléthon est lancée depuis quelques semaines, avec cette année Soprano comme parrain.

Pour l'AFM Haute-Garonne, je suis la référente de l'Astro BC et je n'aurais pas la possibilité d'organiser quoi que soit. Du coup, je voudrais passer la main à une ou plusieurs personnes.

Une seule contrainte faut au moins une personne majeur, après il faut des idées sympas et un peu de temps…

Comme l'organisation en est relativement encadrée, je propose à celle et/ou celui qui en prendra les rennes pour le club, de se caler un petit moment pour tout expliquer…

Si ça vous dit, si vous avez des questions :

cathy@astrobasketclub.fr

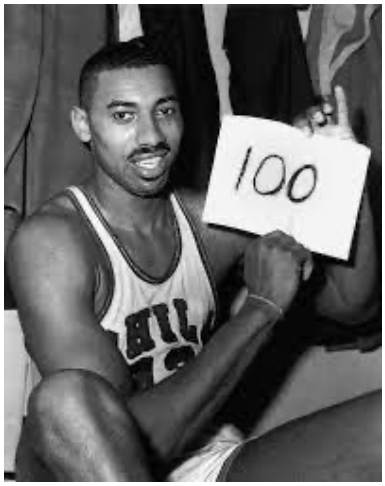
Merci !

Cathy

👑 Les légendes 👑

de Raf'

Wilt Chamberlain



Né le 21 aout 1936 àphiladelphie (Pennsylvanie)
Mort le 12 octobre 1999 à Bel Air (Californie)
Poste & Numéro : Pivot & 13
Carrière NBA : 1959 -1973
Titres NBA : 1 titre avec Philadelphia, 1 titre avec Les Lakers

Considéré comme l'un des plus grands joueurs de l'histoire du basket-ball américain, il domine les autres joueurs à son poste dans la National Basketball Association (NBA).
Les échecs répétitifs de Wilt Chamberlain avec les Warriors de Philadelphie et les Warriors de San Francisco lui créent une réputation de perdant. Il est transféré aux 76ers de Philadelphie en 1965.
De retour dans sa ville natale, il fait évoluer son style de jeu, plus collectif. Échangé aux Lakers de Los Angeles après un désaccord financier avec Philadelphie, il y termine sa carrière d'une manière mitigée. Son intégration à Los Angeles avec les autres vedettes n'est pas à la hauteur des attentes. Le pivot vedette de la NBA remporte un second titre de champion en 1972 et met fin à sa carrière.
Chamberlain est le premier géant de l'histoire du basket à faire preuve d'agilité. Sa taille (2,16 m) lui donne un avantage sur ses adversaires.
Il détient encore aujourd'hui plus de soixante-dix records de la NBA. Le plus fameux est le record de points dans un match de la NBA avec **100 points** le 2 mars 1962 contre les Knicks de New York, et un des deux seuls double-triple-double* réalisés à ce jour (l'autre ayant été réalisé par Russell Westbrook en avril 2019).
Il a popularisé le dunk, geste qui consiste à claquer le ballon dans le cercle. Il maîtrisait également la technique dite du bras roulé. Après une brève carrière d'entraîneur, Wilt Chamberlain se retire du monde du basket-ball. Il meurt à l'âge de 63 ans.

*À ce jour, seulement deux joueurs sont parvenus à réaliser cette performance. Wilt Chamberlain le 2 février 1968, lors d'un match opposant son équipe de Philadelphie aux Pistons de Détroit, durant lequel il inscrit 21 points, 25 rebonds et 21 passes décisives, et Russell Westbrook le 2 avril 2019 lors de la victoire de son équipe du Thunder d'Oklahoma City face aux Lakers de Los Angeles avec un total de 20 points, 20 rebonds et 21 passes décisives.

🎲 Game time

Le jeu de Raf'

Pour permettre une interaction entre vous et moi, je lance un petit jeu.
Je vous propose à vous, lecteurs de l'Astro News, de deviner quel sera le joueur de légende qui sera présenté dans le numéro de la semaine prochaine.
Et ce, sans indice !

Je laisse 3 chances par famille si papa, maman ou frères et sœurs veulent aussi jouer.

Je vais vous demander de m'envoyer vos 3 propositions (prénom et nom du joueur de légende) accompagné de votre prénom, nom et catégorie et d'une petite photo sympa.

Si vous avez la bonne réponse, vous serez à l'honneur dans l'Astro News à côté de la légende que vous aurez trouvé !!!

Les propositions sont à envoyer au mail suivant :

👉 **rafael.pardal13@gmail.com** 👈

On commence dès maintenant !!!

Bonne chance à vous 😊

✌️ PEACE AND BASKET 🏀

Raf

Prochains matchs

« Demandeeeeez l'prograaaaaamme ! »

Date	Catégorie	Locaux	Visiteurs	Heure match	Gymnase
Dim 07/11	SF1	Astro 1	Cugnaux 2	15h30	Lycée Lautrec
Mer 10/11	SF coupe	Montrabe	Astro	21h00	Clg Cézanne
Sam 13/11	Loisirs	Basket "Bien-Etre"		9h30	Lycée Lautrec
	Officiels	Ecole des officiels		11h00	Lycée Lautrec
	U7	Entrainement habituel		10h30	Clg Lautrec
	U9 Plateau	St-Jory 1 - Lavernose 1 Roquettes 1 - Astro 1		10h00	Segusino
	U11M1	Astro 1	Léguevin	11h00	Arnauné
	U11M2	Gratentour	Astro 2	11h00	Séquestre
	U11F1	Exempt		x	x
	U11F2	BAB'SS	Astro 2	11h30	Lobit
	U13M1	Tournefeuille	Astro 1	13h00	Labitrie
	U13M2	Fenouillet	Astro 2	13h00	Collège
	U13F1	Astro 1	Tournefeuille 1	13h00	Lycée Lautrec
	U13F2	Astro 2	TMB	13h00	Arnauné
	U15M1	Astro 1	Muret	17h00	Lycée Lautrec
	U15M2	Astro 2	Cugnaux 1	17h00	Arnauné
	U15F1	Lézat	Astro 1	16h30	G. Pedoussaut
	U15F2	Aussonne	Astro 2	16h30	P. Denis
	U17M1	U31 Nord 2	Astro 1	13h30	René Albus
	U17M2	Astro 2	Portet 2	15h00	Arnauné
	U18F1	Astro 1	BAB'SS	15h00	Lycée Lautrec
	SF3	Astro 3	Aussonne	20h00	Lycée Lautrec
	SG1	Colomiers 3	Astro 1	20h30	Piquemal
Dim 14/11	U9 Plateau	Astro 2 - Astro 3 Blagnac Occ 1 - TCMS 2		10h30	Lycée Lautrec
	U18F2	Fonsegrives	Astro 2	11h00	P. Pepi
	U20M	Repos		x	x
	SF1	Salies 2	Astro 1	13h00	S Polyvalente
	SF2	Labarthe	Astro 2	15h30	H des sports
	SG2	Exempt		x	x

Pour avoir les informations les plus fraîches possible, veuillez consulter la grille des rencontres mise à jour en temps réel 👉 ici 👈.

🙏 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 !

Une erreur de la rédaction s'est glissée dans l'Astro News #8 qui à fait passer Sylvia pour une SF2 créant un scandale dans son véritable groupe : les SF3. Toutes nos excuses à Sylvia et aux SF3 😉 La vérité est ainsi rétablie !

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 !