# ASTROBULLE

## Episode n°15

Mercredi 18 décembre 2019

# Sommaire


Avant toute chose … l'édito !

Selfi du week-end

Tester sa culture basket

Résultats des derniers matchs

On refait les matchs

Bulletin d'infos diverses

Un Noël réussi

Les prochains matchs

Le programme des vacances

Et merci à nos partenaires

# Avant toute chose … l'édito !

Edito par Virginie, Cathy ou Mickael … aujourd'hui c'est Mickael

Salut l'Astroworld,

Le thème du jour : le code de jeu. C'est le nom usuel que l'on donne au règlement officiel (un peu plus de 100 pages, disponible ici) qui régit le déroulement d'un match, que ce soit pour la partie pratique (quand y a-t-il "retour en zone" ? quels sont les critères d'une faute "antisportive" ? quelle réparation en cas de faute "offensive" ? …) ou pour la partie administrative (devoirs et droits du coach, de son assistant, d'un joueur remplaçant, rôle du marqueur, du chronométreur, …).
Il y a aussi les adaptations particulières selon le niveau et la catégorie d'âge d'un match, qui sont définies par les instances locales qui organisent les championnats (Comité Départemental ou Ligue Régionale).
Les arbitres officiels doivent parfaitement tout connaitre de ce code de jeu (dont les petits détails qui arrivent une fois tous les 100 matchs !) et ils sont régulièrement évalués sur sa bonne connaissance. Les coachs se doivent aussi d'en avoir une très bonne compréhension (les diplômes de technicien comportent des épreuves à ce sujet). Et enfin les joueurs devraient aussi en maitriser la plupart des éléments … idem pour les spectateurs, afin de mieux comprendre le déroulement d'un match.
Mais dans la réalité il n'en est malheureusement pas ainsi … ce qui pose parfois problème … mais ce n'est pas mon sujet du jour.
Je souhaite par cet édito sensibiliser tous les joueurs (en particulier à partir de la catégorie U13) sur un fait indéniable : on devient un bien meilleur basketteur quand on connait bien ce code de jeu. On comprend mieux les coups de sifflet et on peut anticiper ses répercussions. On peut même parfois jouer avec ces règles et en faire une arme stratégique (pour les plus expérimentés !!!).
Outre la lecture de ce règlement, une des meilleures façons pour se l'approprier est de régulièrement observer attentivement tous les "à coté" d'un match (procédure de changements, gestuelle des arbitres, …), ou encore mieux, d'officier en tant qu'arbitre, marqueur ou chronométreur, en compagnie d'une personne expérimentée …

**Mickael**

# Selfi du week-end

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

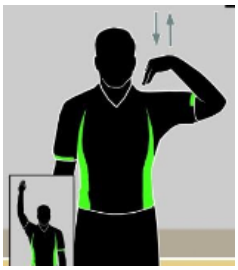
A l'honneur cette semaine : les U13F2 et les SG2, qui, après leur match respectif ce week-end, sont restés réunis pour une partie de bowling pour les unes, ou pour rendre hommage à leur "sponsor-maillot" pour les autres … la vie de groupe au-delà du basket, c'est sacré !!!

# Tester sa culture basket

## Chaque semaine une énigme sur ~~le club~~, le basket !

**Question du jour** : Pour rebondir sur l'édito, pas d'énigme sur le club cette semaine, mais quelques questions sur des règles souvent méconnues de notre code de jeu :

1) Qui peut s'assoir sur le banc d'équipe ?
2) Où se fait la remise en jeu après un retour en zone ?
3) Quand le chronomètre redémarre-t-il après un tir de lancer-franc ?
4) Quelle est la procédure de demande d'un changement de joueur ?
5) Qu'indique la gestuelle d'arbitre ci-contre ?



## *Réponse de l'énigme précédente*

C'est Guillaume, assisté de Vanessa, qui est responsable cette saison de la vie de notre page Facebook, qui compte 664 abonnés à ce jour.

https://www.facebook.com/astrobasketclub/

# Résultats des derniers matchs

| Date | Catégorie | Locaux | Visiteurs | Résultats | Arbitres | OTM |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Mer 11/12 | SF1 Coupe | TMABC 1 | Léguevin | Qualification 59-54 | officiels désignés | Cathy - Thierry |
| | | | | | | |
| Sam 14/12 | U13M1 | Repos | | x | x | x |
| | U13M2 | Astro 2 | St-Girons | Défaite 30-56 | Rachel - Noah | Vanessa - Alain |
| | U13F1 | Repos | | x | x | x |
| | U13F2 | TMABC 2 | Merville | Victoire 41-33 | Nicolas - Lola | Stéphane - Agnès |
| | U15M1 | Union 31 Nord 3 | Astro 1 | Victoire 56-59 | Locaux | Locaux |
| | U15M2 | Aussonne | Astro 2 | Défaite 46-43 | Locaux | Locaux |
| | U15F1 | Repos | | x | x | x |
| | U15F2 | TMABC 2 | GOTB 3 | Victoire 55-49 | Florian - Rachel | Vané-Loric-Cathy |
| | U17M1 | TOAC 3 | Astro 1 | Victoire 65-76 | Locaux | Locaux |
| | U17M2 | Astro 2 | Labarthe | Défaite 58-74 | Samy | Thierry - Labarthe |
| | U18F | Repos | | x | x | x |
| | SF2 | Gimont 2 | TMABC 2 | Défaite 53-42 | officiels désignés | Locaux |
| | SF3 | Ayguesvives | TMABC 3 | Défaite 55-34 | officiels désignés | Locaux |
| | SG1 | Astro 1 | St-Girons | Victoire 77-54 | officiels désignés | Jeanine-Mauricette |
| | | | | | | |
| Dim 15/12 | U20M | Astro | Blagnac | Victoire 69-28 | Cédric - Rachel | Alain - Cathy |
| | SF1 | TMABC 1 | St-Orens | Victoire 62-45 | officiels désignés | Cathy - Margaret |
| | SG2 | Astro 2 | Lézat 2 | Victoire 68-45 | officiels désignés | Alain - Delphine |
| | | | | | | |

# On refait les matchs

## Les traditionnels commentaires de match …

### U13M2 → Astro 2 – St-Girons : Défaite 30 – 56 … Auteur = Mickael

Score par quart temps : 12-15 / 4-10 / 6-11 / 8-20
Malgré un début de match équilibré au score, nous avons été largement dominés par le leader du championnat, pourtant venu à seulement 5 joueurs.
La différence de gabarit, de maturité et surtout d'efficacité a été évidente alors que nous n'avons rien à envier à cet adversaire sur le plan de la vitesse et de la technique individuelle !
Plus grosse défaite de la saison, il y avait mieux à faire mais mes joueurs ont malheureusement été plus petits à tous les niveaux sur ce match !
Nous verrons au match retour l'étendue de nos éventuels progrès … en attendant au boulot !

### U13F2 → TMABC 2 – Merville : Victoire 41 – 33 … Auteur = Pauline et Alex

Cette 5e rencontre de la saison régulière (... et dernière de la décennie !) se solde par la victoire de nos vaillantes U13 sur une équipe de Merville invaincue depuis le début des brassages...de quoi attaquer les vacances sur une note positive.
Même si l'oposition s'annonçait très sérieuse, les filles n'ont montré aucun signe de fébrilité et sont entrées dans le match tambours battants et en pleine confiance.
Malgré encore pas mal de choses à parfaire et une finition parfois un peu hasardeuse, les joueuses on fait un beau match, avec beaucoup d'actions collectives, qui témoignent d'une grande cohésion et d'une belle solidarité entre les joueuses.
Au-delà de nos parents-supporters indéfectibles nous tenons également à remercier les U17M qui ont donné de la voix pour encourager les filles, qui elles-mêmes les avaient soutenus la semaine précédente à Caraman ! Bel esprit de corps !
Merci également aux joueuses de l'équipe U13F1 venues soutenir leurs camarades et à Agnès pour avoir tenu la table avec Stéphane.
1, 2, 3 ...TMABC ! On continue comme ça !

## U15M1 → Union 31 Nord 3 – Astro 1 : Victoire 56 – 59

## U15M2 → Aussonne – Astro 2 : Défaite 46 – 43 ... Auteur = Christophe

Il y a des matchs qui engendrent beaucoup de frustration pour les joueurs comme pour le coach. Et ce samedi c'était malheureusement le cas des U15m2. C'est en effet toujours frustrant de perdre de 3 points alors qu'il y avait clairement la place pour ajouter une 4ème victoire de suite. D'autant plus frustrant que nous jouions face à l'équipe numéro un de ce début de championnat (100% de victoire), sur son parquet.

Le match a basculé alors qu'il restait une minute à jouer. Nous étions derrière, un petit point derrière,… on défend avec détermination, on communique bien, on les force à prendre un tir difficile, on est présent, à la lutte au rebond, mais patatras, sur la réception notre joueur subit une entorse (cheville) et concède l'entre-deux… balle pour Aussonne !!! L'action suivante amène malheureusement 2 points pour l'équipe hôte ce qui scella définitivement le résultat du match.

On peut refaire la rencontre 1000 fois… ou en tirer des enseignements.

Les garçons ont su garder patience en défense. C'est une constante depuis 3 matchs et c'est la bonne chose à retenir. Aucun de nos trois derniers adversaires n'a dépassé 46 points et cela nous donne un avantage… mais encore faut-il pouvoir en profiter. La défense adverse, bien organisée elle aussi, a mis en exergue nos limites en attaque. Mises en place difficile, attaques stéréotypées, impatience, tirs forcés… nous n'avons pas su tirer parti du collectif naissant pour creuser définitivement l'écart lorsque nous menions au score.

Il faudra travailler avec sérieux lors des prochains entrainements en vue d'apporter la rigueur offensive nécessaire pour l'emporter face à des défenses solides. L'équipe a acquis rapidement cette rigueur en défense… j'ai confiance en elle pour la développer également en attaque.

Les garçons, utilisez la trêve pour vous ressourcer et progresser sur ces sujets à l'entrainement. Vous reviendrez encore plus forts en 2020.

Je vous souhaite de bonnes fêtes les gars. Je suis content de vous avoir accompagné sur ces quelques matchs en 2019 et je commande au père Noël une série de bons matchs et de belles victoires pour vous pour 2020.

## U15F2 → TMABC 2 – Tournefeuille 2 : Victoire 55 – 49 ... Auteur = Mickael

Score par quart-temps : 8-13 / 17-9 / 17-12 / 13-15

Tout d'abord hommage à toutes les personnes qui ont assisté à cette rencontre : ce match s'est joué dans une super ambiance avec des supporters des 2 équipes qui ont donné de la voix, dès les premières minutes et sans jamais s'interrompre ! Il faut dire que le spectacle était au rendez-vous : pas toujours d'une excellente qualité technique mais dans l'intensité et la dramaturgie du scénario, on a été gâté !

Tout a commencé par un 1er quart temps où l'efficacité nous a fuit malgré de bonnes séquences offensives mais aussi beaucoup d'approximations dans les passes et l'utilisation du dribble.

Puis mes girls nous ont gratifiés de deux belles périodes qui leur ont permis de prendre les commandes du match, jusqu'à avoir plus de 10 points d'avance en début de 4ème QT.

On pensait alors voler tranquillement vers la victoire mais c'était sans compter sur un dernier sursaut d'orgueil des visiteuses, qui, grâce à une belle adresse à mi-distance et à une joueuse intérieure très efficace (28 points marqués à elle seule), reviennent à un panier d'écart dans les 2 dernières minutes !

Le coaching bat alors son plein, les temps morts se succèdent et finalement, nous réussissons à bien gérer ce retour adverse pour garder nos distances au score et leur donner le coup de grâce d'un panier à 3 points meurtrier dans les dernières secondes … de quoi finir dans une ambiance volcanique !!!

D'un point de vue sportif cette première partie de saison est un réel succès avec 8 victoires en autant de matchs, et une première place au championnat … mais au-delà de ça, c'est un véritable plaisir que d'accompagner ce groupe de filles de niveaux très hétérogènes mais qui vit très bien ensemble, s'entraine très sérieusement et sans surprise progresse beaucoup au fil des matchs. Vivement la reprise en janvier !

## SG1 → Astro 1 – St-Girons : Victoire 77 – 54 ... Auteur = Mickael

Score par quart temps : 20-13 / 20-12 / 14-17 / 23-12

Un match maitrisé de bout en bout face à un de nos poursuivants directs pour la 4ème place qualificative pour les play-offs (même si on est encore loin de la fin du championnat !).

Malgré une semaine d'entrainements en petit effectif (semaine de partiels pour nos très sérieux jeunes étudiants !) nous avons su construire cette victoire en première mi-temps (+ 15 à la pause) en nous adaptant parfaitement aux diverses défenses proposées par les visiteurs, qui ont eu les pires difficultés à contenir nos intérieurs. Malgré un 3ème quart-temps moins bien controlé, nous réussissons à réaccélérer au 4ème quart temps. Bon boulot d'ensemble !

Les résultats de cette journée de championnat nous placent désormais à la 3ème place avec 2 victoires d'avance sur le 5ème … c'est parfait … mais il nous reste encore un match aller, et c'est pour ce samedi à 20h30 au TOAC, très solide leader du championnat … on y va avec l'intention de très bien figurer !!!

# Bulletin d'infos diverses

Ce samedi, le dernier **centre spécial de perfectionnement** de l'année 2019 sera couplé au gymnase du lycée Lautrec à 11h avec le créneau **Basket Bien-Etre**.

Erratum : La semaine dernière nous annoncions 189 € récoltés au profit du **Téléthon** mais en réalité ce montant ne correspond qu'aux dons faits directement par les personnes présentes aux gymnases … nous sommes heureux de pouvoir rajouter les 206 € de recette provenant des ventes faites sur nos stands buvette et braderie. Notre participation totale s'élève donc à 395 € pour cette année.

Nos **SF1** sont difficilement sorties victorieuses de leur huitième de finale de **Coupe de la Garonne** mercredi dernier. Et ce samedi elles ont été imitées par l'équipe Pro du **TMB** en **Coupe de France** … direction les quarts de finale de leur compétition pour ces 2 équipes. Ci-contre les joueuses pro, rejointes juste à l'issue du match par 4 de nos U15F2, chapeautées par le Président Philippe Tedesco !

Les championnats des équipes **U11** ont été établis. Vous retrouverez donc sur notre site les **calendriers** complets et définitifs jusqu'à la fin de saison, avec en particulier les lieux et horaires des matchs à domicile. C'est ici pour les U11 et ici pour les équipes U13 à U18.

# Un Noël réussi !

Ce samedi avait lieu notre traditionnelle fête de Noël pour notre école de Mini Basket. Cela s'est déroulé toute la matinée sous forme d'abord de petits ateliers, suivis de petits matchs.

Nous avions environ 70 enfants des U7 aux U11, que nous avons répartis par petits groupes pour les ateliers. Pour les matchs les groupes étaient composés d'un côté des U11 garçons et de l'autre des U9 et U11 filles et au centre nos supers U7 ont joué au béret.

Cette matinée s'est terminée par l'arrivée de notre surprise, à savoir notre Père Noël qui a été très apprécié par tous les enfants et croyez-moi il était ravi également !!
Pierre, Stéphane ainsi que notre Conseiller Départemental M. Jean Michel FABRE nous ont fait le plaisir de venir partager un petit moment avec nous. Merci à eux.
Nous nous sommes ensuite tous retrouvés autour du super goûter/apéro qui était copieusement garni !!

Et pour finir notre collecte pour les Restos du Cœur a été aussi une très belle réussite. Merci pour eux.
Je pense que tout le monde a passé un très agréable moment à en croire plusieurs commentaires très positifs que nous avons eus en retour.
En tout cas merci à tous pour votre participation que ce soit à la mise en place ou à votre contribution à tous niveaux c'était vraiment génial.

Retour en image sur cet événement la semaine prochaine (le temps de trier toutes les photos !!!)

**Virginie**

# Les prochains matchs

| Date | Catégorie | Locaux | Visiteurs | Heure match | Gymnase | Adresse |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Mer18 | SG2 | Montastruc 2 | Gratentour | 20h30 | Le Fur | René Delmas 31380 MONTASTRUC |
| Ven20 | SF3 | TMABC 3 | Lavelanet | 20h30 | Gd Arnauné | 103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE |
| Sam 21/12 | U9 | Entrainement habituel | | 9h30 | Lycée Lautrec | 26, impasse Barthe 31200 TLSE |
| | Loisirs | Basket "Bien-Etre" | | 11h00 | Lycée Lautrec | 26, impasse Barthe 31200 TLSE |
| | Perf | Centre de perf U13 à U18 | | 11h00 | Lycée Lautrec | 26, impasse Barthe 31200 TLSE |
| | U7 | Entrainement habituel | | 11h00 | Clg Lautrec | 46, impasse Barthe 31200 TLSE |
| | U11M1 | Repos, reprise en 2020 ! | | x | x | x |
| | U11M2 | | | x | x | x |
| | U11F | | | x | x | x |
| | U13M1 | | | x | x | x |
| | U13M2 | | | x | x | x |
| | U13F1 | | | x | x | x |
| | U13F2 | | | x | x | x |
| | U15M1 | | | x | x | x |
| | U15M2 | | | x | x | x |
| | U15F1 | | | x | x | x |
| | U15F2 | | | x | x | x |
| | U17M1 | | | x | x | x |
| | U17M2 | | | x | x | x |
| | U18F | | | x | x | x |
| | SG1 | TOAC 2 | Astro 1 | 20h30 | Dewoitine | 20, chemin de Garric 31200 TLSE |
| Dim 22/12 | U20M | Repos, reprise en 2020 ! | | x | x | x |
| | SF1 | | | x | x | x |
| | SF2 | | | x | x | x |

Attention il peut parfois y avoir 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 !

# Le programme des vacances

Beaucoup de coachs ont décidé de faire une véritable trêve pour la période des fêtes. Voici ci-dessous le planning des rares entrainements maintenus.

| Lieu | lun. 23/12 | mar. 24/12 | mer. 25/12 | jeu. 26/12 | ven. 27/12 |
|---|---|---|---|---|---|
| Lycée T-Lautrec | x | x | férié | x | x |
| Collège T-Lautrec | x | x | férié | x | x |
| Bazacle | x | x | x | x | 19h-20h30 = U17M1 |
| | | | | | |
| **Lieu** | **lun. 30/12** | **mar. 31/12** | **mer. 01/01** | **jeu. 02/01** | **ven. 03/01** |
| Lycée T-Lautrec | 17h30-19h = U11M | x | férié | 17h30-19h = U11M | 18h-19h30 = U15F<br>19h30-21h = U18F<br>21h-22h30 = SG1 |
| Collège T-Lautrec | x | x | férié | x | 18h-20h = U13M1 |
| Bazacle | x | x | x | x | 19h-20h30 = U17M1 |

# Et merci à nos partenaires

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