

# ASTROBULLE

Episode n°10



**Mercredi 13 novembre 2019**



# Sommaire



**A** qui le tour ?

**S**elfi du week-end

**T**ester sa culture Astro

**R**ésultats des derniers matchs

**O**n refait les matchs

**B**outique 2019-2020 - Acte 1

**U**ne vingtaine de questions à ...

**L**es infos en vrac

**L**es prochains matchs

**E**t merci à nos partenaires

# A qui le tour ?

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

Bonjour à tous,

Pour commencer l'édito cette semaine, je voudrais vous faire un petit débrief de mon WE ! En l'absence de Cathy, Thierry et Rachel j'étais sur le front ☺ et j'ai pu voir pleins de choses. Si personne n'est indispensable et malgré quelques couacs, il était quand même très important d'être le plus nombreux possible pour gérer les nombreux matchs que nous avons ce WE sur les 3 gymnases. Je voudrais d'ailleurs remercier tous ceux qui nous ont donné un coup de main à la table, à l'arbitrage, à la buvette, à la boutique et autres. Merci beaucoup aussi à tous les parents pour leur aide.

J'ai vu également plusieurs matchs. Des bons avec des écarts très importants, des vraiment supers avec un retournement de situation bien que mené de plus de 10pts à la mi-temps (clin d'œil à nos SF1), ... mais aussi des moins bons ☹ !

J'ai de plus assisté au plateau U9 dimanche et je peux dire que là aussi c'était vraiment génial. Les enfants se sont éclatés, d'ailleurs les parents aussi vue l'ambiance qu'il y avait au lycée ☺. Là encore un grand merci aux parents pour l'aide qu'ils m'ont apportée à l'organisation.

En résumé, ça nous montre encore une fois l'importance de tous les bénévoles dans une association et je vous assure que l'on passe de très bons moments, conviviaux et riches d'épanouissements.

Autre point concernant la boutique. Je vous rappelle que vous avez jusqu'à ce vendredi 15/11 pour passer vos commandes et que si celles-ci ne sont pas réglées, elles ne seront pas prises en compte. En cas de souci, posez toutes vos questions à [boutique@astrobasketclub.fr](mailto:boutique@astrobasketclub.fr)

Nouveau point : en parallèle de notre école d'arbitrage qui prend forme petit à petit, nous souhaitons mettre en place également une école des OTM ainsi qu'une école des entraîneurs. Celles-ci s'adresseront à tous les joueurs des U13 aux séniors, ainsi qu'aux parents. Nous vous donnerons plus d'informations très prochainement.

Quelques dates à retenir :

- le WE des 7 et 8 décembre, nous allons mettre en place une action au profit du Téléthon. Nous aurons besoin de vous, parents, notamment dans la confection de gâteaux, mais de vous tous pour une participation que nous souhaitons la plus large possible à cet événement.
- le samedi 14 décembre aura lieu la fête de Noël de notre école de mini basket. Elle sera suivie des matchs de jeunes et d'une petite AG à laquelle nous vous attendons nombreux. La journée sera clôturée par un match de nos SG1 qui vous attendent là aussi nombreux et bruyants pour les soutenir.

Sur ce, je vous souhaite à toutes et tous une bonne fin de semaine et de très bonnes et belles rencontres ce WE.

ALLEZ L'ASTRO !!!!

Virginie

# Selfi du week-end

La compétition est très relevée pour obtenir les honneurs de cette page ! Vainqueurs cette semaine :

**Les U15F1 au lycée Lautrec ...**



**... et les U13F2 au collège Lautrec !**



N'hésitez pas 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 du jour** : Combien l'Astro compte-t-il de licenciés ?



*Réponse de l'énigme précédente : 7 joueuses sur 9*



Noah, Mila, Lili et Luna (en haut) et Julia, Juliette et Lola (en bas) sont toujours au club 5 ans après cette année en U11F.

Si on ajoute Christian, toujours particulièrement impliqué à l'Astro, Emmanuel, ancien coach et toujours prêt à donner un coup de main, et Noé, qui a quitté le club uniquement pour intégrer le pôle régional, on peut dire que ce groupe a le basket et l'Astro bien ancré dans les gènes !

# Résultats des derniers matchs

Date	Catégorie	Locaux	Visiteurs	Résultats	Arbitres	OTM
Sam 09/11	U11M1	Astro 1	Muret 1	Victoire 22-10	JAP Samy-Lola	parents U11M1
	U11M2	OTB 1	Astro 2	Défaite 22-10		
	U11F	Astro	Portet	Défaite 14-18	JAP Rachel-Adela	parents U11F
	U13M1	Carmaux	Astro 1	Défaite 50-37	officiels désignés	
	U13M2	TBC 2	Astro 2	Défaite 52-34		
	U13F1	TMABC 1	Pibrac	Victoire 96-20	Nicolas - Noah	Agnès - Laurent
	U13F2	TMABC 2	Villemur	Victoire 47-33	Samy - Lucie	Agnès - Alain
	U15M1	Astro 1	Isle Jourdain	Victoire 60-42	Christophe-Gautier	Sonia - Pierre
	U15M2	Astro 2	Blagnac 2	Victoire 66-25	Micka	Laurent - Vanessa
	U15F1	TMABC 1	Isle Jourdain	Défaite 40-55	Thomas - Christian	Virginie - Stéphane
	U15F2	TMABC 2	Blagnac	Victoire 45-43	Julien + Cyril	Vanessa - Loric
	U17M1	Astro 1	BCLM 2	Victoire 87-43	Nicolas	Sébastien - Emile
	U17M2	Astro 2	Blagnac	Victoire 66-55	Samy	Alain - Fred
	U18F	Auch 2	TMABC	Victoire 36-58		
	SF3	Repos		x		
	SG1	Repos		x		
Dim 10/11	U20M	Repos		x		
	SF1	TMABC 1	Moissac	Victoire 67-62	officiels désignés	Elodie - Moissac
	SF2	Exempt		x		
	SG2	Repos		x		



# On refait les matchs

Voici les traditionnels commentaires de match ... qui seront vos auteurs favoris ?!

## U11M1 → Astro 1 – Muret 1 : Victoire 22-10 ... Auteur = Guillaume

Mixtape U11Mx1 Vol. 1 Face B...

Track 10 : Homecoming (Kanye West feat. Chris Martin)

« I'm coming home again, do you think about me now and then? »

Ah! Que c'est bon de rentrer à la maison! Après 2 matchs à l'extérieur et 2 semaines de repos, ça fait du bien de retrouver Arnauné, sa salle, son public, sa cafetière. Et le droit de mettre de la musique sans demander à personne!

Le retour au bercail n'était pas attendu que pour ces raisons... c'était surtout le synonyme du lancement de la 2ème phase de brassage, avec son lot de nouveaux adversaires et de nouveaux challenges. Car après avoir survolé leurs 3 premières rencontres, les Astéroïdes avaient grand besoin de quelque chose de plus coriace à se mettre sous la dent.

Mais une fois de plus il n'y a eu aucun suspens et ce, malgré les 2 semaines de relâche et l'entraînement calamiteux de lundi dernier qu'on peut qualifier de pire entraînement de l'année...

Une fois de plus, les Mx1 ont fait le job.

Track 11 : Thunderstruck (AC/DC)

« You've been thunderstruck » (Dédicace à notre supporter surprise ;)

Avec un score réel de 75-16, nos Astéroïdes ont foudroyé sur place les louveteaux muretais. Surtout l'opposition 2 (Jade, Willy, Jules, Martin, Walid) qui n'a pas encaissé un seul panier de toute la rencontre et a arrosé copieusement ! (15-0, 10-0, 8-0, 13-0) Le tout dans un style de jeu très propre et un beau collectif (dès le 1er QT tout le monde marque plus d'une fois) qui laisse aussi s'épanouir les performances individuelles. Chacun a pu s'exprimer à travers sa technique préférée : feinte de shoot, crossover, tir à 3 points, 1c1 ou encore tour de contrôle pour les futurs pivots!

L'opposition 2 s'est éclatée et ça s'est vu au sourire des joueurs. Il ne savaient pas sur qui ils allaient tomber mais ont abordé leur match de manière sereine et concentrée dès le coup d'envoi sans jamais se relâcher ni tomber dans la facilité.

Bravo à vous!

Track 12 : Pray For Me (The Weeknd, Kendrick Lamar)

« I fight the world, I fight you, I fight myself »

L'opposition 1 (Camille, Sohan, Solal, Oscar, Erwann) s'en est bien tiré également (11-2, 5-4, 4-6, 9-4) mais avec moins de facilité car non seulement l'adversaire était un peu plus affûté mais nos Astéroïdes ont aussi donné l'impression de s'être (de)battus contre eux même... Vu du banc, ça manquait un peu de structure (aucune remise en jeu réalisée correctement comme à l'entraînement), de cohésion et de collectif (les 1c1 forcés au lieu de faire circuler la balle) mais surtout encore de réactivité (anticipation de projection vers le panier et occupation des couloirs lors des changements de statut). Bref ils ne se sont pas facilité la tâche et auraient pu remporter leurs QT de manière plus sereine mais surtout plus élégante en montrant aux visiteurs de quoi ils sont vraiment capable.

Au lieu de ça ils ont dépensé beaucoup d'énergie à rattraper leurs erreurs qui n'ont, par chance, pas profité à leur adversaire. Dommage.

Cela dit, le résultat parle pour eux est je suis toujours très fier de ce collectif au grand potentiel, surtout quand le coach de Muret qualifie les Mx1 de « très belle équipe de l'Astro» sur la page Facebook de son club. Ça prouve qu'on va dans la bonne direction. Continuons comme ça.

Mixtape à retrouver ici : <https://music.apple.com/fr/playlist/mixtape-u11mx1-vol-1/pl.u-pMyI15LSXB0Ko>

### **U11M2 → OTB 1 – Astro 2 : Défaite 22 – 10 ... Auteurs = Lilou et Margaret**

Samedi dernier nos U11M2 étaient reçus à Plaisance du Touch. Nous connaissions bien les atouts de l'équipe adverse et notamment leur taille qui les a avantagés dans les interceptions et les tirs. Le match fut compliqué autant pour nos joueurs que pour leurs coachs, en effet, hormis un quart temps gagné avec brio sur un 3 points mis au buzzer d'un de nos joueurs, nous n'avons pas su prendre les devants. Néanmoins nos joueurs étaient pour autant motivés et se sont battus jusqu'au bout. Nos U11M2 gardent avant tout l'esprit d'équipe et la volonté d'accroître vers un meilleur avenir. La défaite fait partie du jeu et permet à nos joueurs de renforcer leur mental ... plus la compétition est dure plus la victoire est belle !

### **U13M1 → Carmaux – Astro 1 : Défaite 50 – 37 ... Auteur = Vincent**

Pour ce premier match de notre poule Régionale 2 nous nous déplaçons à CARMAUX.

Très belle salle de Nationale 2 pour les filles de Carmaux dans laquelle nous avons joué.

Un match de reprise d'un très bon niveau, on savait qu'il fallait être présent après cette coupure des vacances.

Dés le début et malgré les difficultés que nous posent CARMAUX, la différence au score reste faible.

Le troisième quart temps nous a été difficile mais une remobilisation, en fin de quart temps et dans le quatrième, nous a permis de réduire l'écart.

Les évolutions du score sont les suivantes : 14-10 premier quart temps / 32-23 Mi temps / 44-28 troisième quart temps / 50-37 score final

L'attitude a évolué au cours de ce match, on a clairement vu plus de combattivité au cours du troisième et quatrième quart temps.

On perd certes ce match mais nous n'avons pas su développer notre jeu rapide - collectif et avons eu moins de réussites qu'eux dans nos situations offensives.

On apprend et on comprend qu'il va falloir aussi être plus exigeant désormais.

Je félicite les enfants pour ce premier match de reprise à l'extérieur et nous allons nous préparer pour notre deuxième match à l'extérieur à Bruguières.

### **U13M2 → TBC 2 – Astro 2 : Défaite 52 – 34 ... Auteur = Mickael**

Premier match de championnat et déjà un gros client avec un déplacement dans la belle mais très froide salle de Léo Lagrange !

Nous restions sur 2 courtes défaites avant les vacances, lesquelles m'avaient interrogé sur la capacité ou pas de mes joueurs à se rebeller et à s'impliquer davantage en match surtout quand l'adversaire a des atouts physiques et techniques à priori supérieurs.

Après ce match je suis rassuré ! Même si au final on est proche des 20 points d'écart, les garçons n'ont pas à rougir de leur prestation. Ils n'ont rien lâché et se sont enfin battus comme de beaux diables. Avec un peu plus de précision et de justesse dans certaines attaques on aurait pu faire douter plus longtemps les locaux (on remporte le 1<sup>er</sup> quart temps 10-13 et le troisième 6-11 mais le 22-4 du 2<sup>nd</sup> quart pèse lourd dans la balance ... avant qu'un 14-6 dans le dernier QT nous achève !) ... cela prouve que nous avons encore

beaucoup de choses à travailler mais qu'avec ce nouvel état d'esprit, les progrès seront plus rapidement visibles le samedi.

Je vais garder en tête les 5 dernières secondes du match : alors que nous attaquions, tout proche du panier adverse, Angelo prit un très gros coup sur le genou. Au bord des larmes, il fut alors le premier à se replier en sprintant, grimaçant de douleur, pour empêcher d'encaisser un ultime panier. C'est ce niveau d'abnégation que beaucoup ont atteint ce samedi et qui va nous permettre d'aller de l'avant.

Je suis convaincu qu'avec quelques mois d'entraînements et l'expérience des prochaines batailles qui nous attendent, mes garçons seront capables de jouer les yeux dans les yeux avec ce type d'équipe et même de l'emporter ! Vivement le match retour ... j'ai confiance !

### **U13F1 → TMABC – Pibrac : Victoire 96 – 20 ... Auteur = Christian**

Premier match du Top 16, et donc premier match à 5c5 et avec le ballon T6, si on ne tient pas compte du match amical contre nos U15F2 la veille.

Les filles font un match sérieux en défense puis enchaînent avec beaucoup de jeu rapide. Même si le match a été très rapidement décidé tant l'écart entre les équipes était important, elles sont restées sérieuses en défense jusqu'à la fin, creusant l'écart de manière uniforme quart-temps après quart-temps.

C'est donc un début prometteur, mais il faudra confirmer nos progrès récents dès samedi prochain face à un adversaire nettement plus costaud, avec la réception de Pradines, un des favoris de notre poule.

### **U13F2 → TMABC – Villemur : Victoire 47 – 33 ... Auteur = Alexandre**

Après des phases de brassage plutôt bien négociées où nous avons atteint notre objectif, à savoir notre qualification en D1, samedi, comme la plupart des équipes, nous avons retrouvé le terrain pour entamer la saison régulière.

Celle-ci commence positivement avec une victoire contre une équipe sérieuse. Mais même si nous finissons à +14pts, l'issue aurait pu être toute autre et le score final s'inverser, tant nous avons manqué de constance et de lucidité.

Entame de match en mode "chasse aux papillons" où nous observons les autres jouer et réussissons péniblement à arracher un nul. Puis enfin une phase de réveil où nous rentrons dans le match avec plus d'intensité et passons à +12pts. Après ce petit moment d'euphorie, vient un 3e QT calamiteux que nous perdons de 2pts. Plus de concentration, de la nervosité, un gros retard défensif qui nous pousse à faire énormément de fautes et surtout, plus d'actions collectives. Cette phase, qui correspond à tout ce qu'on n'a pas envie de voir sur un terrain doit nous être utile et nous servir de repère pour la suite.

Notre grande force est d'avoir un effectif de 12 joueuses confirmées et complémentaires, mais si chacune prend le match à son compte ça ne peut pas bien fonctionner. Il faut réussir à se libérer de cette pression et faire confiance en ses partenaires pour pouvoir dérouler ce que nous savons faire et exprimer nos qualités collectives.

Heureusement un petit recadrage et un sursaut d'orgueil nous a permis de finir bien devant, mais pas forcément avec la manière.

Ceci étant dit, nous ne sommes qu'en début de saison avec un collectif en construction d'où se dégage une très belle mentalité et qui possède une très grosse marge de progression.

A nous de nous appliquer et de transposer ça dans le jeu pour vivre une saison belle et ambitieuse.

## **U15M2 → Astro 2 – Blagnac : Victoire 66 – 25 ... Auteur = Christophe**

Passé des gradins au banc de touche, me voilà bombardé aux côtés d'une bande de sympathiques gaillards formant l'équipe U15M2.

Ce samedi après-midi, 15h (ou presque), nous recevons Blagnac 2... Passés les soucis de couleur de maillots, les clés à récupérer et les problèmes d'ordinateur et de feuille de marque, nous attaquons un match qui s'avérait simple et que l'équipe s'est progressivement rendu simple.

L'entame est moyennement sérieuse. On oublie que le rebond notamment défensif est une nécessité. On se rue à l'assaut de la moitié de terrain adverse sans méthode et chacun pour soi... Néanmoins nous sommes devant à l'issue des 8 premières minutes.

Deux minutes de rappels plus tard, ces écarts sont rapidement corrigés et les résultats se font rapidement sentir : 4 points encaissés lors du deuxième quart temps (et la même chose en 3ème).

Des ballons qui vont rapidement vers l'avant, plus de passes que lors des précédentes rencontres, une vraie utilisation de nos forces notamment intérieures où nous dominons par la taille, peu à peu, sans forcer, le match était plié... Patience est mère de sûreté.

Au final, de vraies satisfactions pour le coach avec l'opportunité d'offrir aux gars des temps de jeu très partagés, des joueurs altruistes et permettant à certains peu habitués à scorer, de briller

Aide défensive, implication de tous les instants et alternance de jeu posé et jeu rapide permettront de perpétuer ce résultat flatteur.



## **U15F1 → TMABC – Isle Jourdain : Défaite 40 – 55 ... Auteur = Sébastien**

C'est ce que l'on appelle une bonne petite claque. Le résumé est simple : à ce niveau-là il sera impossible de gagner un match en marquant seulement 40 pts.

Une 1ère mi-temps déjà inquiétante puisque nous rentrons au vestiaire avec un déficit de 1pt (25-26) mais déjà beaucoup de maladresses et 2 joueuses du 5 majeur à 3 fautes (et oui des 1/4 de 10min ça change tout !).

La 2nde mi-temps où l'on alternera le moins bon, le bon et le bas bon du tout ! 39-40 à 5min de la fin du match et puis plus rien : 2 joueuses sorties pour 5 fautes et d'innombrables paniers loupés si proche du cercle... mais si loin !!!

Un match à oublier ? Oui et non, car il va surtout nous (et je m'associe aux joueuses) permettre de ne pas réitérer ces nombreuses erreurs.

## U15F2 → TMABC 2 – Blagnac : Victoire 45 – 43 ... Auteur = Mickael

Premier match de championnat remporté au bout du suspense ! Tout avait pourtant plutôt bien démarré : après un premier quart-temps d'observation où les deux équipes se rendent coup pour coup (12-14), mes filles réussissent à imposer leur vitesse collective au 2<sup>ème</sup> QT ce qui nous permet de scorer sur plusieurs contre-attaques et de provoquer de nombreuses fautes. Nous basculons en tête à la mi-temps avec une petite dizaine de points d'avance : 31-21.

Nous maintenons l'écart au 3<sup>ème</sup> QT (remporté 9-8) alors que je dois laisser un bon moment sur le banc 2 joueuses majeures, handicapées par les fautes.

La sérénité est de mise à l'entame du 4<sup>ème</sup> QT où l'écart se maintient pendant les premières minutes. Puis Blagnac joue son va-tout avec une défense très regroupée près du panier qui nous prive de solutions en attaque. Même si nous obtenons plusieurs lancers-francs, c'est la catastrophe au niveau de la réussite (5 sur 22 sur le match !!!). Jusqu'à aussi peu en réussite que nous dans cet exercice, les visiteuses en concrétisent 6 dans les dernières minutes, plus quelques paniers ... si bien qu'à 2 secondes de la fin, elles sont revenues à 2 points de nous et elles bénéficient d'une remise en jeu en zone avant ! Heureusement pour nous, au retour du temps mort, une belle incompréhension les prive d'une ultime tentative de tir, nous laissant ainsi la victoire ... ouf ! Bilan de ce match : on doit développer d'autres aspects de notre jeu offensif et apprendre à utiliser la patience parfois en attaque. L'agressivité vers le panier nous permet d'obtenir des lancers-francs, c'est bien ... surtout si on réussit à en concrétiser de temps en temps!!!



## U18F → Auch – TMABC : Victoire 36 – 58 ... Auteur = Cédric

Victoire des U18F à Auch sur le score de 58 à 36 pour démarrer ce premier match de championnat en interdépartementale. Malgré un score plutôt flatteur ce fut un match très laborieux comme c'est généralement le cas sur un match de reprise après des vacances scolaires (merci à Seb pour le match amical face aux U15F qui nous a heureusement permis de limiter ça).

De bonnes séquences en défense puisque nous n'encaissons que 36 points. Quelques bonnes séquences offensivement également mais beaucoup trop d'actions individuelles. On sent que les vacances sont passées par là et qu'il va falloir se remettre à niveau physiquement. Les principes de base vus depuis le début de saison sont à remettre en avant (rôle de chacune, jeu rapide, position en défense, annonce des tirs, bloquer au rebond, créer du mouvement,...). Pas mal de déchets dans l'exécution des passes longues et des shoots à mi-distance mais continuez de tenter les filles, continuez, ne vous arrêtez pas, il faut passer par cette phase d'apprentissage pour réussir ensuite alors persévérez!!! Je crois à fond en ce groupe bourré de qualités et de joie de vivre et je suis persuadé qu'elles peuvent aller chercher la première place de cette poule, c'est en tout cas mon objectif!!! Prochain match à Frouzins pour poursuivre notre moisson de victoires!



# Boutique 2019-2020 - Acte 1



Ca y est, elle est là ! Elle a fait peau neuve et vous propose, pour le moment, un sweat à capuche personnalisable, un bas de survet, un tee-shirt, une tenue d'entrainement, une casquette, deux sacs de sport, soit de quoi bien compléter la liste de cadeaux pour Noël !!!

[Cliquer ici pour voir notre catalogue](#)

Vous avez **jusqu'au 15 novembre** pour passer commande en ligne ([c'est ici que ça se passe](#)) et faire partie des premiers clients pour cette saison !

Rappel : sont toujours en vente au prix de respectivement 2 € et 1 € nos Eco-cups et nos autocollants logo de l'Astro ! Adressez-vous à [boutique@astrobasketclub.fr](mailto:boutique@astrobasketclub.fr) pour toute question !



Autocollant 6 cm  
usage intérieur / extérieur

1 €



**BOUTIQUE**  
OFFICIELLE

SAISON  
**2019-2020**

# Une vingtaine de questions à ...

Anne-Lise et Gabrielle, deux joueuses des U15F2

## Prénom – Age – Equipe ?

	<b>Anne-Lise</b> 13 ans U15F2		<b>Gabrielle</b> 13 ans U15F2
--	-------------------------------------	--	-------------------------------------

## A l'Astro depuis quand ?

Depuis 2016	Depuis l'âge de 6 ans
-------------	-----------------------

## Quand as-tu débuté le basket ?

En 2016 en 6 <sup>ème</sup>	En CP, à l'âge de 6 ans
-----------------------------	-------------------------

## Meilleur souvenir ?

Mon premier match	Tous les matchs qu'on a gagnés avec cette équipe (l'année dernière et cette année)
-------------------	--

## Une devise ?

Quand tu touches le fond tu ne peux que remonter	Il ne faut jamais dire jamais
--	-------------------------------

## Un sportif qui t'inspire ?

Sue Bird, une basketteuse	Marine Johannes
---------------------------	-----------------

## Equipe de basket préférée ?

Golden State	Astro
--------------	-------

## Défense ou attaque ?

Attaque	Défense
---------	---------

## Un rituel avant les matchs ?

Ecouter de la musique	Boire de l'eau et faire le même échauffement
-----------------------	--

### Que fais-tu les soirs de défaite ?

Je repense à tous les points que j'aurais pu marquer	Je suis triste et je pense à ce que l'on aurait pu éviter de faire comme mauvais choix
--	--

### Ce que tu préfères chez tes coéquipiers ?

Leur bonne humeur	Leur esprit d'équipe, leur bonne entente et leur joie de vivre
-------------------	--

### Ce que tu aimes moins ?

Leurs chansons nulles dans les vestiaires	Quand elles sont défaitistes et qu'elles pensent qu'elles sont nulles
---	---

### Objectif(s) pour cette saison ?

Tout gagner	Aller en finale toutes ensembles
-------------	----------------------------------

### Et maintenant, en dehors du basket, ...

#### Des passions ?

Sport, musique	Les jeux de société, le sport, la lecture
----------------	---

#### Chanson et film préférés ?

Starman de David Bowie V pour vendetta	Chanson : il y en a pleins, je ne peux pas choisir Film : Nicky Larson et le parfum de Cupidon
---	---

#### La personnalité que tu rêverais de rencontrer ?

Emilia Clarke	Jamel Debbouze, Philippe Lacheau
---------------	----------------------------------

#### Salé ou sucré ?

Salé bien sur !	Sucré
-----------------	-------

#### Un péché mignon ?

Les carottes	Les sushis, le chocolat
--------------	-------------------------

#### Lieu de vacances préféré ?

Espagne	La Corse
---------	----------

#### La personne la plus connue de ton répertoire ?

Mickael Fédou	Les personnes de ma famille
---------------	-----------------------------

#### Quel costume choisis-tu pour une soirée déguisée ?

Une carotte	En basketteuse
-------------	----------------



# Les infos en vrac

Ce samedi à 11h, au gymnase du lycée, retour du "centre spécial de perfectionnement" après un mois d'interruption ! Accessible à tous les joueurs et toutes les joueuses des catégories U13 à U18 pour parfaire sa gestuelle de shoot par exemple !



Seizièmes de finale de Coupe de la Garonne pour nos SF1, ce soir, chez une équipe évoluant 2 divisions en-dessous, puis, pour nos SG1, mercredi prochain, chez un adversaire évoluant 2 divisions au-dessus !



L'Astrobulle est envoyée par mail tous les mercredis à toutes les adresses fournies lors de l'inscription sur notre nouvelle Base De Données. Si vous voulez rajouter des destinataires, signalez-le par mail à [astrobulle@astrobasketclub.fr](mailto:astrobulle@astrobasketclub.fr)



Info spéciale : Ulysse, notre parrain de l'école de mini-basket et pivot des SG1, est de retour en métropole ... prêt à en découdre avec ses adversaires ... enfin dès qu'il aura récupéré du jet lag !!!



# Les prochains matchs

Date	Catégorie	Locaux	Visiteurs	Heure match	Gymnase	Adresse
<b>Mer 13/11</b>	SF1 Coupe	BCLM	TMABC	20h30	Collège	Route de Mondouzil à MONTRABE
<b>Sam 16/11</b>	U9	Entraînement habituel		9h30	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
	Loisirs	Basket "Bien-Etre"		9h30	Clg Lautrec	46, impasse Barthe 31200 TLSE
	Perf	Centre de perf U13 à U18		11h00	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
	U7	Entraînement habituel		11h00	Clg Lautrec	46, impasse Barthe 31200 TLSE
	U11M1	Cugnaux 1	Astro 1	11h45	Jean Bouin	Rue du Stade 31270 CUGNAUX
	U11M2	Astro 2	Caraman	11h00	Gd Arnauné	103, av Frédéric Estèbe 31200 TLSE
	U11F	Cugnaux 1	Astro	10h15	Jean Bouin	Rue du Stade 31270 CUGNAUX
	U13M1	Union 31 Nord	Astro 1	13h00	René Albus	8 allée Coubertin BRUGUIERES
	U13M2	Auterive	Astro 2	11h30	Halle H. Fields	Rue J. Proudhom 31190 AUTERIVE
	U13F1	TMABC 1	Pradines	13h00	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
	U13F2	BAB'SS	TMABC 2	11h30	Soleiha	389 ch de Balza 31660 BESSIERES
	U15M1	OTB 1	Astro 1	14h30	Cantelauze	Ch. Cantelauze 31470 FONSORBES
	U15M2	Astro 2	Villemur	13h00	Clg Lautrec	46, impasse Barthe 31200 TLSE
	U15F1	TMABC 1	TCMS	14h30	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
	U15F2	TMABC 2	BAB'SS	16h30	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
	U17M1	Astro 1	Tournefeuille	15h00	Clg Lautrec	46, impasse Barthe 31200 TLSE
	U17M2	Auterive 2	Astro 2	15h30	Halle H. Fields	Rue J. Proudhom 31190 AUTERIVE
	U18F	Frouzins	TMABC	17h30	Berdeil	Rue G. Berdeil 31270 FROUZINS
SF3	Gratentour	TMABC 3	20h30	Sequestre	Rue de Maurys à GRATENTOUR	
SG1	Tournefeuille	Astro 1	20h30	Clg Labitrie	Rue P. Labitrie à TOURNEFEUILLE	
<b>Dim 17/11</b>	U7 conf Plateau	Eaunes - Muret - Astro Cugnaux - Tournefeuille		10h00	Complexe Ariane	1420 Chemin des Bertoulots 31600 EAUNES
	U20M	Astro	St-Orens	13h15	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
	SF1	Gimbelet	TMABC 1	15h30	S. Polyvalente	Laujole sud 82410 St ETIENNE DE T
	SF2	Condom	TMABC 2	15h30	S. Omnisports	Bd Monplaisir 32100 CONDOM
	SG2	Astro 2	Labège	15h30	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
<b>Mer 20/11</b>	SG1 Coupe	Montastruc	Astro	20h30		

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 !

# Et merci à nos partenaires



**Neorka**  
Bureau d'études énergies



**Sodenada!**  
Agence de Disrupteurs Natifs



Venez rejoindre nos généreux bienfaiteurs en demandant notre dossier partenariat à [contact@astrobasketclub.fr](mailto:contact@astrobasketclub.fr) ...

Retrouvez toutes les infos sur

[www.astrobasketclub.fr](http://www.astrobasketclub.fr)

et suivez-nous sur [Facebook](#)

