

ASTROBULLE

NUMÉRO 07



19 octobre 2016



PHOTO DE LA SEMAINE

BRAVO À VOUS

Merci à Tous et Toutes pour votre participation !

Les vacances arrivent et il est temps de faire un "mini" bilan pour l'Astrobulle. Vous êtes nombreux chaque semaine à nous envoyer des photos, des résumés et vos impressions sur les rencontres du Week-end. Un grand merci à vous tous !

Un coup de coeur de ma part pour ces photos de deux jeunes licenciés de l'Astro, prise lors du plateau Ug de la semaine dernière.

Un grand merci à vous, et continuons ensemble à faire vivre les valeurs de notre club !



Bonne lecture et bonnes vacances à tous.

VALÉRIE



MATCH DU WEEK-END

14, 15 & 16 OCT.

Date	ASTRO TMABC	Adversaires	Résultats
Mer 12/10	SF1 coupe	Ayguesvives	Qualification 35-95
Jeu 13/10	SF2	Ramonville	Victoire 64-51
Ven 14/10	SF4	Aussonne	Victoire 55-50
Sam 15/10	U11F1	Tournefeuille	Victoire 13-19
	U11F2	Cornebarrieu	Défaite 17-15
	U11M1	Frouzins	Défaite 19-17 ap. prolong
	U11M2	TOAC 2	Victoire 12-20
	U13M1	Vacquiers 1	Victoire 60-28
	U13M2	St-Lys	Défaite 32-49
	U20F	Montech	Défaite 77-51
	SF3	Gratentour	Défaite 33-43
Dim 16/10	U13F1 open	ALBA	Victoire 60-20
	U20M	Tournefeuille	Victoire 62-78 ap. 2 prolong
	SF2	St-Gaudens	Victoire 58-47
	SF1	Druelle	Victoire 87-48
	SG1	Colomiers 3	Victoire 76-65



RÉSUMÉS

Plateaux U7

Samedi

OTB / COLOMIERS / TOURNEFEUILLE / ASTRO

Nos petits basketteurs se sont vraiment très bien débrouillés pour ce premier plateau. Un peu intimidés au début,

ils se sont peu à peu relâchés au fil des confrontations. Bien sûr côté technique, nous sommes au début de l'apprentissage mais au niveau état d'esprit, j'ai trouvé que c'était très bien. Ils ont compris qu'ils faut aller au panier.

Grâce à leur "agressivité" nous avons eu énormément de tentatives de shoots, énormément d'interceptions. Par contre lorsque nous n'avons pas le ballon, ce n'est pas encore naturel pour tout le monde de marquer l'adversaire.

Cerise sur le gâteau, ils se sont encouragés les uns les autres ... j'ai été bluffé...

Tahina



Photo : Marie Charlotte BERGER, maman de Maina



RÉSUMÉS

U11F1

TOURNEFEUILLE 13 / ASTRO 19

Tout d'abord, quel plaisir pour moi de retrouver les poussines deuxième année, après les avoir coachées toute l'année dernière quand elles étaient poussines première année. J'ai pu mesurer les progrès effectués par ce groupe.

Dans le détail, Ambre, Chahinez, Elisa, Gabrielle, Lucile, les cinq filles de l'opposition 2, ont remporté leurs quatre quart-temps en restant sérieuses, appliquées et concentrées de bout en bout. Les consignes données à l'entraînement sont respectées à la lettre, c'est impressionnant. Certes l'adversaire était plus faible mais, avec constance, les filles nous ont offert de très belles actions tant en attaque qu'en défense. Un véritable régal !

L'opposition 1, composée d'Héloïse, Ilyana, Lalla, Lucie et Manal, a plutôt bien entamé son match même si le premier quart-temps s'est soldé par une égalité. Les filles ont pourtant su se créer beaucoup plus d'occasions que l'adversaire mais trop de paniers ont été manqués. Le deuxième quart-temps a ressemblé au premier à la différence près que

les filles se sont montrées plus adroites... et ont donc remporté la mise. En revanche, lors des deux derniers quart-temps, l'équipe de Tournefeuille ne lâchant rien, se montrant très rapide et agressive (dans le bon sens du terme), nos filles ont perdu une bonne partie de leurs moyens. Les passes sont devenues trop rares et de moins en moins bien ajustées et le repli défensif tardait à se mettre en place. Bref, sous la pression, la perte de concentration et de lucidité a été fatale ; logiquement les filles s'inclinent durant les deux dernières périodes.

Au final, la victoire est là et les filles ont, globalement, livré une bonne performance. A l'avenir, les adversaires risquent d'être de plus en plus coriaces. Il va donc falloir apprendre à rester concentré et à ne pas perdre ses moyens face à l'adversité. Apprendre encore et toujours... mais en s'amusant ! Cela étant, le potentiel est là et je ne suis pas inquiet pour la suite ! En tout cas, pour ce qui me concerne, je ne sais pas si j'ai appris quelque chose lors de ce match

(en tout cas pas à garder mon calme), mais ce qui est sûr c'est que je me suis beaucoup amusé à coacher. Merci à toutes les joueuses et merci aux nombreux parents et proches venus encourager. A suivre.

Emmanuel



RÉSUMÉS

U11F2

CORNEBARRIEU 17 / ASTRO 15

Superbe match entre ces 2 équipes. L'équipe de Cornebarrieu était constituée de joueuses un peu plus aguerries techniquement que les nôtres mais nos filles ont livré une prestation remarquable qui leur a permis de rivaliser jusqu'à la fin avec les locales !

L'opposition 2, emmenée par une Eleonor très adroite, a réalisé un très bon match. Shannone, Thiffany et Garance ont été très combatives et ont récupéré un grand nombre de ballons qu'elles ont parfaitement su propulser vers l'avant. Manel, pour qui c'était le tout premier match, a profité de la dynamique créée par ses partenaires et a réussi à bien négocier quelques ballons sans jamais les laisser facilement à l'adversaire.

Pour l'opposition 1 l'adversité était vraiment supérieure mais, suivant l'exemple de l'opposition 2, Cassy, Isabella, Jeanne et Harena ont vraiment tout donné sur le terrain, finissant chaque quart-temps exténuées ! Mais tous ces efforts ont été récompensés car elles ont réussi à arracher une victoire dans le dernier quart-temps et que sans 2 secondes de déconcentration en toute fin de leur 3ème quart-temps, elles auraient même pu créer l'exploit de faire tourner en notre faveur ce match.

Aucun reproche de la part du coach qui, malgré la courte défaite, a été très satisfait du comportement général de ses troupes et de leur super état d'esprit ... en continuant à bosser aussi sérieusement aux entraînements et en s'impliquant autant sur le terrain nul doute que les progrès et les victoires seront rapidement monnaie courante dans les prochains mois pour cette jeune équipe de guerrières !

Bravo les filles !

Mickael



RÉSUMÉS

U11M1

FROUZINS 19 / ASTRO 16

Encore une défaite aux prolongations et toujours autant de regrets.

Il va falloir apprendre à être plus impliqués et appliqués dès le début des matchs pour ne pas se mettre la pression.

A noter un accueil pas très sympathique et un parent ? coach ? entraîneur ? très très agressif !

U11M2

TOAC2 10 / ASTRO 22

Une victoire plutôt facile même si une certaine maladresse de notre part est à noter (double pas !!!).

Premier match et premier panier pour Hadrien !

Stéphane

U13M1

ASTRO 60 / VACQUIERS 1 28

Bon premier quart temps où l'on prend l'avantage facilement.

Ensuite le deuxième et troisième quart temps quelques relâchement de notre part entraînent des erreurs de concentration mais bon, il y a du mieux sur le dernier quart ce qui nous a permis d'être plus tranquille.

Malgré ce qu'on pense je ne suis pas toujours dans le côté négatif je sais dire les choses et je ne vais pas jubilé contre une équipe qui est beaucoup moins forte que nous :question de respect !!

Junior





RÉSUMÉS

U13F1

TMABC 60 / ALBA 20 (13:8, 16:4, 17:4, 14:4)

Très belle performance de nos Benjamines lors de l'Open des U13 filles ce dimanche à Labège contre une équipe qui nous avait battu de quelques points lors du premier tour de brassages. Après un début de match laborieux, les filles commencent à mettre l'intensité nécessaire en défense et au rebond, dominant par le jeu rapide, et creusent l'écart jusqu'à la fin du match.

L'homogénéité de notre effectif nous permet de faire jouer 10-12 joueuses sans baisser la cadence, ce qui reste notre principal atout par rapport aux autres équipes que j'ai vu ce dimanche. Par contre, si nous voulons rivaliser avec les meilleures équipes de la région, il nous reste encore beaucoup de travail pour rendre notre jeu placé plus cohérent, créer plus de mouvement avec ou sans ballon, faire de meilleurs choix en attaque, être encore plus justes en défense, et surtout être plus adroites dans nos tirs. On ne manque donc pas de travail pour la suite !

Christian

Félicitation pour cette belle victoire au championnat TOP 16.

De quoi commencer les vacances sur une bonne note. Il va falloir bien se reposer car beaucoup de travail nous attend à la rentrée.

Le groupe commence à se connaître de mieux en mieux, et les filles comprennent l'enjeu de ce championnat. Continuons de nous entraîner sérieusement et avec rigueur. La concentration lors des matchs est importante et c'est ce dont vous avez fait preuve.

Un grand bravo !

Gwen

U20M

TOURNEFEUILLE 62 / ASTRO 78

14-13, 24-17, 6-18, 14-10, prolongation 1 4-4, pr 2 0-16

A 10 contre six, on pensait que la partie basculerait plus tôt.

Après une bonne entame, nos adversaires prirent le dessus en s'imposant dans le jeu intérieur. A14-13, il suffisait de verrouiller cette individualité pour que s'en révèle une autre par le biais du meneur adverse qui prenait le match à son compte et finalisé 12 pts sur ce quart temps et permettait à son équipe d'atteindre la pause avec 8 points d'avance.

Fort de quelques conseils, et de la fougue qui est en eux, nos garçons revinrent et refirent rapidement leur retard et signèrent un QT parfait 6-18. On pensait notre adversaire éteint, c'était sans compter sur sa résistance, alors que les notre rentraient dans des défis et perdaient leur basket et leur cohésion. Perdant ainsi leur avantage et le contrôle du match. Une première prolongation âpre et verrouillée n'a pas suffi. C'est seulement à la 2ème que notre adversaire a lâché prise et les boulevards se sont ouverts.

La force d'un groupe aujourd'hui aura été sa complémentarité. Merci aux défenseurs qui se sont sacrifiés, Alexandre et Raphaël et Gaetan. Merci à ceux qui ont su garder leur zen et bravo à Valentin 26pts

Pierre



U20F

MONTECH 77 / ASTRO-TMB 51

Les filles ont effectué un très beau match dans l'ensemble. La différence s'est faite lors de la deuxième mi-temps où nos filles ont un peu lâché. Elles ont toutes été combatives et solidaires.

En face on a eu une équipe de Montech avec plus d'envie et beaucoup plus d'agressivité. C'est vraiment là où le match s'est joué.

Quelques petites erreurs sont cependant à travailler et un collectif à construire.

Lorise



RÉSUMÉS

SF1

MATCH DE COUPE : AYGUESVIVES 35 / ASTRO-TMB 95

Pas grand chose à dire sur ce match, nous étions largement supérieur à l'équipe d'Ayguessives qui évolue au dernier niveau départemental. Malgré un retard de 20 points au démarrage (coupe oblige) l'équipe a su rapidement combler l'écart et passer devant afin de s'assurer une victoire facile.

Cela a permis de faire une large revue d'effectif afin de préparer le match du week-end contre Druelle.

ASTRO-TMB 87 / DRUELLE 48

Match important afin de rester invaincu et de confirmer le bon début de saison des filles. Début de match équilibré ou les deux équipes s'appuient sur leur attaque pour compenser une défense pas au niveau.

Nous rentrons au vestiaire avec 7 pts d'avance à la mi-temps et un match qui s'annonce piègeur. Heureusement nous revenons sur le terrain pour la deuxième mi-temps avec de bien meilleures intentions défensives qui nous permettent de jouer beaucoup de jeu rapide et de prendre le large au panneau d'affichage. La fatigue de l'équipe de Druelle, plus limitée en terme de rotations, ajouté à la bonne adresse du jour des filles nous permettent de soigner le goal average sur le dernier quart temps, pour finir avec un différentiel de +32 en deuxième mi-temps.

A confirmer sur les prochains matchs, la saison est encore très longue et nous réserve beaucoup de surprises !"

SF2

ASTRO-TMB 64 / RAMONVILLE 51

Match programmé un jeudi après moult rebondissements.

Peu importe, nous préparons et jouons ce match à fond.

D'entrée de jeu, nous arrivons à mettre notre jeu en place en récupérant des ballons.

Nous gagnons le 1er quart-temps.

Nous jouons le reste du match sur un faux rythme et nous nous faisons même peur à la fin du match où nos adversaires recollent au score.

Mais un sursaut des filles nous permet de remporter cette rencontre de 13 points.

ASTRO-TMB 58 - ST GAUDENS 47

Comme à nos habitudes, nous rentrons bien dans le match en prenant une légère avance sur nos adversaires du jour.

Et nous nous relâchons et cela permet à St Gaudens de revenir dans la partie.

+1 à la mi temps.

Nous gérons la jusqu'à la fin de match pour nous imposer de 11 points.

Quelques points à retenir de ces 2 matchs:

Il faudra être plus rigoureuses et garder une intensité élevée tout au long des matchs.

Ne pas subir la pression adverse mais jouer avec.

Enfin continuons à nous encourager et à travailler aux entraînements. Le groupe commence à se connaître et des automatismes se mettent en place, il faut continuer ainsi !



RÉSUMÉS

SF3

ASTRO-TMB 33 / GRATENTOUR 43

Gestion difficile que cette équipe que nous recomposons - Une montée gagnée sportivement avec un groupe construit en 2 ans qui n'a pas accepté le challenge. Plus de 20 à l'entraînement le Lundi, 5 le Vendredi, et cette fois ci, nous aurions pu être 12 sur la feuille de match ! Nous ne nous plaignons pas, mais regrettons cet aspect accordéon.

Jouer au basket parait être simple, mais les prises de décisions doivent être tellement rapides que le joueur doit être expert pour jouer juste une partition non écrite. Bref l'équipe n'était pas prête, même si elle présentait bien sur le papier. Nous avons apprécié le renfort de Noushka SF2, ex SF3, 11pts revenue donner main forte à trois de ses anciennes coéquipières. Merci aussi à Sandy SF4, ex SF3

Domage que l'apport des 2 U20 ne ce soit pas matérialisée par un apport de point au score.

6-12, 7-9, 9-12, 11-10.

Pour la partie, tout était possible et à tout moment. Nous avons parfaitement géré le secteur défensif à l'exception d'une joueuse adverse 16pts, qui a finalisé les contre-attaques du à notre mauvais repli défensif après tirs à zéro degré.

Pour la partie attaque, deux choses expliquent ce score si faible :

- trop de balles perdues, qui s'expliquent pas notre précipitation et notre manque de jouer ensemble.
- une maladresse au tir, du à une sélection hasardeuse des tirs .

Domage cette équipe était réellement à notre portée et cette victoire aurait fait du bien au noyau dur du groupe.

Pierre

SF4

ASTRO-TMB / AUSSONNE

Deuxième match à domicile pour les filles.

L'effectif comportait quelques absentes dont nos deux meneuses espagnoles et quelques blessées dont Valérie et surtout Delphine à l'intérieur. Marine est donc venue nous prêter main forte dans ce secteur.

Une équipe rugueuse en face mais nous parvenons à prendre une avance d'une dizaine de points qui restera constante presque jusqu'à la fin du match.

Un inquiétant rapproché des visiteuses sur la toute fin préserve le suspense mais la victoire est à la clef.

Une victoire qui au delà du résultat satisfaisant de gagner un match, est le révélateur d'un manque d'intensité à l'entraînement que nous allons nous efforcer de corriger. La qualité de jeu est la en attaque, l'état d'esprit est excellent, les filles s'entendent bien c'est ce qu'il faut retenir de ce début de saison ponctué par deux victoires en autant de matchs.

Les joueuses blessées vont revenir, le groupe va continuer à progresser, tous les voyants sont donc au vert pour cette équipe très agréable à coacher.

Stéphane



RÉSUMÉS

SG1

ASTRO 76 / COLOMIERS 3 65

Nous avons gagné ce match dans la douleur malgré un adversaire techniquement en dessous dans tous les secteurs de jeu. On voit que nous manquons encore d'entraînement collectif mais surtout de culture basket..

Il est impossible avec 2 entraînements par semaine de travailler toutes les situations défensives ou offensives qui peuvent se présenter dans un match. Cela veut dire à contrario que lorsque quelque chose de spécifique est demandé, on ait assez de concentration pour essayer de le mettre en place.

Au delà de cette victoire qui est une excellente chose juste avant la pause automnale, j'aimerais mettre en lumière 2 données statistiques:

- 9/24 aux LF, soit 37,5%
- le 5 de départ qui a marqué 69 de nos 76 points, soit 90%.

Ces deux données ne permettent pas de construire une saison ambitieuse, j'entends par là finir parmi les 4 premiers. Or, vu le niveau des adversaires rencontrés jusqu'à ce jour, cet objectif est totalement atteignable.

Reposez vous bien, reprenez des forces et revenez avec plus de mordant et de concentration.

Constant





Petit récap' des Officiels : Arbitres, OTM, RO...

Un rôle pour chacun, comme sur le terrain...

Un arbitre, on voit à peu près ce que c'est. Mais un OTM, c'est quoi ? Et puis, sait-on vraiment quel est le rôle de chacun ?

Un OTM est un Officiel de Table de Marque : Il y a le chronométreur, le marqueur, et le chronométreur des tirs (ou 24 secondes) , ce dernier n'est obligatoire que pour les matchs en championnat de France.

Les arbitres de la rencontre ont pour rôle de faire respecter les règles qui régissent le basket-ball. Ils travaillent en équipe avec les OTM et le responsable d'organisation. Ce dernier a pour rôle l'accueil des équipes, des arbitres et OTM. Il s'occupe de tout ce qui entoure le match (public, logistique...) en dehors du déroulement du jeu dont la responsabilité est aux arbitres.

Ces officiels œuvrent ensemble pour que chaque match puisse se dérouler dans les meilleures conditions possibles et dans le respect des règles de la FFBB.

A l'Astro...

Nous avons la chance d'avoir des arbitres compétents et motivés : certains sont, ou ont été officiels et d'autres sont en formation. Tous sont aussi joueurs et/ou entraîneurs. Ils sifflent tous bénévolement le samedi dans nos gymnases, et méritent le plus grand respect de chacun pour cet investissement !

Nos poussins découvrent l'arbitrage, via le "JAP : je Joue, j'Arbitre, je Participe" le samedi matin avec Fabien et leurs entraîneurs.

Chaque semaine, nous faisons au mieux pour couvrir chaque match en fonction des disponibilités de nos arbitres et jusqu'à présent tous nos matchs ont pu être couverts.

Côte table de marque, nous sommes quelques-uns à officier depuis quelques années et de nouveaux parents et seniors s'investissent aussi sur les tables : c'est très encourageant ! L'arrivée de l'E-Marque avait créé quelques inquiétudes : mais en se formant nos OTM se sont appropriés le logiciel. Avec du recul, je peux vous dire que cet outil nous facilite la tâche le week-end que ce soit avant, pendant ou après les matchs, nous gagnons du temps et la formation "sur le tas" est facilitée.

Il me semble que vu depuis le public "tout roule" !

Cependant, le bon déroulement des matchs à domicile reposent sur quelques bénévoles : arbitres, OTM, parents et dirigeants... Nous serions ravis d'accueillir de nouvelles bonnes volontés : à l'arbitrage, à la table, à l'accueil... chacun peut participer à la vie du club, en fonction de ce qu'il sait faire et de ses disponibilités.

N'hésitez pas à venir vers nous : nous pouvons accompagner chaque initiative et former si besoin...

Clôture des inscriptions



Voilà 2 mois que la saison a démarré, le moment est venu pour les dirigeants, les responsables de pôles, comme pour moi, de passer à autre chose que la gestion des dossiers d'inscription. Pour ceux qui n'ont pas encore transmis leur dossier complet ou pour lesquels il manque des documents ou information, il ne vous reste que jusqu'à la fin de vacances pour tout régler, passé ce délai, nous ne prendrons pas en compte votre demande et ne pourrez plus participer aux entraînements.

Merci de votre compréhension.

Formation technique de nos coachs bénévoles

Le club propose à ses entraîneurs une formation initiale dans le but d'obtenir un des deux premiers niveaux d'entraîneurs de la Formation initiale de la FFBB.

Si vous souhaitez progresser dans votre capacité à entraîner et recevoir des apports techniques auprès du public jeune n'hésitez pas et contacter Cathy.

cathy@astrobasket.net

Stage de la Toussaint

Les vacances de la Toussaint seront l'occasion pour nos jeunes de travailler essentiellement le challenge benjamin pour les U13, et le tir pour les U15.

Le stage se déroulera du **mardi 25 au vendredi 28 octobre au gymnase du Lycée Lautrec.**

U13F & U13M

Mardi 25 octobre - 18h à 20h

Jeudi 27 octobre - 18h à 20h



U15F & U15M

Mercredi 26 octobre - 18h à 20h

Vendredi 28 octobre - 18h à 20h

OFFRE PARTENAIRE

LICENCIÉS



CAISSE D'ÉPARGNE
DE MIDI-PYRÉNÉES

Offre partenaire pour nos licenciés **Comité Départemental 31 et la Caisse d'Épargne Midi-Pyrénées**

Le Comité Haute-Garonne de basket vous rappelle l'offre dédiée à tous les licenciés du CD31 âgés de 16 à 25 ans dans le cadre de son partenariat avec la Caisse d'Épargne Midi-Pyrénées

Une offre groupée de services Bouquet Liberté incluant une carte bancaire (Carte Visa Classic à débit immédiat ou différé et Carte Visa Premier à débit immédiat ou différé) gratuite pendant 1 an (3) (4)

15 € crédités sur son compte de dépôt ouvert à la Caisse d'Épargne de Midi Pyrénées (3)

Une offre avantageuse sur le crédit : De 1 000 € à 10 000 € à 1% (TAEG FIXE) (1) sur une durée de 12 à 48 mois (frais de dossier offerts)

Comment en profiter ?

Rendez-vous sur le site du Comité et cliquez sur la bannière Caisse d'Épargne

Contactez directement un conseiller au 09 69 36 20 02 service gratuit + prix appel

Rendez-vous ensuite dans l'agence Caisse d'Épargne de votre choix avec la photocopie de votre licence



CALENDRIER DES MATCHS

À VENIR

Date	ASTRO TMABC	Adversaires	Heure match	Gymnase	Adresse
Sam 22/10	U13M2 triangu	Eaunes	13h00	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
		Eaunes - Muret 2	14h30		
		Muret 2	16h00		
Dim 23/10	U20M	CTC Tam Ouest	13h00	Lycée Lautrec	26, impasse Barthe 31200 TLSE
Dim 30/10	U20M	Séméac	13h00		imp des derniers francs à SEMEAC

COUPE DE FRANCE DE BASKET

SAMEDI 22 OCTOBRE 2014
PETIT PALAIS DES SPORTS DE TOULOUSE

TOULOUSE VS NICE

NISS'ANGELS

Live Tweet sur @TMB_Basket

SAMEDI 22 OCTOBRE
PETIT PALAIS DES SPORTS DE TOULOUSE
RESERVATIONS WWW.TMB-BASKET.COM

SAMEDI 22 OCTOBRE - 20h
Petit Palais de Toulouse

Offres particulières pour cette rencontre :

Entrée des joueuses pour les enfants de moins de 12 ans (3 places offertes).

Pour tout enfant intéressé, merci de nous envoyer un mail à contact@tmb-basket.com

La place de votre enfant est offerte ainsi que 2 places supplémentaires pour l'accompagner. Le nombre de places étant limité, seules les 1ères réponses seront prises en compte.

Vous recevrez un mail de confirmation du TMB.

Bonne semaine à tous !