

JSC NEWS

“Le basket n’a pas été inventé par accident.
Il s’est développé pour répondre à un besoin.”
J. Naismith

2016, No. 15,

<http://basket-cugnaux.clubeo.com/>

<https://www.facebook.com/JeunesseSportiveCugnalaiseBasket/>

Mercredi 23 Mars 2016



Coupe de la Garonne – SF1

Page 1



Panier d'or

Page 7



Equipe du moment

Page 9

SG1 – Montauban

76-81

SG2 – Tournefeuille

77-72

Muret – SF1 (Coupe)

59-75

Damiatte – SF2

35-68

Résultats des Séniors



L'EDITO

Encore un week-end chargé pour nos équipes de la JSC !

Nos équipes du mini-basket et de jeunes se sont relativement bien débrouillées ce samedi (à vous de voir avec les articles rédigés par les coaches) mais malgré beaucoup de vert au compteur des victoires, on ne peut que regretter la très courte défaite de nos SG1 face à Montauban samedi soir, qui freine encore un peu plus les espoirs de montée en N3. Tout n'est pas encore perdu donc soutenons les encore plus fort tant à domicile qu'à l'extérieur.

Courte victoire également pour les SG2 face à une belle équipe de Tournefeuille, match serré

pratiquement jusqu'à la dernière seconde. Ces mêmes SG2 joueront le quart de finale de la Coupe de la Garonne, jeudi 24 mars contre l'équipe du TBC-2.

Coupe de la Garonne où les SF1 ont gagné leur ¼ de finale à Muret jeudi dernier.

Enfin, une mention particulière à Camille, Alya, Anissa, Tiphaine et Louisa pour leur participation à la finale départementale du panier d'Or édition 2016. Félicitation les filles !

Bonne lecture à toutes et à tous.

L'équipe de la JSC News (Olga, Sylvain et Béné)

PHOTOS DU JOUR



Souvenirs d'Auterives où il faisait froid, très froid

Coupe de la Garonne



Les SF1 se qualifient pour les demi-finales de la Coupe de la Garonne

Jeudi 17 Mars les SF1 se déplaçaient à Muret pour jouer leur quart de finale de la Coupe de la Garonne.

Cette coupe est organisée par le Comité, elle rassemble toutes les équipes souhaitant y participer et évoluant en championnat départemental Honneur jusqu'au championnat Régional 1. Lors d'une rencontre, tirée au sort, l'équipes jouant dans le championnat le plus

faible part avec un certain nombre de points d'avance (1 niveau d'écart = 7pts ; 2 niveaux d'écart = 15pts ; 3 niveaux d'écart = 20pts ; 4 niveaux d'écart = 25pts).

Après avoir battu Gratentour lors du tour préliminaire (79-45), puis Bruguières en 8^{ème} de finale (45-61), les SF1 ont rencontré Muret (R2) en quart de finale. Nos cugnalaises sont partis avec un retard de 7pts qu'elles ont rattrapé en 2 quarts

temps (Score à la mi-temps : 38-39). Les filles se sont finalement imposées 59-75. Cette victoire les propulse alors en demi-finale de la Coupe.

Leurs adversaires potentielles sont connues : elles pourront affronter soit TMB-Astro, soit Cornebarrieu, soit l'OTB. A noter, ces trois équipes font partis de la poule de nos SF1 en championnat.





RESULTATS 17,19,20,23 et 24 MARS

<http://basket-cugnaux.clubeo.com>

Like us on facebook
JS Cugnaux Basket

Renc.	Equipe	Club Reçevant	Resultats		Club Visiteur	Lieu	Horaire
SF 1 Nadir & Kevin 1/4 Finale Coupe de la Garonne		MURET	59	75	CUGNAUX	GYMNASSE HENRI CHIFFRE MURET	20h30
8128	U11F Pascale et Pierre	ASTRO	20	12	CUGNAUX	Gymnase Arnaudé 103 av F. Estébe	11h
8482	U11M-1 Olga et Camille	BC FOUSSERETOIS	22	5	CUGNAUX	Gymnase du collège Le fousseret	11h15
8495	U11M-2 J-Y & Charline	CUGNAUX	24	8	TOULOUSE CASSELDARDIT	Jean Bouin	11h30
5491	U13M-1 Loïc S. et Albert niveau 1	CUGNAUX	41	38	CAUSSADE	Jean Bouin	13h30
3044	U13M-2 Ludo L. et Loïc B niveau 2	AUSSONNE MERVILLE	63	16	CUGNAUX	Gymnase tillon route de merville 31840 aussonne	16h30
5067	U15F Olga niveau 2	CUGNAUX	71	29	CTC ST GIRONS SALIES LE FOUSSERET	Jean Bouin	15h30
4837	U15M François et Ludov. Régional	VCGB	57	60	CUGNAUX	Salle omnisport Castera Verduzan	17h
7103	U17M1 Loïc & Philippe niveau 2	FROUZINS	23	79	CUGNAUX	gymnase berdell rue G. Berdell frouzins	17h
7158	U17M2 Maud niveau 2	BC QUINT FONSEGRIVES	45	51	CUGNAUX	Complexe P.Pepi rue des coteaux Quint Fonsegrives	17h30
436	SG 2 Christophe Region 1	CUGNAUX	77	72	TOURNEFEUILLE	Jean Bouin	18h30
105	SG 1 Gilles Pre National	CUGNAUX	76	81	MONTAUBAN	Jean Bouin	21h
	U7D						REPOS
	U9 C						REPOS
	U9 D						REPOS
	U9 D Stephan	BASKET LAURAGAIS			CUGNAUX	Gymnase P Coubertin av du marechal lecterc 31250 Revel	10h
1706	SF 2 Ludovine Region 2	BC DAMIATTE ST PAUL	35	68	CUGNAUX	Av du stade 81220 St Paul Cap de Joux	15h30
	SF 1						REPOS
	U13F Mathieu Niveau 1	CORNEBARRIEU			CUGNAUX	ch. des Ambrits 31700 Cornebarrieu	18h
	SG 2 Christophe Coupe de la Garonne	TBC-2			CUGNAUX	54 rue des 7 troubadours 31000Toulouse	20h30

Jeudi 17

Samedi

Dimanche

Mer 23

Jeudi 24

« BELOTE ET REBELOTE »

Résumé du match des U13M1 contre Caussade, par Albert.

LA JSCUGNAUX RECEVAIT CAUSSADE et la rencontre se terminait par la victoire 41 à 38



Comme toujours démarrage confiant, bonnes séquences, tirs trop rapides ; puis le retour au passé, excitation, pourquoi défendre et mi-temps 22 à 14 pas le feu au lac mais la pression. Retour sur le parquet et les garçons décident de faire briller l'adversaire et pire cela continue au 4eme ; toujours au bord de la rupture, égalité, + 3, +7 à 59 seconde TM

Pour les dernières consignes, la déconvenue n'est pas loin.

« on tempore et surtout soutien au porteur du ballon » ET bien ! nos U13 sont partis à l'assaut, Caussade se rassure et revient avec un LF et un 3 POINTS à la porte de la prolongation, surtout à 19s nous avons la possession, donc encore la maîtrise du jeu et bien malgré les consigne LUCAS LE ROI DU GEL qui n'avait pas marqué, ZERO POINTE, a décidé de partir en guerre, miracle nous avons gagné.

Merci aux deux arbitres, JACKY en vieux briscard mais toujours avec le sourire gère en maître de ballet la rencontre superbement accompagné par SARAH, les sifflets furent bien accordés et justes (se fut pas le cas au match aller).

Mes excuses SARAH ce n'est pas dans mes habitudes, bien que JYP m'appelle le PERE FOURAS de la jsCUGNAUX à 20 mètres c'était le croche pied qui m'a mis en colère et qui explique l'arrivée brutale et le soleil DU GEANT GUILHEM ; petit aparté, deux après-midi par

semaine je pratique le tir rapide à la lyonnaise (tir du bouchon à 13, 15 et 18 M)....

Pour conclure avec l'arbitrage, la JSCUGNAUX a montré encore une fois que l'arbitrage à domicile n'existe pas. Distribution du ruban sans la médaille à MAXIME, GATIEN, RAPHAEL, OSCAR plus sobre.

Et aux cadres un coup de pied aux fesses et vous êtes attendus MARDI A 18 H.

Merci pour la chorale parents et Cugnalais des gradins. Salut au DINAUSORE JYP ...

POUR TERMINER félicitations à la triplète des PAPAS MARQUEURS et aux volontaires du goûter.



Match correct pour les U15F

Résumé du match des U15F contre Le Fousseret, par Olga

Les U15F recevaient l'entente Salies – St Girons – Le Fousseret à qui elles avaient infligé une défaite de 31pts lors de la phase aller. Il était donc évident dès l'avant-match qu'il ne faudrait pas se contenter du même écart, mais plutôt de le creuser encore plus pour confirmer notre 1^{ère} place et assoir notre statut de meilleure attaque et meilleure défense de la poule.

Le match a démarré sur les chapeaux de roues avec un 10-2 en seulement quelques minutes. Les joueuses ont su mettre en application de suite les consignes : jouer un grand nombre de jeu rapide pour marquer plus aisément et mettre de l'intensité défensivement pour récupérer beaucoup de ballon et justement lancer les contre-attaques. Le premier quart temps tourne alors

largement en notre faveur : 24-7. L'objectif étant de finir avec au moins 40pts d'écart, il a fallu poursuivre les efforts au deuxième quart temps, ce qui fut chose faite. Nous rentrons donc aux vestiaires sur le score de 42-17.

Le plus grand piège pour la deuxième mi-temps était de s'endormir, de ne plus imposer notre rythme et surtout de ne pas subir le faux rythme de nos adversaires. Et bien comme on pouvait s'y attendre, nous sommes tombées dans le piège dès le troisième quart temps que nous gagnons seulement 11-4. Avant t'entamer la quatrième et dernière période, les objectifs sont clairs : marquer plus de 70pts et encaisser moins de 30pts. Là encore nous avons réussi car nous décrochons la victoire 71-29.

Malgré ce score large et ces petits objectifs atteints, on ne peut se

satisfaire complètement de ce match. En effet, il est regrettable qu'encore une fois nous ayons beaucoup trop de déchets près du cercle, il est regrettable qu'encore une fois nous ne soyons pas capable de gérer les rebonds offensifs ainsi que nos temps faibles, il est regrettable qu'encore une fois face à une équipe bien en dessous de nous nous ne soyons pas capable d'imposer un écart beaucoup plus large et un score avoisinant les 90pts et enfin il est regrettable qu'encore aujourd'hui nous ne soyons pas capable de monter en intensité et d'asphyxier nos adversaires défensivement par des efforts collectifs. Nous avons le temps de travailler pour peaufiner tous ces détails. Rendez-vous en terre ariégeoise samedi prochain pour un match qui s'annonce très rugueux !

Le débrief'

« Il y a eu de belles choses »

Résumé du match ds U13M2 contre Aussonne par Ludo L.

Alors absence de tous les joueurs cadre de l'équipe. Nous partons donc, Loïc et moi, avec 8 joueurs dont 6 débutants. Il allait falloir faire en sorte que l'envie et la motivation compensent le manque de basket. Arrivés là-bas Aussonne nous attendait avec leurs deux tours de plus de 1m70 et 2 poussins surclassés (poussin que de nom car ils ont été des démons pour notre équipe avec leurs dribbles et leur vitesse) . Craignant le massacre, avec Loïc, nous avons serré les fesses. Finalement dès le début du match nous perturbons leur jeu et les obligeons à se débarrasser vite de la balle et donc à être maladroits. Notre défense est bonne mais nous



sommes aussi très maladroits. Une fois que l'adversaire a réussi à mettre son jeu en place c'est devenu plus compliqué. Les joueurs ont fait ce qu'ils pouvaient. Il y a eu de belles choses. Finalement nous nous inclinons 63 à 16. Le plus gros de nos points ont été marqués au

dernier quart temps preuve qu'ils n'ont jamais baissé les bras même dans la difficulté. Merci aux parents supporters et à Virginie au chrono. Il nous reste 2 matchs et nous ferons tout pour les gagner.

« Sur le papier pas de grande difficulté »

Résumé du match des U17M1 contre Frouzins par Philippe.



Match contre une équipe de fin de peloton, sur le papier pas de grande difficulté, nous en avons profité pour mettre quelques cadres au repos et mettre en application le cycle de

défense travaillé actuellement, la zone press.

Un début de match qui manque un peu de rythme dû à un manque d'agressivité défensive de notre côté, quelques passages en défense individuelle permettent au match d's'intensifier un peu et on commence à voir un jeu plus dynamique.

Un gros investissement des garçons sur cette nouvelle défense nous permet d'avoir du jeu rapide des finitions plus efficaces. Nous manquons encore d'alternance interieur-exterieur sur une défense de zone pas très agressive qui nous

fera retomber dans nos travers de jeu périphérique et de shoot un peu rapide, malgré cela des séquences très efficaces avec l'adresse au rendez-vous.

Cette défense nous coutera quelques fautes car malgré une très bonne agressivité, on a manqué de maîtrise sur certaines actions.

Nous prenons le large avant la mi-temps, le match se termine donc par une victoire 79-23, score un peu moins fleuve que le match aller mais pas très représentatif de l'écart entre les 2 formations...

Le débrief



« Les cugnalais ont tenu bon »

Résumé du match des U15M contre Union Gascogne Basket par Sylvie (supportrice).

Ce samedi, les U15M sont allés se mesurer aux gersois du UGB sur leurs terres dans la salle Omnisport de Castéra Verduzan équipée d'un beau parquet, de casiers et de rangements à chasubles à nous faire rougir.



Il s'agissait du match retour (les garçons avaient remporté le match aller au Cugnaux Dôme).

Ce fut dur, très dur même. Les gersois n'avaient pas prévu de se laisser faire (ce n'est pas dans leur vocabulaire ...) et ont joué avec beaucoup d'engagement et de combativité.

Les cugnalais ont tenu bon, n'ont rien lâché malgré quelques passages à vide, une certaine maladresse à la finition, et ont fini par sortir la tête de l'eau pas grâce aux lancers francs, tous au centre de perf ...).

Ce fut donc tendu durant tout le match autant sur le terrain, que sur le banc et sur les gradins les parents y ont passé tous leurs ongles. Il en a fallu du sang froid, n'est-ce pas messieurs les coachs ?

Finalement ils ressortent victorieux et ont eu le droit de goûter aux excellents hamburgers/frites gersois, spécialité du resto du village " la belle époque" qui a vu arriver une troupe de cugnalais leur envahir leur petit coin de tranquillité.

Une bien belle journée de sport et de convivialité qui fait du bien et que nous espérons suivie de nombreuses autres.



« Nos petites cugnalaises n'ont pas démerité. »



Résumé du match des U11F contre Astro par Pascale et Pierre.

Face à une équipe de l'Astro très athlétique, qui caracole en tête de notre groupe A, sans vraiment rencontrer d'opposition ; nos petites cugnalaises n'ont pas démerité.

Elles ont même tenu en échec nos adversaires 2 oppositions durant.

L'assiduité et la motivation constantes de nos 17 joueuses, tant aux entraînements, qu'aux déplacements matinaux, tout au long de la saison, portent désormais leurs fruits.

Beaucoup de progrès dans les fondamentaux, nous permettent de

développer un jeu rapide beaucoup « plus propre ».

Nous tenons à féliciter toutes les filles et nous leur donnons rendez-vous pour attaquer la dernière ligne droite, mais non pas la moins festive et marathonienne de la saison : les tournois.

N'oublions pas de souhaiter un bon rétablissement à Iba et Yasmina, qui nous espérons, vont retrouver les terrains rapidement.



Samedi gris pour nos U11M1

Résumé du match des U11M1 contre Le Fousseret par Olga.



Un samedi matin qui se résume en deux erreurs notables :

La première est celle de la coach. Et oui, une semaine intense en

entraînement (au total 4 entraînements assurés et 2 pratiqués), un début de semaine sous pression (avec l'édition de la 1^{ère} JSC NEWS) et voilà que je n'avais plus toute ma tête pour gérer les absences de mes joueurs. Nous sommes donc partis au Fousseret avec 7 joueurs, donc une opposition forfait. Après réflexion, ce n'était peut-être pas plus mal.

La deuxième erreur est celle des joueurs (pas de tous, mais nous ne citerons personne) : ils se sont cru bien plus forts que nos adversaires du jour. Nous nous sommes donc

fait marcher dessus tout le long de la rencontre, sans qu'aucune réaction notable de la part des Cugnalais ne se fasse sentir.

Nous n'avons pas respecté les espaces de jeu, ni les consignes défensives. Pour faire court, il n'y a pas grand-chose de positif à retenir de ce match qui d'ailleurs n'est que le reflet de l'entraînement de mercredi.

La trêve pascale est la bienvenue avant de jouer les deux derniers matchs du championnat.

Les U11M2 victorieux

Résumé du match des U11M2 contre Casselardit, par Charlène.



Une fois de plus l'équipe de U11M2 a remporté la feuille de match.

Cette semaine, grâce à l'aide de Julien et de Janis (U9) sans lesquels nous étions forfaits, nos U11 se sont confrontés à l'équipe de Casselardit. Ils se sont battus jusqu'à la dernière seconde et ont ainsi mérité leur victoire de 24 à 8. Bravo les garçons.

PANIER D'OR 2016 : du bronze pour nos U11F

Dimanche 20 Mars 2016 se déroulait à Carbone le panier d'or, épreuve de tir concernant les catégories U11.

Le club était représenté par 5 poussines : Alya, Anissa, Camille, Louisa et Tiphaine.

Ces dernières étaient déjà bien en forme malgré l'heure matinale.

Les filles ont effectué 2 passages : le deuxième a été mieux réussi pour toutes mais cela n'a pas permis de se qualifier pour la finale. Elles ont cependant toutes décroché le panier de bronze qui correspond à une moyenne de 25

points (parcours effectué en club + résultat de la journée).

La gagnante est une joueuse du club de l'Astro, que nous avons rencontré la veille : il s'agit de Julia.

Les filles ont ensuite été mélangées entre elles afin d'effectuer un tournoi 3x3. Super, elles étaient ravies et elles n'ont pas démeritées.



Elles ont pas mal discuté et rigolé avec les autres joueuses et se sont donné rendez-vous pour la suite de la saison, notamment sur les tournois.

Cette journée restera un excellent souvenir pour nos petites cugnaises.

Bravo les filles !

(Photos sur la page suivante)

MiniBasket



Evenements à venir

DIMANCHE 03 AVRIL

Animation du Doublon

Séniors Filles

DIMANCHE 28 MAI

Tournoi Michel COUMES



Equipe du moment

Les U15M

Avoir de la suite dans les idées et faire preuve de constance, voilà la volonté partagée au sein du club pour mettre en place la saison passée un projet sur la catégorie U15 M visant à profiter de la mise en place du championnat inter régional (IR), du cadre de travail et de l'adversité offerts par la phase de qualification IR.

Nous nous y sommes attelé l'an passé avec Ludovic et William : pas facile, mais la facilité n'était pas recherchée, et globalement positif. Au final, une aventure terminée au 11^{ème} rang régional de la catégorie (championnats IR, Région et N1 compris).

Nous avons voulu, avec Ludovic, continuer ce cycle de 2 ans avec le groupe 2001/2002. L'objectif était double : sur le plan du contenu, marquer une réelle évolution tant sur la maîtrise des fondamentaux individuels que sur l'expression collective ; sur le plan des résultats, valider une vraie progression dans la hiérarchie régionale précitée.

Ce n'était pas si simple que cela pouvait se présenter sur le papier. Et tout d'abord en raison de l'évolution de l'effectif, certes stabilisé à 12 moustiques, mais avec des arrêts inattendus mais aussi des arrivées, ce qui est le lot de toute association et de tout cycle de formation du jeune joueur, à moins de créer et formater un groupe dans un objectif précis. Donc, un premier objectif tourné vers un travail d'homogénéisation des attentes, des outils, des principes de jeu : une petite phase supplémentaire dans la programmation pour tendre à ce



fragile et subtil équilibre entre le travail de formation à moyen terme et la nécessité d'obtenir des résultats à court terme voulu par la formule de compétition, pour se donner les meilleures chances de pratiquer à un niveau adapté et fait d'exigence (IR puis Région).

Dans le domaine technique, ensuite, coller au plus près des principes posés par le Référentiel Club et des objectifs attachés à la catégorie. Avec une attention particulière sur la projection vers l'avant, le jeu sur lecture (reconnaître et savoir utiliser un avantage + lire ce que propose le défenseur et la défense adverse) et – at last but not the least – développer les savoir faire défensifs.

Objectif(s) ambitieux et peut-être parfois trop exigeant pour des moustiques nés dans un monde axé sur l'inné, l'immédiateté et le virtuel : autant de paramètres qui éloignent des bases de la formation que sont le travail, la concentration dans

l'exécution et la répétition, la durée de l'effort, l'apprentissage et l'éloignement de la zone dite de confort.

Il devient effectivement bien difficile d'aller chercher ces jeunes bipèdes sur ce qu'ils ne savent pas faire, sur les nécessaires corrections, sur la communication positive sur le terrain. Quant à faire intégrer que ce sport d'adresse se joue et se gagne au sol parce qu'étant un sport d'appuis, et que ce même sport se construit à partir d'un socle défensif maîtrisé et rigoureux parce que constituant la première phase de l'attaque, c'est un sacré challenge qui génère quelques frustrations !

Mais de quoi ces foutus entraîneurs peuvent bien se plaindre, alors que

- Les objectifs du référentiel précité sont en majorité en voie d'être atteints,
- Les résultats sportifs sont positifs,

Equipe du moment

- La vie de groupe se développe de façon intéressante, même si tout n'est pas facile et fluide,

Tout simplement de ne pas être capable d'aller chercher un peu plus loin, de faire encore un peu mieux, de partager un peu plus et, au final, de vouloir se construire le parcours de formation le plus apte à faire d'apprentis basketteurs de vrais joueurs de basket.

RÉSULTATS CHAMPIONNAT



Ah si les U15 F pouvaient transmettre un peu de leur envie de repousser le ballon et l'adversaire loin du cercle, de leur sens du contact : je parle, sur le plan basket, des notions de distance et de contact que les garçons n'arrivent pas ou ne veulent pas intégrer ; pour le reste, tout à l'air de bien se passer !

Bon, pour ce qui est des résultats, nous avons traversé difficilement le

parcours de qualification IR (2 poule de 4 équipes) pour terminer à une 3^{ème} place qui nous a permis d'intégrer le championnat Région, constitué cette saison de deux poules de 6, soit 12 équipes – plus les deux (Tarbes et Grand Quercy) qualifiées en IR – soit aucune certitude de valider la progression recherchée dans la hiérarchie régionale pour terminer le cycle.

Et puis nous avons été reversés dans une poule A assez dense, en compagnie de trois autres équipes venant des qualifications IR (OTB, Ossun et UGB) et de deux équipes qualifiées par les brassages Région (Brax et Jégun). Un vrai championnat en 10 rencontres : je me rappelle très bien l'échange tenu avec les joueurs lors de la séance de reprise du 3 janvier sur les objectifs à venir

Les choses sont parfois surprenantes : à la mi mars, après le cycle Aller et deux matchs du cycle Retour, nous voilà calés à la 2^{ème} place, synonyme de qualification pour les phases finales. Sept matchs avec six victoires - dont 4 sur 4 matchs en déplacement - et une large défaite contre l'ogre otébiste. Nous continuons de prendre les matchs les uns après les autres : prochaines échéances, la réception de Jégun, le déplacement chez le leader et la réception de Brax. Il nous reste une victoire à aller chercher pour s'assurer mathématiquement cette place de demi-finaliste, qui n'est pas

une fin en soi mais qui serait une jolie façon de clore le cycle, surtout face à un adversaire du calibre de Lavour contre qui nous avons commencé la saison un matin de septembre ... et de valider la progression espérée dans la hiérarchie régionale.

Nous placerons au milieu du mois de mai, notre petite escapade vers un tournoi « exotique » ; cette année, ce sera du côté de Pessac pour la 37^{ème} édition de son tournoi international.



De quoi mêler, jeu et plaisir, accompagné par un très fidèle groupe de parents qui semble, lui aussi, se prendre au jeu et ... prendre goût aux déplacements en terre gersoise !

Ludovic et François

Classement officiel de la FFBB à l'issue de la journée 7

Equipe	Pts	Rencontres				Init	Pén	Forf	Déf	Pénalités		Points		
		J	G	P	N					Arb	Ent	M	E	Q
1 OUEST TOULOUSAIN BASKET	14	7	7	0	0	0	0	0	0	0	618	320	0.0	
2 J. SP.CUGNALAISE	13	7	6	1	0	0	0	0	0	0	471	440	0.0	
3 BASKET BRAX	10	7	3	4	0	0	0	0	0	0	455	492	0.0	
4 SA JEGUN	9	7	2	5	0	0	0	0	0	0	407	533	0.0	
5 IE - CTC UNION GASCOGNE BASKET	9	7	2	5	0	0	0	0	0	0	379	449	0.0	
6 BASKET CLUB OSSUNOIS	8	7	1	6	0	0	0	0	0	0	367	463	0.0	



Actualités de la J.S.C

Soirée de la J.S.C

Samedi 26 Mars, nous serons un peu moins d'une centaine à partager la soirée « Sing Dance and Fun » organisée par le pôle animation.

Echauffez-vous la voix, débloquez les hanches, et soyez prêts à bouger toute la nuit.

SING, DANCE AND FUN
SAMEDI 26 MARS
SALLE JEAN BOUIN

AU PROGRAMME :
18H30 – APÉRO
REPAS + KARAOKÉ
SOIRÉE DANSANTE

10€/ADULTE
8€/ENFANT (U13 ET MOINS)

INSCRIPTIONS JUSQU'AU 20 MARS . DÉPOSEZ LE COUPON D'INSCRIPTION ET LE RÈGLEMENT DANS LA BOÎTE AUX LETTRES DU LOCAL



Offre valable jusqu'au 30 Juin 2016 !
sur présentation de la licence du club

2+1
Gratuite 2 Pizzas à emporter achetées
la 3ème gratuite

11 rue du pré vicinal
CUGNAUX tel : 05.62.20.03.00



Pour votre santé, pratiquez une activité physique régulière. www.mangerbouger.fr

 

JS Cugnaux Basket

 **Rejoignez-nous !**
facebook



Dimanche 3 Avril

Animation du
Doublon par notre
école de MiniBasket



- 13h -

SF2 contre **Rouergue Aveyron 2**

- 15h30 -

SF1 contre **Rouergue Aveyron 1**

Interview

Titi (Sénior Fille)



Depuis quand joues-tu au basket ?

Depuis 18 ans, j'ai commencé le basket en minimes avec Elios Pascual et j'ai toujours joué à la jsc, c'est dur de quitter ce club !! 😊

Quel est ton meilleur souvenir à la jsc ?

La première montée des garçons en N3 en 2000. Surtout le match à domicile avec une foule à jean bouin, habillée en rouge et noir (du jamais vu !!), une ambiance magique et électrique, des larmes de joie et des embrassades à la fin du match, une communion avec les joueurs, le coach et tout le public. Ce jour-là j'ai eu hâte d'être en senior pour vivre ces moments-là en tant que joueuse. Ce fut un vrai

moment de basket !

Et le pire ?

Je n'ai pas de pire souvenir au club. Ce sont surtout mes blessures en tout genre qui restent et resteront des moments difficiles dans ma carrière cugnalaise.

Quel est selon toi le meilleur joueur ou joueuse de tous les temps ?

C'est évidemment mister Michael Jordan qui a tout simplement révolutionné le basket et poussé pas mal de gamins à prendre le chemin des gymnases et des play grounds. Mais je garde un œil sur stephen curry qui depuis 2 ans amène tout doucement le basket vers une autre dimension !

Ta devise ?

Ensemble on est plus fort !

Qu'est-ce qui t'énerve le plus sur un terrain ?

Les fautes non sifflées (arbitrage maison ou de connaissance) et les personnes qui font semblant de défendre !

Que fais-tu en dehors du basket ? D'autres hobbies ?

En dehors du basket, il m'arrive de prendre mes rollers pour aller slider à la ramée et prendre des cours de danse sur roller, c'est fun ! J'aime aussi faire de longues balades à la découverte de ma ville.

Je suis une grande fan du Barça et quand il joue, surtout le vrai classico, plus rien n'existe. Après je peux passer des heures à regarder du sport que ça soit du foot, du basket, du hand ou du rugby même si je ne comprends pas toutes les règles.

Ta chanson préférée ?

Human nature de Michael Jackson lorsque je veux me détendre et Love is wicked de Brick and Lace lorsque je veux bouger mon corps, Lol

Ta serie préférée ?

Esprits criminels



Quel est le talent que tu aurais aimé avoir ?

J'aurais bien aimé avoir le pouvoir de remonter le temps car il y a 2 ou 3 petites choses que j'aurais bien voulu changé

Le Week-end Prochain



RENCONTRES 23, 24, 26, 27 MARS



<http://basket-cugnaux.clubeo.com>



JS Cugnaux Basket

Renc.	Equipe	Club Receptant	Resultats	Club Visiteur	Lieu	Horaire
	U13F Mahieu Niveau 1	CORNEBARRIEU		CUGNAUX	Ch. des Ambrits 31700 Cornebarrieu	18h
	SG 2 Christophe Coupe de la Garonne	TBC-2		CUGNAUX	54 rue des 7 Troubadours 31000Toulouse	20h30
	U9 D Stephen	LAVERNOSE LACASSE		CUGNAUX		A venir
	U11F					REPOS
	U11M-1					REPOS
	U11M-2					REPOS
	U13F					REPOS
	U13M-1					REPOS
	U13M-2					REPOS
	U15F Clga niveau 2	COQUELICOT LEZATOIS		CUGNAUX		A venir
	U15F EN Priscate niveau 2	EN FROUZINS/ CUGNAUX		OTB	Gymnase Berdeil rue G. Berdeil 31270 Frouzins	16H30
	U15M					REPOS
	U17M1					REPOS
	U17M2					REPOS
	SG 2					REPOS
	SG 1					REPOS
	U7D					REPOS
	U9 C Fried	BESSIERES		CUGNAUX	Salle Armonia 31660 Bessière	9h30
	U9 D Ludo Vachey	OTB	Forfait	CUGNAUX		Forfait
	SF 2					REPOS
	SF 1					REPOS

Mer 23

Jeudi 24

Samedi 26

Dimanche 27



Joyeuses Pâques



Expression libre

A vos crayons, Prêts, Partez !!!

L'équipe de rédaction de la Gazette vous invite à lui faire parvenir par mail tout travail issu de votre imagination : des photos rigolotes ou insolites prises par vos soins, des dessins, des textes...etc

Evidemment ce que vous nous envoyer doit avoir un

rapport avec le basket ou le club. Chaque semaine nous publierons dans cette partie les travaux que nous aurons reçus !

Nous attendons donc avec impatience vos envois !!

MAIL : lagazettedelajsc@gmail.com

Réglisse aux couleurs de la J.S.C





JOYEUX ANNIVERSAIRE BENE

