



LA GAZETTE

Numéro 209 - 8 février 2023



Les bienfaits du basket-ball :

Le basket-ball mise sur l'explosivité plutôt que sur la force ou l'endurance. Il fait travailler les jambes et le haut du corps.

Pour marquer des paniers, il faut allier précision et coordination. En défense, il fait travailler les réflexes et l'anticipation. En attaque, il faut coordonner la vitesse, le saut, le dribble et le tir.

C'est un jeu "sans contact" qui privilégie l'anticipation, l'adresse et l'évitement plutôt que la confrontation.

Au basket, on peut s'entraîner seul ou à plusieurs. Juste avec une balle, il est possible de travailler les fondamentaux.

C'est un sport avec un esprit d'équipe qui équilibre le collectif et l'individu et favorise la prise de responsabilité.

Voilà pourquoi, nous nous retrouvons tous dans le basket-ball !

LA GAZETTE DE L'ASFF BASKET DE FONTENAY LE FLEURY

SOMMAIRE

Les bienfaits du basket p. 1

La vie du club p. 2

Les matchs p. 4

En avant le basket féminin ! p. 13

La vie du club



■ Prochains rassemblements U7 et U9



Fédération Française de BasketBall

U7 : samedi 11 février 2023 à Villepreux

Nos mini-basketteurs U7 sont inscrits pour le rassemblement mini basket du week-end du samedi 11 février 2023 qui se déroulera de 9h30 à 12h00 à Villepreux (gymnase du jeu de Paume, 13 Av. du Grand Canal, 78450 Villepreux).

Le rendez-vous est fixé au gymnase Descartes à **9h15** pour se rendre ensemble à Villepreux. Les ateliers se termineront à 11h30 avant la remise des récompenses. L'entraînement à Descartes est donc annulé.

Sont inscrits à ce jour : Wael Attab, Lukas Bouaka, Victoria Cabarrus, Pierre Didier, Luciano Roussel, Laura Normand Jacquet, Damian Thimon, Emmanuel Thirion, Ysmael Traore, Arthur Landais, Charlie Vendeira et Marwan Ghoul.

Il reste encore quelques places pour les retardataires. Merci de m'envoyer un SMS au 06 16 86 37 93.

Rassemblement U9 du 12 février 2023 - annulé

■ Organisation des matchs

Dans la dernière gazette, nous avons fait un point d'étape concernant la participation à l'arbitrage et à la table de marque. Si votre nom n'y figure pas, faites-nous parvenir vos nom et prénom ainsi que le match auquel vous avez participé afin de vérifier et de mettre à jour nos tableaux.

Pour le week-end prochain, nous n'oubliez pas d'enregistrer votre participation via le sondage :

<https://framadate.org/u1o8BnFnVWBEmU9B>

Que tous les officiels du week-end soient remerciés !

■ Gymnase Descartes indisponible

Économies d'énergie obligent, la mairie a décidé de fermer tous les gymnases pendant toute la durée des vacances de février.

En conséquence de quoi : **pas d'entraînement et pas de stage** pendant ces congés

La mairie nous annonce également l'indisponibilité du gymnase Descartes aux dates suivantes :

30 et 31 mars – 14 avril, 17 et 18 avril (pas d'entraînement à Descartes)

■ Recrutement (toujours en cours)

Cela fait de nombreuses années que j'occupe le rôle de correspondant du club. Des contraintes professionnelles fortes ne me permettent plus actuellement de remplir cette fonction correctement et je souhaiterais passer la main rapidement. Je recherche donc une bonne volonté qui pourrait me suppléer.

En quoi cela consiste ?

- ✓ Planification des rencontres : coordonner avec la mairie la disponibilité des gymnases pour planifier les rencontres, établir le planning, renseigner les horaires sur la plateforme FFBB et transmettre les horaires aux membres du bureau et coachs ;
 - ✓ Transmettre les résultats de façon hebdomadaire pour la gazette, et effectuer le suivi des officiels (table et arbitres sur les matchs à domicile – info disponible sur le site FFBB ou sur le groupe Whatsapp) ;
 - ✓ Procéder aux inscriptions des équipes sur la plateforme FFBB (fini pour 2022 2023) ;
 - ✓ Faire suivre aux personnes concernées différentes informations (rassemblement mini-basket...).
- Rien de bien compliqué mais qui pourrait me soulager. Je reste à votre disposition pour toute information et pourrait rester en support pour répondre à toute demande.

En dehors de ce rôle de correspondant, si vous et/ou votre enfant aimez le basket, alors n'hésitez plus à rejoindre l'encadrement des équipes comme coach ou assistant coach (si vous êtes joueur licencié) ou comme parent référent (si vous souhaitez juste aider à l'organisation matérielle et au bon déroulement des matchs de votre enfant, particulièrement ceux se déroulant à l'extérieur).

Le basket est un sport très dynamique à Fontenay (250 adhérents et 14 équipes engagées en championnat) et réclame pour bien fonctionner, la contribution de tous les adhérents et parents.

Pour plus d'information, contacter votre entraîneur ou Thomas au 06 16 10 30 28. N'hésitez pas à contacter un membre du bureau si vous souhaitez nous rejoindre.

Sylvain - 06 16 86 37 93 - sjegou@yahoo.fr

■ Nouvelle Formation Arbitre



Arbitre Club : pour jeunes et adultes. L'arbitre club est un arbitre formé au sein de son club et qui officie prioritairement sur les matchs de jeunes dans son club. Il est accompagné par un formateur du club qui l'aide dans ses premiers pas et le conseille.

Arbitre Départemental : à partir de 14 ans. D'un niveau confirmé, l'arbitre départemental suit une formation avec son Comité Départemental **ou** son club mais il doit passer l'Examen Arbitre Départemental organisé par le

Comité. Il pourra être désigné sur des rencontres par le comité qui l'indemniserà.

L'arbitre club est le premier niveau qui permettra au club de mieux organiser les matchs. Le comité des Yvelines organise une 2^e **session de formation** pour la saison 2022-2023 afin d'atteindre le niveau club et/ou départemental. Elle aura lieu les 3 week-ends des vacances de février (le **18 février** au Port-Marly et au Pecq les **19 février**, **25/26 février** et **4/5 mars**).

Si vous êtes intéressés, prenez contact avec **Sylvain, Morad ou Thomas** (une formation interne au club est également possible).



Les matchs

■ Résultats des matchs du week-end du 4-5 février

Catégorie	Équipe Domicile	Équipe Extérieur	Score	
 U9Mixte	AS FONTENAY LE FLEURY	BC ORGERUS - 2	24 à 6	Victoire
 U11F	AS MONTIGNY LE BRETONNEUX B	EN - CTC PLAINE DE VERSAILLES - AS FONTENAY LE FLEURY	38 à 13	Défaite
 U11M	VILLENES TRIEL BASKET - 1	AS FONTENAY LE FLEURY	36 à 40	Victoire
 U13M1	US MARLY LE ROI - 1	AS FONTENAY LE FLEURY - 1	34 à 26	Défaite
 U13M2	AS FONTENAY LE FLEURY - 2	CA MANTES LA VILLE	24 à 48	Défaite
 U15F	EN - CTC PLAINE DE VERSAILLES - AS FONTENAY LE FLEURY	MB GARGENVILLE	14 à 64	Défaite
 U15M1	E.LE CHESNAY VERSAILLES 78	AS FONTENAY LE FLEURY - 1	36 à 54	Victoire
 U15M2	AS FONTENAY LE FLEURY - 2	ASBB NOISY BAILLY - 2	28 à 52	Défaite
 U17M	AS FONTENAY LE FLEURY	ESC TRAPPES SQ YVELINES - 2	77 à 56	Victoire
 U18F	EN - CTC PLAINE DE VERSAILLES - AS FONTENAY LE FLEURY - 2		0 à 0	Exempt
 U20M	AS FONTENAY LE FLEURY	CTC PLAINE DE VERSAILLES - LES CLAYES S/BOIS B - 2	62 à 58	Victoire
 RMVE3	AS FONTENAY LE FLEURY	LSO COLOMBES - 2	46 à 36	Victoire
 DM3	RAMBOUILLET SPORTS - 2	AS FONTENAY LE FLEURY	78 à 61	Défaite

■ U9 – Victoire contre Orgerus (24 à 6)

Les U9 coachés par Blanche enchainent les victoires. Bravo !



■ U11F – Défaite à Montigny (38 à 13)

Les U11 filles jouaient contre les meilleures du groupe Montigny-le-Bretonneux. Nous n'étions que 6 sur 8 convoquées !

Nous débutons très fort et nous dominons largement, mais nous ne menons que de 2 points.

La suite de cette première mi-temps est beaucoup plus compliquée et en face, des joueuses très grandes.

Les filles sont solidaires, un vrai groupe s'est formé.

Nous menons ce début de 2^e mi-temps. Les filles jouent collectif. Nous revenons au score à moins 7. Même si je sais que le match sera perdu, il faut continuer à travailler pour la suite.

Nous perdons logiquement de 20 points.

Enola pour son premier match a été sérieuse. **Yasmine**, ma petite souris progresse et est combative.

Jihanne la guerrière et **Lina** apportent de la vitesse. Bravo à **Chaima** et **Shivany** qui se sont dépensées sans compter.

Des parents nombreux ont donné de la voix, un grand merci à eux.

Laurent

■ U13M1 – Défaite à Marly-Le-Roi (34 à 26)

Après un démarrage trop lent où les tentatives de panier étaient trop rares, Marly mène largement (14-4). Heureusement, nos U13 se réveillent et prennent l'avantage au cours des périodes suivantes (9-12 et 3-10) pour atteindre l'égalité au 3^e quart (26-26).

Dans le dernier, l'écart s'est creusé en faveur de Marly et le score final reflète mal le match.

Du relâchement lié à la fatigue peut-être car je n'ai pas fait assez tourné (c'est de ma faute et je m'en excuse) car je pensais qu'on était dans une bonne dynamique, et un jeu en attaque qui n'était plus bon avec trop de séquences individuelles.

Et puis Marly a une belle équipe aussi mais l'état d'esprit de nos petits gars est bien meilleur 😊

Il faudra juste qu'ils soient plus concentrés et plus « agressifs » en défense et on pourra les battre au retour. Au moins, ils savent à quoi s'attendre maintenant.

Yann



■ U15M1 - Victoire au Chesnay (36 à 54)

Déjà dernier match des phases aller pour nos équipes et les U15 jouaient ce dimanche matin à Versailles. Nous rencontrons Versailles 3 au vu du niveau technique de certains joueurs, je me pose des questions s'il n'y a pas quelques joueurs de la 2 mais le match n'en sera que plus intéressant.

Bon échauffement des garçons qui se parlent autour de Guillaume et Clément en chef d'orchestre.

Belle intensité dès le début du match et nos adversaires mettront 4 minutes avant de marquer mais nous loupons des paniers beaucoup trop faciles... Un relâchement dans les 2 dernières minutes et nos adversaires reviennent à égalité, vraiment dommage au vu de l'implication.

Le 2^e commence à montrer nos forces sur de nombreuses récupérations et le jeu placé. Le 3^e est encore mieux et nous menons de 24 points avant ce dernier quart temps.

Un petit relâchement : retard défensif, tirs trop rapides et moins de 20 points. Heureusement, nous repartons et nous finissons à plus 20.

La meilleure prestation cette saison, je félicite le groupe 😊 :

- **Clément** qui défensivement est sur tous les fronts et apporte en attaque.
- **Guillaume** qui prend de mieux en mieux son rôle de meneur et défend magnifiquement
- **Léo M.** qui par sa technique nous apporte beaucoup
- **Léo G.** qui travaille beaucoup pour les autres et apporte beaucoup plus d'intensité
- **Zyed**, très combatif, intelligent dans le jeu
- **Zacharie**, mon couteau suisse présent sur tous les secteurs de jeu, très important pour le groupe
- **Sofiane** a monté son niveau de jeu et nous a mis un panier incroyable
- **Alix**, de plus en plus appliqué, intercepte beaucoup de ballons.

Je tiens à signaler le très bon arbitrage. 1 mois sans match, nous allons travailler nos lacunes individuelles.

Laurent

■ U15M2 - Défaite contre Noisy-Bailly (52 à 28)

Aujourd'hui nous sommes 7 à jouer après un match qui fut un peu compliqué à Plaisir la semaine dernière.

Lors du premier quart temps nous faisons jeu égal avec nos 10 adversaires. Nous ne sommes menés que d'un point 7 à 8 au bout des 8 premières minutes. Par la suite, notre défense devient plus perméable et nous avons du mal à poser nos attaques, beaucoup de tirs à mi-distance touchent à peine le cercle. A la mi-temps, nous sommes donc menés 8 à 17.

Lors de la seconde mi-temps, nous essayons d'être plus percutant en attaque en rentrant plus dans la raquette et cela commence à payer. Notre défense est parfois dépassée par les passes adverses, il faut donc insister sur le repli et la solidarité défensive.

Sabri et **Mathias** trouvent les failles et arrivent à scorer dans la raquette. Le collectif s'améliore et nous sommes maintenant capables de mieux trouver nos intérieurs. **Samba** a marqué et peaufine son jeu, **Axel** a défendu de manière acharnée, **Marty** et **Eole** ont bien défendu et rentrent dans le collectif, notre blessé **Othman** est resté motivé. Nous perdons 52 à 28 après un dernier quart-temps très intéressant en attaque dont il faudra s'inspirer pour la suite.

Merci aux officiels, aux supporters et à samedi prochain.

Christophe



■ U17M – Victoire contre Trappes (77 à 56)

Les U17 dauphins à l'issue de la phase aller !

Dimanche, les cadets recevaient Trappes (équipe jamais rencontrée par le passé) pour le dernier match de la phase aller, avec la volonté d'assurer leur 2^e place dans une poule archi-dominée par l'OVNI Maurepas (encore victorieux ce week-end en marquant 100 points pour un écart de +62 à Noisy...).

Le premier quart-temps commença parfaitement avec une efficacité fontenaysienne des deux côtés du terrain, mais l'écart fut vite comblé. Ce premier round d'observation offrit l'opportunité à 6 de nos joueurs de se répartir les 16 points, dont Mouhamadou, idéalement servi sous le cercle à deux reprises par Lohan ! Très belle attitude et excellent rendement d'Hayden également, avec un shoot ouvert réussi à proximité du panier. Grégoire et Denzel, en métronomes, très percutants et rassurants en sortie de banc. 16-11 après 10 minutes.

Au deuxième quart-temps, l'écart augmentait doucement, en profitant de quelques lancers francs accordés par la défense durcie de nos adversaires. Abou s'imposa au rebond offensif et Ismaël entraînait ses deux premiers tirs à longue distance (et annonçait le menu de ce qu'il allait servir au retour des vestiaires). 31-21.

Au 3^e quart-temps, nos joueurs sonnèrent enfin la charge offensive avec une prestation énorme d'Ismaël (16 points marqués depuis toutes les positions, lancers francs compris), bien épaulé par Mouhamadou au rebond offensif, Grégoire en contre-attaque et Denzel en mode Matrix (everywhere) 55-32.

Le trou au score permit de bien faire tourner tout l'effectif sur la dernière période, en gérant l'écart. Thomas en profita pour offrir un superbe « coast to coast » réussi ! Mouhamadou et Abou, bien servis à l'intérieur, assuraient la marque (excellent quart-temps de Abou avec 10 points) et Lohan servait un dernier « caviar ». Enzo a livré un match sérieux et Antonin a été très appliqué (bonne fin de match). Score final : 77-56.

Beaucoup de satisfactions dans ce match, avec moins de pertes de balles que la semaine précédente. Mais, il manque toujours des écrans en attaque pour offrir des solutions et les écrans de retard en défense sont toujours quasi-inexistants...

Bravo pour cette nouvelle belle victoire d'une équipe pleine de talents !



L'équipe (* le cinq de départ) et la marque : **Enzo**, ***Lohan**, **Antonin**, ***Abou** (16), ***Mouhamadou** (10), ***Ismaël** (31), **Thomas** (2), **Grégoire** (8), **Denzel** (8), ***Hayden** (2).

Un grand merci aux officiels qui ont sacrifié leur déjeuner pour les cadets ! La phase retour commence le 11/03 avec un déplacement lointain à Epône.

Thomas

■ U20M – Victoire contre Les Clayes (62 à 58)





■ Anciens – Victoire contre Colombes (46 à 36)



■ Seniors – Défaite à Rambouillet (78 à 61)



■ Matches à venir du week-end du 11-12 février

Catégorie	Équipe Domicile	Équipe Extérieur	Lieu	Horaires
 U13F	BC MAUREPAS - 2	EN - CTC PLAINE DE VERSAILLES - AS FONTENAY LE FLEURY	GYMNASE MALMEDONNE 1	11/02/2023 16h00
 U13	U13M1	AS FONTENAY LE FLEURY - 1	US CONFLANS STE HONORINE B	11/02/2023 17h30
 U13	U13M2	AS FONTENAY LE FLEURY - 2	BC PORTE ILE DE FRANCE	11/02/2023 15h45
 U15	U15M2	AS FONTENAY LE FLEURY - 2	MONTESSON BASKET CLUB	11/02/2023 14h15
 U20	U20M	AS FONTENAY LE FLEURY	BC PORTE ILE DE FRANCE	12/02/2023 10h30

En avant le basket féminin !

- Match senior filles de championnat régional dimanche 12 février à Fontenay

Dans le cadre de la promotion du basket féminin à Fontenay, nous aurons le plaisir de recevoir un match sénior de championnat **dimanche 12 février à 15h30**. Le match opposera les équipes de Montigny-le-Bretonneux à Verneuil dans le cadre du championnat pré-régional. Les 2 équipes sont en lice pour obtenir l'unique ticket pour le championnat régional la saison prochaine. Nous vous invitons à venir assister à cet événement qui sera aussi l'occasion de voir évoluer une ancienne joueuse du club, Manon Jégou qui joue désormais à Montigny-le-Bretonneux.

