

JOURNAL DE LA SEMAINE CUGNALAISE

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

LA GAZETTE DE LA JSC



Le weekend dernier a été très compliqué pour nos équipes de jeunes qui se sont toutes inclinées à l'exception des U15F d'Olga.

Ce weekend était également marqué par la reprise des championnats seniors. Et là, c'est un quatre à la suite, un sans-faute, un grand chelem réalisé par les filles et les garçons !

Vous retrouverez tous les résultats à la page suivante.

Les **SF1** affrontent ce soir Gralentour dans le cadre de la coupe de la Garonne. Le match est à **21h00** au **Cugnaux Dôme**. Venez nombreux les encourager !

Très bonne lecture à toutes et à tous !!

JOURNAL DE LA SEMAINE CUGNALAISE

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

Resultats du weekend



RESULTATS 03-04 OCTOBRE



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



J.S. Cugnaux Basket

U11M Olga	CUGNAUX	Racing Portet Basket	JEAN BOUIN	22-oct
U13F Mathieu brassages région	UA Laloubère-1	CTC Roquettes/Pinsaguel	Gymnase Municipal Avenue des sports 65310 Laloubere	30 - 29
	CTC Roquettes/Pinsaguel	CUGNAUX		
	UA Laloubère-1	CUGNAUX		
U13M-1 Loïc et Albert brassages région	CUGNAUX	Union Gascogne-1	JEAN BOUIN	43 - 13
	Union Gascogne-1	St Lys O		46 - 13
	CUGNAUX	St Lys O		28 - 35
U13M-2 Ludo L. brassages région	AS St Gaudens BC	Séméac O	Gymnase Jacques Ferjoux (face gare)	28 - 14
	Séméac O	CUGNAUX		
	AS St Gaudens BC	CUGNAUX		
U15F Olga brassages région	BC Mauvezinois-1	CUGNAUX	Salle Polyvalente route d' Auch 32120 Mauvezin	14 - 31
	CUGNAUX	SA Jegunois		25 - 28
	BC Mauvezinois-1	SA Jegunois		
U15F EN Pascale brassages région	EN Frouzins/Cugnaux	Auch-2	MICHEL JAZY	22 - 24
	Auch-2	TGB-2		28 - 45
	EN Frouzins/Cugnaux	TGB-2		5 - 36
U17M1 Loric & Philippe brassages région	IE CTC Roquettes-	Séméac O	Complexe sportif Dominique Provost	38 - 30
	Séméac O	CUGNAUX		
	IE CTC Roquettes- Pinsaguel	CUGNAUX		
U17M2 Maud brassages région	BC Ossunois	CUGNAUX	Salle polyvalente rue Voltaire 65380 Ossun	24 - 22
	CUGNAUX	AS Labarthe sur lèze		24 - 38
	BC Ossunois	AS Labarthe sur lèze		
SG 2 Mathieu Region 1	CUGNAUX	SAINT GIRONS BASKET CLUB	JEAN BOUIN	78 - 64
SG 1 Gilles Pre National	CUGNAUX	US RAMONVILLE BASKET	JEAN BOUIN	68 - 64
U15M François Brassage IR	CUGNAUX	OUEST TOULOUSAIN BASKET - 1	JEAN BOUIN	55 - 95
SF 2 Ludivine Region 2	SA CAUSSADE	CUGNAUX	Rue Jean Moulin 82300 Caussade	55 - 62
SF 1 Nadir & Kevin Region 1	ASTRO BASKET CLUB	CUGNAUX	26 impasse Barthe 31200 Toulouse	32 - 63

Samedi

Dimanche



JOURNAL DE LA SEMAINE CUGNALAISE

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

Horaires des matches à venir



MATCHS 07-10-11 OCTOBRE



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



J.S. Cugnaux Basket

SF1 Nadir & Kevin Coupe Garonne	CUGNAUX	GRATENTOUR	JEAN BOUIN	07/10 21H	Mercredi
U11F Pascale et Pierre	TCMS	CUGNAUX	Gymnase Soupetard rue de la Solidarité 31500 TOULOUSE	10H30	
U11M Olga	CUGNAUX	OUEST TOULOUSAIN BASKET - 3	JEAN BOUIN	10H	
U13F Mathieu brassages région	SA Caussade	CUGNAUX	Caussade	A venir	
	CUGNAUX	Aveyron Lot BA		A venir	
	SA Caussade	Aveyron Lot BA		A venir	
U13M-1 Loïc et Albert brassages région	US Colomiers-2	SA Jegunois	Gymnase Piquemal 15 rue Alfred de Vigny	13h00	
	SA Jegunois	CUGNAUX		14h30	
	US Colomiers-2	CUGNAUX		16h00	
U13M-2 Ludo L. brassages département	CUGNAUX	TOAC 2	LEO LAGRANGE	14H	
U15F Olga brassages région	CUGNAUX	Rignac BC	JEAN BOUIN	13H	
	Rignac BC	UO Pamiers		14H30	
	CUGNAUX	UO Pamiers		16H	
U15F EN Pascale brassages département	COQUELICOT LEZATOIS	EN FROUZINS/CUGNAUX	Salle Georges pédoussaut 09210 Lézat	16h45	
U17M1 Loric & Philippe brassages région	IE SET US Ramonville	CUGNAUX	GYMNASE AV KARBEN KARBEN 31520 RAMONVILLE	12h30	
	CUGNAUX	Vacquiers BB		14h	
	IE SET US Ramonville	Vacquiers BB		15h15	
U17M2 Maud brassages Département	CUGNAUX	RACING PORTET B	MICHEL JAZY	13H	
	RACING PORTET B	COLOMIERS 2		14H30	
	COLOMIERS 2	CUGNAUX		16H	
SG 2 Mathieu Region 1	COQUELICOT LEZATOIS -	CUGNAUX	ROUTE DE CASTAGNAC 09210 LEZAT	20h	
SG 1 Gilles Pre National	UNION TARBES Lourdes PYRENEES BASKET -	CUGNAUX	27 Chemin de LANNEDARRE 65100 LOURDES	20h	
U15M François Brassage IR	BASKET CLUB OSSUNOIS	CUGNAUX	Rue Voltaire 65380 Ossun	13h00	
SF 2 Ludvine Region 2	CUGNAUX	BASKET CLUB CUNAC LESCURE - 2	JEAN BOUIN	13h	
SF 1 Nadir & Kevin Region 1	CUGNAUX	BASKET CLUB CUNAC LESCURE - 1	JEAN BOUIN	15h30	

Samedi

Dimanche



JOURNAL DE LA SEMAINE CUGNALAISE

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

CENTRE DE PERFECTIONNEMENT



AVIS AUX JOEUSES ET JOUEURS DE LA JSC BASKET

Le **centre de perfectionnement** ouvre ses portes **vendredi 2 Octobre 2015 à 18 h.**
à la salle Michel Jazy (lycée de Cugnaux)

De quoi s'agit-il ?

C'est une opportunité ouverte à toutes et tous de progresser plus rapidement dans l'apprentissage ou le perfectionnement des fondamentaux de votre sport préféré, quelque soit votre âge et votre niveau de pratique.

Il se déroulera cette saison tous les **vendredis de 18 h. à 19 h. 45 à la salle Michel Jazy** (à côté du lycée de Cugnaux) qui est parfaitement adaptée à l'activité avec ses 8 paniers de basket, dont 6 pouvant être mis en configuration mini basket.

Vous serez accueillis par **3 entraîneurs** ou joueurs seniors de la JSC. Il y aura **3 thèmes « fondamentaux individuels »** distincts définis chaque vendredi. Les participants seront répartis en **3 groupes selon leur niveau de basket du moment**, et non par catégorie d'âge comme pour les entraînements. Chaque groupe passera une demi-heure sur chaque thème, dirigée par un des 3 animateurs qui adaptera au groupe entraîné le niveau de ses exercices et exigences.

Ainsi, à chaque séance, chaque enfant pratiquera les 3 thèmes et rencontrera chacun des 3 animateurs.

Conditions de participation

Le « perf » est ouvert à tous les licencié(e)s et contribue ainsi à créer **une dynamique de club transversale et conviviale** enfants /parents/coachs en plus de celle de votre équipe ; ne soyez pas craintifs de vous retrouver avec des plus jeunes ou des plus âgés ; il n'y a aucune évaluation de performance.

Vous n'êtes pas forcés d'assister à tout le centre de perf si vous avez des contraintes quelconques : vous arrivez et repartez quand vous voulez, à la limite près de participer au minimum une heure.

Nous vous invitons à participer à cette activité qui a fait ses preuves par le passé : parlez-en au coach de votre équipe, il y a sûrement participé en tant que joueur et/ou animateur.

A vendredi donc

Pour tout renseignement complémentaire, n'hésitez pas à contacter Jean Yves Pouillard (ajy.pouillard@orange.fr)



JOURNAL DE LA SEMAINE CUGNALAISE

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



PAROLES DE COACHES

U13M2 : matches de brassage face à Saint Gaudens et Séméac Olympique

Déplacement des U13M2 pour leur triangulaire à St Gaudens.

1er match contre Séméac, équipe à notre niveau 4-4 au 1er quart temps et 10-6 à la mi temps. Tout va bien, on défend bien mais pas trop de réussite. On craque un peu en 2eme mi temps et on finit a 28-14 pour Séméac, pas assez d'attaque vers le cercle.

2ème match de la triangulaire, contre une équipe de St Gaudens du même niveau que l'union Gascogne qui n'ont eu aucune pitié, en faisant une presse tout terrain tout le match avec un jeu très physique . A 30-0 le match est arrêté au niveau du score.

Coach Ludo

JOURNAL DE LA SEMAINE CUGNALAISE

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

ANNONCE CUGNALAISE



Rendez-vous aujourd'hui au Cugnaux dôme, pour supporter notre équipe **SF1** qui affrontera l'équipe de Gratentour. Une équipe qui évolue en promo excellence département, nous aurons donc un handicap de 20 points à rattraper !

JOURNAL DE LA SEMAINE CUGNALAISE

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

ANNONCE CUGNALAISE

Offre de notre partenaire Tutti Pizza :

Attention :

Les doubles des licences vont vous être distribués sous peu, si ce n'est pas déjà fait.

Offre valable du 19/09/2015 au 31/12/2015
sur présentation de la licence du club



**1 PIZZA
ACHETÉE = 1 PIZZA
OFFERTE**

11 rue du pré vicinal
CUGNAUX tel : 05.62.20.03.00



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