



VOTRE NEWSLETTER  
FEVRIER/MARS  
2023



# CLUTCH TIME

➤ *À la une* mais aussi  
*pleins de bonus et nouveautés!*

- FOCUS SUR LES US ET LA NM2
- PORTRAITS BENEVOLES
- NOS JEUNES EN SELECTION
- CHALLENGE BENJAMIN
- PLATEAU BABY BASKET
- LA COUPE DE FRANCE
- LE COACH VU PAR SES JOUEURS
- QUE SONT ILS DEVENUS ?
- A VOS AGENDAS



## Le mot de l'entraîneur



**Cette saison a été mis en place une nouvelle catégorie les U5. Un groupe de 8 micro-basqueteurs âgés entre 3 et 5ans on pu démarrer cette nouvelle activité tous les mercredi matin. Le but est de développer dans un premier temps les aptitudes psycho-moteurs des enfants en intégrant du ludique dans les séances.**

**Nous essayons également de leur apprendre les fondamentaux individuels des jeunes basqueteurs en travaillant notamment sur le dribble, le tir mais aussi et depuis peu, le travail du double pas dans un but d'arriver en U7 avec des bases individuelles.**

**Nous voyons dors-et-déjà une belle évolution depuis le début sur le basiques tels que la course, le dribble et même le tir!  
Les enfants sont travailleurs et on soif d'apprendre malgré leur très jeune âge!**



*Kylian*





FOCUS SUR LA NM2

**1er ex aequo du championnat, après avoir gardé la tête de la poule pendant de nombreuses journées , peux tu nous faire un point à mi-parcours?**

**Le mois de février a été compliqué car nous avons du enchaîner 3 gros matchs. La défaite d'Avignon nous a fait mal car le match était à notre portée et il nous échappe sur la fin pour des détails qui ne pardonnent pas à ce niveau.**

**On a ensuite enchaîné des défaites qui ont permis à nos poursuivants de revenir au classement.**

**On a su sortir de cette spirale négative à Goli, dans une salle où il n'est jamais évident de s'imposer.**

**A présent comment envisages-tu la suite du championnat?**

**On va se concentrer sur nous afin de retrouver cette enthousiasme sur le terrain qui fait notre force.**

**Notre objectif est de rester accroché aux premières places synonyme de playoffs. Le chemin sera difficile mais pas impossible!**

**Ce groupe le mérite et il va s'accrocher !**

*Le mot du coach*

Jérémy







*Patricia  
Bonhomme  
« Patou »*

J'ai joué à l'espérance quand j'étais plus jeune puis je suis arrivée à La Pontoise il y a une quinzaine d'années en tant que spectatrice dans les gradins des équipes de mes trois neveux! Puis petit à petit je me suis investit en tant que bénévole et aujourd'hui je fais parti du bureau mais également responsable N2 section buvette.

*« Les spectateurs dans les gradins vivent l'instant en respectant le jeu, les arbitres mais aussi les infrastructures. »*



*Violaine  
Villard*

Basketteuse depuis mes 6 ans, je me suis baladé dans de nombreux Clubs du Coteau à fraisses notamment en passant par le Case. J'ai découvert le sport de haut niveau (NF2 NF3), les selections, mais aussi les moments difficiles de tous les sportifs (blessures et opérations...).

Nous sommes arrivés à St Just St Rambert en 2019 et j'ai décidé cette même année de faire une pause basket jusqu'à l'arrivée de Gaspard (10ans) et Tom (6ans) au club... A ma plus grande joie eux aussi piqué par le «virus basket»!

J'ai alors commencé à depanner au coaching jusqu'à cette saison où j'ai mon équipe U11M2 et malgré mon exigence lié à mon expérience c'est un réel plaisir de coacher ces petits gars! J'aide également sur les entraînements dès que possible. Ce club de la Pontoise a su garder un esprit familial tout en ayant un grand niveau de formation des jeunes grâce entre autres, à l'équipe salariales Kyk, Clem, Johan, Geoffroy mais aussi Steph à la fois exigeants et proches des enfants. Même s'il manque des encores des éléments essentiels pour devenir un grand club, la Pontoise a tout pour continuer de progresser et révéler de futurs grands basketteurs et j'essayerais de m'investir au max pour ce projet.



# U13F

FELICITATIONS A LAURA  
ET NOELIA QUI IRONT AU  
PROCHAIN TOUR LE 12 MARS.



Lors du deuxième rassemblement de la sélection de la Loire, 6 de nos U13F étaient présentes parmi les 40 sélectionnées. Au prochain rassemblement elles ne seront plus que 27. Un grand bravo à toutes!

## Le mot du coach

JOHAN

## Le mot du coach

STEPHANE

Une nouvelle fois cette saison La Pontoise ULR basket est bien représentée lors des rassemblements des sélections de la Loire pour les générations 2011. Les garçons lors de la deuxième journée étaient encore 8 pour défendre les couleurs de notre Club et essayer de porter le maillots de notre comité.

Nous espérons que certains d'entre eux participeront au tournoi de Montbrison et même mieux accèdent au tournoi des étoiles qui se déroulera au mois de décembre prochain.

On leur souhaite bonne chance et le meilleur pour la suite.

FELICITATIONS A MAEVAN, ALOIS,  
TOM, HUGO, FERDINAND ET  
BAPTISTE QUI IRONT AU PROCHAIN  
TOUR LE 12 MARS.



\* absent de la photo : Maxence C.

# U13M

NOS JEUNES EN SELECTION



# LE CHALLENGE BENJAMIN



Le 12 février dernier a eu lieu la finale départementale du Challenge Benjamin à Veauche.

8 de nos jeunes U13M/F étaient qualifiés et ont pu participer:

Parmi eux, Baptiste, Hugo, Noah, Maxence, Bastien, Simon, Lise et Eva ont réalisés chacun une belle prestation!

Félicitation à **Bastien MONCHAMP** qui fini premier et qui participera à la finale régionale le 19 mars !

## *L'interview de Bastien*

**Explique nous ton surnom de «Torche Humaine»?**

On m'appelle comme ça parce que j'ai gagné 2 fois le concours de shoots à 3 points pendant les camps du club. J'étais «en feu»! Pour la finale départementale du Challenge Benjamin, je ne me suis pas prit la tête, ni mis la pression. Une bonne nuit de sommeil et le jour J beaucoup de motivations et d'envie, ça a payé et je suis content!

Je suis fier de représenter la Loire et mon club de 19 mars lors de la finale régionale. Je vais partir au Challenge confiant, motivé et tout donner!!!

**BONNE CHANCE BASTIEN!**

*«Bastien Alias  
La Torche Humaine»*







**Le dimanche 19 février notre club a organisé un plateau pour nos baby basketeurs au gymnase des Unchat. C'est environ 80 enfants qui ont participé cette après-midi là. Nos U5 et U7 ont pu affronter plusieurs autres clubs de la Loire soit dans des matchs soit en réalisant un travail de dextérité. Merci à tous les organisateurs, parents et clubs présents ce jour là pour votre investissement.**

**PASCAL DUMONTET**



**LE PLATEAU BABY BASKET**



# LA COUPE DE FRANCE



Le début d'année est synonyme de match de coupes pour nos équipes. A commencer par la coupe de France, notre **NM2** s'était imposée en réalisant un match de grande qualité à Lons le Saunier (1er ex aequo de la poule D) pour le compte des 16ème de finale. Malheureusement les espoirs de remporter la Coupe à Bercy se sont envolés...dans une ambiance de feu à la bonbonnière notre équipe s'est inclinée d'un point face à Beaujolais. Nos U17 se sont eux inclinés face à une très belle équipe de Bourg en Bresse en 1/16ème de finale, large défaite 68 à 109.

La **PNM** se qualifie pour de dernier carré de la coupe de la Loire où ils affronteront Belmont (R2) le 22 avril prochain après avoir éliminé Jarnossin (D3) puis le Coteau (R3) notre équipe s'est imposé en 1/4 de finale à Lorette (D2) dans un match difficile avec un déficit de 25 points en début de rencontre. Les gars ont réalisés un match sérieux leur permettant de s'imposer 75 à 89. Le parcours s'est arrêté un peu plus tôt pour notre **PNF** en 1/8 ème de finale qui n'ont pas pu remonter les 20 points d'écart face à Crémeaux BC 85 à 74.

Nos équipes jeunes sont elles aussi rentrées en lice. Les 1/4 de finales se déroulaient sous forme de plateau (2 matchs par équipes). Les **U13M2**, **U15M2** et **U13F2** ont tirés leur épingle du jeu en se qualifiant pour les 1/2 finales toujours sous forme de plateau qui aura lieu prochainement. Enfin en coupe Duverger la **DF3** s'est inclinée en 1/4 de finale face au Cergne 52 à 54. Et nos **U20** ont battu Veauche en 1/4 de finale 81 à 41.







*Aaron*  
**U15M3**

**KYLIAN CROZEMARIE**



*Lucas*  
**U9M1**

**QUELLES SONT LES QUALITES DE TON ENTRAINEUR?**

« C'est un bon coach qui prend le temps de nous expliquer, gentil et à l'écoute. »

**QUELLE EST LA PHRASE QUI REVIENT LE PLUS SOUVENT?**

« Poser les ballons ou tout le monde ligne de fond! »

**CE QUE TU AIMES LE MOINS CHEZ TON COACH?**

« Sa voiture! »

**QUELLES SONT LES QUALITES DE TON ENTRAINEUR?**

« Il est drôle et gentil.»

**QUELLE EST LA PHRASE QUI REVIENT LE PLUS SOUVENT?**

« Je vais les tuer!!! »

**CE QUE TU AIMES LE MOINS CHEZ TON COACH?**

« Ses entraînements militaires!! »

**LE COACH VU PAR SES JOUEURS**



« La vie c'est pas un kinder!! »

# Anas EL ARABI

NE LE  
15/10  
1994  
1M84



QUE SONT ILS DEVENUS ?



« J'ai commencé le basket à l'âge de 14 ans pour suivre des amis qui en faisaient déjà. J'ai fait toutes mes catégories jeunes au club de Coulommiers à jouer en département. Arrivé en cadet, j'ai eu l'opportunité de jouer à plusieurs reprises avec l'équipe 1 en N3. L'année suivante j'intègre officiellement le groupe N3! Cette même année, suite à une défaite d'un adversaire direct sur la dernière journée on fini 1er et on valide notre ticket pour la N2.

On se maintien en N2 et je décide donc d'aller voir comment ça se passe dans les autres clubs, je vais à Malakoff en N3 puis Reuil avec la pré-nat et la N1 et j'atterris enfin à La Pontoise! 4 saisons à La Pontoise avec à la clef une montée en N2!

J'y ai rencontré des bénévoles, supporters et coéquipiers admirables, tous à supporter le club!

Après La Pontoise, voulant reprendre et finir mon diplôme d'Expertise Comptable pour laquelle il me reste 2 années, je suis remonté dans la régio parisienne, je travaille actuellement pour un cabinet d'expertise comptable stéphanois mais je gère la partie parisienne. A côté je joue toujours au basket dans mon club initial à Coulommiers en N3 et je me suis marié en 2022!»

« J'ai vu plusieurs match de la pontoise à l'extérieur cette saison et j'ai hâte de venir les voir à la bonbonnière! »





**NOUBLIEZ PAS DE TENTER VOTRE CHANCE LORS DU PROCHAIN MATCH A DOMICILE!**



**LE CAMP DE BASKET DE LA PONTOISE DU 17 AU 21 AVRIL. AU PROGRAMME DU BASKET ET DES ACTIVITES!**



**LA FINALE REGIONALE DU CHALLENGE BENJAMIN LE 19 MARS A VEAUCHE**

**TOURNOIS DE PAQUES**

**7, 8 & 9 AVRIL 2023**

**Complexe sportif de Beauregard MONTBRISON**

**NOS U13M1 ONT SONT INVITES AU TOURNOI INTERNATIONAL DE PAQUES ORGANISE PAR LE CLUB DE MONTBRISON LES 7, 8 ET 9 AVRIL**

**A VOS AGENDAS !**





*L'interview de Bastien par Tom & Maëvan*

**Tom & Maëvan: Quel est ton surnom?**

**Bastien:** Principalement c'est Baba!

**T&M: Racontez nous ton parcours Basket**

**B:** J'ai commencé à 4 ans à Roche La Molière, j'y ai joué longtemps puis je suis parti à La Pontoise en minimes France, puis toujours à La Pontoise en Cadet Région puis l'union Andrézieux l'UPAB, puis Andrézieux N2 et 3 saisons de N1 puis je suis revenu à La Pontoise en N2.

**T&M: Quels sont les entraîneurs qui t'ont marqués?**

**B:** Déjà Stéphane Neri! Je le regardais jouer quand j'avais 12/13 ans aujourd'hui je joue avec lui depuis un moment et mine de rien malgré ses gueulantes Jérémy Vial, il n'y en a pas d'autres comme lui!!

**T&M: Quelles sont tes ambitions personnelles et collectives?**

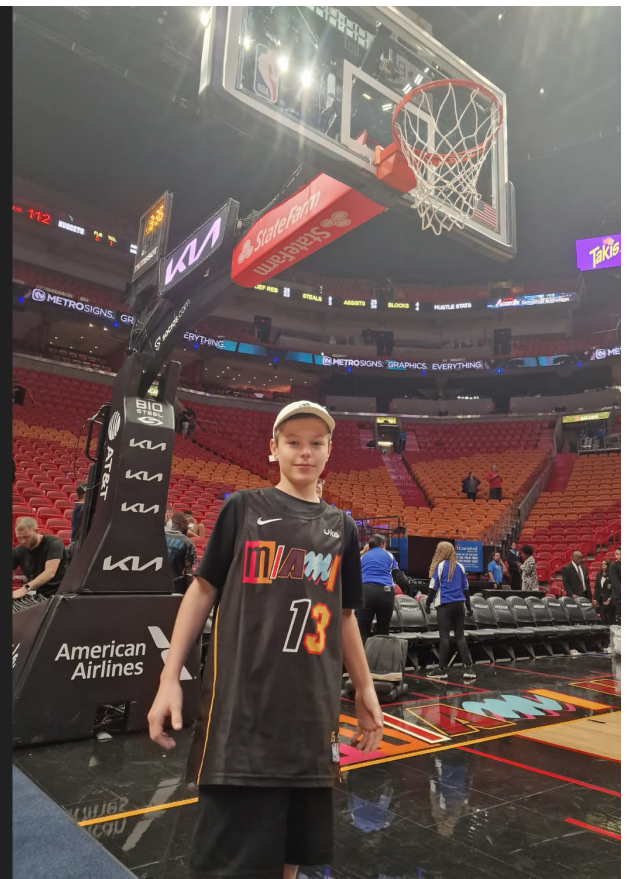
**B:** On est déjà bien où on est mais le but est d'aller le plus loin possible et d'atteindre les playoffs mais surtout remplir la bonbonnière pour des finales!

**T&M: Que fais tu en dehors du basket?**

**B:** Je travaille je suis osthéo.

**T&M: Le mot de la fin?**

**B:** Etre de plus en plus nombreux dans la salle et faire chauffer la bonbonnière pour la fin de saison et nous donner l'envie d'être les meilleurs possible.



**Lors de ses vacances à MIAMI, notre jeune U13M1, Louis a été mis à l'honneur dans la mythique Arena des HEAT!!!**







Hugo  
Carné

QUI EST LE PLUS MAUVAIS PERDANT/  
RAGEUX?

*Moi je pense!*

QUI EST LE MOINS PONCTUEL?

*Maël et Matt*

QUI EST LE PLUS FETARD?

*Den's!*

QUI EST LE PLUS CHAMBREUR?

*Kyk!*

QUI EST LE PLUS FORT A LA MUSCU?  
ET LE MOINS FORT?

*le plus fort Den's et*

*le moins fort Aymeric*

*(Aymeric le seul muscle qu'il  
travaille c'est sa langue!)*

QUI EST LE PLUS CLUTCH?

*Lucas et Johan*

QUI EST LE MEILLEUR DEFENSEUR?

*moi-même!*

QUI EST LE PLUS GROS CROQUEUR?

*Lucas*

QUI EST LE PLUS CHIANT A  
L'ENTRAINEMENT?

*Johan ou moi*

QUI A LE PLUS DE FLOW?

*Le coach!*

QUI A LA MOINS DE FLOW?

*Gauthier*

QUI EST LE PLUS TRICHEUR?

*Kyk!*

QUI EST LE PLUS ADROIT?

*Lucas*

QUI A LE PLUS DE JUS?

*Matt (j'aurais pu aussi dire  
Lucas mais lui le jus il le boit!)*

PNM

TRASH TALK TON EQUIPE!



# LE STAGE DE FEVRIER



**Nous avons vécu une belle semaine de stage, où les jeunes ont pu allier basket et détente via des activités toujours bien choisies par les coachs!**

**Les sourires et la sueur ont été au RDV, donc hâte de tous les retrouver très prochainement pour la session d'avril avec encore plus de surprises et un All Star Game de haut vol!**  
**FELICITATION A BAPTISTE TORTA MVP DU ALL STAR GAME**

**GEOFFROY PAGIS**

*Baptiste Torta* **MVP**





~~Dunk ou~~  
~~CONTRE ?~~ ça me chauffe plus !

~~Triple double~~  
~~OU 50 PTS ?~~

~~Tou à 3~~ Pour chamber Stéphi!  
~~OU CROSS ?~~



# Questions-réponses AVEC ISSA

Mbappé ou ~~ZIDANE~~ ?

Kobe ou ~~JORDAN~~ ?

Passé ou ~~FUTUR~~ ?

Le fond ou ~~LA FORME~~ ? Evidemment!

Coach Pop ou ~~COACH K~~ ?

St Just ou ~~ST RAMBERT~~ ?

Maillot rouge ou ~~MAILLOT BLANC~~ ?

~~Xbox ou PLAYSTATION~~ ? Je ne sais même pas tenir une manette!!

~~Pizza ou BURGER~~ ?

~~FIFA ou NBA2K~~ ?

Donovan Mitchell ou ~~LUKA DONCIC~~ ?

Jeans ou ~~JOGGING~~ ? Et tous les jours!

~~Instagram~~ ou ~~TWITTER~~ ?

NBA ou ~~EUROLEAGUE~~ ?

# BONUS...!





# CLUTCH TIME



Jenny **NERI**