LA GAZETTE DU NDB

Février 2026



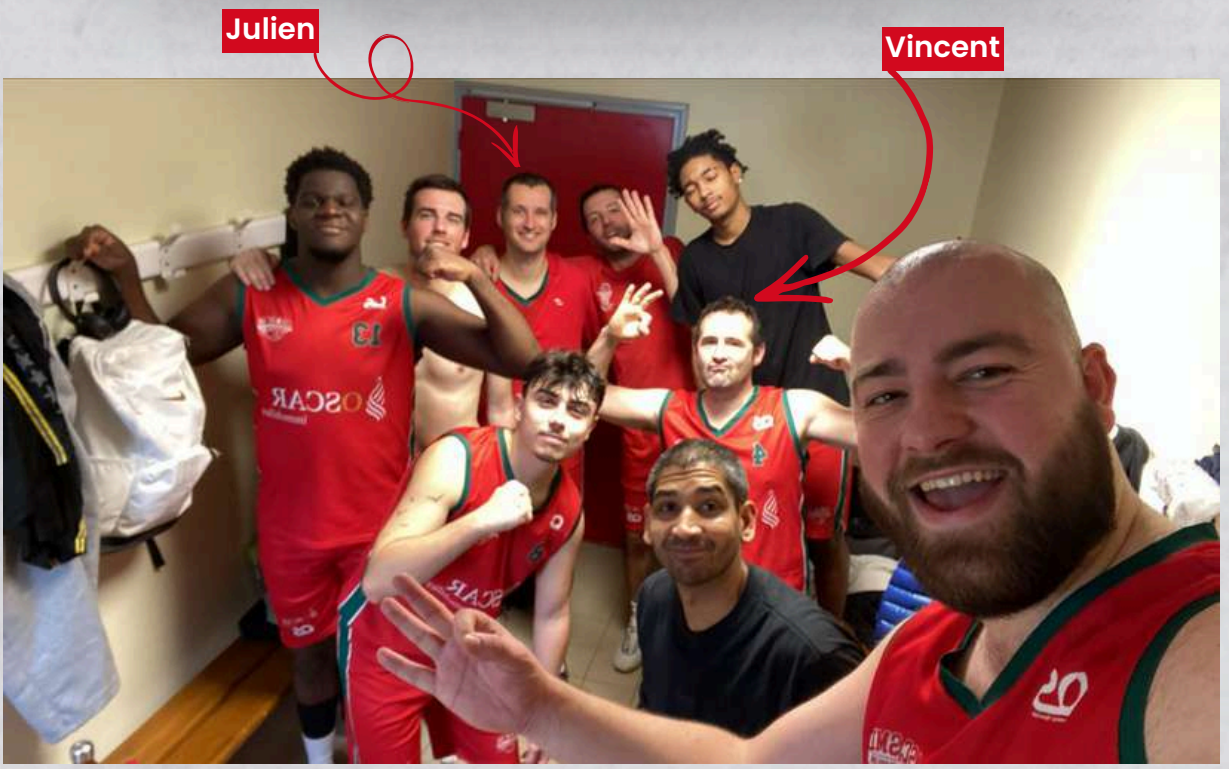
SAISON 25-26

Flashback sur ce mois de Janvier

Nos loisirs viennent prêter main forte à nos seniors

Les SM3 étaient ricrac en effectif pour aller jouer contre AS La Madeleine Guérande. Ils ont demandé du renfort chez les Loisirs qui ont répondu “présents” pour venir renforcer l’équipe.
Vincent et Julien ont enfilé leurs maillots et leurs chaussures pour manger du Guérandais. Ils ne sont pas repartis avec la victoire, mais nous sommes plus que contents d’avoir pu les voir rejoindre la team pour ce match.

Merci à tous les deux !



Des gaufres et encore des gaufres

Elles ont fait fureur ! Vous les adorez toujours autant ! Nature, sucre ou nutella, nos gaufres faites maison vous ont régaler le weekend avant la trêve.



La formation continue pour nos jeunes

Toujours aussi assidus, nos U13 & U15 poursuivent leur formation d'arbitrage avec les arbitres officiels du club (Aïssatou, Margot, Mévène et Lounys). Gestuelle, cas pratique, puis application en condition réelle sur de petits matchs.
Bye bye la panique lors des désignations ! Ils sont prêts à encadrer les futurs matchs.

Merci à nos arbitres officiels et à Jeremy pour l'organisation.






Chez les seniors filles, ça aime la cohésion

Qui dit vacances, dit cohésion ! Le 14 février, les SF1 et SF2 se sont retrouvées (pas pour fêter la St Valentin, non non) pour une soirée cohésion.
Au programme :

- Manger dans un petit resto'
- Attendre (beaucoup d'attente pour avoir les plats et les desserts)
- Danser avec une petite sortie festive pour les plus motivées.

Bienvenue chez les seniors filles.





Petite pensée pour Aubérie



Tournoi 3x3 avec nos seniors

Dimanche 15 février, certains seniors garçons et filles se sont donnés rendez-vous pour participer à un tournoi 3x3.
La pluie ne les a pas arrêtés, ni la fatigue du lendemain de soirée !
Rendez-vous 12h pour nos deux équipes :

- chez les garçons Louan, Noé, Merwan et Florentin
- chez les filles Sarah, Camille, Angélina, (Em)Manue(lle) et Agnès.

Petit topo sur les résultats.
Les garçons ont tout donné sur les 4 matchs et repartent avec 3 victoires.
Les filles ont gardé la même énergie sur les 6 matchs pour repartir avec un sans-faute = 6 victoires.
Les deux équipes n'ont rien laché, de beaux matchs à regarder.

Merci aux supporters qui ont fait le déplacement !







Un stage d'hiver, avec du fun et du travail

Les jeunes du NDB ont pu profiter de ces vacances pour perfectionner leur technique basketballistique, tout en s'amusant. Mécanique de shoot, tir en course et tir extérieur, supervisé par Jérémy, Florentin et Julien et des jeunes coachs bénévoles ! Retour en images !

Retour de Jérémy

Stage de février – Viser plus haut, ensemble

Pendant les vacances, les jeunes U13 et U15 du Nantes Doulon Basket ont vécu une semaine intense, rythmée par le travail, la progression et le plaisir partagé.

Thématique : le tir extérieur
Avec un défi ambitieux — 300 tirs minimum par jour et par joueur — chacun a repoussé ses limites. Mécanique de tir, équilibre, coordination, lecture de jeu : chaque détail a compté.

Les matinées étaient dédiées au perfectionnement technique ; les après-midis à la mise en situation réelle. Car bien tirer, c'est important — tirer juste, au bon moment et sous pression, c'est essentiel.

Des valeurs fortes :
Dépassement de soi, esprit critique et esprit d'équipe ont marqué le stage. Engagement, concentration et sourires ont illustré la belle dynamique du groupe.

Merci à Florentin pour son aide et ses mini-jeux quotidiens, très attendus par les jeunes.

Bravo à tous les participants pour leur énergie et leur investissement. Le travail continue — rendez-vous au prochain stage !









Retour de Florentin

Le stage des vacances était principalement axé sur le tir, une phase essentielle et décisive du jeu. Même si ce n'est pas l'aspect que je préfère le plus travailler, il est primordial de le développer. Ce travail spécifique a déjà porté ses fruits avec les U15 filles, en nous aidant à gagner plusieurs matchs cette saison. Il est donc très positif de continuer à progresser dans cet axe.

Le stage reste aussi un moment important où tout le monde prend du plaisir, partage de bons moments et progresse ensemble, aussi bien individuellement que collectivement.

Retour de Julien

Lay Up, Main Faible, mécanique de shoot et Concours

Globalement, mon ressenti est plutôt positif. J'ai trouvé qu'il y avait un bon équilibre entre le travail et le plaisir, ce qui permet de progresser tout en gardant une bonne ambiance. L'objectif est d'essayer de s'adapter au maximum à chacun, quel que soit son niveau, afin que tout le monde puisse se sentir à l'aise et impliqué. L'idée est aussi de donner envie aux participants de revenir, de continuer à s'entraîner et surtout de progresser au fil du temps, dans un cadre motivant et agréable.









Pas de repos pour certaines et certains

Qui dit vacances d'hiver dit ski ou dodo plus tôt les soirs !
Chez les filles motivées, elles ont pu faire un match avec les deux équipes mélangées ainsi que quelques U18 filles et les coachs. On enfile les chasubles, musique et c'est parti !

Chez les gars, ils ont melangé les 3 équipes pour eux aussi se faire un p'tit match sympa !








Noé meneur


Noé shooteur


Noé moins sa cheville


Noé remplacé !
Un peu de repos et il sera très vite de retour parmis nous <3

Tirons le portrait à nos licenciés

MAHALIA LE MOIGNE



Mahalia, comment es-tu arrivée à Doulon ?

"Quand j'étais petite, je jouais tout le temps au foot dans le salon avec mon papa, donc j'étais plus intéressée par le foot. Mais en 2022, on est allé à Los Angeles avec mes parents et un copain de mon papa (tonton Froggy !) m'a offert un ballon de basket. Quand on est rentré à Nantes, mes parents m'ont amenée jouer sur l'arbre à paniers de l'île de Nantes et j'ai tout de suite adoré. Ensuite, l'année de mes 6 ans (en 2023), je leur ai demandé de m'inscrire au basket. Ils ont cherché le club le plus proche sur internet et ils m'ont inscrite à la SMD."

Qu'est ce que tu préfères au basket ?

"J'adore le basket parce que ça me permet de me défouler.J'adore surtout dribbler et faire des shoots. Et comme on va souvent voir des matchs de l'Hermine ou des séniors du NDB et qu'on regarde beaucoup de matchs de NBA (j'adore ShaiGilgeous-Alexander !), ça me donne encore plus envie de jouer."

Qu'est ce que tu aimes au NDB ?

"J'adore retrouver mes copines à chaque entraînement et pour les matchs. On s'entend très bien et on s'amuse beaucoup. J'aime aussi que les plus grands viennent s'occuper de nous pendant les entraînements et les matchs (surtout nos super coachs Lucie et Léna) parce qu'ils peuvent nous donner des conseils et qu'ils sont très forts ! Et puis j'adore les entraînements de Julien (qui était mon animateur préféré au centre de loisirs avant de commencer le basket) et Jérémy parce qu'ils sont cool, pas trop sévères et qu'ils nous donnent plein de conseils pour progresser"

LYLIAN NEBLAI



Lylian, comment es-tu arrivé à Doulon ?

"*J'avais 5 ans quand je suis arrivé à Doulon. Mes parents m'y ont inscrit car nous cherchions une activité sportive que j'aimais bien. Mon papa regardait souvent du basket à la télévision et j'aimais bien ce sport. En passant aux portes ouvertes de l'association, il y avait le stand du basket. Nous sommes allés nous renseigner et j'ai choisi de m'inscrire. Cela fait 4 ans que je suis au club aujourd'hui.*"

Qu'est ce que tu préfères au basket ?

"*J'aime bien faire des tirs à trois points, des doubles pas, des lay-ups et j'aime bien quand j'ai le ballon. Mais ce que je préfère le plus, c'est marquer des tirs de loin en swish.*"

Qu'est ce que tu aimes au club ?

"*Au NDB, j'aime bien les stages, les entraînements, les matchs du samedi, mais ce que je préfère c'est quand je retrouve mes amis pour faire toutes ces activités.*"

VIANNEY GARNIER



Vianney, comment es-tu arrivé à Doulon ?

"*Parce que j'habite dans le quartier, j'aime bien le basket et c'était le club juste à côté.*"

Qu'est ce que tu préfères au basket ?

"*Les matchs. Et faire l'emarque.*"

Qu'est ce que tu aimes au NDB ?

"*Faire du basket avec mes copains.*"

Zoom sur le championnat de toutes nos équipes

U9 F1
Division 2 (phase 2)

1 Victoire/4

U9 F2
Division 3

2 Victoires/3

U9 M1
Division 2 (phase 2)

2 Victoires/4

U9 M2
Division 3 (phase 2)

0 Victoire/6

U11 F1
Départ' 2 (phase 2)

3e Place/6 — **2 Victoires**/4

U11 F2
Départ' 3 (phase 2)

4e Place/6 — **1 Victoire**/3

U11 M1
Départ' 2 (phase 2)

2e Place/6 — **4 Victoires**/4

U11 M2
Départ' 3 (phase 2)

5e Place/6 *(Exæquo)* — **1 Victoire**/4

U13 F1
Départ' 2 (phase 2)

2e Place/6 *(Exæquo)* — **3 Victoires**/4

U13 F2
Départ' 3 (phase 2)

6e Place/6 — **0 Victoire**/4

U13 M1
Départ' 2 (phase 2)

2e Place/6 *(Exæquo)* — **4 Victoires**/4

U13 M2
Départ' 3 (phase 2)

6e Place/6 — **0 Victoire**/4

Zoom sur le championnat de toutes nos équipes

U15 F1
Élite (phase 2)

1e Place/6 — 4 Victoires/4

U15 F2
Départ' 1 (phase 2)

1e Place/6 — 4 Victoires/4

U15 M1
Élite (phase 2)

1e Place/6 *(Exæquo)* — 3 Victoires/4

U15 M2
Départ' 1 (phase 2)

6e Place/6 — 0 Victoire/4

U15 M3
Départ' 3 (phase 2)

6e Place/6 — 0 Victoire/3

U18 M1
Élite (phase 3)

2e Place/6 *(Exæquo)* — 2 Victoires/4

U18 M2
Élite (phase 3)

6e Place/6 — 0 Victoire/4

U18 F
Élite (phase 3)

1e Place/6 *(Exæquo)* — 3 Victoires/4

SF1
Régionale 3

3e Place/12 — 11 Victoires/15

SF2
Départ' 3 (phase 2)

1e Place/6 — 4 Victoires/4

SM1
Régionale 3

5e Place/12 — 8 Victoires/13

SM2
Départ' 2 (phase 2)

4e Place/6 *(Exæquo)* — 1 Victoire/4

SM3
Départ' 3 (phase 2)

4e Place/6 *(Exæquo)* — 1 Victoire/4

Les dates importantes à marquer dans vos agendas

TOMBOLA
Tirage 26 avril

Elle est relancée !

À vos carnets, on veut en voir dans tout Doulon 🔥

De nombreux lots à la clé.

Participez au challenge du NDB en vendant un maximum de carnets.



NDB'OUTIQUE
9 mars

La boutique du NDB est de nouveau ouverte !
Vous avez jusqu'au 9 mars pour passer vos commandes pour refaire votre stock à nos couleurs.



VIDE GRENIER
31 mai

Il est de retour !
Le vide grenier du NDB arrive pour les beaux jours et idéal pour faire du tri dans vos affaires.

RDV aux abords du Gymnase de doulon et de la maison du quartier pour installer votre stand.

Je réserve un stand

TOURNOI DES FAMILLES (3X3)
31 mai

Réunissez la famille, sortez les baskets et venez montrer qui domine vraiment à la maison !
Ouvert à toutes et tous, des U9 aux seniors, loisirs, licenciés ou non-licenciés, niveau NBA au canapé

Gymnase de doulon

Les anniversaires à célébrer en Mars



MARS 2026

01 *Garance PELLAN (U8)*
Clotilde PELLAN (U8)

03 *Thierno VASSELET (U20)*
Romane DENOUAL (U14)

04 *Julien PINTA (Senior)*

05 *Justine HAMON (Senior)*
Adiene ADJAL (U10)

06 *Mévène PERCHAT (Senior)*

09 *Mael MARCHAND (U14)*

11 *Monique RICHARD (Senior)*
Gisele OUARY (Senior)
Inès RENAUD (Senior)

12 *Manon PROVOST (Senior)*
Louis PRADELOU (U10)
Timothy CHAUTARD (U10)

14 *Clément DESNOYER (Senior)*

15 *Yves GUILMENT (Senior)*
Romain BURGEVIN (Senior)
François PERIO (Senior)

17 *Séverine POUGHON (Senior)*
Amira BOUZID (Senior)
Enzo BLANCHARD (Senior)

19 *Martin BOISNEAU (U11)*
Constance MOUGENOT (U10)

20 *Enora GASPARD (U12)*

21 *Franck NEBLAI (Senior)*
Simon AUBINEAU (Senior)

24 *Myriam MUSTIERE (Senior)*
Julien RIVEREAU (Senior)

25 *Victor CHAZELLE (U14)*

26 *Octave BELLIOT (U8)*

28 *Théo ARNOULD-KERGOSEN (U13)*
Charlotte SIMON (U12)

29 *Jeanne CITRAY (U15)*

30 *Mélanie GALLERAND (Senior)*
Afez BADIROU (Senior)

OSCAR immobilier · SARL CHRISTOPHE Charpente & Ossature bois · BW BOUNCEWEAR · MISP PROPRETÉ & SERVICES · dk PRÉVENTION INCENDIE · whome · SUPER U Nantes Doulon · NMO

ÉDITION
Février 2026

SAISON
25-26