



Editorial

Voici le premier numéro de j'AIME l'athlé. Je m'appelle Thomas, j'ai bientôt 12 ans et je fais de l'athlé depuis le CE1. J'ai passé 4 ans au CNLA avec Sandrine mon entraîneur. Maintenant je suis au GANG. J'aime toutes les disciplines de l'athlétisme et en particulier le saut en longueur. J'ai déjà sauté 4m32 l'année dernière. En ce moment je me repose parce que le 9 mars je me suis fait une entorse du genou ; j'écris donc ce journal pour partager avec vous ma passion. J'espère qu'il vous plaira. J'essaierai de le faire paraître 1 ou 2 fois par mois.

Thomas PICARD

L'actu du GANG

La saison hivernale est terminée.

Eloyse Lesueur est Championne de

France cadette sur 60m en salle. Le GANG prépare les interclubs qui auront lieu le 17 avril pour les filles et le 8 mai pour les hommes. Les enfants n'ont pas encore fait de compétition. Plus d'infos sur www.ganoisy.free.fr

L'actualité mondiale :

Le mois de Mars a été animé par les **Championnats d'Europe en salle** (Du 4 au 6 mars à Madrid ,Espagne)

La France a obtenu 4 médailles grâce à :

- **Ladji Doucouré** (60m haies médaille d'or),

- le relais 4X400m masculin (médaille d'or),

- **Ronald Pognon** (60m médaille de bronze) et

- **Hind Dehiba** (1500m médaille de bronze).



Ce mois de Mars a aussi accueilli les **Championnats du monde de cross country** qui se déroulaient le 19 et le 20 mars à St Galmier (France).

Chez les hommes c'est **Kenenisa Bekele** (Ethiopie) qui c'est imposé sur le cross long et sur le cross court (son 4eme doublé en championnat du monde).

Il a été imité par **Tirunesh Dibaba** (Ethiopie) qui elle aussi

a fait un doublé long et court chez les femmes. Les Français n'ont pas rapporter de médailles.



Le thème du mois : Le Triple Saut

Cette discipline ressemble au saut en longueur. Après une course d'élan assez rapide, il faut faire trois bons.

Le premier bond se fait à cloche pied, le second est une grande enjambée et lorsqu'on fait le troisième, on arrive dans le sable. Il y a une planche d'appel placée beaucoup plus loin qu'au saut en longueur pour qu'on ait la place de faire les trois sauts. Selon les catégories elle est placée plus ou moins loin. Les enfants ne peuvent pas pratiquer ce saut avant la catégorie Benjamin. Il faut beaucoup de coordination pour enchaîner les trois bonds.



Les champion(nes)

Le meilleur triple-sauteur au monde est **Jonathan Edwards** il détient le record du monde depuis 1995, il a pris sa retraite en 2003.

C'est maintenant le jeune **Christian Olsson** la star de la discipline.



Les meilleurs français sont en ce moment Karl Taillepierre et Julien Kapek.

Chez les femmes, **Tatiana Lebedeva** (Russie) est très forte mais sa discipline favorite est le saut en longueur (CH Olympique de saut en longueur à Athènes).

C'est **Françoise M Bango Etone** qui est la plus forte (Carmerounaise qui s'entraîne en France au CA Montreuil) elle a obtenu la médaille d'or à Athènes avec un saut à 15m30.

Les performances

Records du monde :

C'est **Jonathan Edwards** qui



le détient avec 18m29(en 1995).

Chez les femmes c'est **Inessa Kravets** qui a fait un bond à 15m50 en 1995.

Records de France :

C'est **Serge Elan** qui l'a obtenu en 1994 avec un saut à 17m55.

Chez les femmes **Betty Lise** détient le record avec un saut de 14m50 en 1997.

Quizz

Le quizz est inspiré des cartes Athlé Ludo de la LIFA

Question 1 : Où s'effectue la réception du triple saut ?

- A. Dans un bac à sable
- B. Sur la piste
- C. Sur un matelas de mousse

Question 2 : Comment départage-t-on deux athlètes ex æquo au saut en longueur à la fin de la compétition ?

- A. On fait la moyenne de tous les sauts de chacun
- B. On prend en compte le moins bon saut de chacun
- C. On prend en compte le meilleur deuxième saut de chacun

Question 3 : Au triple saut quelle est la trace laissée dans le sable qui sert à mesurer la performance du triple sauteur ?

- A. Celle la plus proche par rapport à la planche d'appel
- B. Celle laissée dans le sable par les pieds du triple sauteur
- C. Celle qui est la plus loin

Question 4 : Au triple saut comment s'appelle la bande de couleur rouge qui est installée sur la planche d'appel et sur laquelle l'athlète ne doit pas "mordre" ?

- A. Le point zéro
- B. La zone d'appel
- C. La plasticine

Question 5 : Au triple saut si l'athlète empiète sur la plasticine que doit dire le juge ?

- A. Manqué
- B. Essai
- C. Zéro

Réponses
1A 2C 3A
4C 5B

Le thème du mois : Le Triple Saut