



## Editorial

**B**onjour. Je publie aujourd'hui le numéro huit de J'aime l'athlé, avec comme d'habitude l'actualité du GANG et les dernières compétitions du club. L'actualité mondiale où nous parlerons des derniers meetings internationaux en salle. Puis il y aura bien sur le thème du mois, qui parlera cette fois ci des relais.

Au revoir et merci d'avoir lu mon journal.

Thomas Picard

## L'actu du GANG

C'est le retour à l'entraînement pour les jeunes après les vacances. Quelques nouvelles compétitions ont eu lieu depuis pour le club:

Pantin pour les jeunes le 28 janvier, mais pas de podium.

Et puis les interrégionaux de Cross où Naïm et Sylvie se sont qualifiés pour les championnats de France.

Ce week-end il y aura les départementaux en salle pour les jeunes (benjamins et minimes).

J'AIME l'Athlé n°8

Date parution 27 février 2006

Rédacteur en chef : Thomas Picard

## L'actualité mondiale

Dans l'actualité mondiale c'est la saison hivernale en salle qui a commencée.

Il y a eue plusieurs meeting internationaux où nos Français ont participé en vue des championnats du monde en salle qui se dérouleront à Moscou (Russie) du 10 au 12 Mars 2006. Voici les principaux meetings où plusieurs Français étaient présents:

### Meeting de Mondeville : (28 Janvier) :

Record de France de la longueur pour **Salim Sdiri** avec 8m27 (ancien record 8m24 le 19 février 2005 à Liévin). Il réalise avec cette performance les minima pour les championnats du monde en salle à Moscou et la meilleure performance mondiale 2006. Trois autres athlètes étaient à Mondeville et ont également réalisé les minima lors de ce meeting : **Jérôme Clavier** qui passe 5m65 à la perche, **Christine Arron**, qui réalise 7"20 sur 60m et **Véronique Mang** avec 7"31 sur 60m également.

### Meeting de Karlsruhe : (29 Janvier) :

Lors de ce meeting, **Bouabdellah Tahri** (3'39"29) et **Hind Dehida** (4'09"90) se sont tous les deux imposés sur 1500m. Ils réalisent les minima pour les Mondiaux. **Florent Lacasse** prend la 4e place du 800m en 1'47"07 et **Driss Maazouzi** réalise lui aussi les minima pour les Mondiaux en prenant la 4e place du 1500m en 3'40"40.

60m Femmes : 8<sup>ème</sup> **Sylviane Félix** 7"54 (7"50 en série) 60m haies Femmes : **Patricia Girard** 8"47 en série.

3000m Hommes : 5<sup>ème</sup> **Mokhtar Benhari** 7'56"08, Vincent Le Dauphin Ab.

Triple Saut Hommes : 7<sup>ème</sup> **Karl Taillepiere** 15m93

### Meeting de Stuttgart: (4 Février) :

6 nouveaux minima pour les mondiaux ont été réalisés ce soir au meeting de Stuttgart : **Bouchra Ghezielle** (2<sup>ème</sup> en 8'50"63) sur 3000m, **Ronald Pognon** (3<sup>ème</sup> en 6"64) sur 60m, **Mounir Yemmouni** (3<sup>ème</sup> en 3'38"88) sur 1500m, **Bouadellah Tahri** (4<sup>ème</sup> en 7'42"48) , **Ismail Sghyr** (7<sup>ème</sup> en 7'50"46) et **Vincent Le Dauphin** (9<sup>ème</sup> en 7'51"91) sur 3000m.

Les autres français : 1500m Femmes : 2<sup>ème</sup> **Hind Dehida** 4'08"53. 3000m Femmes : **Maria Martins** 9'12"38. 1500m Hommes : 4<sup>ème</sup> **Driss Maazouzi** 3'40"05, 5<sup>ème</sup> **Guillaume Eraud**. Perche Hommes 9<sup>ème</sup> **Charles Andureu** 5m40

## Le thème du mois : Les relais

Le témoin: C'est un tube lisse, en bois ou en métal, il doit peser au minimum 50g, avoir entre 12 et 13 cm de circonférence et mesure entre 28 et 30 cm de long. Le témoin doit être porté à la main durant toute la course. C'est d'ailleurs lui qu'on chronomètre et non les coureurs.

La zone de transmission: dans toutes les courses, le témoin doit être transmis de la main à la main dans une zone de transmission obligatoire. Elle est toujours de 20m. 10m avant la distance à parcourir et 10m après. Pour les relais 4x100m et 4x200m, le relayeur a droit à une zone d'élan de 10m et plus.

Le relais est la seule discipline dans l'athlétisme qui nécessite un véritable travail d'équipe. Quel que soit son talent, chaque relayeur dépend de la réussite des autres et de la façon dont ils se transmettent le témoin. Plus la distance est courte, plus la vitesse de transmission doit être rapide et plus la façon de le passer est importante. C'est donc au relais 4x100m que la technique de transmission est la plus difficile et la plus risquée car tout ce joue en quelques dixièmes de secondes. On a souvent vu des équipes plus fortes sur le papier avec des sprinteurs apparemment imbattables se faire laminer par des équipes jugées au départ plus faibles mais qui avaient une technique supérieure.



Il y a plusieurs distance de relais: le 4x100m qui se déroule entièrement en couloir, le 4x200m qui est assez rare et où le troisième relayeur se rabat à la corde à la sortie du premier virage, le 4x400m où le second relayeur se rabat à la corde à la sortie du premier virage. Au-delà, toutes les équipes partent en ligne.

### Les champion(nes)

Les relais on souvent été dominé par trois grosse équipes: les Etats-Unis, la Russie et l'Allemagne (surtout dans les années 1980). C'est d'ailleurs à ces trois formations qu'appartiennent les records du monde à l'heure actuel. Les Etats-Unis et la Russie collectionnent les titres dans les grands championnats.

Les Français on souvent réussi



à tirer leur épingle du jeu en étant très fort au passage du

témoin. Le relais Français a déjà battu un record du monde sur 4x100m en 1990, puis à eu deux titres de champions du monde sur 4x400m en 2003 et sur 4x100m l'année dernière.

Les Françaises elles on régulièrement été médaillés en grand championnat.



### Les performances

#### Femmes:

##### Record du monde:

4x100m: 41"37 fait par les allemandes en 1985

4x400m: 3'15"17 fait par la Russie en 1988.

##### Record de France :

4x100m: 41"78 fait par les relayeuses championnes du monde en 2003.

4x400: 3'22"34 fait en 1994;

#### Hommes:

##### Record du monde:

4x100m: 37"40 réalisé par les Etats-Unis en 1992 et 1993.

4x400m: 2'54"20 réalisé également par les Etats-Unis en 1998

##### Record de France:

4x100m: 37"79 réalisé en 1990

4x400m: 2'58"96 réalisé en 2003 lors des championnats du monde à Paris