# LES LANCERS

# LES LANCERS

- Le lancer de disque
- Le lancer de poids
- Le lancer de marteau

} La zone d'élan est un cercle

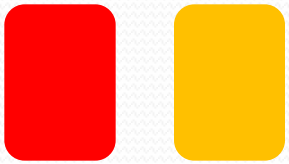
- Le lancer de javelot → La zone d'élan est une piste

# Catégories et poids d'engin

| Engins | Cadettes U18 | Juniors filles U20/ Seniors Dammes | Cadets U18 | Juniors garcons U20 | Seniors Hommes |
|---|---|---|---|---|---|
| Poids | 3,000Kg | 4,000Kg | 5,000Kg | 6,000kg | 7,260kg |
| Disque | 1,000Kg | 1,000Kg | 1,500kg | 1,750kg | 2,000kg |
| Marteau | 3,000Kg | 4,000Kg | 5.000Kg | 6,000kg | 7,260kg |
| Javelot | 500gr | 600gr | 700gr | 800gr | 800gr |

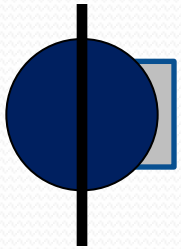
# LE JUGE ARBITRE

- C'est la personne chargée d'attester du bon déroulement des épreuves.
- Il valide les performances, les records
- Il règle tous les problèmes techniques pouvant survenir, non prévus par le règlement, et peut remettre en cause une décision des juges.
- Il règle les réclamations.
- Il peut avertir, ou disqualifier, un athlète pour comportement anti - sportif. Cette disqualification entraîne l'exclusion de la compétition.



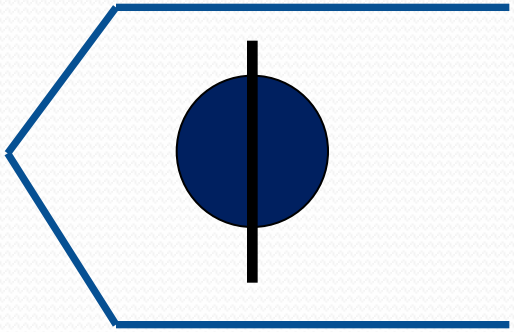
# LA ZONE D'ÉLAN

## Poids:



la zone d'élan est un cercle avec un diamètre de2.135m; avec un butoir et sans cage

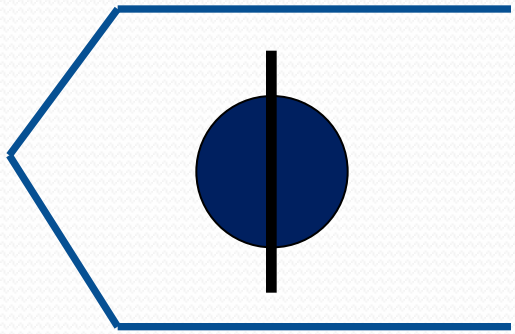
## Marteau:



la zone d'élan est un cercle avec un diamètre de2.135m; sans butoir et avec une cage

# LA ZONE D'ÉLAN

## Disque:



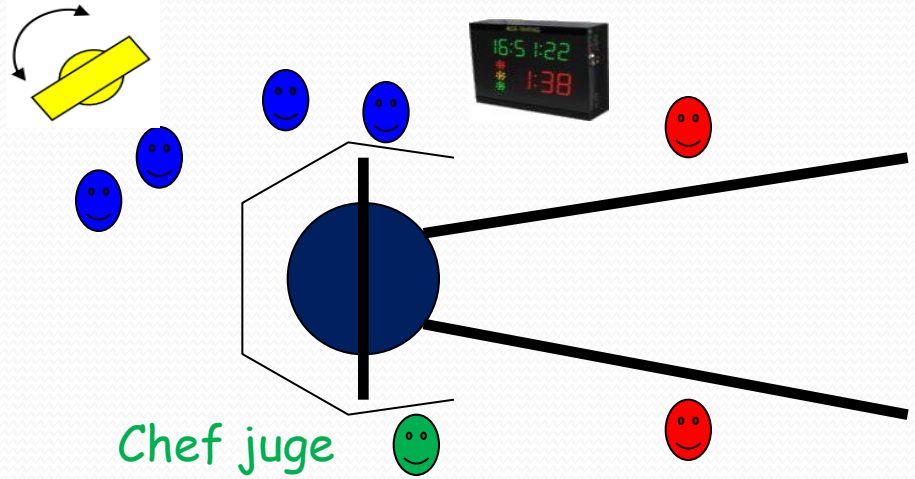
pour le disque, le cercle est plus grand avec un diamètre de 2.50m; avec un cercle

## Javelot:

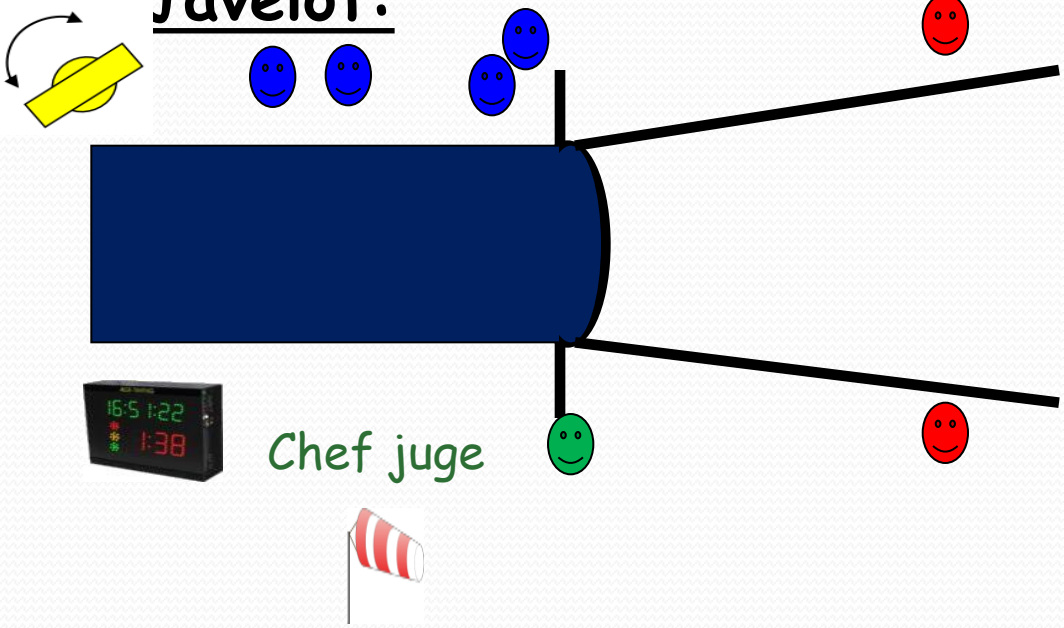
Pour ce lancer, la zone d'élan est une piste(4m de large) qui se termine par un arc de cercle rallongé de deux traits sur chaque côté…

# LA PLACE DES JUGES

## Poids, disque et marteau:




## Javelot:




Pour les lancers, il faut:

- 2 juges de part et d'autre de la zone de chute. Un qui valide la chute, l'autre qui tient l'engin de mesure (côté « 0 »)
- 4 juges : le secrétaire,celui qui tient l'autre partie de l'appareil de mesure, l'affichage et le délégué aux athletes.
- Le chef du concours qui valide le lancer

# DÉROULEMENT DU CONCOURS

**Le nombre d'essais :** Dans chaque concours, les athlètes ont droit à un nombre limité de tentatives (6, 3 + 3)

**L'appel :** Le juge doit appeler les concurrents avec une voix audible. (Forte et claire)
Il annonce l'athlète qui doit lancer ainsi que le suivant qui doit se préparer. (et ceci après avoir vérifié que les autres juges soient bien prêts !!!)

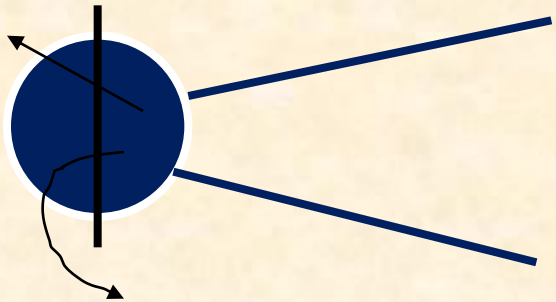
**Ordre des lancers :** L'ordre des concurrents est établi avant le début du concours et chacun lance son premier essai à son tour. Lorsque les premiers essais sont tous réalisés, on passe à l'essai suivant… etc.

# LA SORTIE DE LA ZONE D'ÉLAN

## Validation du lancer:

Pour qu'un lancer soit validé, il faut que le lanceur soit sorti de manière règlementaire du cercle où de la piste de lancer et après que l'engin soit retombé…

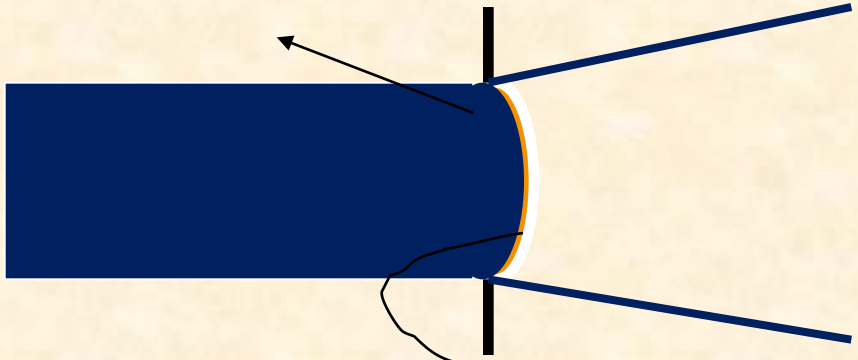
### *Pour les lancers avec cercle :*



**Il faut sortir en arrière de la ligne qui coupe le cercle en deux**

**Il ne faut pas toucher le dessus du cercle ou le sol à l'extérieur**

### *Pour le javelot :*



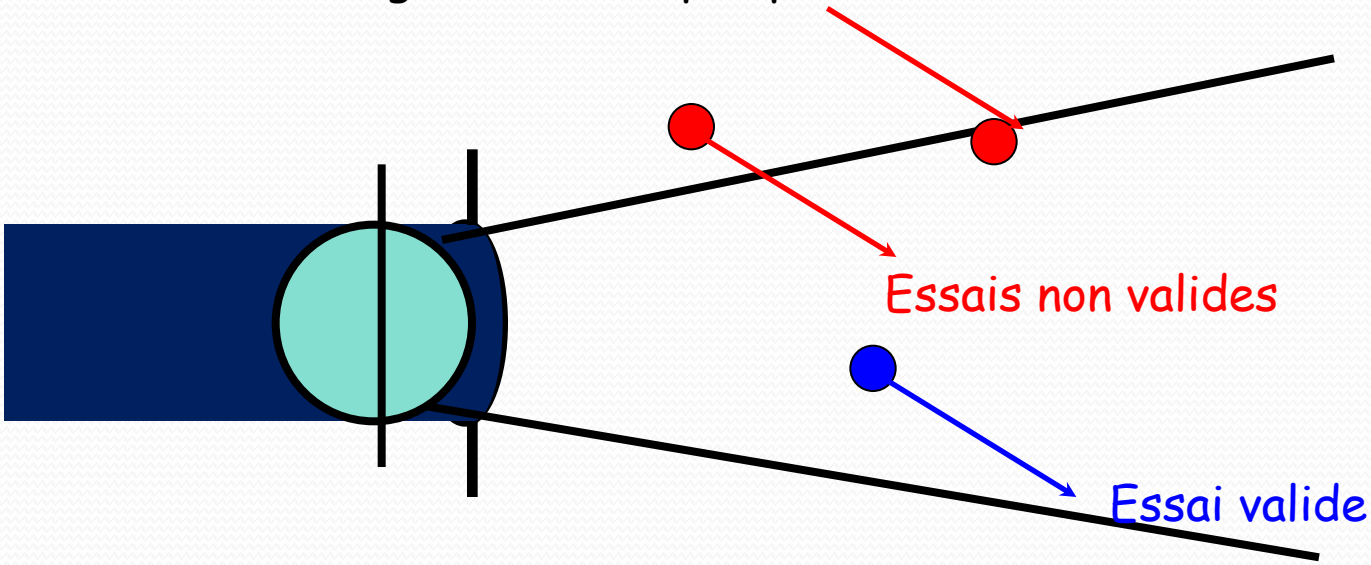
**Il faut sortir en arrière de la ligne qui prolonge l'arc de cercle en bout de piste**

**Il ne faut pas toucher l'arc de cercle ou le sol à l'extérieur**

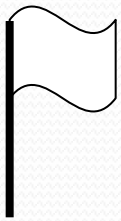
**Toutefois si le lanceur recule au-delà d'une ligne placé à 4 m de la fin de la zone d'élan, on considèrera qu'il est sorti**

# LA CHUTE DE L'ENGIN

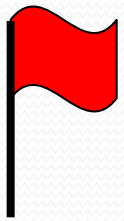
Pour qu'un lancer soit validé, il faut que l'engin retombe dans l'aire de réception (les lignes ne font pas partie de cette zone !!!)




Pour le lancer de javelot, le lancer est considéré comme nul si le javelot tombe à plat ou si la pointe ne touche pas le sol en premier.



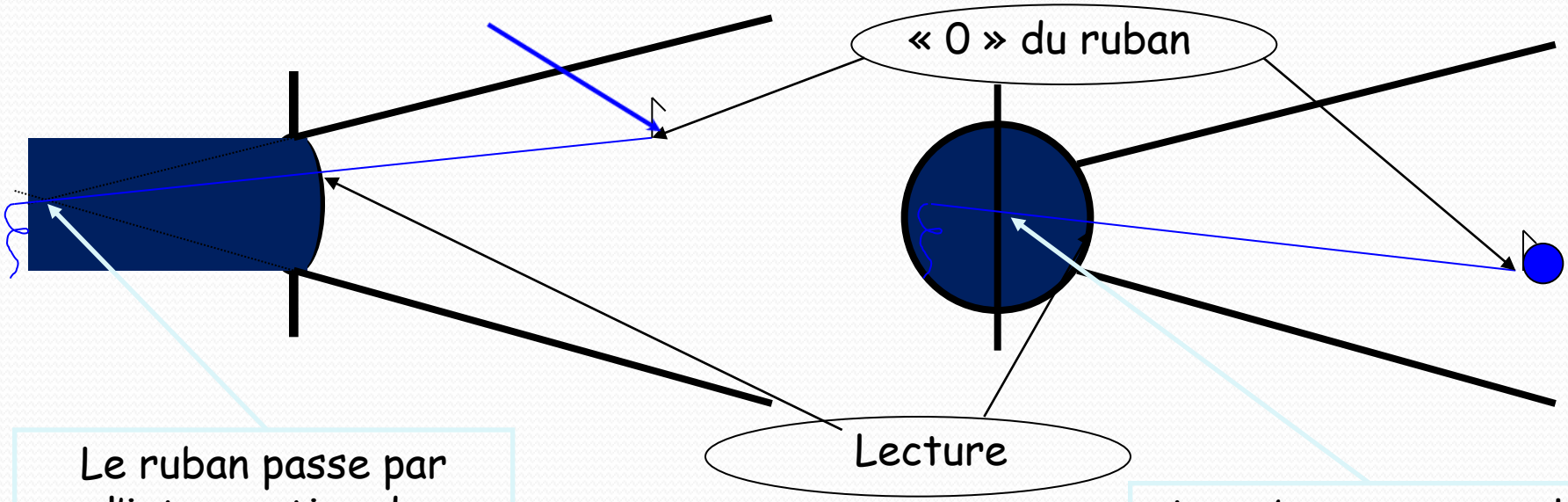
Jet valable ⟶ Mesure



Jet non valable ⟶ Essai

# LA MESURE DU LANCER

La mesure d'un lancer se fait toujours de la même manière, à savoir que l'on met avec l'aide d'une fiche le « 0 » du ruban sur la marque à l'endroit où est tombé l'engin (en prenant le plus près de la limite). Un autre juge tend le ruban (cf. schémas selon les lancers) et un troisième lit la mesure à la butée ou à la ligne.

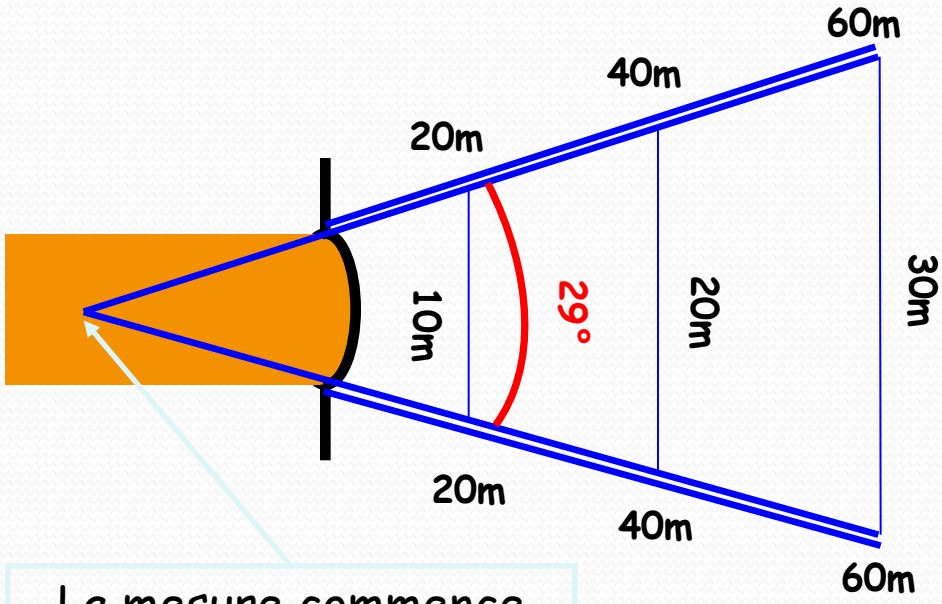



Le ruban passe par l'intersection du prolongement des deux lignes blanches

Le ruban passe par le centre du cercle

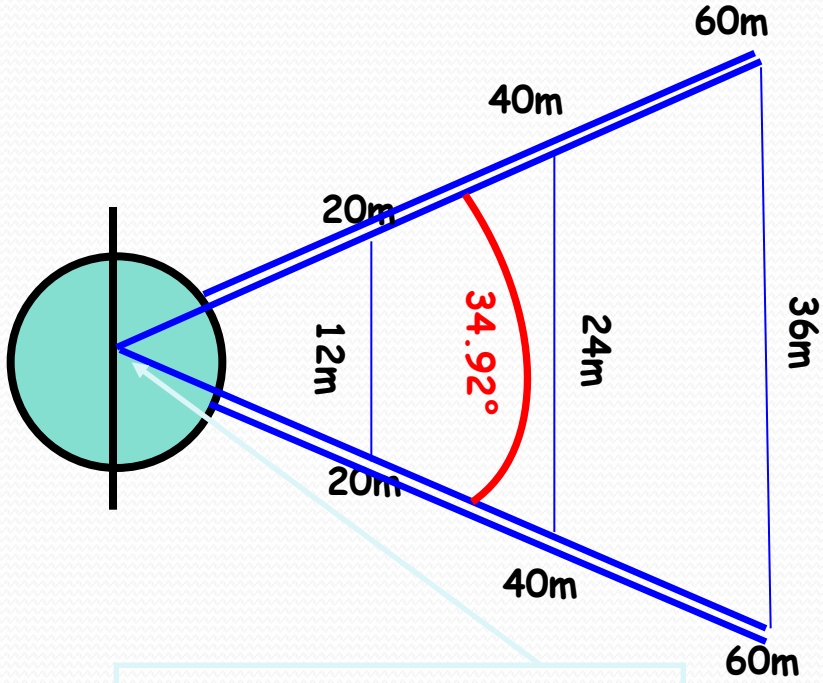
# LA ZONE DE CHUTE

## JAVELOT




La mesure commence par l'intersection du prolongement des deux lignes blanches(8m)

## POIDS, DISQUE ET MARTEAU




La mesure commence par le centre du cercle

# LES FAUTES

- Il est permis :

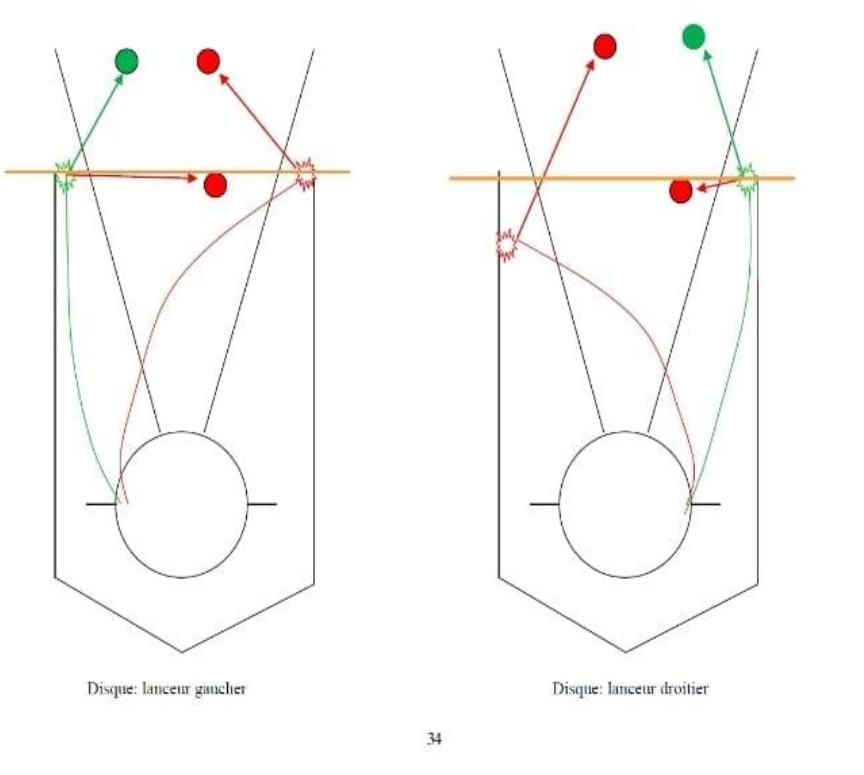
- Le bandage séparé de chaque doigt au lancer de marteau, il doit être montré au chef juge.
- Une substance sur les mains seulement, sur les gants pour le lancer de marteau, sur le cou pour le lancer de poids.
- Porter une ceinture en cuir ou en autre matériau.
- Bandage aux poignées au lancer de poids.
- Protection au coude au lancer de javelot.
- Port d'une genouillère avec l'autorisation de l'IAAF sur avis médical.

# LES FAUTE

- Il n’est pas permis :

- L’emploi de sparadrap sur la main, sauf en cas de nécessité.
- L’utilisation de poids attachés au corps (lest).
- L’utilisation de gants, sauf pour le lancer de marteau, ou le gant doit être lisse et le bout des doigts ouvert autre que le pouce.
- Répandre une substance sur le cercle.
- Frotter la surface du cercle pour la rendre plus rugueuse
- Attacher deux ou plusieurs doigts avec du sparadrap.

# DISQUE

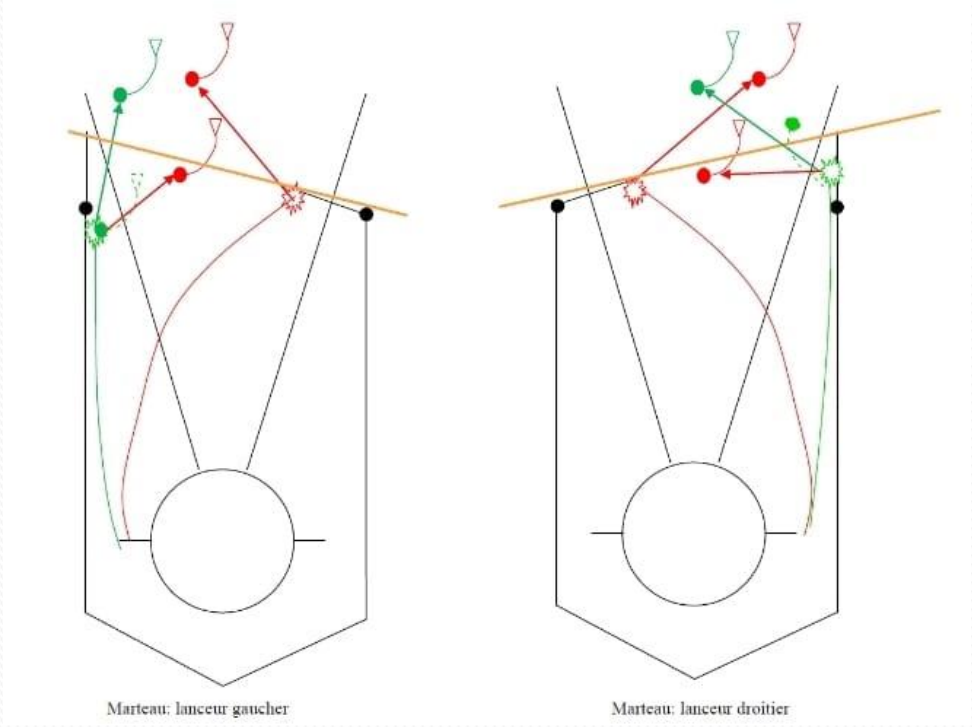


Disque: lanceur gaucher

Disque: lanceur droitier

34

# MARTEAU



Marteau: lanceur gaucher

Marteau: lanceur droitier

# LE CLASSEMENT

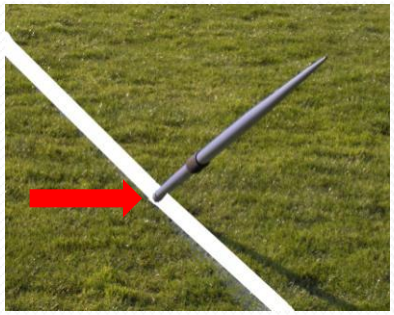
A chaque lancer, une fois la mesure lue, le secrétaire de concours note la performance sur une feuille de concours.
Quand tous les athlètes ont terminé leurs lancers, on doit établir le classement:
-Il faut tout d'abord repérer le meilleur lancer pour chacun, c'est la performance retenue pour établir le classement.
-Ensuite, on établit le classement en mettant en premier celui qui a la meilleure performance, puis le second,… etc.
-En cas d'égalité sur la meilleure performance, on prend en compte la seconde… etc.

| NOM | Prénom | 1 | 2 | 3 | 4 | Perf | Cl |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| SALHI | OMAR | 82m31 | X | 72m27 | 81m34 | 82m31 | 3 |
| CHOUAF | TARIK | 85m24 | 79m12 | 83m78 | 80m00 | 85m24 | 2 |
| ADIL | SAID | 79m45 | 82m31 | 80m14 | 12m25 | 82m31 | 4 |
| MALKI | KHALID | 86m45 | 89m16 | 90m87 | x | 90m87 | 1 |

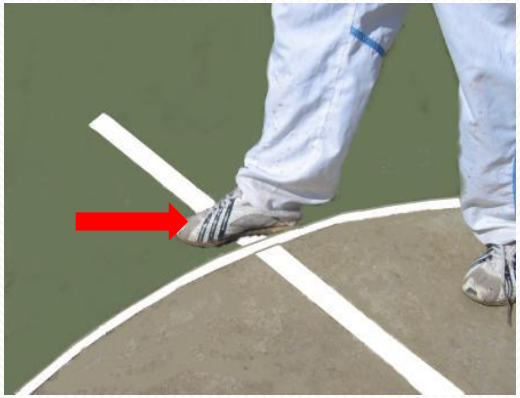
# POUR EN FINIR AVEC LES LANCERS

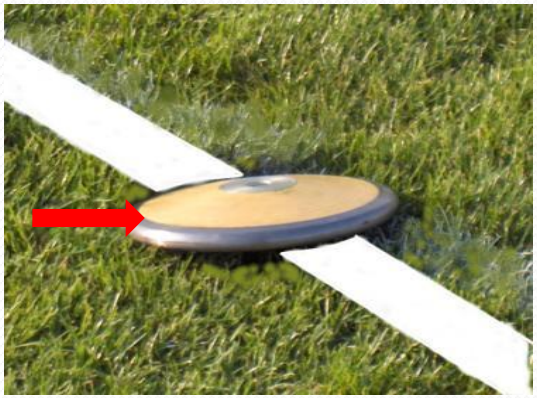
**Au lancer de poids:** Le poids doit être près du cou tout au long de la prise d'élan. S'il est décollé, il y a essai !!!

**Pour le javelot :** Il est interdit de lancer le javelot au dessous du plan horizental de l'epaule, et il faut que la tete du javelo touche en premier le sol

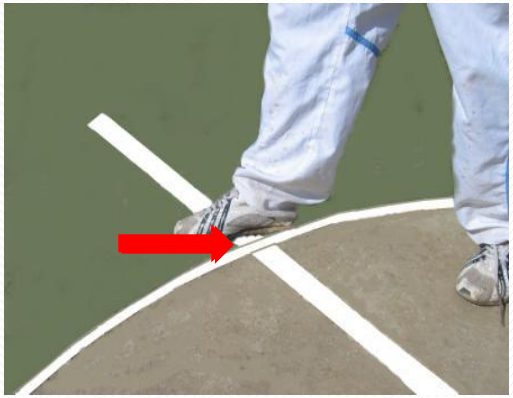


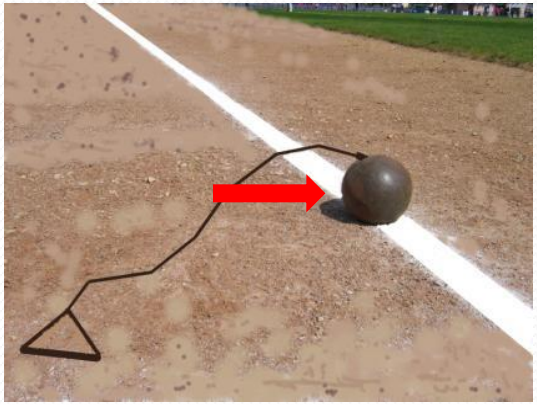
## POUR LE DISQUE.





## POUR LE MARTEAU.





# SÉCURITÉ :

Il est préférable de sécuriser le secteur de chute avec des cordes, les juges à la chute restant attentifs par rapports aux déplacements des athlètes. Il est interdit d'utiliser les engins à côté du concours et chacun attend derrière la cage.

# Merci pour votre attention