Zeitschrift: Jeunesse forte, peuple libre : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin

Herausgeber: École fédérale de gymnastique et de sport Macolin

Band: 20 (1963)

Heft: [6]

Artikel: Saut de longueur

Autor: Nett, Toni

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-996459

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 27.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Saut de longueur

de Toni Nett

Irvin Roberson, U. S. A.: détenteur de la médaille d'argent à Rome, en 1960, avec un saut de 8,11 m. Né le 23. 7. 35, taille 1,85 m, poids 84 kg, 100 yards en 9,5 s (env. 10,4 s aux 100 m), 220 yards haie (en ligne droite) en 22,3 s. — Clichés: saut de 8,03 m, 2e essai aux éliminatoires, Rome 1960.

Commentaire des clichés:

Roberson pose le pied d'appel passablement à plat, même si le talon est au point le plus bas. Il ne regarde pas la poutre (ce qui présuppose une grande sûreté dans l'élan!) et prend un départ vigoureusement appuyé par une élévation des bras et des épaules, sous un excellent angle d'envol. A l'instar de la plupart des sauteurs américains, Roberson applique en principe la technique du «saut de course», avec mouvement de jambes très prononcé («Hitch-Kick»). Il marque cependant, dans le vol, une position de recul du torse très accentuée; ce mouvement du torse vers l'arrière est conduit par la tête.

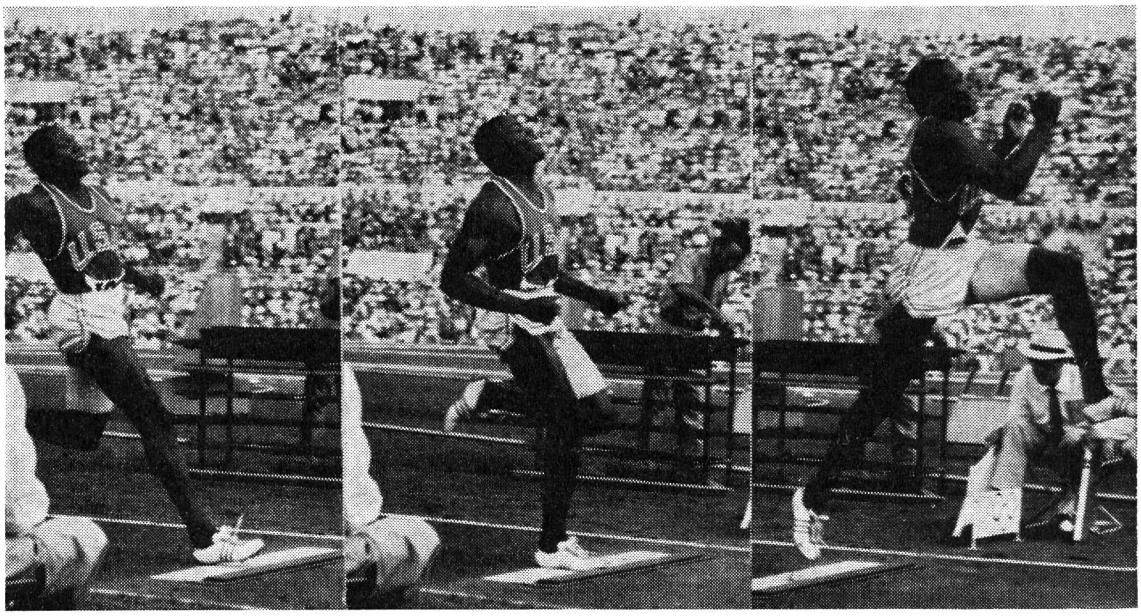
On peut constater, sur la figure 3, que le sauteur n'a pas réellement effectué, lors de l'envol, une rotation en arrière, autour de son axe transversal; on doit donc admettre que la recherche de cette position de recul exagéré du torse, pendant le vol, vise à rendre possible une avancée encore plus prononcée des jambes, au moment de l'atterrissage. Ce but est certainement atteint; on peut craindre cependant que ce «renversement» de la tête ait pour conséquence une légère perte de contrôle du mouvement et par exemple que la phase d'atterrissage soit entreprise trop tôt, ce qui, à mon avis, est justement le cas dans cet exemple. Roberson donne l'impression (dès la figure 8 déjà) de «peser» de ses jambes tendues sur la partie descendante de la courbe de son saut; j'estime que cette tenue prolongée des jambes en avant exige des efforts inutiles, même si le déroulement du mouvement est ainsi bien simplifié.

Quant à moi, je trouve que la technique d'atterrissage orthodoxe (saut de course et «hang-style») lui est préférable. La position verticale du torse favorise un maintien parfait de l'équilibre et permet un déclenchement précis de la phase d'atterrissage; les jambes sont amenées plus souplement vers l'avant, ce qui a pour effet de supprimer presque complètement ce maintien rigide des jambes levées, sur un parcours relativement long (comme c'était aussi le cas pour l'ancien «saut assis»).

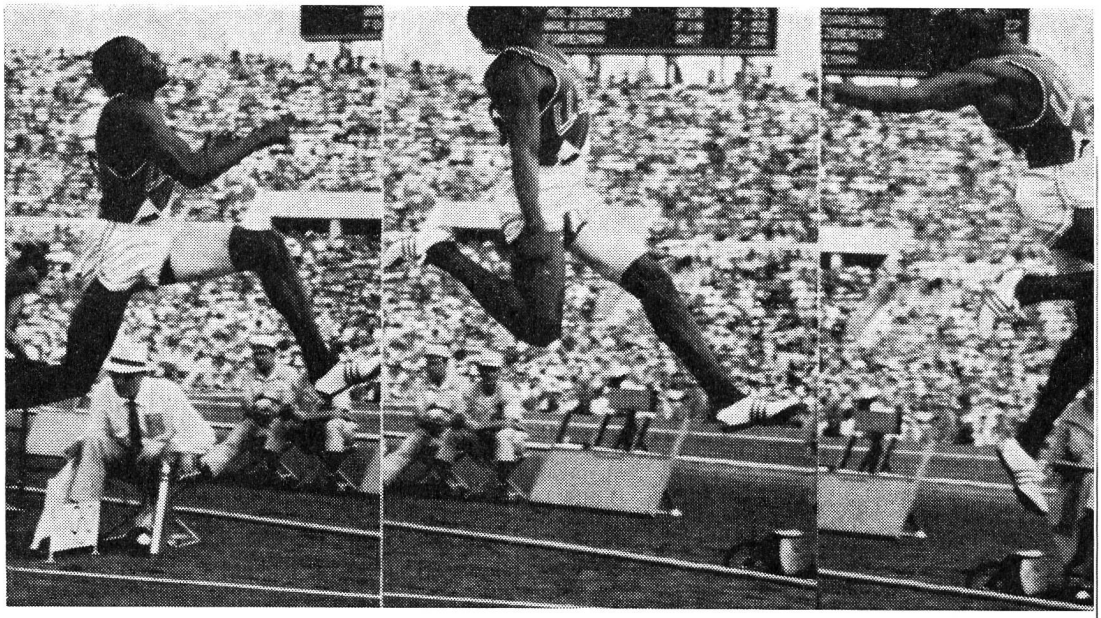
Cette forte inclinaison du torse augmente certainement, d'autre part, le danger de chute en arrière à l'atterrissage, car cette position provoque un recul du centre de gravité du corps.

Tout cela, cependant, ce ne sont que des critiques de détail, parce que ce qui est décisif pour la longueur du saut de Roberson, c'est la transformation de la grande vitesse d'élan en saut, par une détente explosive, sous un angle judicieux et avec une tenue correcte du torse (menton peut-être un peu trop tôt levé à l'envol). Malgré les deux éléments qui me paraissent critiquables, inopportune tenue du torse pendant le vol et crispation de la position finale, un grand espace a été gagné lors de l'atterrissage: l'extrême avancement des jambes tendues favorise un abaissement maximum du bassin. La grande vitesse d'atterrissage et la forte avancée du torse et des bras ont permis, même avec cette technique, de faire passer le centre de gravité du corps par-dessus le point d'appui des hanches.

Toni Nett (Trad. A. P.)

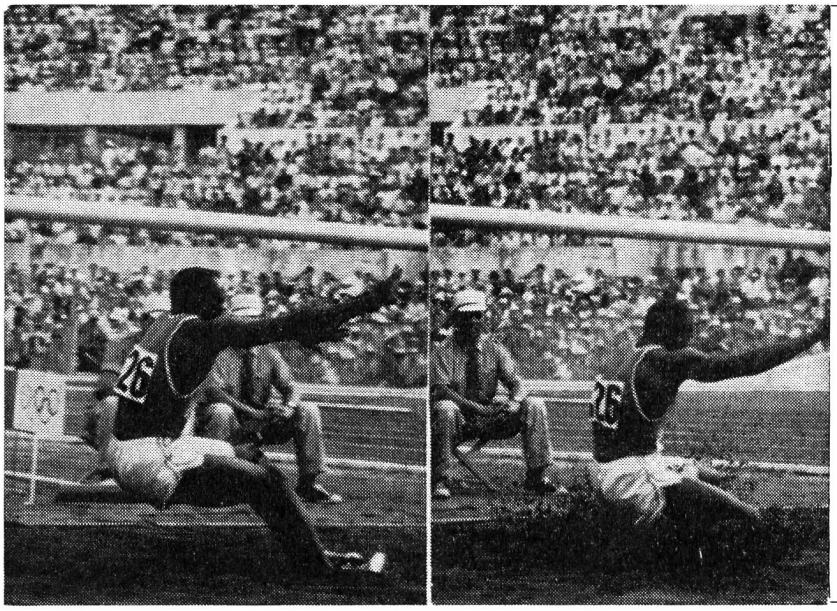


1



2

3



4