

Zeitschrift:	Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport
Herausgeber:	École fédérale de sport de Macolin
Band:	50 (1993)
Heft:	11
Artikel:	Sport éternel : le lancement du disque
Autor:	Jeannotat, Yves
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-998162

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: 28.01.2026

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

Sport éternel

Yves Jeannotat

Le lancement du disque

Par recoulements, on peut penser que le lancement du disque était la première des cinq disciplines du pentathlon. Contrairement aux autres disciplines gymniques – et ceci est fort intéressant – toutes liées de près ou de loin à l'apprentissage du métier de soldat, le lancement du disque semble bien, lui, faire partie dès l'origine de ces activités sans destination utilitaire directe. Même quand on l'appelait «palet» ou «solos», le disque s'est toujours présenté comme un objet destiné spécifiquement et uniquement au jeu récréatif ou au défi sportif. Ses origines sont très lointaines et la mythologie en fait mention à plusieurs reprises. Le grand Homère, poète et peintre des mœurs de son temps, y consacre de larges passages, notamment dans son Odyssée.

*

Avant que les hommes se taillent une réputation divine au lancement du disque, ce sont les dieux qui, d'abord – et une fois de plus – excellèrent dans cette pratique: pour Lucien et Philostrate, c'est Appolon qui l'aurait «inventée». Quant à Pindare, il en attribue la paternité à Persée, fils de Zeus et de Danaé. L'oracle avait prédit à Acrisios, son grand-père, que Persée le tuerait. Il le bannit donc tout petit enfant avec sa mère. Le temps s'étant écoulé, Persée décida de se rendre dans sa patrie, qu'il ne connaissait pas, et c'est pendant son voyage que l'événement se produisit. Acrisios assistait à des Jeux que Tentamidès, roi de Larissa, avait fait organiser en l'honneur de son père défunt. Ayant justement fait halte en cet endroit, Persée s'y inscrivit au «palet», qu'on lançait sur la dalle glissante. A son premier jet, il atteignit si malencontreusement Acrisios au pied que ce dernier en mourut. Ce n'est que plus tard que Persée apprit qu'il venait de tuer son grand-père, comme l'avait annoncé l'oracle, et il en fut très triste.

Au temps d'Homère, le palet se transforma petit à petit en grosse pierre, puis en disque, également en pierre d'abord, puis en métal. Voici comment en parle le poète épique grec dans un récit relatant un concours chez les Phéaciens, auquel prenait part Ulysse: *Il dit et, sans se dépouiller de son manteau, il se précipite du siège, saisit une pierre deux fois plus grosse et plus lourde que le disque lancé par les Phéaciens et, la tournant en l'air avec rapidité, il la jette d'un bras vigoureux: la pierre vole et tombe au loin avec un bruit grondant et terrible. Ce peuple de hardis nauteilliers, ces fameux rameurs qui brisent les flots se croient frap-*

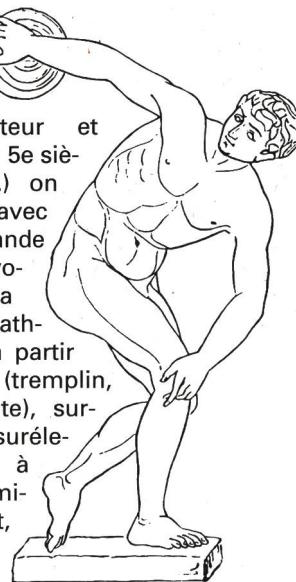
pés et s'inclinent jusqu'à terre. Sortie avec impétuosité de la main d'Ulysse, la pierre a devancé d'un long espace toutes les marques des jets de ses rivaux.

Le disque

Après avoir été taillés dans la pierre et, pour certains, dans le bois (ce qui est peu probable) les disques furent peu à peu façonnés dans le métal: fer, plomb, bronze et airain. De forme ronde et lenticulaire, leurs dimensions se situaient, d'après les descriptions qui en ont été faites (mais il faut se méfier des exagérations poétiques), et aussi d'après les assez nombreux modèles «évolués» retrouvés lors des fouilles, approximativement comme suit: 15 à 30 centimètres de diamètre, de 1 à 6 centimètres d'épaisseur au centre (1 à 2 cm au bord). Quant au poids, il variait entre 1 et 7 kilogrammes. Il est vraisemblable que, à l'entraînement, les athlètes utilisaient des engins adaptés à leur âge, à leur taille et à leur force. Dans le cadre des Jeux, par contre, seuls des disques identiques – on dirait, aujourd'hui, homologués – entraient en ligne de compte. A Olympie, ils étaient gardés dans le Trésor des Sicyoniens, mais on ne connaît ni leur poids ni leurs dimensions. On ne sait pas non plus quelles étaient les distances atteintes, seule la victoire, je le répète, entrant en ligne de compte chez les Grecs de l'Antiquité. Une exception toutefois: une épigramme sur Phaylos de Crotone (480 av. J.-C.) nous apprend qu'il a lancé à 95 pieds, soit à 28,10 m. Mais on ne sait pas quel était le poids de son disque. Au 1^{er} siècle de notre ère, Statius, écrivain romain, décrivait aussi, mais en poète plus qu'en historien, les jets de Phlegyas dont le disque, sans jamais tomber dans l'eau, atteignait l'autre rive de l'Alphée en son endroit le plus large: jets de 50 à 60 mètres donc...

Le jet

Grâce aux dessins nombreux représentant des lanceurs de disque, surtout au fameux Discobole de Myron (célebre sculpteur et «fondeur» du 5^e siècle av. J.-C.) on peut suivre avec une assez grande précision l'évolution de la technique. L'athlète lançait à partir du «balbis» (tremplin, seuil, enceinte), surface carrée surélevée ouverte à l'arrière et limitée, à l'avant, Discobole de Myron.



par un seuil de pierre qu'il ne fallait pas franchir (on ne sait pas combien d'essais ni combien de jets «mordus» étaient autorisés).

Voici une bonne description du jet «type», faite par Paul Robert à partir de celles que l'on trouve dans la littérature antique: *L'athlète commence par frotter le disque et sa main droite dans la poussière pour obtenir une meilleure adhérence; il le prend dans sa main gauche et ses pieds, au moment où il prend position, s'attachent à la terre battue du tremplin, le droit en avant et le corps entier tourné vers la droite. Il passe alors le disque dans l'autre main, examine de quel côté il placera ses doigts, et quelle face il appuiera sur son bras. Puis il le saisit à deux mains, le soulève, évalue et proportionne son effort; en même temps, il se dresse sur la pointe des pieds en portant la jambe gauche en avant. Ensuite, retenant le pied gauche en arrière, il fléchit les deux jambes, se penche en avant tout en retenant le disque serré contre l'avant-bras droit qui se déplace toujours en même temps que la jambe gauche et en suivant son mouvement; la tête s'incline, précise Philostrate, au point d'avoir le regard fixé sur la hanche: c'est l'attitude même du Discobole de Myron. Tout le corps du lanceur se ramasse tandis qu'il élève en arrière le bras aussi haut qu'il le peut; rassemblant alors ses forces, il fait décrire à la main qui tient le disque un rapide mouvement vers le bas, puis vers le haut, et la masse part, comme le dit Lucien «avec un élan que double le mouvement en sens contraire du corps, qui se redresse au même instant». Dans cette dernière phase du lancement, la jambe gauche est reportée en avant et sert d'ultime appui.*

Le disque étant retombé au sol, on fixait le point d'impact à l'aide d'une fiche.

C'est peut-être au lancement du disque que la technique actuelle est restée la plus proche de celle de l'Antiquité.

*

De nombreux écrivains anciens ont évoqué le danger que pouvait représenter le lancement du disque. On ne sait d'ailleurs pas si, aux Jeux, il se pratiquait à l'intérieur ou à l'extérieur du stade. Philostrate (encore lui) raconte la mort du beau Hyacinthe, atteint par un jet égaré: *Le sang coulait de sa tête quand le lourd disque le jeta à terre. Ce fut un grand malheur. Mais on ne peut pas dire qu'Appolon fût coupable...*

Malgré cela, le lancement du disque était, dans l'Antiquité, la discipline favorite d'une bonne partie de la jeunesse, ce qui fit dire à Cicéron, écrivain et homme d'Etat romain, dans «De oratore»: *Lorsqu'ils viennent au gymnase, les jeunes gens préfèrent entendre le sifflement du disque que les discours des philosophes... ■*