Zeitschrift: Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport

Herausgeber: École fédérale de sport de Macolin

Band: 53 (1996)

Heft: 12

Artikel: Sensation et vitesse sur la glace : courte piste ou short track

Autor: Bürgi, Martin

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-998390

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: 28.07.2025

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

Lillehammer 1994. Short track 500 m hommes.

Sensation et vitesse sur la glace

Courte piste ou short track

Martin Bürgi
Traduction: Dominique Müller

Grisant et fascinant, le short track speed skating – ou patinage de vitesse sur piste courte – se pratique généralement sur une patinoire traditionnelle. C'est un sport de compétition particulièrement spectaculaire: ses départs groupés, ses patineurs littéralement couchés dans les virages serrés, sa vitesse à couper le souffle et son suspense permanent contribuent à enchanter le spectateur de la première à la dernière seconde de la course.

Faute d'un nombre suffisant d'anneaux de 400 mètres, les créateurs du short track ont eu l'idée, au début du siècle, d'utiliser des patinoires de hockey pour assouvir leur passion de la course; et l'on vit bientôt, au Canada, en Angleterre et en Ecosse, ces fougueux patineurs s'élancer en masse pour se disputer la première place. Il faudra pourtant attendre 1981 pour assister à la création des premiers Championnats du monde reconnus par l'Union internationale de skating (ISU).

Depuis, le patinage de vitesse sur courte piste a connu un essor extraordinaire: sport de démonstration à Calgary, il intègre le cercle des Jeux olympiques dès 1992, à Albertville. Encore étoffée à Lillehammer, la discipline se compose actuellement de deux distances individuelles (500 m et 1000 m) et d'une course de relais.

Le short track en Suisse

Le short track se pratique sérieusement en Suisse depuis 1981. Les premiers championnats suisses se sont déroulés à Schaffhouse en 1992. Avec plus de 100 patinoires disponibles, le short track dispose en Suisse d'une infrastructure optimale. Les deux centres d'entraînement principaux se trouvent à Schaffhouse et à Zurich, d'autres sont en train de se développer à Thoune et à Loèche-les-Bains. Le short track est affilié, en tant que discipline à part entière, à l'Union suisse de patinage (USP); elle est également représentée, depuis le mois de juin, au sein de la commission de la branche sportive J+S Patinage.

Les compétitions

Elles sont organisées sous forme d'éliminatoires. A chaque tour, quatre à huit patineurs se mesurent directement les uns aux autres. Les deux premiers

concurrents de chaque série sont qualifiés pour le tour suivant. Chaque place du classement est dotée d'un certain nombre de points. Le vainqueur est celui qui totalise le maximum de points sur les quatre distances à parcourir (500 m, 1000 m, 1500 m et 3000 m).

Parallèlement à ces compétitions individuelles se disputent aussi des courses de relais. Quatre équipes, composées chacune de quatre patineurs, doivent se relayer sur 3000 mètres pour les dames (27 tours) et sur 5000 mètres pour les hommes (45 tours). Après chaque tour de piste, les patineurs se relaient en propulsant leur équipier sur la piste à l'aide d'une grande poussée dans les reins.

Le tour de piste, qui s'effectue dans le sens inverse des aiguilles d'une montre, couvre une distance de 111,12 mètres. Constitué d'abord d'une ligne droite longue de 30 mètres, il se poursuit par un virage d'un rayon de 8,5 mètres, délimité par sept plots en caoutchouc. Les meilleurs sprinters accomplissent généralement ce tour de piste en 9 secondes, ce qui correspond à une vitesse de 45 km/h environ! A cette vitesse et dans les virages, le patineur doit, pour pouvoir contrecarrer l'effet des forces centrifuges qui s'élèvent jusqu'au double de son poids, se pencher à plus de 60 degrés dans le virage, et ce dans un étroit couloir dans lequel peut débouler un peloton compact de huit coureurs!

Le matériel

Les débutants et les patineurs occasionnels peuvent pratiquer le short track avec leurs patins habituels. Mais les patineurs chevronnés et les compétiteurs sont équipés de chaussures hautes à coques rigides, renforcées par des fibres de kevlar et de carbone, qui leur permettent de résister aux forces centrifuges élevées. Les lames acérées des patins sont taillées en biseau sur le côté gauche et courbées vers l'intérieur, de façon à maintenir constamment, dans l'inclinaison, le centre de gravité exactement sur la carre de la lame.

Lillehammer 1994. Short track 500 m dames.

Les chutes sont parfois inévitables, mais aucun patineur n'est mieux doté – en matière de protection – que le patineur de vitesse: sa tête est protégée par un casque dont le port est obligatoire, les articulations par des coudières et des genouillères, et ses mains par des gants, obligatoires eux aussi, afin de prévenir tout danger de blessures ou de coupures qui pourraient être occasionnées par les lames très acérées. Il est également conseillé de porter une protection pour le cou, semblable à celle des hockeyeurs. D'autre part, les bords de la piste sont recouverts d'épais matelas de mousse, afin d'amortir les chutes éventuelles.

Le short track: un sport pour les jeunes de 7 à 77 ans

Le short track se pratique à tout âge. Toute personne capable de tenir sur deux patins est un patineur de vitesse en puissance! En tant que sport de loisirs, c'est un excellent sport d'endurance, comparable au ski de fond; en outre, il est praticable sur n'importe quelle patinoire. A l'inverse du jogging, ses mouvements harmonieux ménagent les articulations, ce qui en fait un sport idéal pour les personnes plus âgées.

A un niveau plus élevé, le short track exige de la force, une bonne condition physique, des aptitudes techniques et surtout, de l'équilibre! Quant à la compétition, plus exigeante encore, elle réclame des aptitudes supplémentaires, telles le sens tactique, qui permet de se trouver à la bonne place au bon moment, mais aussi la capacité de gérer judicieusement ses forces, car il importe non seulement de parvenir à la finale en ménageant ses forces, mais encore de remporter la première place!

Quant à l'entraînement, il a toujours lieu en groupe. Les débutants et les plus chevronnés peuvent s'entraîner ensemble sans problème et sans risque de se gêner les uns les autres. En plus de l'expérience de groupe que cette méthode procure, elle a le mérite d'être très efficace et d'encourager les participants à se perfectionner sans cesse. ■

Sport ActiVital®

Pour les sportifs: 3x plus de performance!

Unique: *La nouvelle boisson Sport Activital® qui accroît vos performances sportives grâce à son* **efficacité triple!** *Contient de la créatine = plus de* **force**, *de la L-carnitine = plus* **d'endurance**, *du magnésium et du potassium pour* **compenser les électrolytes.**

Sport Activital® (poudre effervescente en sachets) est disponible exlusivement en **pharmacies et drogueries.** Informations sous: http://www.ecr.ch/ecr/ ou chez ECR Pharma SA, Bösch 104, 6331 Hünenberg.

Nouveau et avantageux!

GLOOR + IRNIGER