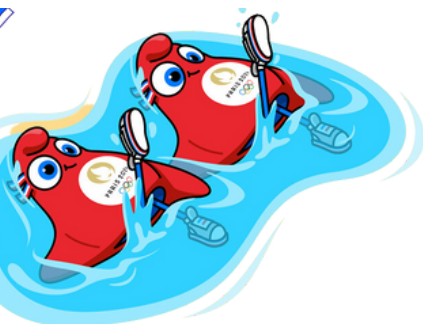


# Les énigmes

Cycle 2

Cycle 3

Paris2024



Thomas veut battre son record à l'arraché. Il soulève la barre, la tient au-dessus de sa tête. Il réussit ! Son record est de 61 kg !

Quel sport pratique Thomas ?

# PREMIER INDICE

C3

On me pratique depuis  
des millénaires pour  
mesurer la force.

# DEUXIÈME INDICE

C3

Discipline olympique  
depuis 1896 pour les  
hommes et depuis 2000  
pour les femmes.

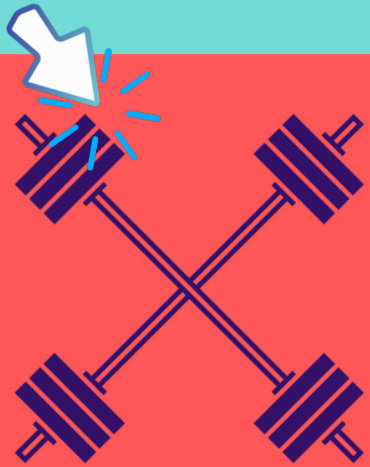
Il y a deux mouvements à réaliser : l'arraché et l'épaulé-jeté.

Le but est de soulever  
plus lourd que les  
autres.

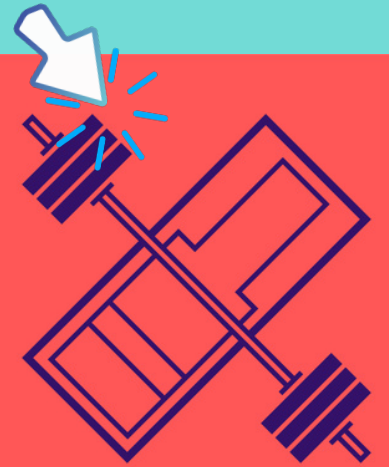
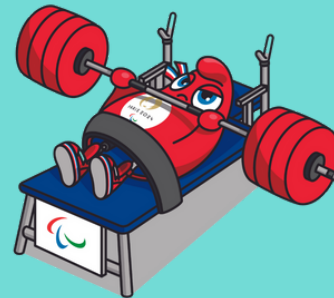


Mes athlètes soulèvent  
des haltères.

# HALTÉROPHILIE



HALTÉROPHILIE - PARIS 2024



PARA HALTÉROPHILIE  
PARIS 2024



L'haltérophilie  
La para haltérophilie  
L'haltérophilie chez les jeunes

# HALTÉROPHILIE

Les lieux des épreuves

Les équipes de France

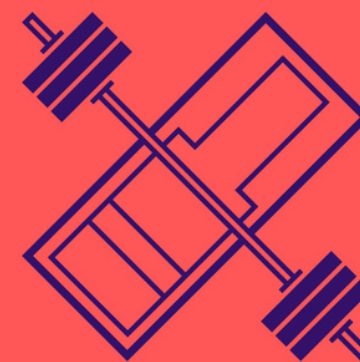
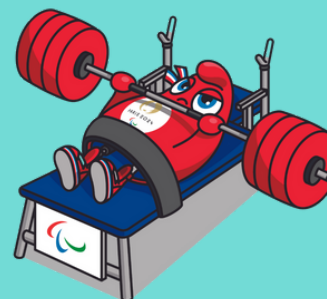
Le Cartable des Loulous

Copie C2

Copie C3



HALTÉROPHILIE - PARIS 2024



PARA HALTÉROPHILIE  
PARIS 2024



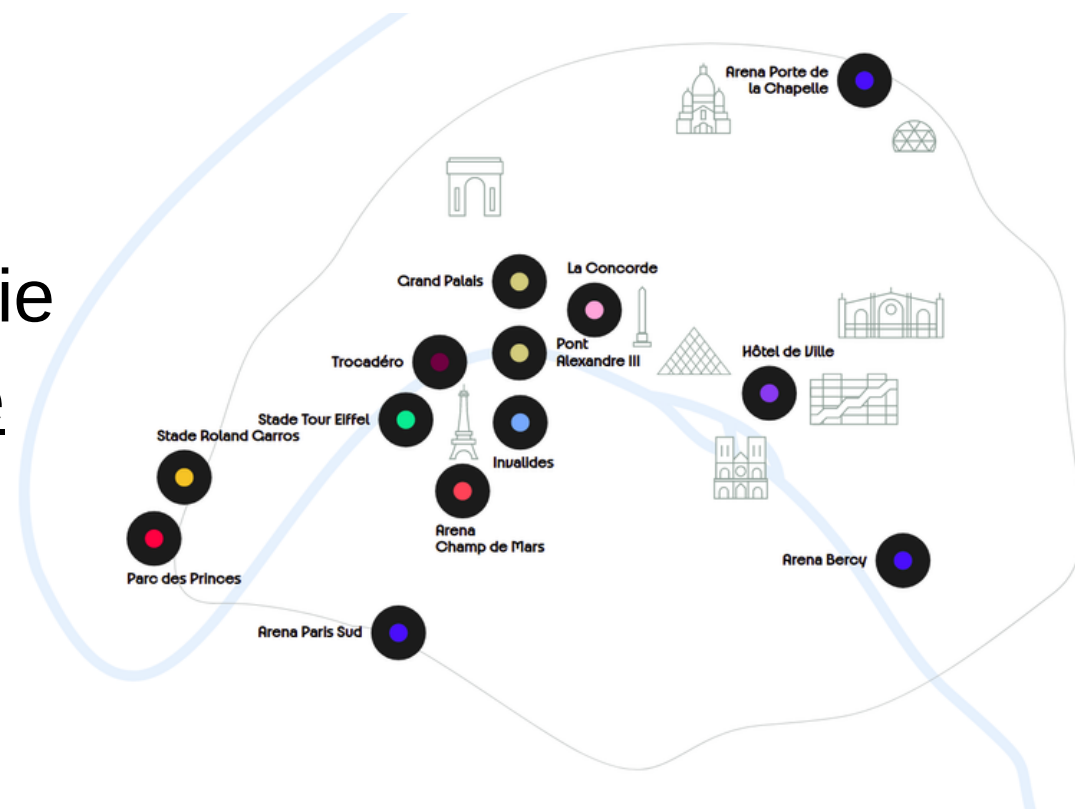
le sommaire



# Les épreuves :

Les épreuves d'haltérophilie se dérouleront à l'Arena Paris-Sud.

Les épreuves de para haltérophilie se dérouleront à l'Arena Porte de la Chapelle.



le sommaire





# Les équipes de France

Palmarès Olympique de l'équipe de haltérophilie

● 09 ● 03 ● 03

2008			Pékin	● 00	● 01	● 00
1976			Montréal	● 00	● 01	● 00
1956			Melbourne	● 00	● 00	● 01
1936			Berlin	● 01	● 00	● 00
1932			Los Angeles	● 03	● 00	● 00
1928			Amsterdam	● 01	● 01	● 01
1924			Paris	● 02	● 00	● 00
1920			Anvers	● 02	● 00	● 01



Palmarès Paralympique de l'équipe de para haltérophilie

● 13 ● 26 ● 11

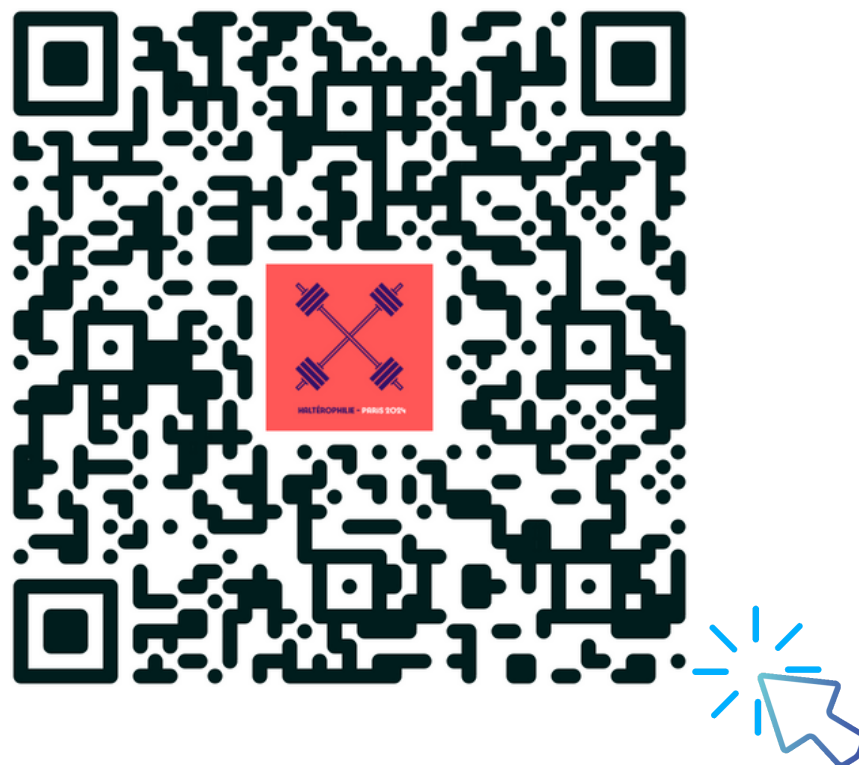
2020			Tokyo	● 00	● 01	● 01
2016			Rio de Janeiro	● 00	● 01	● 00
2012			Londres	● 01	● 00	● 00
2008			Pékin	● 00	● 00	● 01
2000			Sydney	● 00	● 01	● 00
2000			Sydney	● 00	● 02	● 00
1992			Barcelone	● 00	● 04	● 00
1988			Séoul	● 02	● 00	● 03
1984			Stoke-Mandeville	● 04	● 07	● 01
1980			Arnhem	● 03	● 04	● 03
1976			Toronto	● 00	● 04	● 00
1972			Heidelberg	● 02	● 01	● 02
1968			Tel-Aviv	● 01	● 01	● 00



le sommaire



# Pour tout revoir à la maison :

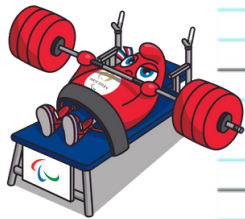


[le sommaire](#)



C2

Le but de l'haltérophilie est de soulever plus lourd que les autres. Deux techniques de lever composent les épreuves olympiques : l'arraché et l'épaulé-jeté. Le concours se déroule en combinant les épreuves d'une épreuve d'arraché et d'une épreuve d'épaulé-jeté. Après trois essais dans chaque mouvement, le concurrent qui soulève le plus est sacré champion olympique !







C3

Le but de l'haltérophilie est de soulever plus lourd que les autres. Deux techniques de lever composent les épreuves olympiques : l'arraché et l'épaulé-jeté. La technique de l'arraché consiste à soulever la barre depuis le sol jusqu'au dessus de la tête en un seul mouvement. Pour l'épaulé-jeté, la barre est montée et posée à l'avant des épaules pour ensuite être projetée au-dessus de la tête. Les athlètes para s'affrontent dans une épreuve de développé-couché.

