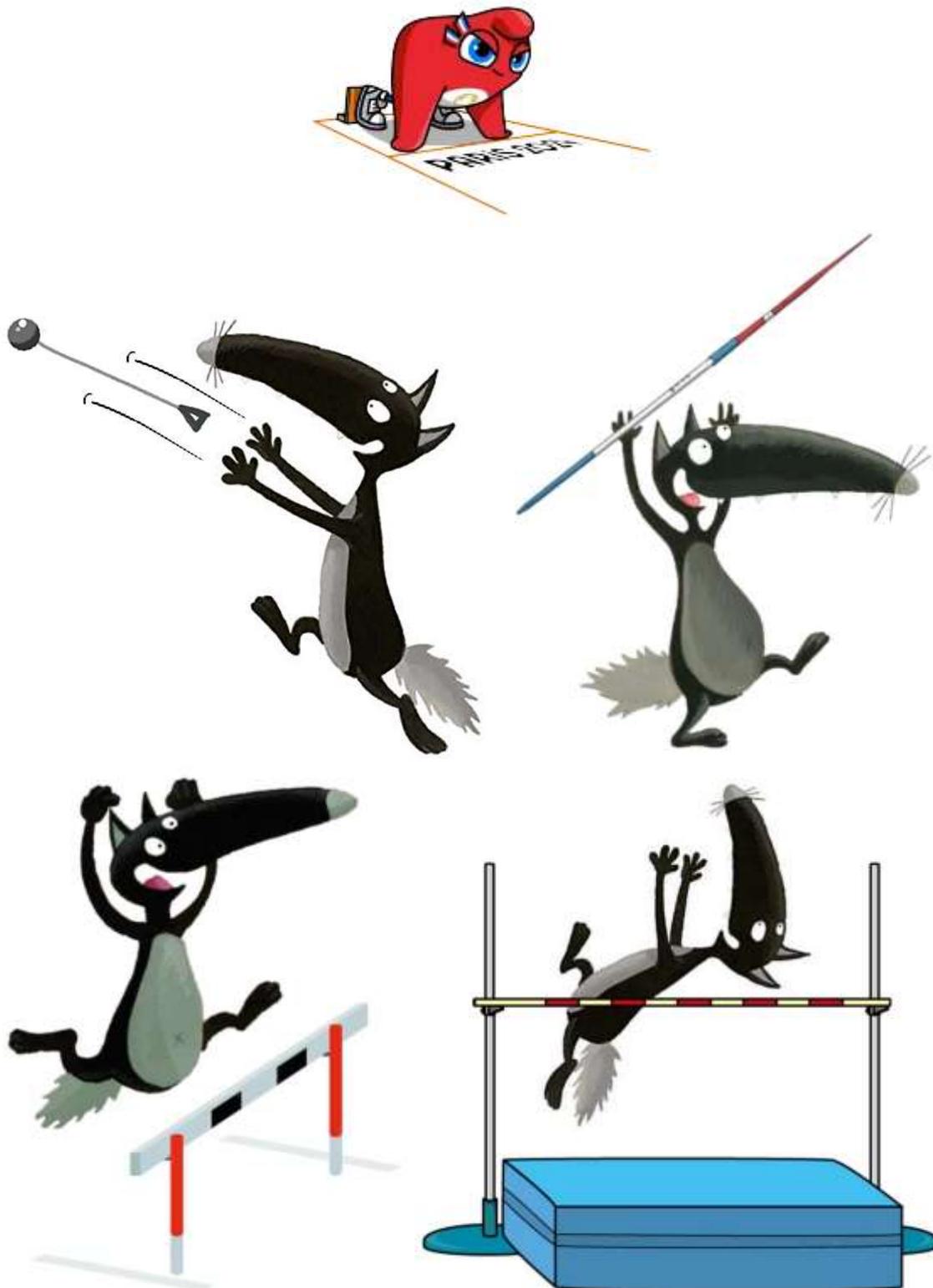


Le Loup qui aimait le sport

Les 46 épreuves olympiques de Paris 2024 [EN VERSION SIMPLIFIÉE]

Athlétisme :

Ensemble d'épreuves mêlant courses, sauts et lancers.

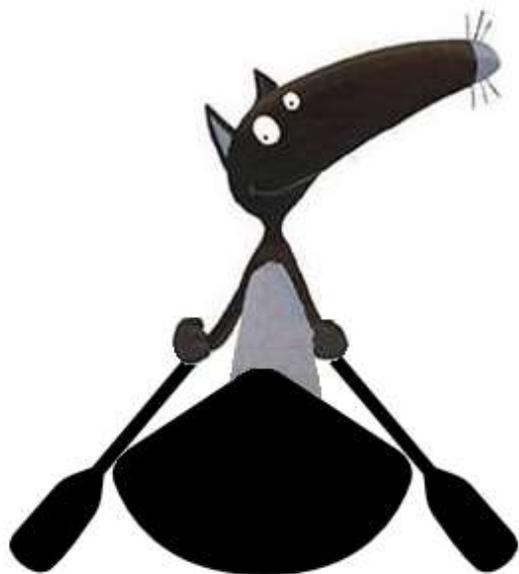


Liste complète des épreuves d'athlétisme :
<https://www.paris2024.org/fr/sport/athletisme/>

Le Loup qui aimait le sport

Aviron : Sport dans lequel un sportif doit ramer, seul ou en équipe (de 2, 4 ou 8 rameurs), dans un bateau de forme allongée.

Le but étant d'être la première équipe à franchir la ligne d'arrivée. Le ou les rameurs sont dos à la ligne d'arrivée.



Badminton : Sport se jouant seul ou en équipe, avec une raquette et un volant.



Le Loup qui aimait le sport

Basketball : Sport dans lequel deux équipes s'affrontent dans le but de marquer un plus grand nombre de points que l'adversaire en envoyant la balle dans un panier situé à un peu plus de 3m de haut. Un tir simple vaut 2 points, mais si le joueur qui tente un tir se trouve à une certaine distance du panier, il peut marquer 3 points en cas de succès.



Basketball 3x3 : Se jouant sur un demi-terrain comparé au Basketball standard, les équipes alternent attaque et défense autour d'un même panier.



Le Loup qui aimait le sport

BMX freestyle : Épreuve dans laquelle des cyclistes doivent effectuer un maximum de figures les plus difficiles possibles en 2 courses de 60 secondes chacune.



BMX race : Course cycliste dans laquelle 8 participants à la fois doivent finir un parcours combinant sauts, obstacles et virages le plus vite possible.



Le Loup qui aimait le sport

Boxe : Sport de combat dans lequel, ici, le but est de marquer des points en touchant les zones autorisées en 3 matchs de 3 minutes pour les hommes, et 4 matchs de 2 minutes pour les femmes.



Breaking : Aussi appelé Breakdance, ce sport fait s'affronter 2 équipes de 16 participants, amenés à réaliser des acrobaties au rythme de la musique choisie par le DJ (Disc-Jockey). Chaque affrontement se fait en duel (1 contre 1) et les juges attribuent des points.



Le Loup qui aimait le sport

Canoë (et kayak) slalom : Course individuelle chronométrée en canoë ou en kayak comportant un parcours composé de « portes » dans lesquelles il faut toutes passer sans les toucher (sinon pénalité de temps) puis passer la lignée d'arrivée.

Canoë (et kayak) sprint : Course en ligne par équipe de 1, 2 ou 4 personnes, chacune dans un couloir délimité où le but est d'atteindre en premier la lignée d'arrivée.

Canoë :
à genoux
et rame simple

Kayak :
Assis et rame
double



Le Loup qui aimait le sport

Cyclisme sur piste : Seul ou par équipe, ces épreuves de vélo en intérieur sur une piste aménagée allient force et endurance sur des vélos particuliers.

Cyclisme sur route : En extérieur et sur de vraies routes, cette épreuve comporte une épreuve « contre-la-montre » sur une distance de 32,4km pour cette édition 2024, et une épreuve en ligne (jusqu'à 200km pour les hommes et 120km pour les femmes).



Le Loup qui aimait le sport

Équitation : Ensemble d'épreuves consistant à faire concourir le cavalier et sa monture (son cheval) sur des sauts d'obstacles, des figures artistiques et un parcours.



Escalade sportive : La première épreuve consiste à monter le plus haut possible sur un mur de 15 mètres (épreuve de « difficulté »), la deuxième consiste à monter un autre mur de 15 mètres (plus facile) le plus vite possible (épreuve de « vitesse »), et la troisième consiste à monter un mur de 4,5 mètres sans corde et avec le moins de tentatives possibles.

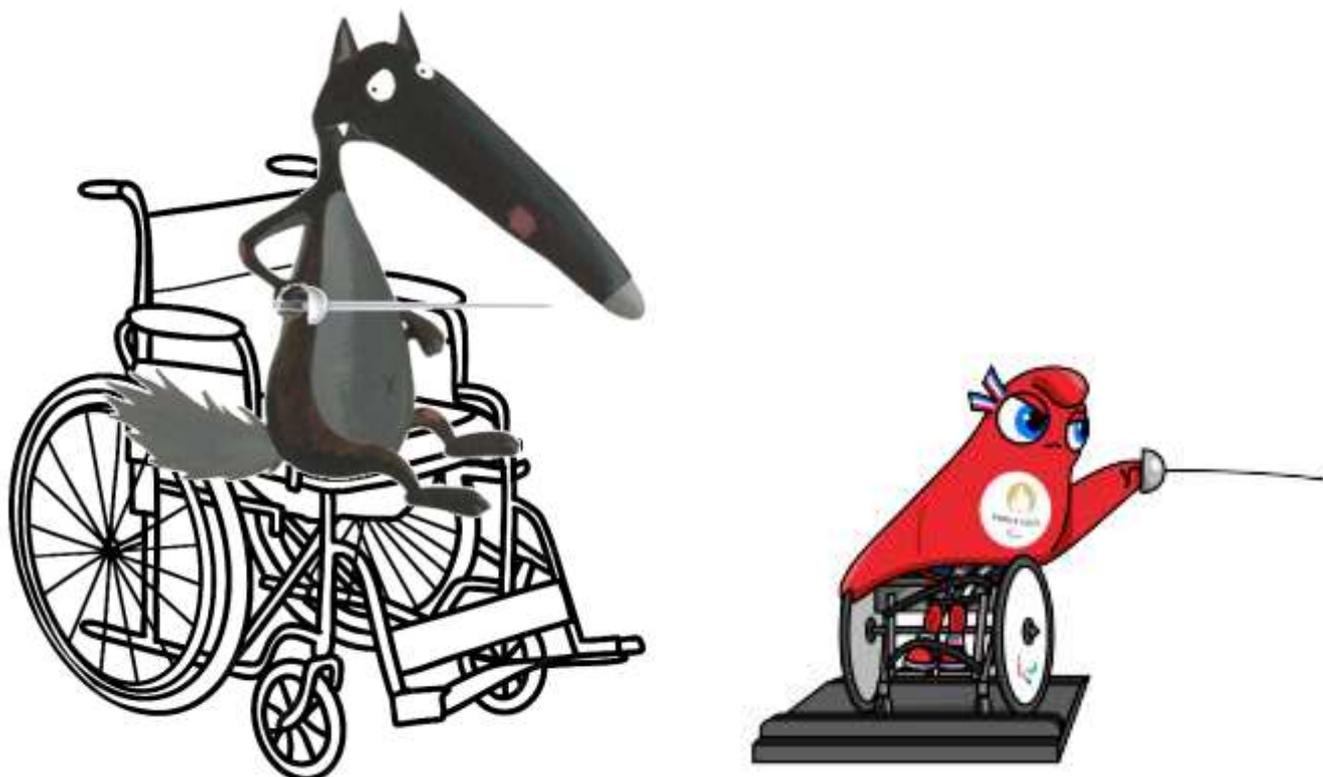


Le Loup qui aimait le sport

Escrime : Épreuve individuelle ou par équipe dans laquelle deux sportifs s'affrontent dans le but de toucher des parties précises du corps afin de marquer des points.



Escrime fauteuil : Similaire à l'escrime simple, mais ayant lieu sur des fauteuils roulants.



Le Loup qui aimait le sport

Football : Épreuve dans laquelle 2 équipes de 11 joueurs s'affrontent dans le but d'envoyer la balle dans le but adverse sans utiliser les mains.



Golf : Épreuve consistant à propulser une petite balle depuis un point de départ jusque dans un trou à l'aide d'un « club » et avec le moins de coups possibles.



Le Loup qui aimait le sport

Gymnastique artistique : Ensemble d'épreuves individuelles et par équipe comprenant entre autres les barres parallèles, la poutre, les anneaux, les exercices au sol, la barre fixe...



Gymnastique rythmique : Exercices chorégraphiés au sol sur fond musical mêlant cerceaux, ballon, ruban et/ou massues. Épreuve féminine.



Le Loup qui aimait le sport

Haltérophilie : Double épreuve consistant à soulever des haltères.



Handball : Contrairement au football, le handball se joue essentiellement avec les mains, sur un terrain légèrement plus petit qu'un terrain de Basket, et voit s'affronter 2 équipes de 7 joueurs.



Le Loup qui aimait le sport

Hockey : Sport dans lequel deux équipes s'affrontent à 11 contre 11 et disposent de « Sticks » tenus à deux mains pour propulser une balle (hockey classique), ou un palet rond et aplati (hockey sur glace), dans les filets du gardien adverse.



Judo : Sport dans lequel le but est de projeter au sol et y immobiliser son adversaire un certain temps.



Le Loup qui aimait le sport

Lutte : Sport dans lequel deux participants s'affrontent sur un terrain circulaire dans des combats de 2 fois 3 minutes et dans lesquels il faut plaquer les omoplates de son adversaire au sol, la lutte libre autorisant les jambes alors que la lutte gréco-romaine n'autorise, elle, que le haut du corps.



Natation : Ensemble de courses mêlant rapidité et endurance, individuellement et par équipes, avec parfois également des types de nages différents, sur des distances de 50m, 100m, 200m... et allant jusqu'à 1500m. 18 types d'épreuves au total.

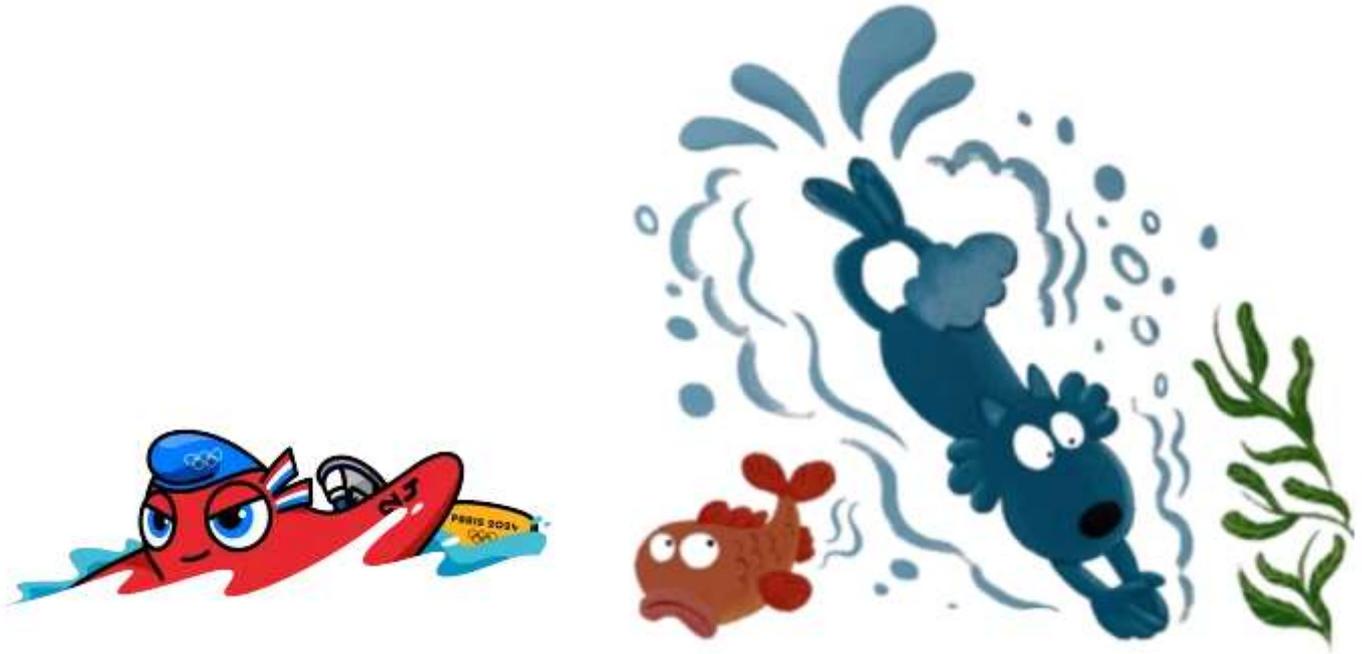


Natation artistique : Épreuves dans lesquelles, à deux ou en groupe de 8 athlètes, on réalise une représentation mêlant exécution de figures, synchronisation, difficulté, utilisation de la musique et chorégraphie.



Le Loup qui aimait le sport

Natation marathon : Sur une course de 10km en eau libre (mer, rivière, lac...), les athlètes doivent utiliser force et endurance pour pouvoir réaliser le meilleur temps. Cette fois, c'est la Seine qui a été choisie pour mettre en place ce marathon.

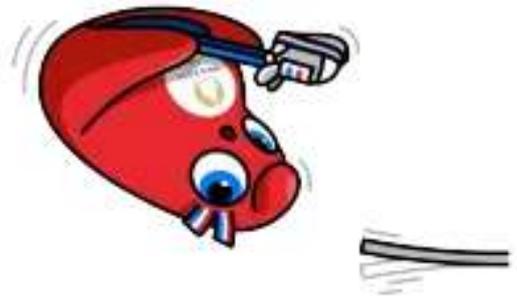


Pentathlon moderne : Épreuve regroupant cinq disciplines : Natation, Escrime, Équitation, Course à pied et Tir (Laser-run). Les trois premières servent à marquer des points en vue d'un meilleur départ lors de la dernière double épreuve, le gagnant étant celui qui termine le Laser-Run en premier.



Le Loup qui aimait le sport

Plongeon : Épreuves dans lesquelles, individuellement ou par équipe, l'athlète doit plonger depuis une hauteur de 3 ou 10 mètres. Les points sont attribués par les juges selon la beauté du saut, la complexité du saut et l'entrée dans l'eau, et on y ajoute la synchronisation pour les sauts en équipe.



Rugby : Contrairement au Rugby classique, le Rugby olympique se joue à 2 équipes de 7 joueurs (et non 15 joueurs comme en temps normal) et sur des matchs de 14 minutes (et non 80 minutes), ce qui rend la pratique plus simple, plus rapide et plus intense, mais donc aussi plus exigeante physiquement.



Le Loup qui aimait le sport

Skateboard : Ensemble de deux épreuves dont la première évalue la qualité des figures réalisées dans un parc comprenant des courbes et dont la seconde évalue, dans un milieu plus rural composé d'éléments pouvant être présent en ville comme des bordures, des escaliers ou des rails, la capacité à maîtriser sa planche et cinq figures à réaliser.



Surf : À l'aide de sa planche de surf, l'athlète doit réaliser sur une vague un enchaînement de figures. Une note lui sera attribuée par 5 juges selon la variété d'enchaînements et leur difficulté, mais aussi leur style.



Le Loup qui aimait le sport

Taekwondo : En duels et en 3 manches de 2 minutes chacune, les athlètes doivent porter des coups de pieds ou de poings à leur adversaire en évitant d'être touchés eux-mêmes. Les points sont attribués selon l'endroit touché et la technique utilisée.

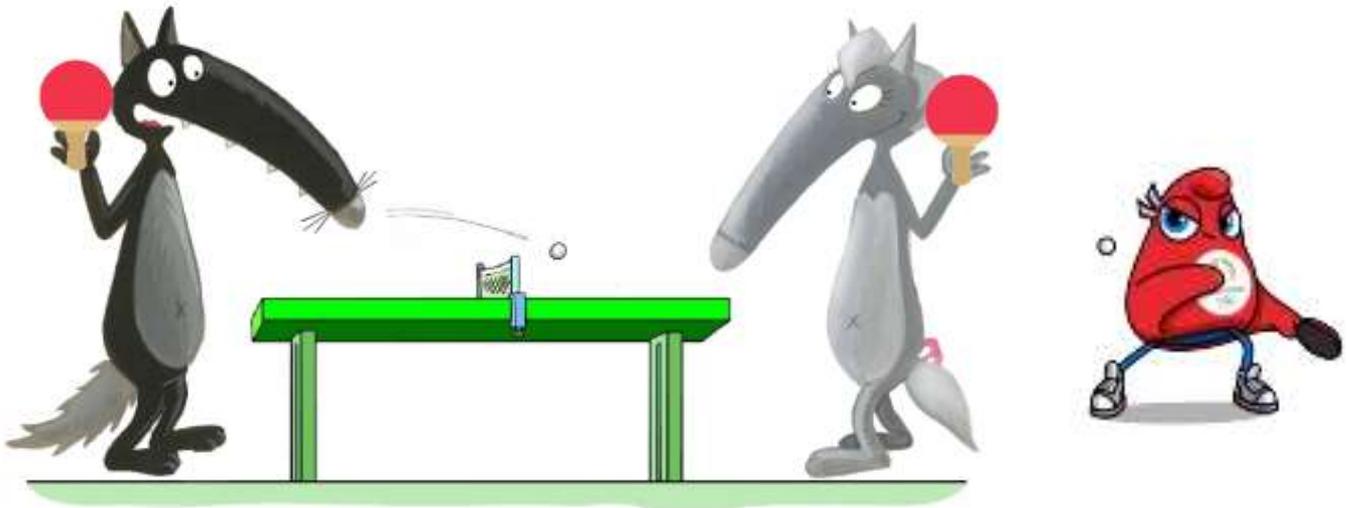


Tennis : En simple et en double, les athlètes doivent propulser la balle à l'aide de leur raquette de l'autre côté du terrain, séparé par un filet, avec un seul rebond maximum, et remporter 2 manches sur 3 pour passer au tour suivant.



Le Loup qui aimait le sport

Tennis de table : Aussi appelé « ping-pong », ce sport assez proche du tennis se joue avec une raquette plus petite et pleine, une balle plus légère, une table surélevée et un filet beaucoup plus petit. Chaque manche compte 11 points et il faut en gagner 4 pour passer au tour suivant.

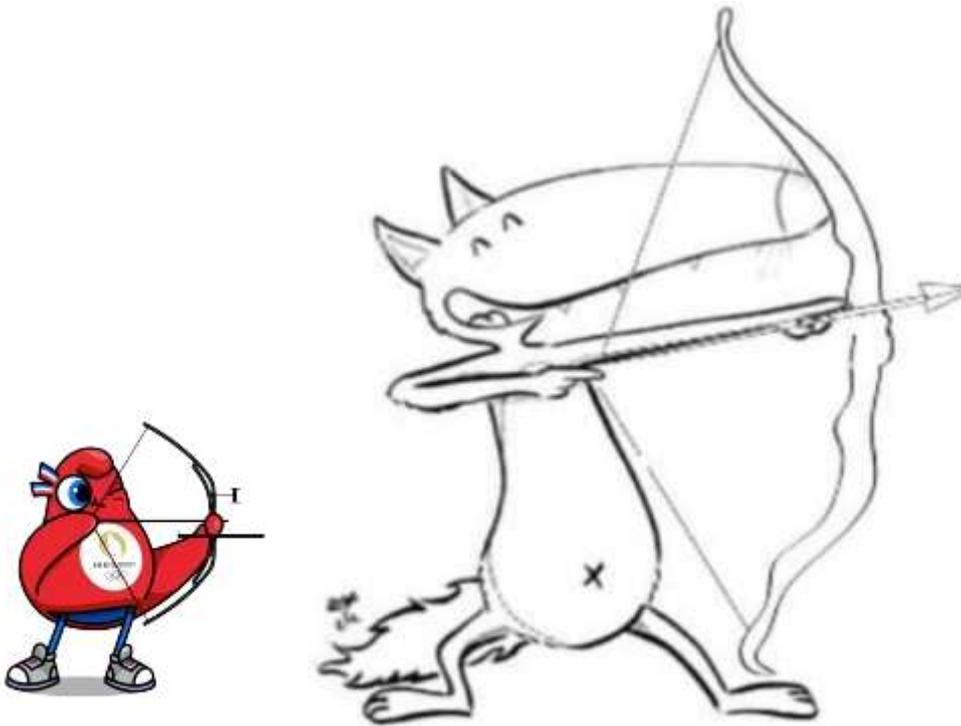


Tir : Au pistolet, à la carabine et/ou au fusil, les athlètes doivent atteindre des cibles immobiles à 10, 25 et 50 mètres, ainsi que des cibles mobiles envoyées en l'air, le tout à genoux, couché ou debout.



Le Loup qui aimait le sport

Tir à l'arc : Épreuve consistant, individuellement ou par équipe, à tirer sur des cibles de 122cm à 70m de distance.



Trampoline : Épreuve dans laquelle les athlètes rebondissent sur le trampoline jusqu'à 8 mètres de haut pour exécuter des figures sur lesquelles ils seront ensuite jugés.



Le Loup qui aimait le sport

Triathlon : Triple épreuve dans laquelle un athlète doit nager 1500m, rouler 40km à vélo et courir 10km, le tout en 1 seule fois. Les gagnants sont donc les premiers arrivés à l'issue de la course à pied.



Voile : Épreuves dans lesquelles l'athlète doit naviguer avec sa planche en maîtrisant la force du vent sur un parcours ou une course.



Le Loup qui aimait le sport

Volleyball : Opposant 2 équipes de 6 joueurs, le volleyball consiste à envoyer la balle sur le sol du camp adverse et à empêcher l'adversaire de réaliser ce même objectif. Chaque match se joue en 3 manches gagnantes de 25 points, mais avec seulement 15 points lors de la cinquième manche si elle a lieu.



Volleyball de plage : Similaire au volleyball classique mais se jouant à 2 contre 2, et en seulement 2 manches gagnantes de 21 points, la troisième ayant seulement 15 points si elle a lieu comme au volley classique. Le terrain n'est cependant pas tellement plus petit que le terrain classique, cette pratique est donc plus intense mais moins longue. (« Beach Volley » en anglais)



Le Loup qui aimait le sport

VTT : « Mountain bike » en anglais, « Vélo Tout Terrain » en français. Course dans laquelle les athlètes concourent tous ensemble sur un terrain montagneux sur une durée de 1h20 à 1h40 et dans laquelle technique, endurance et résistance seront rudement mises à l'épreuve.



Water-polo : Joué dans une piscine et en 4 périodes de 8 minutes chacune, 2 équipes de 7 joueurs s'affrontent dans le but d'envoyer la balle, à une main seulement, dans le but adverse protégé par le gardien. Si une équipe n'arrive pas à attaquer en 30 secondes, la balle passe dans le camp adverse.



Source bibliographique :

<https://www.paris2024.org/fr/sports-olympiques/>

<https://medias.paris2024.org/uploads/2023/03/calendrier-sports-olympiques.htm>