



Le lancer de pierre était courant dès l'Antiquité, mais il se développe surtout au 17<sup>e</sup> siècle dans l'armée britannique, puis en 1876 a lieu la première compétition officielle aux États-Unis. Le principe de ce sport est de lancer le plus loin possible un boulet.

### Les origines

Date d'origine 17<sup>e</sup> siècle

Pays d'origine Royaume-Uni

Apparu aux JO de 1896



### Histoire olympique

L'épreuve du lancer de poids apparaît aux premiers Jeux Olympiques de 1896 à Athènes.

Les femmes font leur apparition aux Jeux de Londres en 1948. Le record olympique pour les hommes est de 23,30 m et de 22,41 m pour les femmes.

### Règles du jeu

L'athlète doit lancer le boulet le plus loin possible sans sortir du cercle de lancement de 2m de diamètre environ et de son butoir. Le boulet doit atterrir dans la zone de chute. L'athlète doit reposer le projectile entre le cou et l'épaule et pousser son bras de lancement tout droit.

Le poids du boulet est réglementé : 7 kg environ pour les hommes et 4 kg pour les femmes.

Il y a actuellement deux techniques pour le lancer de poids. La première consiste à faire une sorte de sursaut vers l'arrière avant de se retourner pour lancer alors que l'autre, plus récente implique de faire une rotation comme pour le lancer de disque.

### Le sais-tu ?

Le poids du boulet a été établi à 7,257 kg, ce qui correspondait au poids du boulet d'artillerie employé dans l'armée britannique.



ZOOM SUR

### Zoom sur Ralph Rose

Athlète américain né en 1885, surnommé « Elephant Baby », il devient en 1904 aux Jeux de Saint Louis, le plus jeune champion olympique du lancer de poids. Il est également le premier à lancer le poids à plus de 15 m.

### Site sportif

Les épreuves d'athlétisme se dérouleront au Stade de France en Seine-Saint-Denis.

