

04 : La course à pied

Défi sur soi, performance et endurance, la course à pied est une épreuve d'athlétisme pratiquée depuis la plus haute antiquité, elle figure au programme de tous les jeux olympiques.

Les formes de courses, sur 100 mètres et jusqu'à 42,195 Kilomètres, se sont diversifiées au fil du temps, sur pistes et sur routes.

Les épreuves de pistes, en 2024, ont lieu au Stade de France à Saint-Denis, au nord de Paris. Les parcours sur routes cheminent dans Paris.

Sur cette image numéro quatre, sont présentées deux postures caractéristiques des courses à pied de vitesse : le départ (en bas à gauche) et l'arrivée (en haut à droite).

A l'angle bas gauche, les « starting-blocks » fixés au sol, ils sont composés d'une base horizontale surmontée de crémaillères sur laquelle sont emboîtés des « sabots » qui permettent de positionner les pieds en position d'impulsion. Ces supports sont généralement équipés de capteurs de « faux-départ ».

Sur presque toute la largeur du bas de la planche, sont positionnées les deux lignes parallèles marquées au sol pour délimiter par coureur, son couloir de course. Au milieu du bas du format, une bande plus large, en léger relief, marque la ligne de départ, elle est perpendiculaire au couloir mais là, elle est présentée en biais.

A la première indication de l'arbitre : « **en position** » tous les corps sont accroupis, chaque coureur vient de régler ses starting-blocks de façon à ce que les pieds ne touchent plus le sol.

Première Posture, le personnage est à quatre pattes, de profil, sous les épaules, les deux avant-bras s'élèvent verticalement au-dessus des mains figées sur la pointe des doigts, au raz de la ligne de départ.

L'athlète est concentré sur l'attente du signal de départ, sa tête est penchée vers l'avant.

A la deuxième indication : « **à vos marques** », les hanches et les fesses sont relevées et les jambes sont prêtes à se détendre. Personne ne doit plus bouger. « **Prêt** », l'inspiration est au maximum.

Le signal de départ est donné, le bruit de la **détonation** d'un coup de feu.

L'impulsion se mue en coordination des bras et jambes pour gérer l'accélération et l'endurance. En arrière du personnage, trois traits, en dénivellations parallèles, matérialisent le mouvement de cette impulsion.

A droite de sa tête, un trait horizontal matérialise le sol au niveau de l'arrivée. Au-dessus, deuxième posture, vous remarquez les jambes en grande foulée, puis, le haut du corps, très penché en avant, avec les bras en arrière. La tête est elle aussi avancée le plus possible.

Sous le menton et devant le torse, vous discerner un petit rectangle en relief qui matérialise la ligne d'arrivée.

Sur les courses de sprint, il est difficile pour les arbitres de départager les athlètes d'un simple regard. Ils arrivent souvent groupés.

En fait, sur cette ligne d'arrivée, des caméra spéciales capturent près de 2000 images verticales à la seconde. C'est l'instant « photo-finish » !

Ces images sont ensuite restituées avec des possibilités de décalage selon une durée horodatée. Les décalages entre coureurs sont très amplifiés et les écarts peuvent être mesurés en millisecondes ! La mesure s'effectue sur un point morphologique précis au niveau du raccord entre l'épaule et la clavicule.

Aux J.O. de Paris, en 2024, sont prévues 48 finales d'épreuves, 23 masculines, 23 féminines et deux mixtes.

Sur 100 m, 200 m, 400 m, 800 m, 1500 m, 5000 m, 10 000 m, 110 m haies, 400 m haies, 3000 en steeple, 4 fois 100 m en relais, 4 fois 400 m en relais. Sur route, 20 km de marche rapide et 42, 195 Kilomètres pour le Marathon.

Cette distance est la mémoire de la course réalisée en 490 avant Jésus-Christ par le messager Grec « Philippidès » entre Athènes et Marathon, pour annoncer la victoire des Grecs contre les Perses, marquant ainsi la fin de la première guerre Médique.