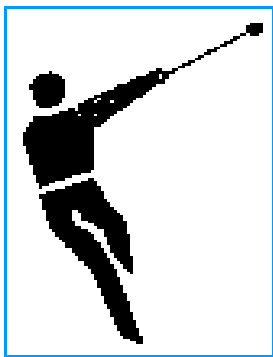


Qui n'a pas déjà vu une fois à la télévision ou dans un stade un lanceur de marteau et a été fasciné du dynamisme, de la puissance et en même temps de l'esthétique émanant de cette discipline exigeante ?

Les trois disciplines de sport de force de plein air sont

- * le lancement du marteau
- * le lancement de pierre
- * le lancement du poids.

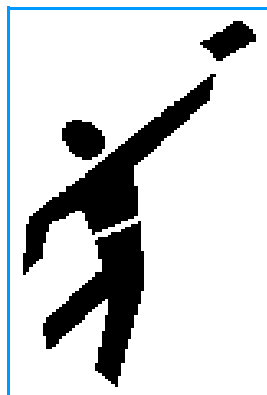


Le lancement du marteau s'effectue à partir d'un cercle de lancement de 2,134 m de diamètre, protégé par un grillage. Le marteau, d'un poids de 4 kg chez les femmes et de 7,26 kg chez les hommes, est constitué d'une boule en métal, attachée à la poignée par un fil d'acier. En général, le marteau est lancé après trois ou quatre rotations.

Le lancement du poids se fait en principe selon les mêmes règles. La forme du poids est également sphérique, et la boule est attachée à la poignée par une chaîne. La longueur totale est de 50 cm. Le poids a une masse de 5 kg chez les femmes et de 12,5 kg chez les hommes.



Le lancement de pierre est la troisième discipline du triathlon de sport de force de plein air. La pierre a la forme d'un parallélépipède (d'une brique). Elle est fabriquée d'acier ou de fonte et lancée à l'aide d'un seul bras, avec un élan au choix du lanceur. Une poutre (10 x 10 cm x 4,0 m) sert de limite de départ de lancement. Le poids de la pierre est de 5 kg chez les femmes et de 15 kg chez les hommes.



Agenda prévisionnel des compétitions :

Samedi 10 septembre 2005

11.00 h hommes - 71 kg

11.00 h femmes - 78 kg

11.00 h hommes - 98 kg

14.00 h hommes - 77 kg/83 kg

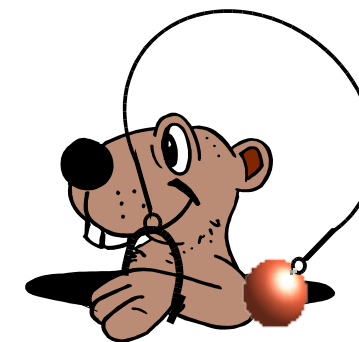
14.00 h femmes - 68 kg

14.00 h femmes + 78 kg

17.00 h hommes - 90 kg

17.00 h hommes + 98 kg

17.00 h femmes - 58 kg





Sport de force de plein air

**- discipline athlétique -
aujourd'hui comme il y a
cent ans**

Infos:

<http://www.euro-rks.de>

Förderkreis für Rasenkraftsport e.V.

Helmut Metschl

Lüneburgerstr. 13

D - 80809 München

Tel.: 0049-89-351 78 91

Fax: 0049-89-55 29 58 00

e-mail: Betina.Gabler@mnet-online.de

Organisation:



**Championnat
d'Europe**

**de sport de force de
plein air**

Femmes + Hommes

**10 septembre 2005
CH - Rüdlingen**