

L A G R A N D E I M A G E R I E



# LE SKI



FLEURUS



L A G R A N D E I M A G E R I E



# LE SKI

TEXTES CHRISTINE SAGNIER



FLEURUS

# LE SKI ALPIN

Le ski alpin regroupe cinq disciplines : descente, super-G, slalom géant, slalom et super-combiné. Elles riment avec puissance, vitesse, agilité, précision et détermination, car la victoire s'y joue parfois à 1 centième de seconde. C'est le skieur, lorsqu'il s'élanche, qui déclenche le chronomètre en poussant une baguette avec ses tibias.

S'ensuivent 45 secondes à 2 minutes d'une extrême intensité : les cuisses brûlent, les skis flottent sur la piste, les virages se négocient à parfois plus de 120 km/h, le skieur vole sur les bosses ou danse entre les piquets...



Le super-combiné associe une manche de descente à une manche de slalom.

## La descente, l'épreuve reine

Discipline de vitesse, elle s'effectue en 2 minutes environ à une allure qui peut dépasser les 160 km/h. L'épreuve se joue en une manche sur un parcours très pentu (jusqu'à 45°), jalonné de portes très espacées entre lesquelles le skieur doit se glisser pour ne pas être disqualifié. Les grandes courbes alternent avec les virages inclinés et les bosses sur lesquelles l'athlète s'envole, le corps groupé. En ligne droite, il se met en position dite « de l'œuf » pour acquérir la meilleure pénétration dans l'air.



## Le super-G

Cette discipline de vitesse exige une grande technique, surtout à la réception des sauts. Le skieur doit, en effet, garder l'équilibre à l'atterrissage. Le super-G se joue sur un parcours plus court que la descente, mais toujours très pentu. Il comporte davantage de portes et de courbes à négocier en finesse, à plus de 120 km/h.

## Le slalom géant

La piste du slalom géant est encore plus courte mais la pente est moins accentuée (35°) que celle du super-G, car il n'y a plus de sauts. On y compte davantage de portes (44 à 60) et autant de changements de direction qui demandent au skieur beaucoup de puissance musculaire. L'athlète a deux manches de 1 minute à 1,15 minute pour se donner à 100 %, glissant à une vitesse qui peut frôler les 80 km/h.

## Le slalom

C'est la plus courte et la plus nerveuse des épreuves. Le parcours comporte 70 portes au maximum et autant de changements de direction à 50 km/h parfois. Seconde après seconde, le skieur, genoux fléchis, danse entre les piquets, qu'il heurte avec ses poings et ses tibias bien protégés. L'épreuve se joue en deux manches de 45 secondes.



## L'ÉCHAUFFEMENT, L'ÉTAPE CRUCIALE

Le champion se lève à 5h30 du matin pour prendre un copieux petit déjeuner qu'il doit avoir digéré avant le début de la course. 7h30 : skis aux pieds, il chauffe ses muscles en effectuant par exemple des slaloms d'une quinzaine de portes. Certains s'échauffent sur des vélos d'appartement installés à proximité de l'aire de départ.



## LA RECONNAISSANCE

Tel un pilote de rallye, le skieur reconnaît la piste avant une manche. En descendant au ralenti, il évalue la distance de vol sur les bosses, la vitesse et mémorise les ondulations du terrain. Il identifie les pièges, comme une porte cachée par une rupture de pente. Selon les disciplines, les skieurs effectuent de une à trois reconnaissances par manche.

## LA VISUALISATION

Le skieur visualise le film de la course. Comme un patineur qui doit retenir tous les mouvements de sa chorégraphie, le skieur, dans l'aire de départ, reproduit la course dans sa tête. Concentré à l'extrême, il se voit en train d'enchaîner le parcours en temps réel.



# FREERIDE ET VITESSE

*Véritables skieurs de l'extrême, en quête des pics les plus impressionnants et des pistes les plus raides, les adeptes du freeride et ceux du ski de vitesse ne manquent pas de souffle pour s'élancer du haut de véritables murs. Si ces deux disciplines ont un esprit très différent, elles se rejoignent sur le terrain de l'exploit. Mais quand on aborde un univers à ce point vertigineux, il convient de posséder non seulement une technique ultraperfectionnée, mais aussi un mental d'acier et un équipement hautement sophistiqué.*

## La reconnaissance avant la compétition

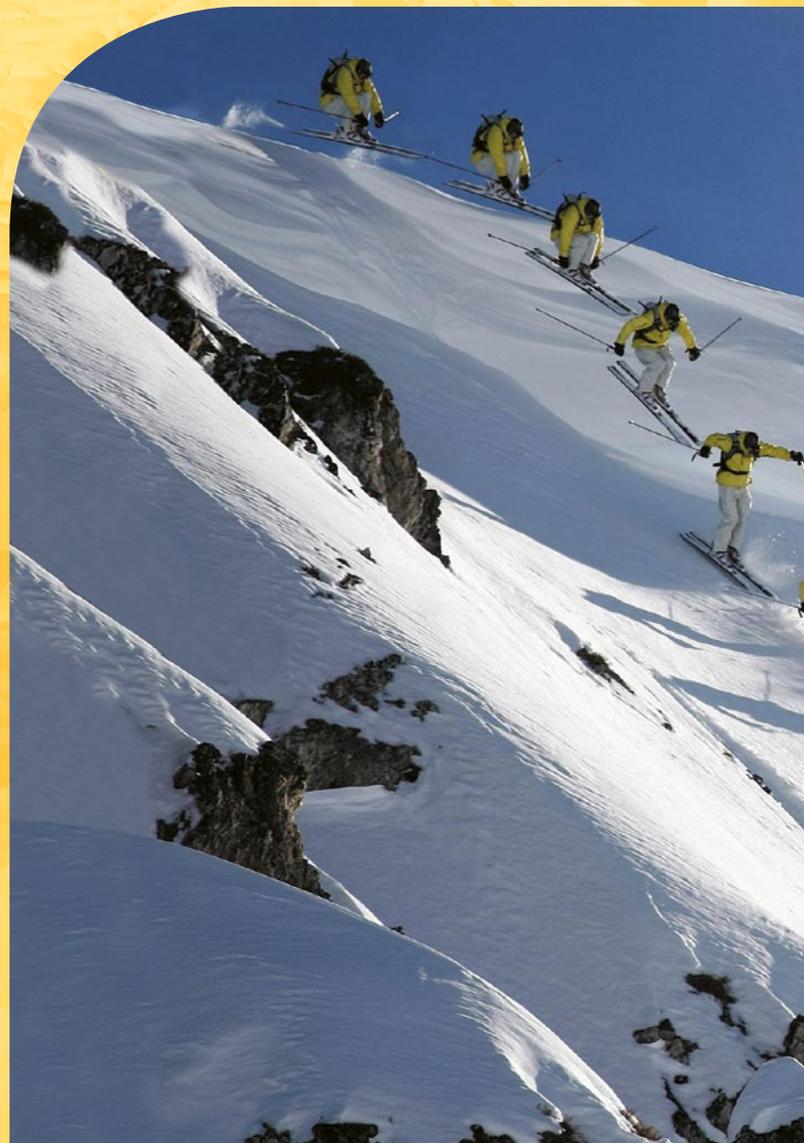
La reconnaissance du terrain a lieu durant les 4 jours précédant la compétition depuis le bas de la face, à l'aide de jumelles, d'un appareil photo et d'un ordinateur sur lequel le skieur décrypte les photos. Parmi les infinies trajectoires possibles, chacun s'applique à trouver celle qui sera la mieux adaptée à ses qualités : pour les uns, ce sera le passage de grosses barres et de bosses où effectuer les meilleurs sauts et figures, pour d'autres, la « ligne » la plus technique entre les rochers... Et pour ne pas se perdre en plein run, il faut mémoriser le paysage observé d'en bas et être capable de le reconnaître depuis le haut.

## Freeride, 100 % d'adrénaline

Le freeride, c'est le ski ou le snowboard en liberté sur une pente non balisée parfois très raide (jusqu'à 60°). Avec, pour pimenter l'exercice, une multitude d'embûches, barres rocheuses et couloirs. Sans oublier une neige changeante, qui passe de la poudreuse à la glace, obligeant le rider à adapter immédiatement sa vitesse et son style. Les spots les plus réputés se trouvent en Alaska et en France, sur les glaciers de la Meije. Le plus mythique reste le bec des Rosses (Suisse), un lieu réservé aux 50 meilleurs riders du monde.

## Un bon rider est un rider protégé

Dévaler une pente truffée de rochers tout en faisant des sauts de 5, 10 ou même 25 m de haut n'est pas sans danger. La sécurité est donc une obsession. En compétition, il est obligatoire de porter un appareil de recherche des victimes en avalanche (Arva), un sac à dos contenant une pelle et une sonde, un casque, une protection dorsale et, hors compétition, un sac avec airbag qui permet de rester en surface en cas d'ensevelissement.



## Le ski de vitesse : l'accélération d'une formule 1 !

Le ski de vitesse est, avec la chute libre, le sport non motorisé le plus rapide.

L'objectif : skier le plus vite possible.

Encore faut-il avoir le cran de se lancer en ligne droite du haut d'un mur de 45°. Au départ, l'appréhension est au rendez-vous, même pour les skieurs chevronnés, mais la concentration est extrême et tous les sens sont en éveil. Car après une année de préparation, il s'agit de plonger dans l'inconnu pour atteindre 200 km/h en seulement 5 à 6 secondes, soit une accélération identique à celle d'une formule 1 ! Plus la piste est longue, plus la vitesse augmente. À pareille allure, les skis flottent sur un coussin d'air. Le skieur doit conserver sa trajectoire malgré la vitesse et rester skis à plat, concentré au maximum sur toutes les imperfections du terrain qui pourraient le déséquilibrer.



En 2016, l'Italien Ivan Origone a battu le record du monde en ski de vitesse avec une descente enregistrée à 254,958 km/h !

*En ski de vitesse, le matériel est unique et testé en soufflerie afin d'améliorer sans cesse son aérodynamisme. Les skis sont longs (2,40 m) et lourds (15 kg la paire maximum). Le casque profilé est fabriqué à la main. Les bâtons sont courts et recourbés. Des ailerons sont portés derrière les mollets. La combinaison plastifiée est la plus ajustée possible. Enfin, une protection dorsale est indispensable.*



### LA PISTE

Elle peut dépasser 1 km de long et se divise en trois zones : la zone d'élan ; la zone de chronométrage (100 m), qui est équipée à l'entrée et à la sortie de cellules qui enregistrent le temps de passage, et l'aire de décélération et de freinage. La piste des Arcs (ci-dessus), en Savoie, a un dénivelé de 565 m, soit presque deux tours Eiffel, descendus en 15 secondes !

# TABLE DES MATIÈRES

L'HISTOIRE DU SKI	<b>2</b>
LE SKI ALPIN	<b>4</b>
SKI DE FOND ET BIATHLON	<b>6</b>
SAUT À SKI ET COMBINÉ NORDIQUE	<b>8</b>
SKI DE BOSSES ET SKICROSS	<b>10</b>
HALF-PIPE ET SLOPESTYLE	<b>12</b>
LE SAUT ACROBATIQUE	<b>14</b>
FREERIDE ET VITESSE	<b>16</b>
SPEED RIDING ET SNOWKITE	<b>18</b>
TOUS À SKIS !	<b>20</b>
LES GRANDES COMPÉTITIONS	<b>22</b>

© 2020, FLEURUS ÉDITIONS

57, rue Gaston Tessier, CS 50061, 75166 Paris Cedex 19

[www.fleuruseditions.com](http://www.fleuruseditions.com)

Direction : Guillaume Arnaud

Direction éditoriale : Emmanuelle Braine Bonnaire

Conception de la collection : Émilie Beaumont et Jack Delaroche

Édition : Amandine Doubre

Conception graphique : Éric Laurin sous la direction de création de Élisabeth Hébert

Direction artistique : Bleuenn Auffret, assistée de Julien Di Giorgio

Mise en page : Graph'M

Direction de fabrication : Thierry Dubus

Fabrication : Axelle Hosten

Loi n° 49-956 du 16 juillet 1949 sur les publications destinées  
à la jeunesse, modifiée par la Loi n° 2011-525 du 17 mai 2011.

Dépôt légal : octobre 2020

2<sup>e</sup> édition - N° d'édition : J20255

ISBN : 978-2-2151-5812-7 • MDS : 661079N1

Achevé d'imprimer en septembre 2020 en Italie

Par LEGO S.p.A par l'intermédiaire d'Ercom



## Crédits photographiques

**Fonds des pages :** pixabay.com. **Page 2 :** Peinture rupestre de 4 000 av. J.-C. © Selva/Leemage - Couverture du *Petit Parisien* 19-03-1905 © Selva/Leemage - Vue des Pyrénées vers 1850 © De Agostini/Gettyimages - Affiche sports d'hiver à Chamonix © Costa /Leemage. **Page 3 :** Nansen Fridtjof © DR - Chaussure et fixation de 1929 © R. Bourquin - Premier concours international de ski, Montgenèvre, 1907 © Coll. Musée dauphinois/Fond IGA - Émile Allais, 1937 © Keystone France - Première remontée mécanique, Megève-Rochebrune © DR. **Page 4 :** Descente, Adrien Théaux, Beaver Creek 2013 © J. Groder/Expa/Presse Sports - Descente, Johan Clarey, Bormio, 2013 © Newspix/Icon Sport - Schéma © J. L. Guérin/Comillus.com. **Page 5 :** Départ super combiné, Brice Roger, Schladming, 2013 © Prevost/Presse Sports - Frida Hansdotter, slalom, Kranjska Gora, 2014 © J. Makovec/AFP © Science photo library. **Page 6 :** Skieur de fond classique, Maurice Manificat © Ria Novosti/ Icon Sport - Tour de ski 2014, Elisa Brocard © P. Teysstot/Icon Sport. **Page 7 :** Biathlon, Coupe du monde, Alexis Boeuf © Manzoni/Icon Sport - Tir à la carabine, biathlon, Coupe du monde 2013, Alexis Boeuf © F. Faugère/Presse Sports. **Page 8 :** Dessins © J. L. Guérin/Comillus.com - Coupe du monde de combiné nordique 2014, Evgeniy Klimov © S. Hoppe/dpa/Corbis. Saut, Coline Mattel, J. O. 2014 ©Newpix/Icon Sport. **Page 9 :** Élan, Ronan Lamy Chappuis, J. O. 2014 © Nordic/Icon Sport - Départ, Andreas Wank, Tournée des quatre tremplins, 2013 © Laiho/Icon Sport - Entraînement en soufflerie © Expa/Presse Sports - Dessins © J. L. Guérin/Comillus.com. **Page 10 :** Ski de bosses, descente J. O. 2014, Ludwig Fjallstrom © D. Stiller/Bildbyran/Icon - Départ ski cross, Flaine 2007 © Prevost/Presse Sports - Sport Saut ski de bosses, Andrei Volkov © M. Mokrushin/Ria Novosti/Icon - Sport Tremplin, ski de bosses J.O. 2014, Patrick Deneen © M. Mokrushin/Ria Novosti/Icon Sport. **Page 11 :** Ski cross, Tristan Tafel (Canada), Tomas Kraus (Rep Tchèque), Armin Niederer (Suisse), Victor Oehling Norberg (Suède), Coupe du monde 2013 © F. Kaestle/epa/Corbis - Podium français J.O. 2014, A. Bovolenta, J-F. Chapuis, J. Midol © Rian Novosti/ Icon Sport. **Page 12 :** Ski acrobatique J.O 2014, Thomas Krief © J. Prevost/Presse Sports - Halfe pipe, finale de la coupe du monde 2013, Taylor Gold © Actionplus/Icon Sport - Snowpark © Shutterstock. **Page 13 :** Entraînement snowboard freestyle, Winter Xgames 2013 © Piolo/Chailan/Icon Sport - Rail, slopestyle, coupe du monde 2013 © P. Marin/Cordon/Presse Sports. **Page 14 :** Schéma © J. L. Guérin/Comillus.com - Tremplin, à gauche, Andreas Isoz © Gepa Pictures / Icon Sport - Réception, Roman Dobransky © Gepa Pictures / Icon Sport. **Page 15 :** Saut acrobatique, Assol Silvets, J. O. 2002 © Chamid/Icon Sport - Quatre figures acrobatiques, Qi Guangpu © Bildbyran / Icon Sport - Water jump et trampoline de Err © Baz Concept. **Page 16 :** Ski freeride (deux photos) © S. Cervos/ Icon Sport - Balise Arva EVO3+ © arva-equipment.com. **Page 17 :** Ivan Origone, ski de vitesse © Dominic Favre/AP/SIPA - Piste de l'Aiguille Rouge, Arcs 2000 © V'Images / J. Cantalupo. **Page 18 :** Speed riding (deux photos) © S. Cervos/Icon Sport - Ascension © R. Creary/All Canada Photos/Corbis. **Page 19 :** Snowkite, Ozone Snowkite Masters, Marek Zach © D. Stjiplovsek/epa/Corbis. **Page 20 :** Broches Esf © Agence Zoom - Enfant et monitrice au jardin d'enfants © Agence Zoom - Piste © DR - Équipement © Gorilla/ Fotolia - Couleurs des pistes © Romain Guigon. **Page 21 :** Ski hors-piste © Agence Zoom - Piste fermée © DR - Personne handicapée sur skis © Agence Zoom - Départ de compétition © Agence Zoom - Compétition © Agence Zoom. **Page 22 :** Winter X-Games 2013, Jamie Nicholls Slope style © R. Bord/Getty Images/AFP - Freeride World Tour, Loïc Collomb-Patton, Courmayeur Mont-Blanc, Italie © Freerideworldtour.com/J. Bernard - Biathlon, J. O. 2014 © Sampics/Corbis. **Page 23 :** Saut à ski, J. O. 2014, Kamil Stoch © Gepa Picture/ Icon Sport - Globe de Cristal © U. Lindt/Presse Sports - Vasaloppet © Rauschendorfer / Icon Sport.

**Couverture :** Brice Roger, skieur alpin Alain Grosclaude/ZOOM/PRESSE SPORTS.

**Vignettes (de gauche à droite) :** Evgeniy Klimov © S. Hoppe/dpa/Corbis - Téléphérique © Shutterstock - Montagne © Shutterstock - Broche Esf © Agence Zoom - Simone Origone, ski de vitesse © V'Images / J. Cantalupo.

**Posters :** Speed riding © S. Cervos/Icon Sport - Snowboard freestyle © Piolo/Chailan/Icon Sport.

# LA GRANDE IMAGERIE



7,95 € (France)



N° : 66107961

FEURUS