



# Le saut à ski

Dans ce sport, un skieur glisse très rapidement sur un tremplin pour effectuer le saut le plus spectaculaire : le plus loin et le plus beau possible, avant d'atterrir.

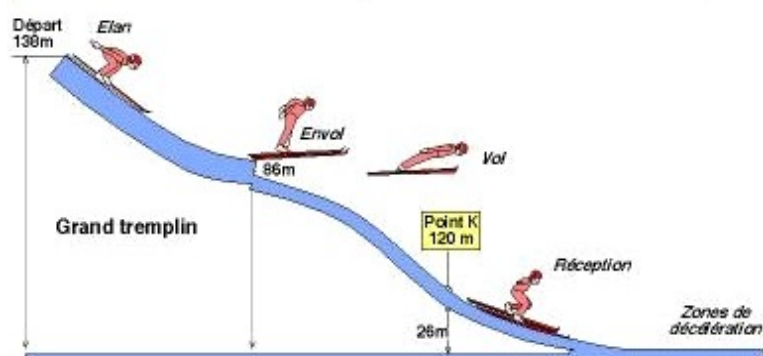
Ce sport est originaire de Norvège, et il est olympique depuis le début en 1924.



## Les trois phases d'un saut :

On considère qu'il y a trois phases importantes dans un saut à ski :

- l'élan : le skieur prend de la vitesse pour effectuer le meilleur saut possible
- l'impulsion: le moment très précis et tout en puissance où le skieur prend son envol
- le vol : la partie du saut dans les airs, où le skieur doit conserver une position parfaite le plus longtemps possible.



## Les épreuves au jeux olympiques

Il y a 4 épreuves de saut à ski aux Jeux Olympiques :

- grand tremplin hommes
- petit tremplin hommes
- petit tremplin femmes
- par équipes

Les skieurs sont notés sur la longueur du saut et sur sa technique.



## Les pays champions de saut à ski

Les meilleurs pays du monde sont l'Allemagne, la Pologne, l'Autriche et le Japon.

## Du haut du grand tremplin



## Quelques sauts

