

# Sommaire

N° 242 - JUILLET - 2<sup>e</sup> trimestre 2021

Toutes reproductions, totale ou partielle, des documents figurant dans ce numéro ne peuvent être faites sans l'autorisation de l'IA.E.F.A.  
Nous rappelons aux auteurs que les contraintes de plus en plus rigoureuses imposées par les nouvelles techniques de composition les obligent, à cet effet, à fournir des fichiers informatiques. Les articles contenus dans la revue sont publiés sous la seule responsabilité de leurs auteurs.  
Pour toute information complémentaire, merci de nous contacter.

Merci de contacter directement les responsables indiqués en fonction des sujets qui vous préoccupent

- **Président :** Hervé Delarras  
Tél. : 06 07 63 66 76  
Mail : delarras.herve@wanadoo.fr
- **Secrétaire général :** Jacky Bouchard  
Tél. : 06 77 30 19 60  
Mail : jacky.bouchard@worldonline.fr
- **Abonnements / Internet :**  
Tél. +33 (0) 6 21 28 08 96  
jeanluc\_gastaldello@me.com

## REVUE :

- **Directeur de la publication :**  
Jean-Luc Gastaldello
- **Rédaction- coordination :** Philippe Leynier - Jean-Claude Farault
- **Relecture :**  
Jean-Claude Farault
- **Comité de rédaction :** Gilles Follereau, Christine Hanon, Didier Legall, Thierry Lichtle, Agnès Livebardon, Claire Malaquin, Simon Martin, Jean-Bernard Paillisser, Sébastien Ratel, Jérémie Thiebaud- Jean-Luc Gastaldello.

## Ont collaboré à ce numéro :

Christine Hanon, Philippe Leynier, Charles Gozzoli, Sylvaine Derycke, Hélène Joncheray, Floriane Chevalier-Garenne, Thierry Lichtlé, Jérôme Nicault, Jean-Bernard Paillisser, Didier Le Gall, Fabien Lefort, Laurent Bosquet, Simon Martin, Jérémie Jusseaume, Thierry Moysse, Laurence Vivier, Jean-Luc Gastaldello, Jean-Claude Farault

## CRÉDITS PHOTOS :

- **Couverture :** FFA, Marie Lopez-Vivanco
- **Intérieur :** FFA, Adobe Stock, Ryback, phgaillard2001, Erik van Leeuwen, Marie-Lan Gguyen, DDM/Emilie Cayre.
- **Maquette - Mise en page :**  
Florence Klein
- **Publicité :**  
Marty Sports, AEFA
- **Contact Publicités :**  
Hervé Delarras, Jean-Luc Gastaldello



## 3 Edits

Par Christine Hanon et Philippe Leynier

## 6 Education athlétique

Plus facile... plus difficile ?

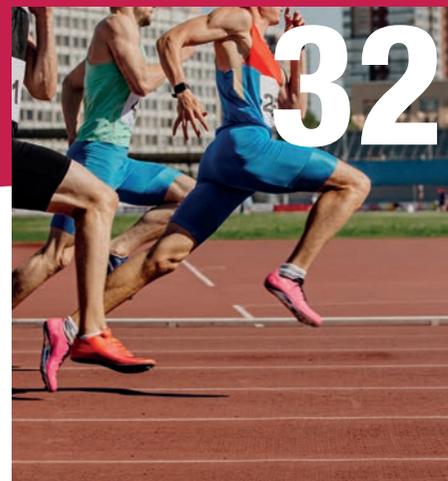
Par Charles Gozzoli

## 10 Dossier : Y a-t-il un athlétisme féminin ?

- Existe-t-il des freins et des leviers spécifiquement féminins pour atteindre le niveau mondial ?  
Par Christine Hanon, Sylvaine Derycke et Hélène Joncheray
- Entretien avec Carole Maître, gynécologue de l'INSEP
- La carence en fer  
Par Floriane Chevalier-Garenne
- Les femmes et les lancers  
Par Thierry Lichtlé
- Brève histoire du sport et de l'athlétisme au féminin  
Par Jérôme Nicault
- Interview de Frédérique Quentin  
Par Christine Hanon
- Interviews de Christine Arron, Christelle Daunay et Muriel Hurtis  
Par Jean-Bernard Paillisser

## 32 International

- 400 m et endurance spéciale par Jimson Lee  
Traduction de Didier Le Gall



## 34 Entraînement

- L'utilisation des bâtons en marche nordique, compétition et trail  
Par Fabien Lefort
- Être en forme le jour J  
Par Laurent Bosquet

## 41 Veille scientifique

Coordonnée par Simon Martin

Fiche sommeil

Par Simon Martin

Analyse Force-Vitesse en sprint, méthodes et applications

Par Jean-Benoît Morin, résumé par Jérémie Jusseaume

## 45 Formation

- Le sens du système fédéral de formation  
Par Thierry Moysse
- Les webinaires, des actions de formations et d'informations issues du confinement  
Par Laurence Vivier