



Water-polo

collection
grand soleil





Bibliothèque Nationale du Québec

Série F

Sports aquatiques

Water-polo

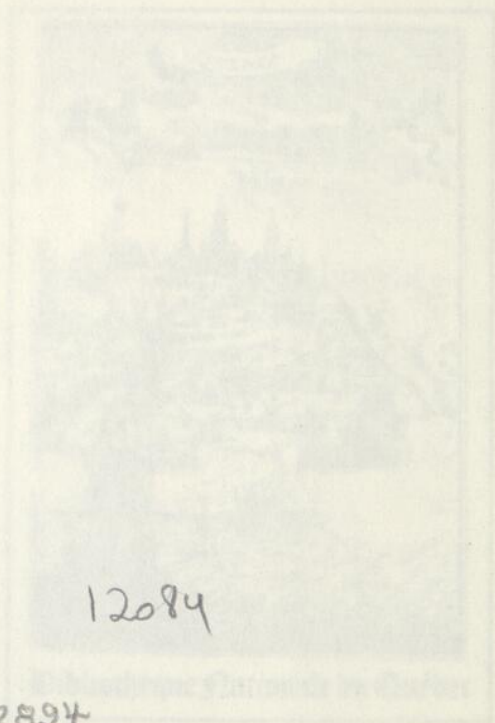
collection
grand soleil

Éditeur officiel du Québec

© 1974, Éditeur officiel du Québec

Bibliothèque nationale du Québec
Océanologie - Les Éditions 1974
du Québec

Les brochures de la collection GRAND SOLEIL ont été réalisées avec la collaboration du haut-commissariat à la Jeunesse, aux Loisirs et aux Sports.



BQ74-2894
D7431641

© 1974, Éditeur officiel du Québec.

Tous droits de traduction et d'adaptation, en totalité ou en partie réservés pour tous les pays. Toute reproduction pour fins commerciales, par procédé mécanique ou électronique, y compris la micro reproduction, est interdite sans l'autorisation écrite de l'Éditeur officiel du Québec.

Dépôt légal — 2e trimestre 1974
Bibliothèque nationale du Québec

HISTORIQUE

Évolution du jeu

À l'image de nombreuses disciplines sportives, le water-polo a pris naissance en Angleterre, vers le milieu du XIXe siècle. Toutefois le développement de ce sport aquatique ne commencera à prendre de l'ampleur qu'à partir des années 1900.

À ses débuts, on considérait le water-polo plus comme un jeu que comme une discipline sportive, caractérisé par la rudesse de la lutte que se livraient les pratiquants. La création et la publication de règlements, en 1887, démontrent le souci des fondateurs et de leurs successeurs de contrecarrer cet aspect négatif, au profit de l'exercice de qualités individuelles et collectives telles que la rapidité, l'adresse, la stratégie, la condition physique et la maîtrise de la natation. Malgré cette codification plus rigoureuse, le water-polo fut considéré longtemps comme un sport violent et déloyal où des adversaires, profitant de l'eau, se livraient à des luttes sauvages, acharnés à se noyer mutuellement par des prises interdites.

Aujourd'hui, seuls des profanes conservent encore cette impression que cette lutte, dans un bouillonnement d'écume, n'est que violence et irrégularité. Cette opinion est d'autant plus fautive que le water-polo est un des sports où les sanctions sont les plus sévères à l'endroit des joueurs¹. Ceux-ci sont obligés, par conséquent, de ne pas commettre de fautes qui entraîneraient leur exclusion définitive ou momentanée du jeu, afin que leur absence ne constitue pas un handicap important pour leur équipe. Depuis la rédaction des premiers règlements, en 1887, on a apporté de nombreux ajouts et des modifications. Ceci a eu pour conséquence de modifier différents aspects du jeu proprement dit.

C'est ainsi que les joueurs, au nombre de sept par équipe, devaient jouer continuellement, sans pouvoir être remplacés. Par ailleurs, un joueur qui commettait une faute grave était exclu du jeu, jusqu'à ce qu'un but soit marqué. On s'aperçut que cette règle entraînait une équipe, bénéficiant alors de l'avantage numérique et menant au tableau de pointage, à ralentir le jeu et à conserver la balle afin de préserver son avance. Il fut

¹ Plusieurs spécialistes considèrent que les responsabilités actuelles de l'arbitre ont cependant une influence déterminante sur la nature des matchs. Une attitude trop passive de sa part peut avoir pour conséquence de donner à une partie un aspect trop défensif, qui est caractérisé souvent par des gestes de violence.

décidé alors de remplacer ce système d'exclusion par celui de points de pénalisation: trois pénalités commises par les joueurs d'une même équipe donnaient droit, à l'équipe adverse, à un penalty². À l'expérience, on constata que les arbitres n'hésitaient plus à distribuer des pénalités, jugées auparavant trop sévères avec le système de l'exclusion immédiate. Cette modification eut alors pour conséquence de changer la physionomie des matchs où la majorité des buts provenaient de tirs de pénalités. En 1970, le système original fut rétabli, avec un correctif important. L'exclusion d'un joueur était ramenée à une minute. Ceci oblige ainsi l'équipe avantagée par le nombre à prendre des initiatives, d'autant plus qu'elle doit, tout comme l'équipe adverse, tirer au but avant 45 secondes d'affilée. Ces quelques règles essentielles n'ont pas fait le sport du water-polo; elles en ont toutefois modifié l'aspect actuel.

La domination hongroise

Pour revenir à l'histoire de ce sport aquatique, il faut remonter aux années 1900. C'est à cette époque que le water-polo commence réellement à être pratiqué dans d'autres pays que son pays d'origine, l'Angleterre. Outre ce pays, les compétitions sont dominées par la Belgique et par la Suède. Cependant la supériorité des équipes anglaises s'affirmera tout au long des années, jusqu'aux Jeux olympiques d'Anvers, en 1920.

En effet, l'Angleterre a remporté la première place, au cours des quatre premières Olympiades où le water-polo est inscrit au programme: 1900, 1908, 1912 et 1920. Aux Jeux olympiques suivants, les équipes anglaises n'ont plus apparu dans le groupe de tête; la France et l'Allemagne gagnèrent respectivement en 1924 et en 1928 le titre olympique. Malgré les victoires des équipes de ces deux pays, ce fut la Hongrie qui s'annonça comme le concurrent le plus sérieux pour obtenir le titre convoité de meilleure équipe au monde. Déjà ce fut le cas en 1926, lors des premiers championnats d'Europe qui seront longtemps en dehors des Jeux olympiques³, la plus importante compétition.

² Tir au but, sans aucun défenseur, à l'exception du gardien de but.

³ Il n'existait pas jusqu'en 1972 de championnats du monde de water-polo. Les compétitions des Jeux olympiques remplaçaient en quelque sorte les championnats mondiaux. Les premiers championnats ont été présentés à Belgrade, en 1972 dans le cadre de championnats du monde des sports aquatiques.

Deux victoires italiennes en 1948, devant la Hongrie et en 1960 devant les équipes soviétique et hongroise, apparaîtront aux yeux des spécialistes quelque peu accidentelles. Malgré les mérites attribués aux poloïstes italiens, ce sont les représentants d'URSS et de la Yougoslavie qui vont devenir les rivaux les plus redoutables des Hongrois dans les grandes compétitions. Après son demi-échec, à Rome, où elle se classait cependant troisième, la Hongrie a réussi à conquérir de nouveau la première place, devant l'URSS, aux Jeux olympiques de 1964. Mais, en 1968, la Yougoslavie décrochait le titre olympique et quatre ans plus tard, ce fut au tour de l'URSS de conquérir pour la première fois le titre olympique.

Les équipes hongroises, qui ont participé aux compétitions durant ces dernières années, restent encore parmi les plus fortes du monde. Leur suprématie est toutefois très contestée, comme l'illustrent les résultats des deux dernières olympiades.

Depuis 1972, les États-Unis, qui affirment depuis longtemps leur domination dans les épreuves de natation, ont rejoint les trois grandes formations nationales des pays de l'Est. Cette intrusion permet de penser que le water-polo ne sera plus l'apanage de ceux-ci. Les équipes américaines risquent de constituer, à brève échéance, une menace permanente.

D'ici quelques années, d'autres pays, à l'exemple des États-Unis, viendront aussi rejoindre le peloton des grandes équipes nationales.

Constatation surprenante, ce sport n'est pas encore régi, sur le plan international, par une fédération autonome. C'est la Fédération internationale de natation amateur (FINA) qui règle et organise les compétitions internationales. Sur le plan national, plusieurs pays n'ont pas d'organisme spécifique. Ce sont encore les fédérations de natation qui régissent les activités de water-polo.

Cependant, au Canada et au Québec, il existe un organisme indépendant de la fédération de natation. L'Association canadienne de water-polo regroupe des organismes provinciaux. Au Québec, la Fédération québécoise de water-polo préside aux destinées du water-polo au Québec, en surveillant le déroulement des compétitions et en établissant le calendrier des manifestations à tous les niveaux.

Quelle est la situation de ce sport au Canada?

Le Canada n'a jamais particulièrement brillé dans les compétitions internationales. Est-ce à dire qu'il n'existe pas encore d'équipes ou de joueurs dignes de figurer sur le plan international? Les résultats obtenus récemment par des équipes (équipe du Québec, équipe nationale) permettent de répondre par la négative. Le Canada figure assez bien dans le classement des meilleures nations pratiquantes. Pourtant, bien que pratiqué depuis fort longtemps, le water-polo n'y a pas connu un développement fulgurant et les pratiquants canadiens sont encore loin des résultats obtenus par les nageurs. Cependant le nombre croissant d'équipes illustre son développement fantastique. Ainsi, on compte près de 300 équipes dans le Québec.

Les centres qui ont le plus grand nombre de pratiquants sont Québec et Montréal. Dans les autres provinces, Hamilton et Edmonton constituent les autres châteaux forts du water-polo au Canada.

Le développement de ce sport aquatique au Québec est dû à un effort de promotion, dans le milieu scolaire, de la Fédération de water-polo du Québec. Celle-ci a su s'entourer de spécialistes étrangers, en particulier hongrois, qui ont permis d'améliorer le niveau d'ensemble des joueurs. Les meilleurs, réunis au sein de l'équipe du Québec, ont réussi de très bonnes performances sur le plan international. Cela permet d'envisager dans un proche avenir, une équipe canadienne de bon niveau, composée en majeure partie, de joueurs québécois.

CARACTÉRISTIQUES ACTUELLES

Une partie se joue entre deux équipes de 7 joueurs (6 joueurs de champ: 1 arrière, 2 demis, 3 avants et un gardien de but) auxquels s'ajoutent 4 remplaçants. Plusieurs lignes divisent un bassin de water-polo. Celles-ci sont clairement signalées de chaque côté. Ce sont les lignes des buts, les lignes des 2 m, les lignes de penalty (4m) et la ligne médiane. Le bassin, s'il se situe dans une piscine olympique (50m) est limitée par des lignes situées à 30cm (environ (1') en arrière des lignes de but.

Le jeu consiste à loger un ballon de caoutchouc dans les filets du but adverse.

La partie est divisée en quatre périodes de cinq minutes, avec une mi-temps de cinq minutes. En cas d'égalité, après cinq minutes de pause à la fin de la partie régulière, il y a une prolongation qui dure six minutes, divisée en deux périodes de trois minutes par une mi-temps d'une minute qui permet aux équipes de changer de camp. La partie est prolongée autant de fois qu'il est nécessaire.

Lors d'un match de water-polo, l'arbitre est assisté par un chronométrateur, deux juges de but et un secrétaire de match. L'arbitre arrête l'écoulement du temps, à chaque arrêt de jeu. Au début de la partie, les deux équipes s'élancent, au coup de sifflet, en partant de leur ligne de but pour aller saisir le ballon jeté au milieu de la ligne médiane. Pour cette occasion, le gardien cède sa place dans le but au joueur le plus rapide de l'équipe, pour permettre à celui-ci d'arriver le premier jusqu'au ballon. Dès que le ballon a été saisi par un nageur, ses équipiers tentent de se démarquer pour approcher du but et lancer. Pendant ce temps, l'équipe adverse se place en défensive, le gardien dans les buts, les deux joueurs arrières et le demi-centre, placés autour des buts pour surveiller avec leurs attaquants les joueurs adverses. Généralement la défensive est individuelle. Chaque joueur surveille l'évolution du même joueur adverse, quel que soit le placement de ce dernier. Dans la défense de zone, moins utilisée, chaque joueur de l'équipe en défense surveille une zone de son camp, pour empêcher tout joueur de l'équipe attaquante de pouvoir y évoluer avec le ballon.

Le jeu consiste donc à marquer et pour ce faire, les joueurs doivent tenter de se démarquer. L'équipe possédant le ballon s'efforce, par des combinaisons de passes de déjouer les défenseurs et en dernier lieu, le gardien de but.

Les joueurs à l'exception du gardien, doivent manier le ballon d'une seule main. Cela les oblige à jongler en quelque sorte avec le ballon ou encore à le pousser devant eux, à l'aide de la vague, provoquée par la nage des bras (crawl).

Pour diriger un match, l'arbitre est muni d'un sifflet et d'un bâton dont les extrémités se terminent par des drapeaux de couleur différente⁴.

Les juges de but ont à leur disposition deux drapeaux différents (blanc et rouge).

L'arbitre reste le maître absolu du jeu. Il sanctionne notamment les fautes qu'il voit ou qui lui sont signalées par les juges de but. Il est difficile de présenter ici les règlements au complet, qui décrivent les caractéristiques de chaque faute et les sanctions. Pour mentionner les fautes les plus courantes, il faut établir une distinction entre fautes ordinaires et fautes graves. Les premières sont sanctionnées par un coup franc. Celui-ci est joué de l'endroit où la faute a été commise ou encore, si elle a été commise dans la zone des 2m de l'équipe adverse, il est joué à partir de la zone des 2m de l'équipe du joueur fautif (équipe attaquante).

Les fautes graves sont punies par un point de pénalité. Le joueur fautif est exclu pour la durée du jeu. Il peut être remplacé par un réserviste, sauf lorsqu'un acte de brutalité a été commis délibérément. Le fautif peut être exclu pour le reste de la partie, mais l'arbitre autorise cependant son remplacement.

Les fautes ordinaires sont: voler le départ, avant le signal de l'arbitre; prendre appui sur un point fixe pendant la durée du jeu; enfoncer le ballon à deux mains, le frapper avec le poing; jeter de l'eau à la figure d'un adversaire; se lancer du fond du bassin pour jouer le ballon et pour attaquer un adversaire; gêner un joueur sans qu'il tienne le ballon; prendre appui sur un autre joueur.

Les fautes graves sont: frapper un adversaire; commettre une faute dans la zone des 4m par laquelle un but certain est évité; persister à faire une faute déjà signalée; refuser d'obéir à l'arbitre; employer un langage grossier.

La sanction des fautes graves peut aller d'un point de pénalité, au tir de pénalité (après trois points) ou encore à l'exclusion du jeu (momentanée ou définitive).

⁴ Les couleurs, qui sont le bleu et le blanc, correspondent à celles des bonnets portés par les joueurs des deux équipes.

CONDITIONS DE PRATIQUE

Aménagements

Le water-polo se joue actuellement dans un bassin (piscine) dont la longueur est de 30m (99') au maximum et de 20m (66') au minimum tandis que la largeur doit se situer entre 20m (66') au maximum et 8m (26') au minimum. Il y a lieu d'ajouter que la profondeur du bassin doit être suffisante (plus de 1m, pour une rencontre amicale, et plus de 1,80m (5'11") pour les compétitions nationales et internationales).

Le bassin doit être aménagé pour les compétitions. Les différentes lignes sont indiquées sur les côtés et les buts, qui forment avec les poteaux et la barre transversale une section rectangulaire, doivent avoir 3m (9'9") de large. La barre transversale se trouve à 0,90m (3') au-dessus de l'eau, s'il y a au moins 1,50m de profondeur.

Matériel et équipement

L'équipement nécessaire pour jouer n'est pas très important. Sur le plan individuel les nageurs ont un maillot de bain et portent tous sans exception un bonnet (bleu pour les membres d'une équipe, blanc pour ceux de l'autre équipe et rouge pour les gardiens de but) avec un numéro placé sur le côté. Sur le plan collectif, il suffit d'un ballon de caoutchouc. La circonférence de celui-ci peut varier de 68cm à 71cm (environ 30") tandis que son poids est fixé entre 400 et 450g (moins d'une livre anglaise).

En plus de l'équipement nécessaire à l'arbitre et aux juges de ligne, un chronométrateur possède, en plus du chronomètre, un sifflet qui lui permet de signaler, indépendamment de l'arbitre, la fin des périodes et de la partie. Enfin, un secrétaire de match tient des feuilles pour noter toutes les indications sur les points de pénalités commises.

Apprentissage

L'initiation au water-polo peut commencer assez tôt, à l'âge de 9 à 10 ans. Mais quel que soit l'âge du débutant, elle suppose au préalable une connaissance suffisante de la natation.

L'initiation au water-polo débutera par la pratique de jeux préparatoires, combinés d'ailleurs à un entraînement à la natation. L'entraînement permet d'améliorer l'endurance du pratiquant, sa familiarisation avec l'élément liquide dans lequel se joue cette discipline.

Cette initiation se fait en groupe, de façon à accroître l'intérêt à tous les exercices mais surtout pour améliorer la perception de l'espace, pour s'habituer aux différents rythmes et aux cadences du jeu et pour donner, dès le début, un sens développé de la tactique. Parmi les jeux pratiqués au début, il y a les relais effectués par les joueurs qui nagent avec le ballon, puis le passent à un joueur placé derrière, après s'être placés brusquement en position dorsale. Il y a aussi des petites phases de jeu simulé entre deux équipes de trois ou quatre joueurs, qui ont pour but essentiel d'apprendre à passer et à recevoir le ballon d'une seule main.

Ce geste clé nécessitera d'ailleurs de nombreuses répétitions, d'autant plus qu'il existe différentes façons de saisir et de tenir le ballon, lors d'une passe, au moment où il touche l'eau ou lors d'un tir au but. D'autres exercices, disputés entre un même nombre de joueurs, visent à leur donner les notions de marquage (défense) et de démarquage (attaque); ainsi les deux camps seront successivement attaquant puis défenseur.

De nombreuses séances de natation permettent d'apprendre la technique particulière des nages employées au water-polo, en position ventrale ou dorsale. En effet la nécessité de démarrer rapidement et de changer souvent de direction obligera les débutants à apprendre les nages de crawl et de dos, avec le buste dégagé hors de l'eau et en pratiquant alternativement des coups de ciseaux et des battements des jambes, sur un trajet non rectiligne et discontinu.

Contrairement aux anciennes méthodes, à l'image de plusieurs sports, l'apprentissage sera basé davantage sur un enseignement global des gestes de base et de tactiques d'ensemble. L'étude des gestes individuels (passe, tir, dribble) s'effectuera donc généralement dans le cadre d'actions collectives. Cependant cet apprentissage est associé à une éducation physique de base qui a pour but de développer les capacités motrices et psycho-motrices des pratiquants.

L'éducation physique permet l'acquisition de l'endurance, de la puissance musculaire, de la maîtrise corporelle. Toutes ces qualités peuvent s'acquérir en partie hors de l'eau, grâce à la course à pied, aux jeux de passe avec *medecine ball*, à des exercices d'assouplissement. Ces qualités sont aussi améliorées dans l'eau grâce aux jeux exécutés dans des conditions proches de celles d'un match. L'apprentissage de nages, avec des positions particulières de la tête, des bras ou des jambes, des mouvements avec le ballon, des jeux opposant deux joueurs sont autant d'exemples d'exercices qui améliorent les qualités déjà mentionnées.

L'entraînement

Pour tout aspirant à la compétition de haut niveau, le water-polo exige un entraînement régulier, intense et soutenu. L'entraînement intensif permet d'améliorer les qualités individuelles des joueurs telles que la résistance et la vitesse de démarrage, essentielles à la pratique du water-polo en compétition. Comme pour la plupart des sports, l'entraînement actuel s'étale sur toute l'année. Son aspect est modifié à l'approche de la saison des compétitions; à ce moment-là, les water-poloistes consacrent plus de temps à perfectionner des combinaisons de jeu. La part consacrée à des exercices de nage et de résistance n'est pas pour autant éliminée. Cet aspect de l'entraînement occupe cependant une plus grande partie du temps durant la période hors compétition. Les séances se composent généralement d'une partie réservée à l'entraînement individuel et d'une autre partie consacrée à l'entraînement collectif. Dans le premier cas, c'est l'occasion pour l'entraîneur d'appliquer suivant les méthodes d'*interval-training* une alternance d'efforts et de repos, pour améliorer résistance et vitesse. Il y a aussi des séances de musculation et de gymnastique qui ont pour but d'accroître la puissance de certaines parties du corps (jambes et bras).

L'entraînement aux techniques collectives, plus important lorsque les pratiquants se préparent aux compétitions, permet d'améliorer les gestes fondamentaux et le sens tactique. Les exercices dirigés (tir au but avec un défenseur, tir à «deux contre un», passe, etc.) et le jeu conditionné (c'est-à-dire un jeu organisé par l'entraîneur), constituent les moyens d'entraînement habituels avec des jeux de compétitions, les nageurs se divisant alors en deux équipes, pour disputer un vrai match, souvent sur un espace plus restreint. Cette dernière condition a pour conséquence de solliciter plus fréquemment tous les joueurs, pour se démarquer, faire des passes, tirer au but.

La rapidité des passes, la facilité de démarquage, la vitesse de démarrage sont des conditions essentielles à acquérir pour obtenir de bons résultats.

DOCUMENTATION ÉCRITE ET AUDIO-VISUELLE

Documentation écrite

Bulletins, revues, journaux, brochures (en anglais et en français qui traitent uniquement de l'activité qui vous intéresse).

<i>Titre</i>	<i>Adresse</i>
Get Wet	Publication du ministère national de la Santé et du Bien-être Ottawa, Ontario Canada
Swimming Teacher	Swimming Teachers Association of Great Britain Queen's College Chambers 38a Paradise Street Birmingham 1 Angleterre (G.-B.)
Natation	148, avenue Gambetta Paris 20e France
Rudder	Rudder Publishing Co. 575, Lexington Avenue New-York, N.Y. 10022 États-Unis
Swimming Pool Age	Hoffman Publication Inc. Professional Building Sunrise Boulevard Fort Lauderdale, Floride 33304 États-Unis

Ouvrages et autres publications

Des milliers d'ouvrages, d'articles et de rapports d'études ont été publiés, en français ou en anglais. Les principales maisons d'éditions qui publient des ouvrages et d'autres documents sur les sports et sur les activités de plein air sont:

- au Québec* — Éditions de l'Homme, Éditions du Jour,
Éditions Leméac, Éditions La Presse.
- en France* — Éditions Amphora, Éditions Bornemann,
Éditions Arthaud, Éditions du Seuil,
Éditions Denoel, Éditions de la Table Ronde,
Éditions Hachette.
- en Belgique* — Éditions Gérard et Co. (Marabout).
- aux États-Unis et
en Grande-Bretagne* — Simon and Schuster, Prentice Hall, Ronald
Press, Tafnews Press, Athletic Institute,
Ed. Sports Illustrated, Pyramid Books, ATC
Sports Products, Creative Sports Books,
Sporting News, Harper & Row, Goodyear.

Les fédérations sportives ou d'activités de plein air publient fréquemment des documents techniques ou d'initiation.

Documentation audio-visuelle

Les organismes de production et de distribution de documents audio-visuels sont nombreux. Les plus importants sont:

au Québec

- Office du Film du Québec
- Office national du film
- Service général des
moyens d'enseignement
- Radio Québec
- Radio Canada

en France

- Service de pédagogie audio-visuelle de
l'institut national des sports

aux États-Unis

- Action Films Inc.
- Athletic Institute
- Compagnie scientifique Ealing Ltd.
- John Colburn Associates

Plusieurs fédérations sportives et récréatives nationales produisent ou distribuent aussi de nombreux documents audio-visuels. Renseignez-vous auprès de la Fédération de water-polo du Québec

Rudder

Rudder Publishing Co.
575 Lexington Avenue
New York, N.Y. 10022
États-Unis

Swimming Pool Age

Hofman Publication Inc.
Professional Building
Sunrise Boulevard
Fort Lauderdale, Florida 33304
États-Unis

Autres organismes

Les fédérations sportives ne sont pas les seules à jouer un rôle d'animation. En milieu scolaire, il existe des fédérations et des associations qui organisent le calendrier des manifestations sportives. Ces organismes fixent les lieux des rencontres et surveillent leur déroulement. Cependant, ils n'exercent pas les fonctions de réglementation et de régie qui sont de la compétence des fédérations sportives. Ces organismes sont:

- la Fédération du sport collégial du Québec
- la Fédération du sport scolaire
- l'Association des professionnels de l'activité physique du Québec
- l'Association sportive universitaire du Québec.

Le siège de ces fédérations est situé au siège social de la Confédération des sports du Québec, au 881 est, boul. de Maisonneuve, Montréal 132.

Les Conseils régionaux de loisirs exercent un rôle de soutien à l'endroit des organismes susmentionnés. Ils ont notamment pour mandat d'informer le public et de promouvoir les activités de loisirs. Pour ce faire, ils fournissent une aide administrative et technique aux fédérations et aux associations. Les Conseils régionaux de loisirs sont au nombre de 15 et sont situés dans les localités suivantes:

Est du Québec	140 ouest, rue St-Germain Rimouski
Saguenay - Lac St-Jean	132, rue Collard Alma
Québec	917, Mgr. Grandin, suite 300 Québec 10
Mauricie	Case postale 1174 1232, rue des Chenaux Trois-Rivières
L'Estrie	75, rue Chartier Sherbrooke
Outaouais	Case postale 723 115, rue Carillon Hull
Abitibi - Témiscamingue	768, 3e Avenue Val D'Or

Côte-Nord	898, rue Puyjalon Hauterive
Centre du Québec	Case postale 101 148, rue St-Jean Drummondville
Sud-Ouest du Québec	48, ave Grande Île Case postale 327 Valleyfield
Rive-sud Métropolitaine	360, rue St-Jean Longueuil
Richelieu - Yamaska	1871, rue des Cascades St-Hyacinthe
De Lanaudière	421, de Lanaudière Joliette
Des Laurentides	864, boul. St-Antoine St-Antoine des Laurentides
Montréal	Service des Loisirs 445, rue Saint-François-Xavier Montréal 125

SÉRIE E — Athlétisme (suite)

- hauteur
- longueur
- triple saut
- perche

SÉRIE F — Sports aquatiques

- nage synchronisée
- natation
- plongeon
- water-polo

SÉRIE G — Sports nautiques

- aviron
- canoë-kajak (slalom)
- canoë-kajak (eau vive)
- voile
- ski nautique

SÉRIE L — Activités de plein air

SÉRIE M — Activités de plein air

Liste des brochures de la collection GRAND SOLEIL

SÉRIE A — Sports de combat

escrime
boxe
judo
lutte olympique

SÉRIE B — Sports de raquette

badminton
squash
tennis sur table
tennis

SÉRIE C — Athlétisme (courses)

vitesse et relais
obstacles
demi-fond et fond

SÉRIE D — Athlétisme (lancers)

poids
disque
marteau
javelot

SÉRIE E — Athlétisme (sauts)

hauteur
longueur
triple saut
perche

SÉRIE F — Sports aquatiques

nage synchronisée
natation
plongeon
water-polo

SÉRIE G — Sports nautiques

aviron
canoë-kayak (plat)
canoë-kayak (eau vive)
voile
ski nautique

SÉRIE H — Sports de neige

ski alpin
ski nordique
saut à ski

SÉRIE I — Sports de glace

patinage de vitesse
patinage artistique

SÉRIE J — Sports de ballon

basket-ball
volley-ball
handball olympique
soccer (football)

SÉRIE K — Sports divers

haltérophilie
cyclisme
sports équestres
olympiques
crosse
gymnastique

**SÉRIE L — Activités de plein air
d'hiver**

ski de randonnée
raquette

**SÉRIE M — Activités de plein air
d'été**

randonnée pédestre
cyclotourisme

Affiches **Grand Soleil**

46 affiches de 57,15 x 95,25 cm (25,5 x 37,5 po) servent de réplique parfaite aux brochures : même titre, même illustration, même texte au verso. Alors que les brochures se présentent comme l'indispensable « livre de poche » de tout sportif, les affiches offrent l'avantage de servir simultanément à la décoration, à la publicité et à l'information. Grâce à la bande libre ménagée au bas de l'éclatante illustration, les fédérations, les associations de sport ou de plein air peuvent annoncer leurs principales manifestations et en décupler l'efficacité. Le texte d'information sert d'aide-mémoire tant aux sportifs chevronnés qu'aux débutants sur les aspects fondamentaux des sports ou des activités de plein air.

On peut se les procurer à des prix intéressants

- Dans une librairie de l'Éditeur officiel du Québec
- Chez un libraire dépositaire des publications de l'Éditeur officiel du Québec
- Chez l'Éditeur officiel du Québec, par commande postale

Toute commande adressée à l'Éditeur officiel du Québec est payable d'avance par chèque ou mandat-poste à l'ordre du ministre des Finances.

Expédier à : **Éditeur officiel du Québec**
675 est, boulevard Saint-Cyrille
Québec
G1A 1G7

e
t
s
k
e

BNQ



C 000 012 084

Deacidified using the Bookkeeper process.
Neutralizing Agent: Magnesium Oxide
Treatment Date: DEC 1998



PRESERVATION TECHNOLOGIES, L.P.
111 Thomson Park Drive
Cranberry Township, PA 16066
(724) 779-2111

L'Édition de Québec