



Cet été, les Jeux olympiques de Paris nous ont offert des moments d'une rare intensité insufflant une ferveur populaire sans précédent aux quatre coins du pays. Ces instants d'exaltation, au-delà de la simple performance, nous rappellent l'essence même du sport de haut niveau : un fragile équilibre entre le dépassement de soi, la rigueur et la précision d'un geste sans cesse optimisée.

En septembre 2022, la Fédération Française d'Athlétisme s'est dotée d'une cellule d'optimisation de la performance sous l'impulsion de Patrick Ranvier (Directeur Technique National) et de Romain Barras (Directeur de la Haute Performance). Cette cellule, que j'ai le privilège de copiloter aux côtés de mon collègue Bertrand Valcin, repose sur une approche systémique et à 360° de la performance. Depuis deux ans, nous œuvrons avec détermination à bâtir un environnement où chaque acteur — athlète, entraîneur, sport scientist, nutritionniste, analyste de données, préparateur mental, chercheur, etc. — puisse être en mesure de participer activement à cette démarche collective. Ensemble, nous transformons les avancées techniques et scientifiques en outils concrets, pour offrir aux athlètes et aux entraîneurs des solutions de terrain à la mesure des exigences de la haute performance.

Pour faire face à une concurrence internationale sans cesse plus intense et se préparer aux défis sportifs qui nous attendent, il devient impératif d'aborder la performance de manière exhaustive. Plus que jamais, nous devons nous appuyer sur une organisation capable d'embrasser toutes les dimensions de la performance, afin d'en optimiser chaque aspect et de veiller à ce qu'aucun levier, si infime soit-il, ne demeure inexploité. C'est dans cet esprit que cette nouvelle cellule se structure autour de cinq axes :

- 1. Le suivi des athlètes :** un accompagnement individualisé où le « prêt-à-porter » laisse place au « cousu-main ». Ici, chaque athlète bénéficie d'un suivi sur mesure, adapté à ses besoins et à ses objectifs.
- 2. L'analyse de la performance :** l'intégration de technologies avancées associée à une veille de la concurrence permet une compréhension plus fine de chaque paramètre susceptible d'influencer la performance. Cette approche innovante nous offre une vision précise et détaillée, essentielle pour corriger, affiner et anticiper.
- 3. La recherche & le développement :** la création d'outils de pointe et de

méthodologies innovantes, en collaboration avec des partenaires scientifiques et industriels, répond aux exigences de performance actuelles et futures. Cet axe est un véritable laboratoire de R&D où l'innovation se mêle aux savoir-faire afin de garantir aux athlètes qu'ils disposent des outils les plus performants pour se préparer ;

**4. L'Athlé Data Hub :** un espace numérique centralisé qui rassemble, organise et analyse les données de performance, offrant ainsi un regard détaillé sur les principaux paramètres d'intérêt. Ce hub transforme des données brutes de terrain en informations stratégiques, rendant chaque décision des entraîneurs plus éclairée.

**5. La montée en compétences :** une démarche continue de partage et de formation, permettant à tous les acteurs de se tenir informés des dernières avancées scientifiques. Cette dynamique favorise l'intégration de nouvelles compétences et assure toujours plus d'efficacité dans la préparation de nos athlètes.

Dans ce dossier spécial consacré aux lancers, notre ambition est d'offrir une perspective élargie, en explorant des dimensions souvent moins mises en lumière, mais tout aussi essentielles à la performance. Si la technique et la biomécanique demeurent, sans nul doute, des piliers incontournables des lancers, elles sont plutôt bien documentées et ont fait l'objet de nombreuses publications dans de précédents numéros de notre revue AEFA. Avec ce numéro, nous avons choisi d'ouvrir de nouveaux horizons en dévoilant plusieurs leviers moins connus, mais capables de contribuer également à l'optimisation de la performance des lanceurs.

Pour débiter ce dossier sur les lancers, Didier Poppé nous livre un bilan synthétique et complet de l'ensemble des lancers des derniers Jeux olympiques parisiens. Dans la partie portant sur les facteurs de la performance, Mathieu Jouys se penche sur l'alimentation en soulignant l'importance des apports protéiques dans le régime