

L'actu du jour

Le roller derby, un sport de vitesse et de contact sur patins

En juin dernier, *1jour1actu* a testé pour toi le roller derby, afin de te donner des idées de nouvelles activités sportives à la rentrée. Sensations et rigolades garanties !



Le roller derby, « c'est trop bien comme sport, et ça permet de nous démarquer des autres ! », sourient les jeunes de l'équipe junior de Toulouse (dans le sud de la France). (© Vincent Gire / Milan Presse)

Tu aimes **la vitesse**, les sports de glisse et surtout t'amuser ? **Le roller derby** est fait pour toi ! Dans **ce sport**, **2 équipes de 5 s'affrontent en patins à roulettes, sur une piste ovale**. Chaque équipe est composée d'une **attaquante**, appelée « **jammeuse** », et de **4 bloqueuses**.

Le but du jeu

Pour **gagner**, il faut que les attaquantes **marquent le plus de points** possibles. Pour cela, il faut qu'**elles dépassent les joueuses adverses**. **À chaque adversaire dépassée par la jammeuse, l'équipe marque 1 point**. Quant aux **bloqueuses**, leur travail est d'**empêcher la jammeuse** de l'autre équipe de **les dépasser et de marquer des points**. Mais aussi de **favoriser le passage de leur jammeuse** en déstabilisant les bloqueuses adverses. **Pas facile !**

Pourquoi en parle-t-on ?
C'est bientôt la rentrée et tu envisages de changer de sport cette année ou d'en commencer un nouveau ? Profite de ton été pour tester le roller derby !



Les patins, ou « roller

quads » en anglais. (© Vincent Gire / Milan Presse)

Un pas de travers et c'est la prison (une fausse bien sûr)

Sur la piste, les joueuses n'ont le droit **d'utiliser que leurs fesses, leurs hanches et leurs épaules pour pousser les autres.**

Celle qui commet **une faute doit aller 30 secondes en prison** (un banc en dehors de la piste). Cela **pénalise le reste de l'équipe**, qui ne se retrouve plus qu'à 4 au lieu de 5 pendant ce laps de temps.

Et si une joueuse sort ou est **poussée en dehors de la piste**, elle devra **obligatoirement repasser** derrière la joueuse qui l'a poussée pour revenir dans le match.

Attention aux bobos

Pour éviter de se faire mal, les joueuses sont **très bien équipées**. Hors de question de monter en piste sans : **un casque** bien attaché, **des protections aux genoux, aux coudes et aux poignets**. Et interdit de faire un match sans **protège-dents !**

Tout cet attirail laisse à penser qu'il s'agit d'un sport brutal, mais il ne l'est **pas plus que le rugby**. C'est juste que, sur des patins, on peut vite **prendre de la vitesse** et alors, **gare à la chute !**



Missy, la coach, atténue la douleur de la chute à l'aide d'une bombe d'eau froide. Ce n'est qu'un petit bobo, les blessures graves sont très rares au roller derby. (© Vincet Gire / Milan Presse)

Le roller derby, c'est pas que pour les filles !

Le roller derby, tel qu'on le connaît aujourd'hui, s'est **développé aux États-Unis** dans les années 2000 sous l'impulsion de femmes. Puis il s'est répandu dans le monde entier, notamment après la sortie **du film *Bliss*, en 2009**. Aujourd'hui, il existe **de nombreuses équipes masculines et, chez les juniors, les filles et les garçons jouent ensemble !**

Claire Morand

Découvre ci-dessous d'autres photos de l'entraînement au roller derby :

[Consulter cet article sur le site 1jour1actu.com](http://www.1jour1actu.com)