

Melina ROBERT MICHON

L'exception
made in
France



Melina ROBERT MICHON L'exception made in France

UNE CARRIERE EXCEPTIONNELLE

PROGRESSION AU DISQUE

2023	44	65.49m
2022	43	62.61m
2021	42	65.30m
2020	41	64.14m
2019	40	64.02m
2018	39	-
2017	38	66.21m
2016	37	66.73m
2015	36	65.04m
2014	35	65.51m
2013	34	66.28m
2012	33	63.98m
2011	32	61.07m
2010	31	56.52m
2009	30	63.04m
2008	29	62.21m
2007	28	63.48m
2006	27	59.89m
2005	26	58.01m
2004	25	64.54m



2003	24	64.27m
2002	23	65.78m
2001	22	63.87m
2000	21	63.19m
1999	20	60.17m
1998	19	59.27m
1997	18	49.10m
1996	17	43.16m(*)
	*	750g

PALMARES

JEUX OLYMPIQUES : 2021 - 2016 ARGENT – 2012 5e – 2008 7e – 2004 16eQ – 2000 13eQ

CHPTS MONDE : 2022 10e 2019 10e – 2017 **BRONZE** – 2015 10e – 2013 ARGENT - 2009 8e – 2007 11e – 2009 8e- 2003 11e – 2001 11eQ

CHPTS MONDE Juniors : 1998 ARGENT

CHPTS EUROPE : 2022 8e – 2016 5e – 2014 ARGENT – 2012 6e – 2006 8eQ – 2002 12e - 1998 15eQ

Chpts EUROPE Espoirs : 2001 **OR** - 1999 12e

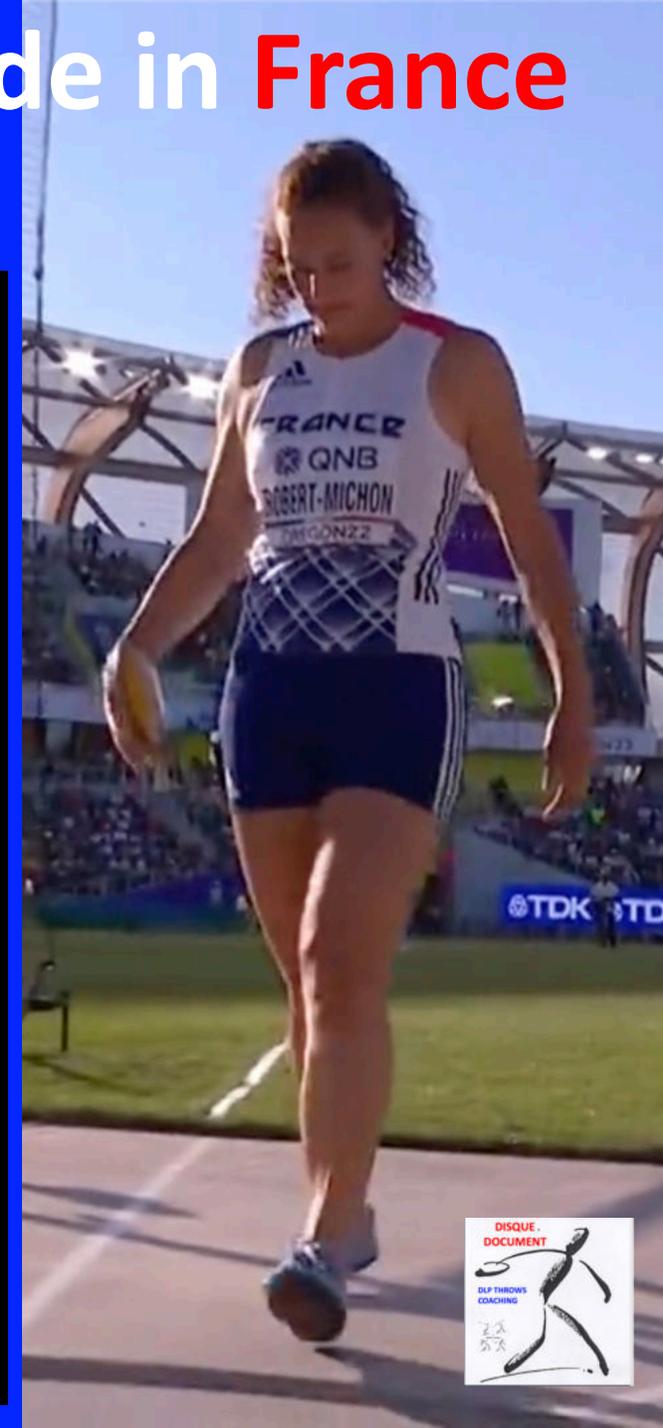
Chpts EUROPE Juniors : 1999 12e

UNIVERSIADE : 2001 **BRONZE** -

CHPTS FRANCE : 2022 **OR** -2021 **OR** – 2020 **OR** – 2019 **OR** -2017 **OR** – 2016 **OR** - 2015 **OR** – 2014 **OR** – 2013 **OR** – 2012 **OR** – 2011 **OR** – 2009 **OR** – 2008 **OR** – 2007 **OR** – 2006 **OR** – 2005 **OR** -2004 **OR** – 2003 **OR** – 2002 **OR** – 2001 **OR** -2000 **OR** – 1998 ARGENT

Chpts FRANCE Espoirs : 2001 **OR**

Chpts FRANCE Juniors : 1998 **OR**



Melina ROBERT MICHON

L'exception made in France

Position de départ à l'arrière du cercle ,
exactement à cheval sur l'axe du secteur .
Les appuis sont nettement plus écartés que
la largeur d'épaules .

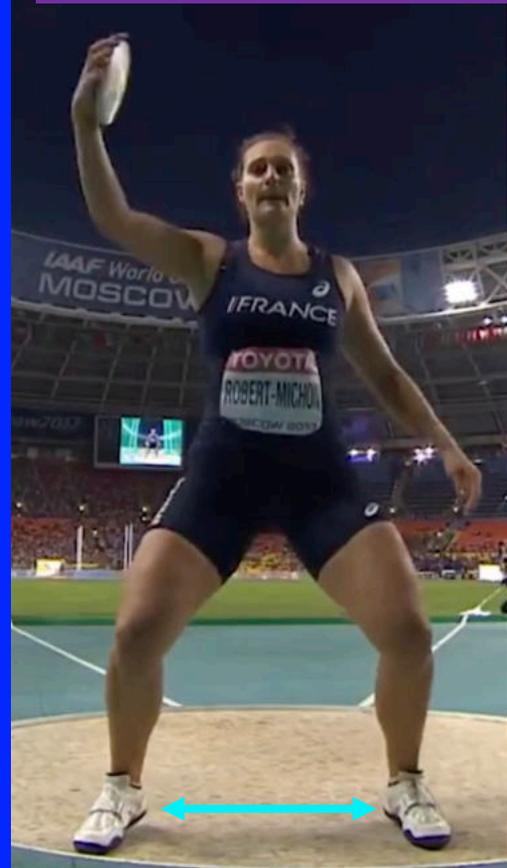
Le balancer préliminaire de bras est juste
une mise en action . il n'influe pas sur la
posture de départ et se termine en arrière à
gauche



POSITION DE DEPART

Jet 66.28m

BALANCER PRELIMINAIRE BRAS



Melina ROBERT MICHON L'exception made in France

Contrairement à beaucoup de lanceurs , Mélina ne recherche pas une torsion complète du tronc et sa ligne d'épaules –bras arrête la rotation au niveau de l'axe médian du secteur.

Elle ne cherche pas non plus un transfert du poids du corps au dessus de la jambe droite et maintient sa posture de départ . Torsion sans transfert.



BALANCER PRELIMINAIRE TRONC

Jet 66.28m



Melina ROBERT MICHON L'exception made in France

L'entrée est simplifiée et bien équilibrée avant le haut du corps qui vient écraser l'intérieur du genou gauche et le bras qui ouvre vers la gauche. Le disque est "ouvert".

Le bras est complet, jusqu'au face avant. La main est ouverte et la jambe libre monte à la verticale. Le pied reste redressé.

En tant que visiteur vous avez eu un accès gratuit à une partie de ce document. Le document complet est réservé aux membres. Pour devenir membre et avoir accès à TOUS les documents de ce site, voir les conditions sur la page d'accueil...et bienvenue au club !



PIVOT PIED GAUCHE

