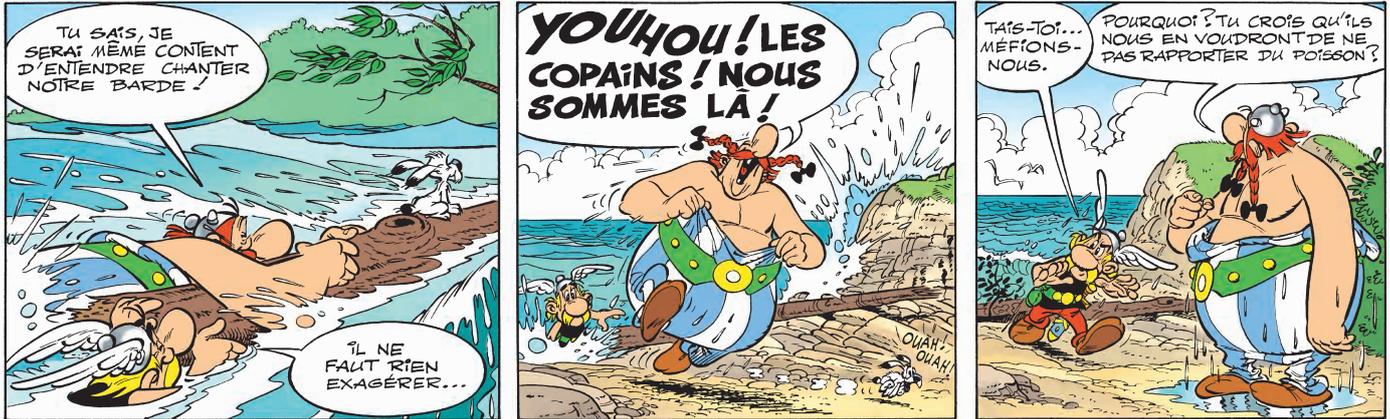


SIX RAISONS DE FAIRE DU SPORT



I PERDRE DU POIDS :

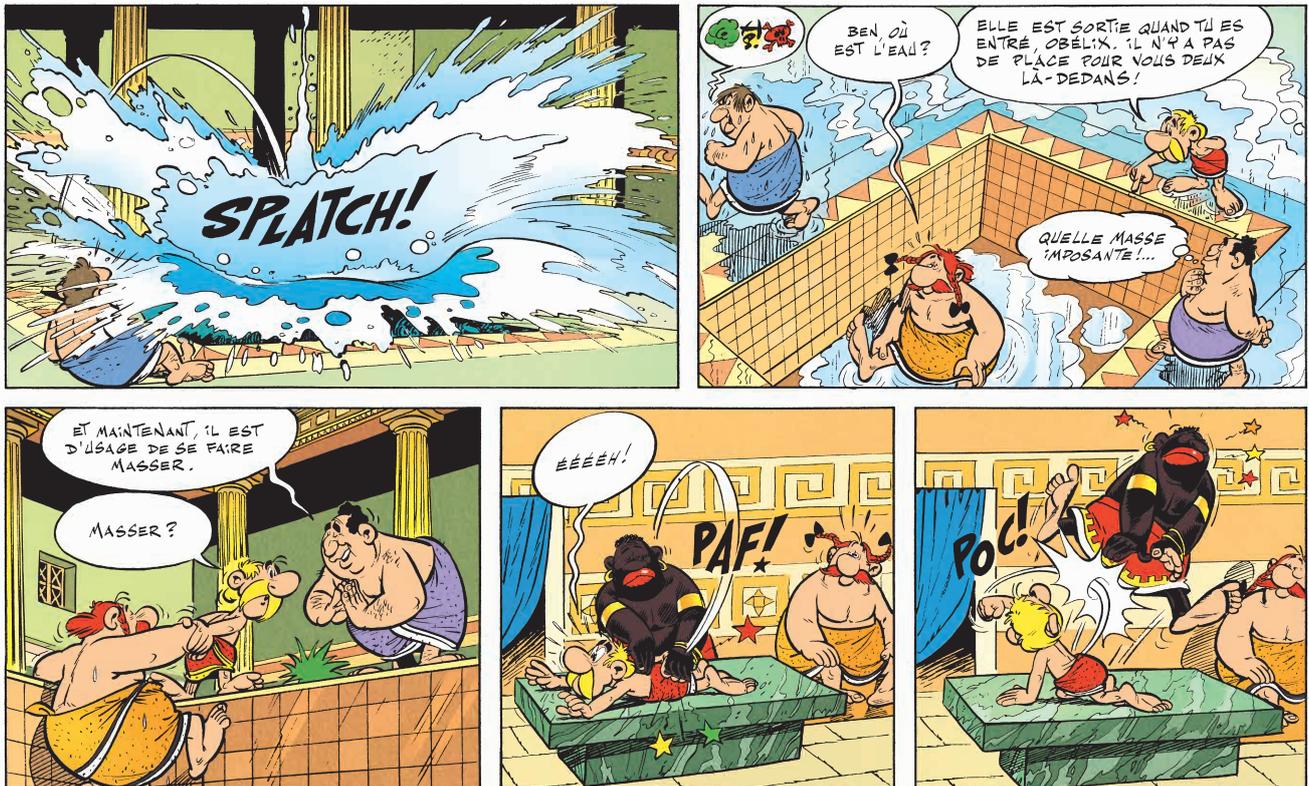
L'activité physique permet de dépenser de l'énergie, et donc des calories. Une pratique sportive régulière aide à garder la ligne. Obélix perd jusqu'à 2 tailles de braies en nageant sur de longues distances. Mais, pour être durable, la perte de poids doit s'accompagner d'un régime alimentaire équilibré. Et là, pas sûr qu'Obélix soit en mesure de limiter les sangliers...



La Grande Traversée, planche 13, cases 4 à 6

II DÉVELOPPER UNE SENSATION DE BIEN-ÊTRE :

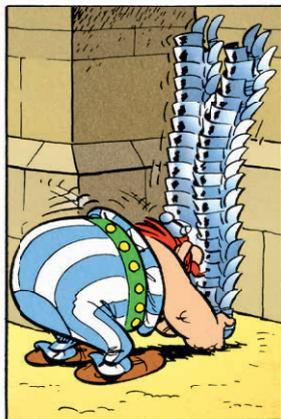
C'est bien connu : le sport, c'est la santé ! Faire du sport aide à rester en bonne santé et à se sentir bien. Surtout que, après l'effort, vient le réconfort ! Avec, par exemple, un massage pour se détendre. Et quelle détente ! Le masseur d'Astérix s'en souvient encore...



Astérix gladiateur, planche 17A

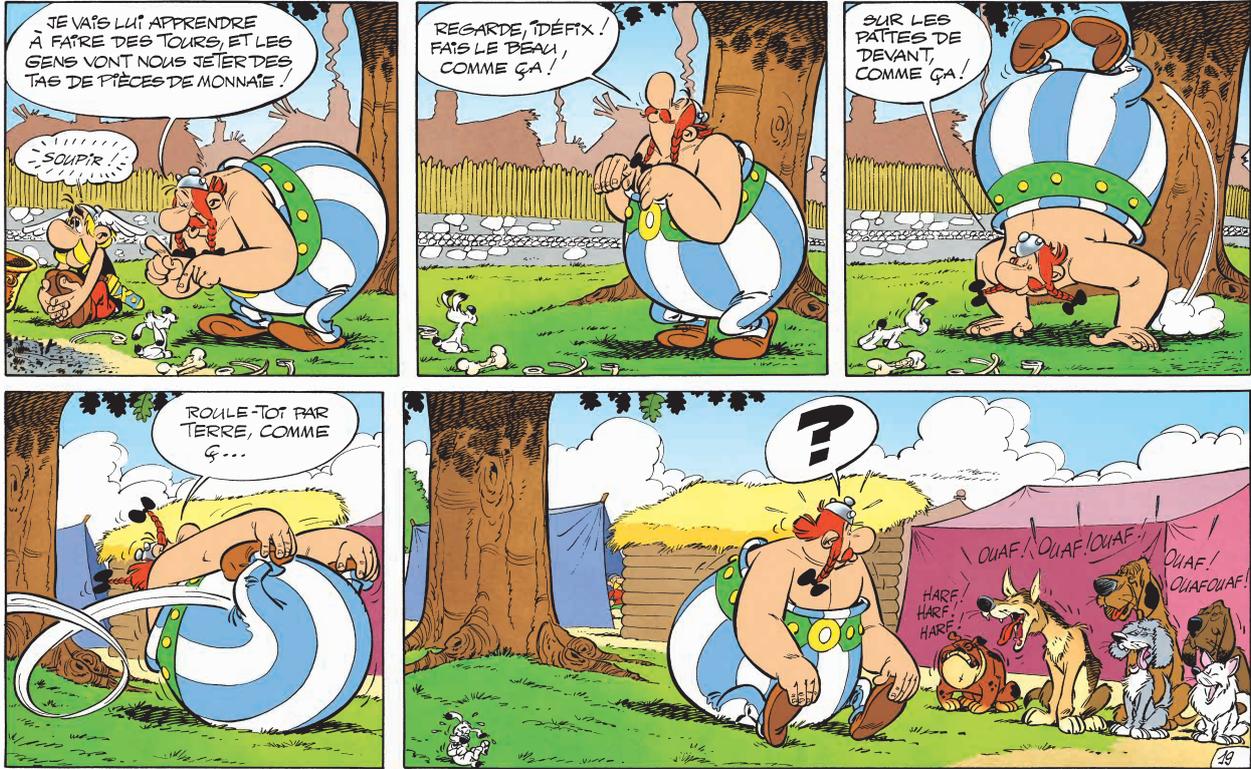
III SE DÉPASSER :

Se lancer un défi et le relever, voilà un des grands plaisirs du sport !
Compétiteur dans l'âme, Obélix se fixe un objectif à sa mesure : rassembler plus de casques romains que quiconque !



IV SE FAIRE DE NOUVEAUX AMIS :

Le sport, c'est avant tout un moment d'échange et de partage avec des personnes qu'on n'aurait peut-être jamais rencontrées sans la pratique commune d'une activité. Obélix en fait l'expérience, usant du sport comme d'un véritable moyen d'expression, et démontrant à tous que l'homme peut devenir le meilleur ami du chien !



Astérix et le chaudron, planche 19B

V GÉRER SES ÉMOTIONS :

Canaliser son agressivité, gérer son stress... La pratique d'un sport permet aussi de se défouler dans un cadre défini, en respectant des règles. Quand des tensions surviennent dans un groupe, une mêlée bien ordonnée permet à tous de retrouver son calme. Sans rancune.



La Zizanie, planche 16B

VI SÉDUIRE :

Depuis que vous faites du sport, vous êtes transformé ! Vous avez perdu du poids, vous vous sentez bien dans votre peau et vous avez pris de l'assurance. Il ne vous manque plus qu'un exploit sportif réalisé en public pour attirer les regards énamourés !





Les citations latines de Triple Patte



VENI,
VIDI, VICI

VENI, VIDI, VICI

JE SUIS VENU, J'AI VU, J'AI VAINCU !

- C'est la plus célèbre citation de César !
- En 47 avant J.-C., César bat Pharnace, le roi du Bosphore ! Sa victoire est rapide, facile et écrasante et, pour montrer sa supériorité et son efficacité, il lance cette phrase : Veni, Vidi, Vici (je suis venu, j'ai vu, j'ai vaincu).
- Son succès est sans appel et Pharnace se soumet !
- Suétone et Plutarque, ses biographes, rapportent cette citation, qui deviendra très célèbre ! On l'emploie encore aujourd'hui pour se vanter d'un succès rapide et facile ! Madonna et Alizée en ont d'ailleurs fait le titre d'une de leurs chansons, mais rendons à César ce qui appartient à César !

SAVAIS-TU QUE LE BOSPHORE
SE TROUVAIT PRÈS D'ISTANBUL,
LA PLUS GRANDE VILLE DE
LA TURQUIE ?



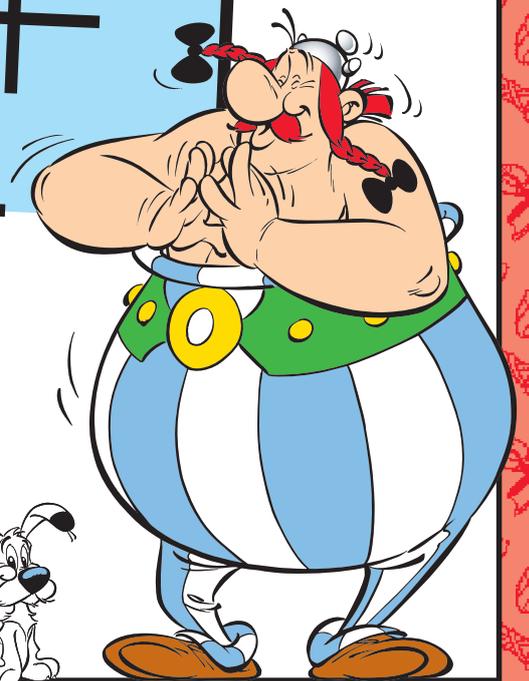
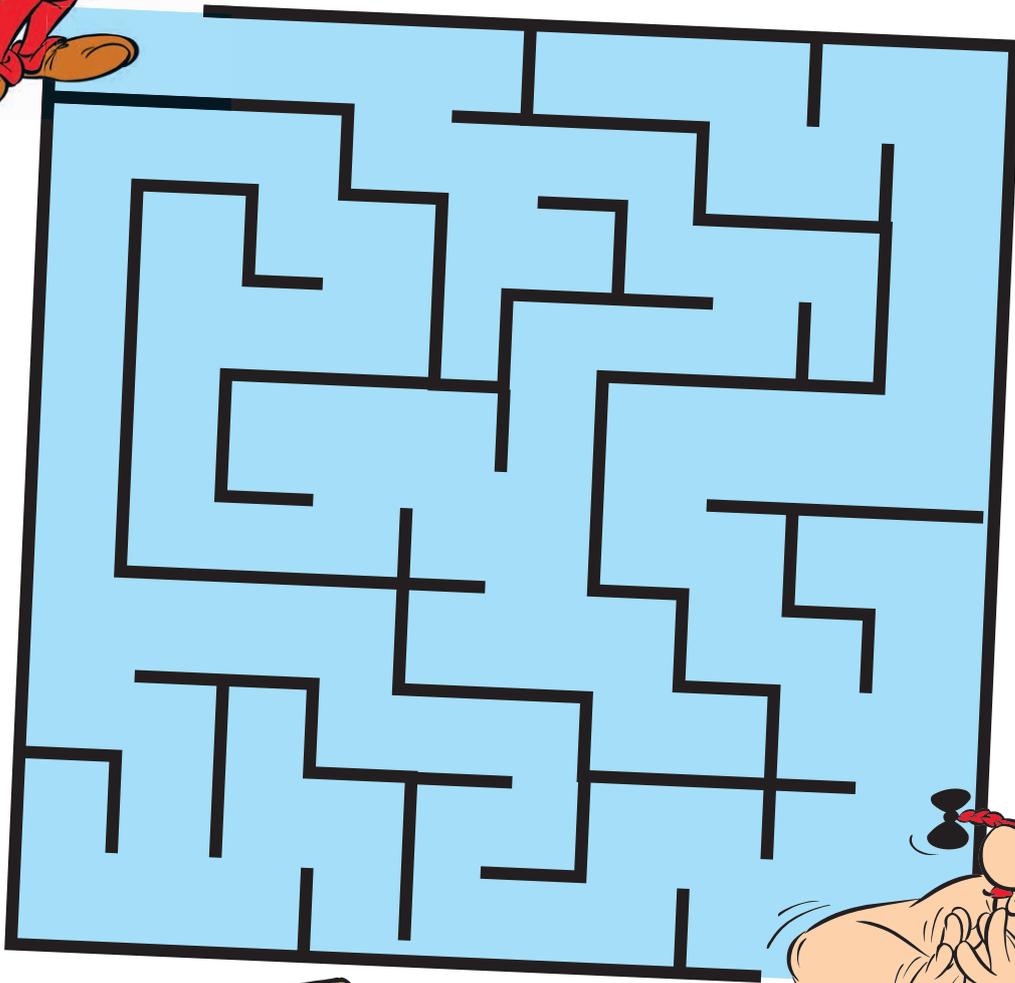
AVÉ, AVÉ, MON
CHER GÉNÉRAL.
ALORS, VENI, VIDI,
VICI ENCORE UN
COUP, HEIN, PAR
JUPITER ?

PAS ENCORE
VICI, HÉLAS, PAS
TOUT À FAIT VICI...



DRÔLE DE VILLAGE

OBÉLIX S'EST CACHÉ DANS LE VILLAGE OLYMPIQUE
ET ASTÉRIX NE PARVIENT PAS À LE RETROUVER.
AIDE-LE VITE !

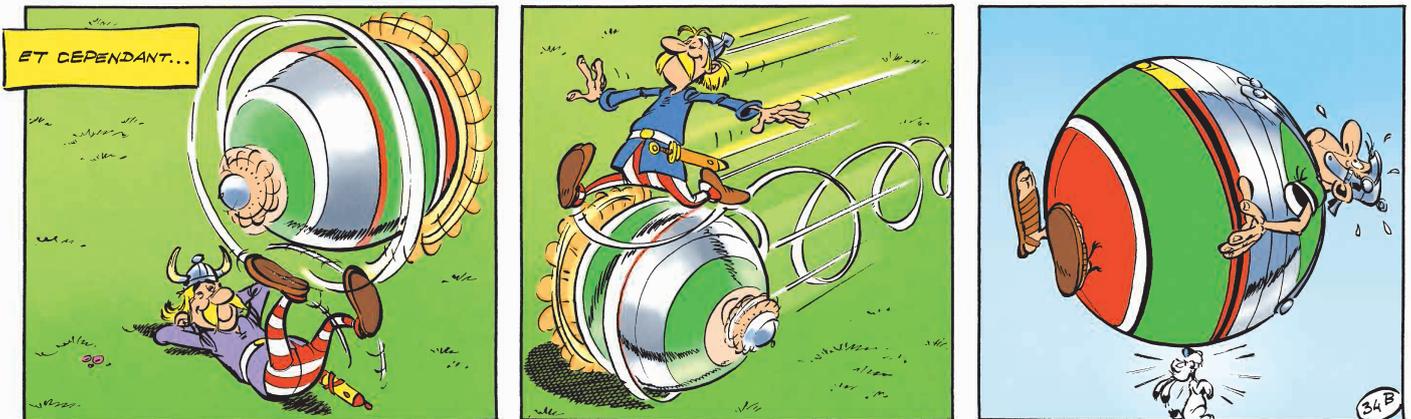


FOU RIRE

DEUX COCCINELLES
FONT LA COURSE QUAND
SOUDAIN L'UNE D'ENTRE
ELLES S'ARRÊTE
ET DIT À L'AUTRE :

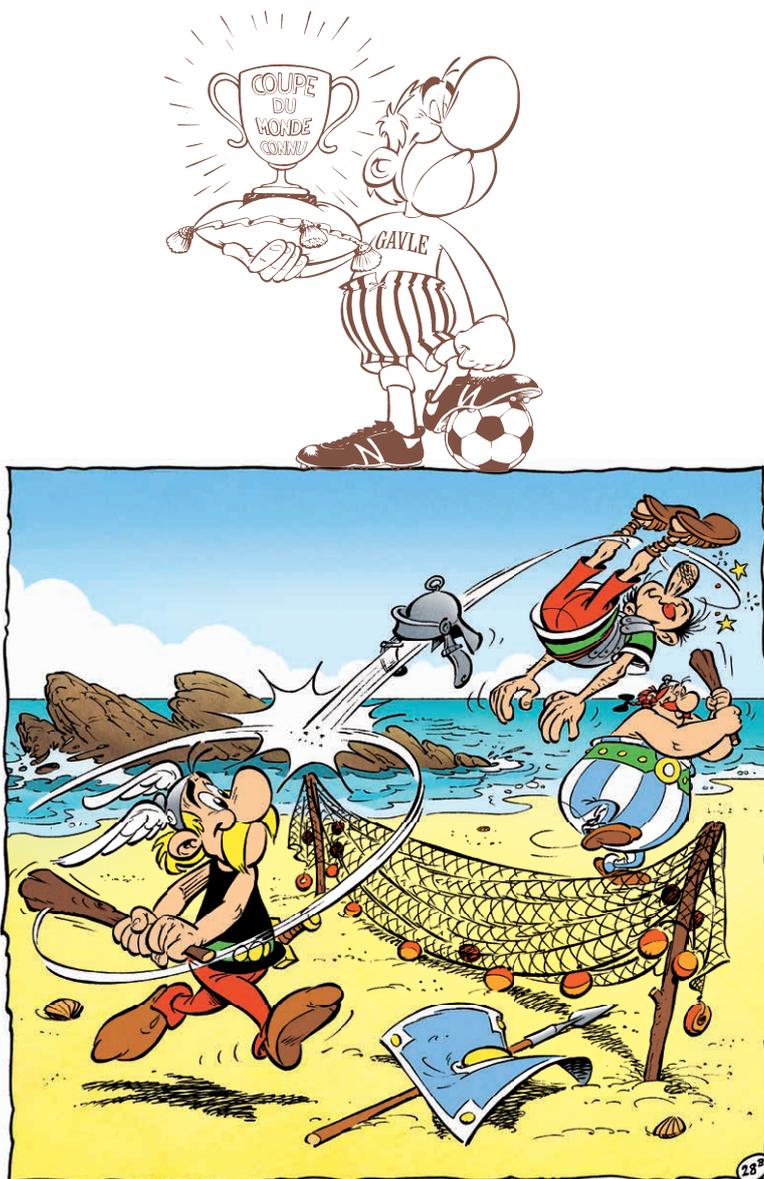
« ATTENDS !
J'AI UN POINT
DE CÔTÉ ! »

LES ENFANTS DE LA BALLE

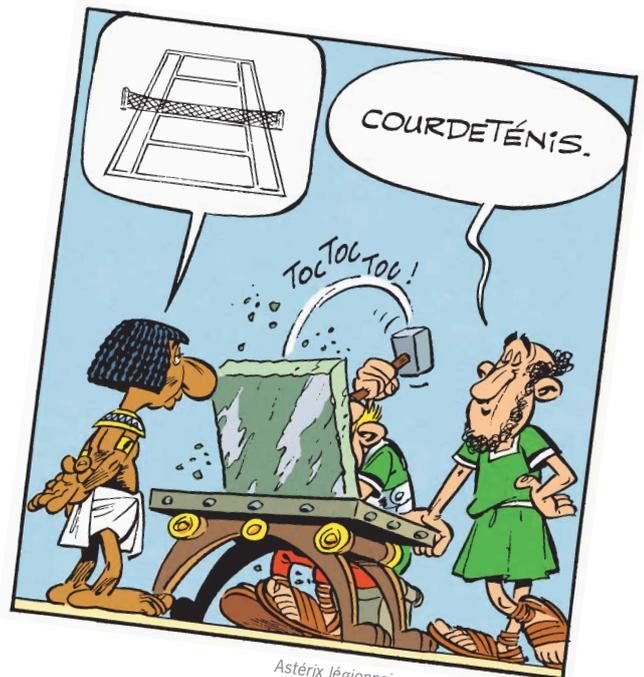


Le Grand Fossé, planche 34, cases 4 à 6

Quand on pense aux football, handball, tennis, et autres sports de balles et de ballons, on imagine des inventions récentes, inconnues de nos ancêtres les Gaulois. Détrompez-vous ! Si les pratiques ont varié au fil du temps, nos héros ont établi les bases de nos jeux contemporains les plus populaires. La preuve en images.



L'Anniversaire d'Astérix et Obélix - Le Livre d'or, planche 28, case 8



Astérix légionnaire, planche 14, case 8

Qui l'eut cru ? Le tennis est une invention sans doute née d'une rencontre dans la légion romaine ! Pendant qu'Astérix et Obélix s'affrontent des deux côtés du filet, leur compère Courdeténis dessine les lignes du terrain façon hiéroglyphe. Depuis, le Romain a été remplacé par une balle et les gourdis par des raquettes. On se demande pourquoi !