



# lutte

---

## LUTTE SPORT

Sport de combat qui oppose deux adversaires, cherchant à les amener au sol et à les maintenir dans une position de domination. Elle est pratiquée à différents niveaux, des compétitions amateurs aux Jeux Olympiques. Il existe plusieurs styles de lutte, dont la lutte libre, où les lutteurs peuvent utiliser tout le corps pour tenter de vaincre leur adversaire, et la lutte gréco-romaine, qui limite l'utilisation des jambes. Les compétitions se déroulent sur un tapis circulaire et sont divisées en rounds. Les lutteurs marquent des points en effectuant des prises de contrôle, des renversements et d'autres techniques. La lutte développe la force, l'agilité, la stratégie et la condition physique des participants. Elle est également riche en histoire, présente dans diverses cultures, étant l'un des sports les plus anciens de l'humanité.