



La princesse d'haltérophilie

Author: Sowmya Rajendran

Illustrator: Debasmita Dasgupta

Translator: Dr. Priti Bhatia and Tarka Indulkar

Level 3

La princesse Nila s'inquiétait.

Le championnat Surya était le concours célèbre d'haltérophilie dans son royaume. Il ne lui restait à peine un mois.

Mais selon les règles de ce concours, elle doit peser 55 kilos.

Pas 53 kilos. Elle doit encore prendre deux kilos!



Le championnat Surya a pris son nom d'après le plus grand athlète des sept royaumes de l'est.

Nila a attendu toute sa vie pour y participer.

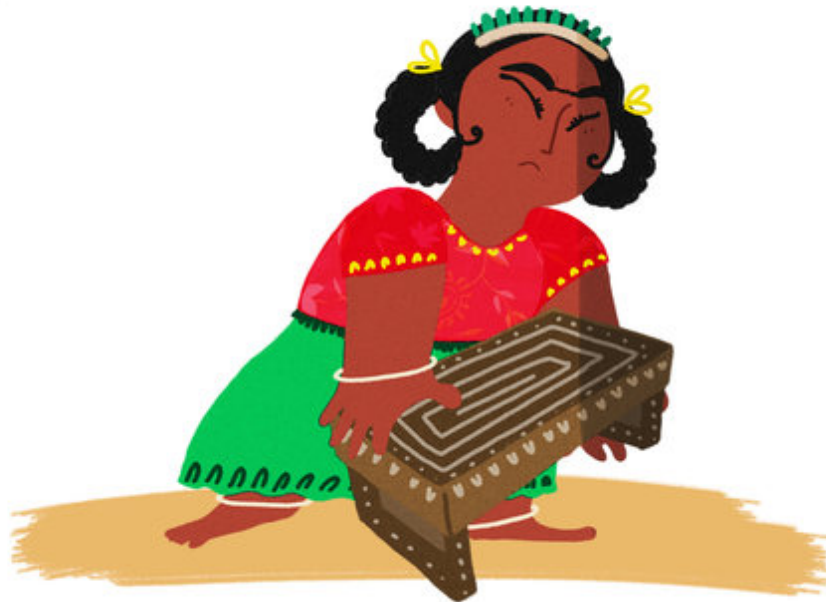




Nila aimait soulever des poids. Pendant son enfance, elle soulevait.

Des chiens

Des tables.



Des chaises

Des placards.....





... et même le Roi!



« Comment s'est passé l'entraînement? » a demandé la reine.
« Très bien », a dit Nila. « Mais je dois encore prendre deux kilos! »

La reine lui a donné un œuf dur.

« Mange bien », a dit-elle. « Tu y arriveras. »





En mangeant, Nila s'est souvenue du dernier championnat. Il avait eu lieu il y a quatre ans, alors qu'elle n'avait que douze ans.

Le prince Vikram de Nethil l'avait gagné. Il avait fait bien mieux que tous les autres.



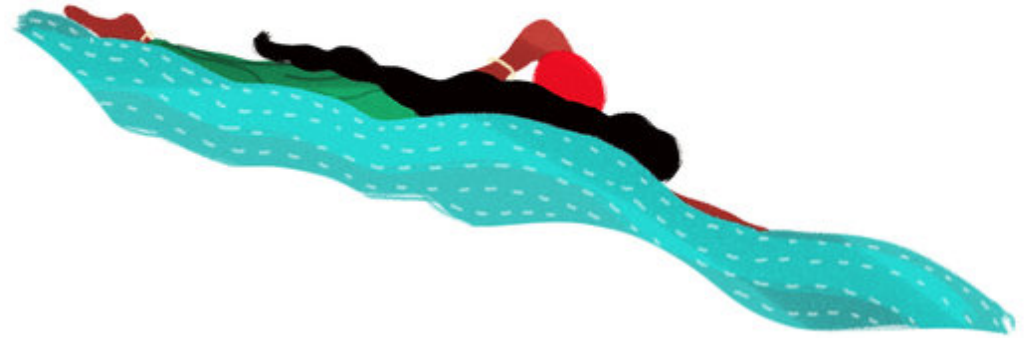
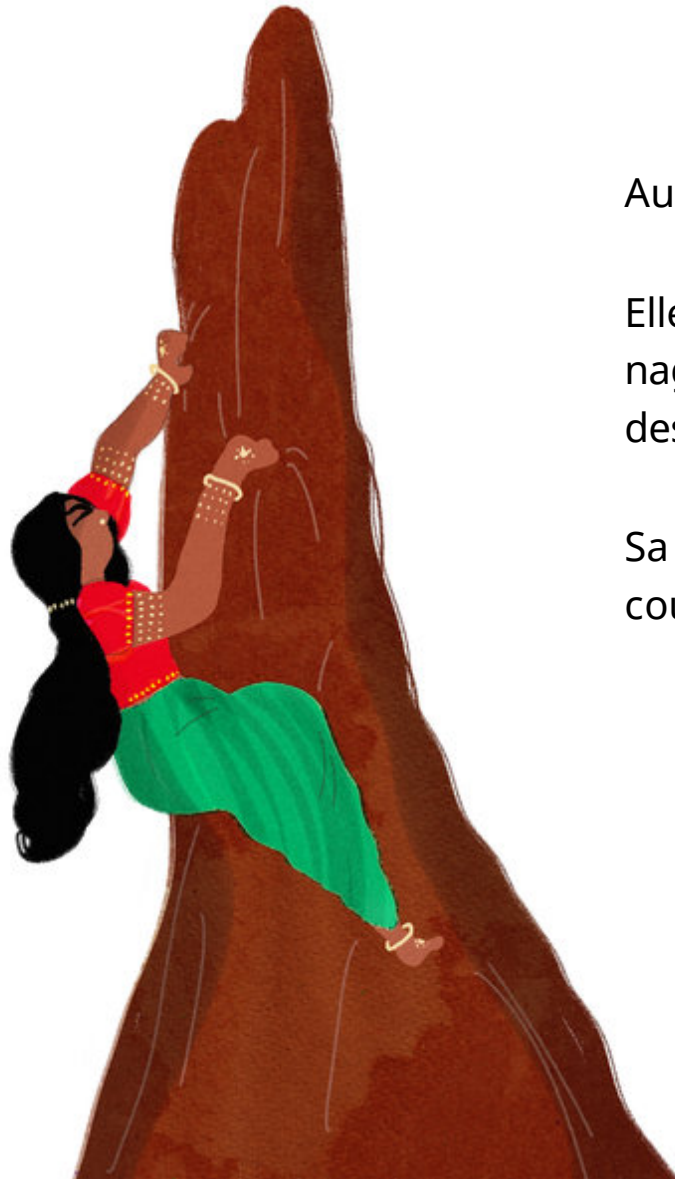
Nila savait que lorsqu'elle deviendrait adulte, le roi avait prévu de la marier au prince Vikram.

Mais elle avait d'autres projets. Nila voulait aller à Taibar, la terre de neige. Taibar possédait la meilleure école de sports dans le royaume tout entier.



« Puis-je avoir un autre œuf dur? » elle a demandé à la reine.
La reine rit. Il y avait plusieurs années, elle avait été, elle aussi,
comme Nila - elle voulait courir, nager, monter à cheval et gagner
le championnat. Mais cela s'est passé il y a bien longtemps.





Au fil des jours, la princesse Nila s'entraînait dur.

Elle montait et elle descendait la montagne. Elle nageait dans la rivière. Elle mangeait de la viande, des légumes et des fruits.

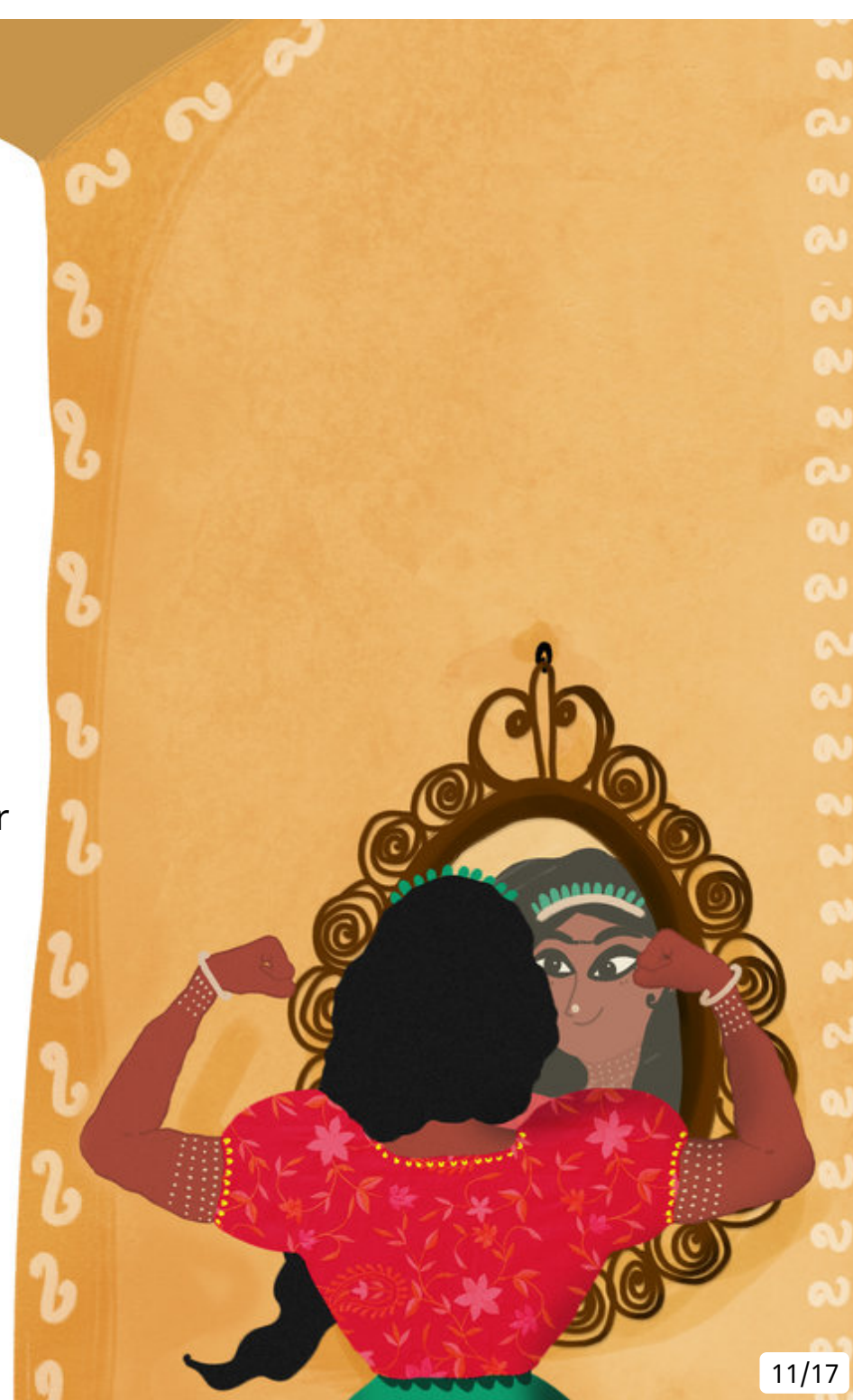
Sa peau est devenue d'une couleur brun doré, la couleur du coucher du soleil.



La semaine précédant le Championnat, elle s'est pesée.

55 kilos enfin! Nila est ravie.

Elle fléchit ses muscles. Elle ne peut pas s'arrêter de sourire. « Ça y est! »



Le jour du Championnat, Nila est prête. Cette année-ci, la compétition sera plus difficile.

Nila observe les haltérophiles puissants. Le garçon au turban jaune. La fille à la tresse serrée. Et bien sûr, le prince Vikram.

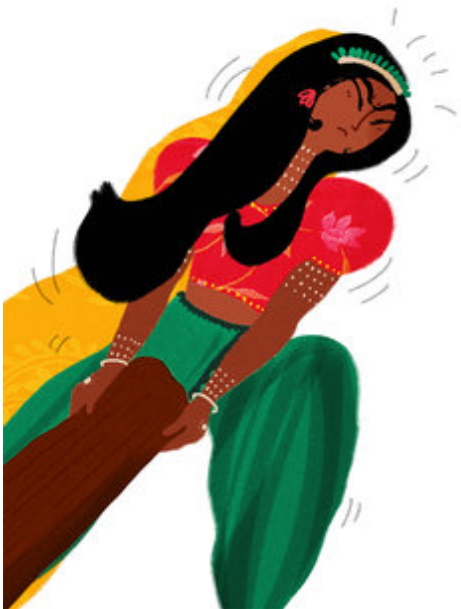




Ils soulèvent des rochers. Ils soulèvent des bûches. Ils soulèvent des coffres au trésor. Ils soulèvent des placards.

Les juges regardent. Est-ce que le bras tremble? Est-ce que la jambe est stable? Est-ce que la position est correcte?

Nila serre les dents. Elle peut sentir tous les muscles de son corps. Chaque goutte de sueur.



Vikram est en tête. Mais Nila est juste derrière.

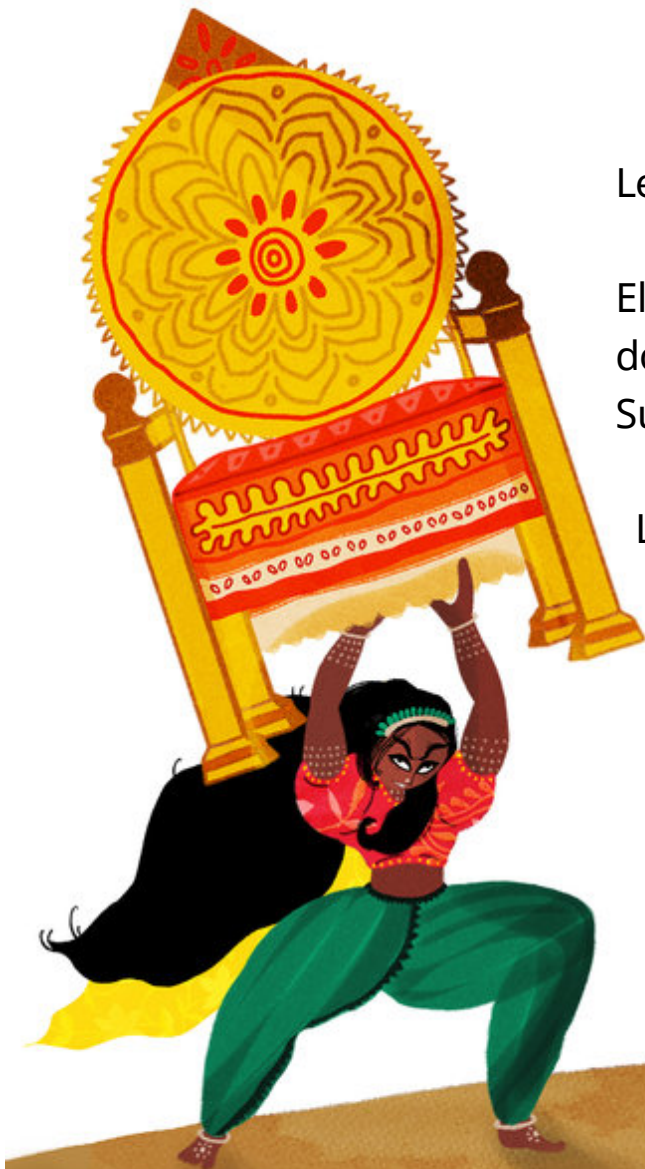
Le tour final commence. Ils doivent lever l'ancien trône de fer.



Les autres ont bien fait. Mais Nila fait mieux qu'eux.

Elle applique toute sa force. Elle grogne, réprimant la douleur. Quand elle faillit abandonner, elle pense à Surya et à Taibar.

Le trône de fer s'élève dans l'air.



Les notes finales sont affichées. La princesse Nila a gagné!

«Maintenant, tu mérites d'être l'épouse d'un champion», a déclaré fièrement le Roi.

La princesse Nila sourit. « Non, maintenant, je suis championne.» a dit-elle





Story Attribution:

This story: La princesse d'haltérophilie is translated by [Dr. Priti Bhatia and Tarka Indulkar](#) . The © for this translation lies with Dr. Priti Bhatia and Tarka Indulkar, 2020. Some rights reserved. Released under CC BY 4.0 license. Based on Original story: '[The Weightlifting Princess](#)', by [Sowmya Rajendran](#) . © Pratham Books , 2018. Some rights reserved. Released under CC BY 4.0 license.

Images Attributions:

Cover page: [Princess lifting a big barbell](#), by [Debasmita Dasgupta](#) © Pratham Books, 2018. Some rights reserved. Released under CC BY 4.0 license. Page 2: [Princess on a weighing scale](#), by [Debasmita Dasgupta](#) © Pratham Books, 2018. Some rights reserved. Released under CC BY 4.0 license. Page 3: [A map with hills and villages](#), by [Debasmita Dasgupta](#) © Pratham Books, 2018. Some rights reserved. Released under CC BY 4.0 license. Page 4: [Girl lifting a chair, a dog and a cupboard](#), by [Debasmita Dasgupta](#) © Pratham Books, 2018. Some rights reserved. Released under CC BY 4.0 license. Page 5: [Girl lifting the king](#), by [Debasmita Dasgupta](#) © Pratham Books, 2018. Some rights reserved. Released under CC BY 4.0 license. Page 6: [A mother feeds her daughter](#), by [Debasmita Dasgupta](#) © Pratham Books, 2018. Some rights reserved. Released under CC BY 4.0 license. Page 7: [A man wins trophy and wears the crown](#), by [Debasmita Dasgupta](#) © Pratham Books, 2018. Some rights reserved. Released under CC BY 4.0 license. Page 8: [People working out near the mountains](#), by [Debasmita Dasgupta](#) © Pratham Books, 2018. Some rights reserved. Released under CC BY 4.0 license. Page 9: [Queen thinking about her past](#), by [Debasmita Dasgupta](#) © Pratham Books, 2018. Some rights reserved. Released under CC BY 4.0 license. Page 10: [A girl trains climbs a rock](#), by [Debasmita Dasgupta](#) © Pratham Books, 2018. Some rights reserved. Released under CC BY 4.0 license.

Disclaimer: https://www.storyweaver.org.in/terms_and_conditions



Some rights reserved. This book is CC-BY-4.0 licensed. You can copy, modify, distribute and perform the work, even for commercial purposes, all without asking permission. For full terms of use and attribution, <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

Images Attributions:

Page 11: [A girl looking at herself in the mirror](#), by [Debasmita Dasgupta](#) © Pratham Books, 2018. Some rights reserved. Released under CC BY 4.0 license. Page 12: [People getting ready for the contest](#), by [Debasmita Dasgupta](#) © Pratham Books, 2018. Some rights reserved. Released under CC BY 4.0 license. Page 13: [Contestants lifting weights](#), by [Debasmita Dasgupta](#) © Pratham Books, 2018. Some rights reserved. Released under CC BY 4.0 license. Page 14: [A girl getting ready to lift the gold throne](#), by [Debasmita Dasgupta](#) © Pratham Books, 2018. Some rights reserved. Released under CC BY 4.0 license. Page 15: [A girl lifts the gold throne](#), by [Debasmita Dasgupta](#) © Pratham Books, 2018. Some rights reserved. Released under CC BY 4.0 license. Page 16: [The girl wins the trophy](#), by [Debasmita Dasgupta](#) © Pratham Books, 2018. Some rights reserved. Released under CC BY 4.0 license. Page 17: [A trophy and a crown](#), by [Debasmita Dasgupta](#) © Pratham Books, 2018. Some rights reserved. Released under CC BY 4.0 license.

Disclaimer: https://www.storyweaver.org.in/terms_and_conditions



Some rights reserved. This book is CC-BY-4.0 licensed. You can copy, modify, distribute and perform the work, even for commercial purposes, all without asking permission. For full terms of use and attribution, <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

La princesse d'haltérophilie

(French)

La princesse Nila est impatiente pour gagner le championnat Surya, le concours célèbre d'haltérophilie dans son royaume. Mais il y a tellement d'obstacles à surmonter. Comme un beau prince et les attentes de ses parents.

This is a Level 3 book for children who are ready to read on their own.



Pratham Books goes digital to weave a whole new chapter in the realm of multilingual children's stories. Knitting together children, authors, illustrators and publishers. Folding in teachers, and translators. To create a rich fabric of openly licensed multilingual stories for the children of India and the world. Our unique online platform, StoryWeaver, is a playground where children, parents, teachers and librarians can get creative. Come, start weaving today, and help us get a book in every child's hand!