Le coin du sourire

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Jeunesse forte, peuple libre : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin**

Band (Jahr): **3 (1946)**

Heft 25

PDF erstellt am: **31.05.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Conseils . . . .

Le sportif et l'éducation de la soif.

Un médecin, militaire et sportif, a déclaré une fois que, dans notre pays, on a très généralement tendance à boire trop souvent et par trop grandes quantités. Le corps s'habitue rapidement à un apport de liquides supérieur à ses véritables besoins ; on souffre alors d'une soif intolérable si l'on s'en tient aux seules quantités auxquelles on était habitué auparavant. Celui qui doit fournir des efforts physiques ou sportifs a tout avantage à s'habituer à boire le moins possible. Une absorption abondante de liquides est une charge pour le coeur et le système circulatoire et constitue un fardeau superflu.

Un champion vous parle...

Dr. Ferenc CSIK, champion olympique 1936. Médaille d'or aux 100 m. nage style libre. (57,6 secondes).

« Je suis né en 1913 à Ksethely en Hongrie. Mon père a été tué à la guerre et je fus adopté par mon oncle, un vieux sportif qui eut une heureuse influence sur ma carrière sportive. J'ai déjà pratiqué intensément le sport comme élève et durant les belles journées d'été, je me baignais à Balaton (Plattensee). Je ne me suis, cependant, jamais entraîné rationnellement et sérieusement avant l'âge de 18 ans et n'ai pris part à aucun concours. Mais depuis, ayant découvert mes dons spéciaux de nageur, je me suis entraîné régulièrement, tout d'abord sous la conduite de mon oncle, puis, étant moi-même médecin, j'ai étudié la physiologie du sportif et appliqué la méthode d'entraînement qui me permit de me préparer systématiquement aux compétitions. Chaque année, j'ai enregistré de nouveaux progrès.

En 1931, j'ai commencé mon entraînement systématique.
En 1932, j'étais champion universitaire.
en 1933, champion hongrois,
en 1934, champion d'Europe,
en 1935, champion universitaire du monde, et
en 1936, champion olympique de nage style libre.

Pour ce qui regarde l'usage de l'alcool et du tabac, je vous dirai que j'ai toujours été abstinent. Je ne fume pour ainsi dire pas et je ne bois que très peu, en dehors de l'entraînement. Je me nourris normalement, excepté la veille des concours où je prends une nourriture plus légère ».

LE COIN DU SOURIRE

A malin, malin et demi.

Un médecin de campagne avait, comme beaucoup d'autres, l'habitude de demander 5 fr. pour prix de la première consultation, et 2 fr. pour chacune des suivantes.

Un Ecossais, nouveau venu dans le pays, a eu vent de la chose. Il se présente chez le médecin et dit, désinvolte :

— Bonjour, docteur, c'est encore moi...

Le médecin n'est pas dupe. Il procède à une auscultation complète ; le client se rhabille et le docteur dit froidement :

— Eh bien ; ça ne va pas mal, mon ami ; vous n'avez qu'à continuer le même traitement !

* * *

Jean-Jean a décidé d'épouser sa grand'maman quand il serait un homme.

— Mais non, lui dit son père, voyons ! tu ne peux pas épouser ma maman !

— Et pourquoi pas, fait Jean-Jean, tu as bien épousé la mienne, toi !

Attention !

Une petite fille de 8 ans a reçu pour sa fête un petit bracelet-montre et du parfum pour le mettre dans les cheveux. Le soir, grand souper de famille, avec invités. La petite fille est furieuse, car personne n'a remarqué qu'elle a une montre et qu'elle sent bon. Alors au milieu d'un silence, elle dit :

— Ecoutez tous : Si vous entendez un petit bruit et si vous sentez quelque chose... c'est moi !

ADRESSE POUR LA CORRESPONDANCE :

Rédaction « Jeunesse forte, Peuple libre »
Ecole fédérale de Gymnastique et de Sport, Macolin.

Délai rédactionnel pour le prochain numéro : 10 octobre 1946.

Changement d'adresse :

Prière de les annoncer sans retard à la Rédaction.

Nouvelles adresses :

Envoyez-nous les adresses des chefs, des instructeurs, des personnalités qui auraient intérêt à recevoir votre journal.