

Zeitschrift: Femmes suisses et le Mouvement féministe : organe officiel des informations de l'Alliance de Sociétés Féminines Suisses

Herausgeber: Alliance de Sociétés Féminines Suisses

Band: 63 (1975)

Heft: 7-8

Artikel: La femme et la pomme... de Tell !

Autor: Hebeisen, A.-F.

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-274195>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 08.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Bibliothèque Publique
et Universitaire de
1205 GENEVE

Envoi non distribuables
à retourner à
Route de Prévessin 23
1217 Meyrin

J.A. 1260 Nyon
Juillet-Août 1975 - N° 7-8

femmes suisses

LE MOUVEMENT FÉMINISTE - JOURNAL MENSUEL FONDÉ EN 1912 PAR EMILIE GOURD

GYMNASTIQUE MÈRE ET ENFANT



(Photo Kathy Rämfli)

femmes suisses

paraissant une fois par mois

Organe officiel des informations de l'Alliance de sociétés féminines suisses

Equipe de rédaction

Bernadette von der Weid
B.P. 10-1253 Vandœuvres
Tél. (022) 50 19 26

Jacqueline Berenstein-Wavre

Martine Chenou

Anne-Françoise Hebeisen

Simone Chapuis

Présidente du Comité du journal

Administration

Rose Donnet
23, route de Prévessin
1217 Meyrin
CCP 12-117 91
Tél. (022) 41 22 74

Publicité

Annonces-suisse S.A.
1, rue du Vieux-Billard
1205 Genève

Abonnement

1 an :
Suisse : Fr. 20.—
Etranger : Fr. 23.—
de soutien : Fr. 25.—

Impression

Ets Ed. Chérix et Filanosa SA
Nyon

L'association suisse de gymnastique féminine a été fondée en 1908 et s'est rattachée, en 1925, à la société fédérale de gymnastique (hommes). Elle compte 99 350 gymnastes féminines de 16 ans à 70 ans et 58 000 pupilles de 6 à 16 ans. Les 203 sociétés qui groupe notre association ont une activité d'au moins 1/2 heure chaque semaine.

Depuis quelques années, il se fonde, en Suisse, une société de gymnastique féminine chaque semaine. Afin de cette année, nous avons admis 26 nouvelles sociétés.

Notre association s'occupe de plusieurs disciplines : école du corps, gymnastique artistique, agrès, athlétisme léger, jeux (volley-ball, balle à la corde, handball, etc.), natation, ski.

Ces dernières années, nous avons mis sur pied de nouvelles disciplines : gymnastique rythmique sportive, qui est une gymnastique de compétition et la gymnastique pour mère et enfant.

Chaque été, nous organisons des cours de vacances, d'une semaine, en complément des cours de formation de monitrices et sous-monitrices. Les cours de vacances pour « mère et enfant » rencontrent un énorme succès et cette année ce n'est pas moins de 4 cours d'une semaine que nous organisons. Ces derniers cours sont les seuls ouverts à des non-membres, avec une finance un peu plus élevée.

En ce moment, nous préparons notre participation à la grande réunion mondiale, la « Gymnaestrada », qui regroupera 20 000 gymnastes, à Berlin-Ouest, du 1er au 5 juillet. Notre pays aura la plus forte participation avec 1200 gymnastes hommes et femmes de la Société fédérale de gymnastique et de l'Association suisse de gym-

nastique féminine. La joie dans le mouvement et la pratique de la gymnastique, sous toutes ses formes, constitue le facteur déterminant qui incite les gymnastes à se rencontrer, en une grande fête mondiale.

Notre association est dirigée par un comité central, des commissions techniques, une commission de presse et de propagande et une commission de jeunesse ; les membres de ces diverses commissions travaillent à titre honoraire. Elle dispose d'un secrétariat permanent à Aarau.

Ses buts sont :
— améliorer la santé de ses membres,
— donner à chacun la possibilité de faire de l'exercice physique et même d'atteindre une meilleure performance personnelle,
— procurer des loisirs enrichissants,
— cultiver la vie en commun et l'amitié.

Si la performance est recherchée, plus particulièrement par les jeunes, les aînés viennent à la « gym » pour se détendre, se dérouler, se maintenir en forme et oublier leurs soucis.

Violette Parisod-Junod,
membre du comité central.

une personne
toujours bien conseillée :



« J'AI MAL MANGE, J'AI BIEN BU A LOCARNO, QU'IL A PLU ! »

C'était l'assemblée générale de l'Association suisse pour les droits de la femme. Il pleuvait, pleuvait, pleuvait...

Ce qui encouragea peut-être les participantes à ne pas manquer un seul point d'un ordre du jour très chargé. Assemblée statutaire, rafraîchissements, débat. Il pleuvait de plus en plus fort. Réception au Château de Locarno : il a fallu fréter un autocar spécial pour y aller ! Excellents discours du maire de Locarno, excellents petits apéritifs.

Il pleuvait encore. Dîner très mauvais dans les somptueux salons d'un grand hôtel du bord du lac (désidément : c'était comme à Genève, la semaine précédente ! Voir numéro de juin de notre journal !), mais excellente prestation musicale d'une cantatrice mi-tessinoise, mi-uruguayenne, excellent discours d'un conseiller d'Etat jeune et féministe, charme de l'accueil des Tessinoises qui nous distribuèrent des bouquets de romarin et qui avaient organisé une tombola dont les deux lots étaient une gravure et une peinture d'artistes de valeur.

Le lendemain, il pleuvait toujours, aussi personne ne manqua la séance de travail où les sujets à traiter pleuvaient, les arguments et les contre-arguments aussi.

(Voir compte rendu en page 3.)

La femme et la pomme... de Tell!

Si la Fédération internationale de tir à l'arc est dirigée par une femme, Mme Inger Frith, si la Fédération suisse de tir à l'arc est également dirigée par une femme, Mme Gertrude Trepper, il faut bien reconnaître que peu de femmes participent au sport du tir avec des armes à feu. En gros, il en existe trois sortes : le tir à 300 mètres avec mousqueton ou fusil d'assaut (armes de guerre), le pistolet et le tir au petit calibre à 50 mètres avec une carabine. Très peu de femmes tirent à 300 mètres (tir bruyant, arme avec recul, ambiance de stand très « mâle » dans le mauvais sens du terme...), on les trouve surtout en Suisse allemande. Le pistolet n'est pas non plus très pratiqué par les femmes, exigeant beaucoup de force dans les bras ; par contre, on trouve de plus en plus de femmes tirant au petit calibre, tir sportif, précis et fin.

Bien sûr, il ne faut pas vouloir être très coquette dans l'exercice de son sport favori. Pas de maillot seyant, pas de combinaison sur mesure, mais des chaussures à tige — si l'on pratique le tir à genou — une veste de cuir informe, une casquette à longue visière, un gant pour la main qui porte l'arme, voire de petites lunettes rondes. Affublée de la sorte, on ne souffre au moins pas trop de son excédent de poids (ce qui est plus pénible en costume de bains ou en collant) et on s'assimile assez facilement aux mannequins masculins, auxquels on ressemble étonnamment !

Mais, une fois couchée sur sa stalle ou agenouillée devant une petite cible qu'un câble électrique emmène automatiquement 50 mètres plus loin, loin de la coquetterie. Il ne reste plus qu'un objectif : « planter ! » Non pas des salades ou des fleurs, mais bien des dix, des vingt, des cents même, selon le champ des points. A partir de ce moment-là, il se passe quelque chose. Moyennant quelques bonnes respirations, peu à peu la concentration se fait, qu'il faut combiner avec une détente nerveuse et musculaire, ce qui n'est pas toujours facile si la position n'est pas bonne, la « bretelle » trop tendue ou la sous-crosse mal réglée. Car ce n'est qu'au prix d'un grand calme physique et psychique que l'on réussit une passe de tir, je dirai même que c'est ça qui en fait tout l'intérêt. Inutile, dans cette discipline, de prendre un air « caïd » et avantageux, pas moyen de faire illusion : la vérité est à cinquante mètres, elle revient sous forme d'un petit trou incontestable transperçant un carton.

En ce qui concerne le domaine plus précisément féminin, il est intéressant de constater que le tir est une des rares disciplines sportives où la femme se batte contre ses concurrents à armes égales (!). Pas de points de bonification, aucune mesure de handicap. Le handicap est tout au plus psychologique, quand on fait, en temps que femme, partie d'un groupe de tir. Beaucoup de championnats ou de concours se tirent en groupe, composés souvent de cinq ou six membres. Quand une femme est incluse dans un de ces groupes, il est bien clair qu'il s'ajoute à sa nervosité au moment de la compétition, un réflexe tel que : « Il ne faut pas que mes résultats soient les plus mauvais du groupe, ça les dégoûterait de prendre des femmes avec eux. » Précisons tout de suite que ces réflexions proviennent le plus souvent exclusivement de la cervelle féminine et que les hommes avec lesquels vous formez le groupe n'y songent probablement même pas.

En conclusion, le tir est un sport intéressant, que l'on peut pratiquer longtemps, et qui, malgré les idées préconçues que l'on a, convient parfaitement à une femme qui aime la recherche de la précision, de la concentration, de la maîtrise de soi, dans une ambiance de camaraderie.

A.-F. Hebeisen.

LES DOSSIERS DU MOIS :

Sports d'été	1 et 5
Lectures d'été	4
Page juridique	6

La cliente
de la
**SOCIÉTÉ
DE
BANQUE SUISSE**

TYPHOO
LA GRANDE
MARQUE ANGLAISE DE THÉ

E 1436