

**Zeitschrift:** L'Émilie : magazine socio-culturelles  
**Herausgeber:** Association Femmes en Suisse et le Mouvement féministe  
**Band:** [94] (2006)  
**Heft:** 1506

**Artikel:** Un sport qui promeut l'égalité ? Mais qu'est-ce donc que le tchoukball ?  
**Autor:** Carnal, Mathieu  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-283050>

### **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:** 14.01.2026

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

# Un sport qui promeut l'égalité ? Mais qu'est-ce donc que le tchoukball ?

MATHIEU CARINAL, PRÉSIDENT DE LA FÉDÉRATION SUISSE DE TCHOUKBALL ET RÉDACTEUR À L'ÉMILIE

## Une volonté de palier les dérives du sport moderne

Le tchoukball est un sport inventé par un médecin genevois, le docteur Hermann Brandt, il y a une trentaine d'années. Ce dernier était quelque peu las de voir des sportifs/ives entrer dans son cabinet avec de graves traumatismes, dus notamment aux contacts et aux agressions ayant cours dans les sports d'équipe. Par ailleurs, et en cela véritable précurseur, il fustigeait déjà la mauvaise direction prise par les sports traditionnels. Reprochant notamment aux organisations sportives de favoriser la victoire à tout prix, le vedettariat et l'annihilation de l'adversaire, il a dès lors décidé de concrétiser sa vision du sport en inventant une pratique qui éviterait l'agression, l'individualisation et la destruction du jeu adverse.

## Les règles du jeu : liberté et tactique

Pratiquement, le but du jeu est de lancer une balle sur un trampoline incliné appelé «cadre». La balle rebondit sur ce trampoline et l'équipe adverse doit s'en saisir avant qu'elle ne touche le sol. Si la balle est récupérée, cette équipe passe à son tour à l'attaque et par un jeu de passes et de feintes, essaie de lancer la balle sur le cadre afin de la mettre hors de portée de l'autre équipe. La particularité de ce sport est que, bien que les deux équipes évoluent sans séparation dans le même terrain, il ne leur est pas permis d'intercepter les passes de l'autre équipe ou même de la gêner. L'équipe qui attend le rebond sur le cadre n'en est pas moins extrêmement active puisqu'elle doit sans cesse se déplacer dans le terrain pour couvrir la zone où la balle pourrait tomber. De plus, attraper une balle venant rapidement à des hauteurs variables demande une bonne dose de dextérité et d'entraînement, voire de courage. En attaque, pour les jeux de passe et le tir sur le cadre, une bonne coordination et une grande vivacité sont nécessaires, mais les joueurs/euses ont l'avantage de n'être pas stoppés par les défenseurs/euses. Donc, chacun-e peut exprimer son potentiel et progresser sans crainte qu'un-e plus grand-e, plus fort-e ou plus expérimenté-e ne le/la bloque dans toutes ses actions.

## Mixité et sport : une ségrégation nécessaire ou désuète ?

Dans la philosophie voulue par le concepteur du sport et les pratiquant-e-s actuel-le-s, il s'agit aussi de faire jouer ensemble sur le même terrain la plus grande diversité possible de personnes. Des jeunes et moins jeunes, des sportifs/ives accompli-e-s et des débutant-e-s mais aussi... des femmes et des hommes. Car même si aujourd'hui la plupart des sports sont ouverts aux femmes et aux hommes, force est de constater

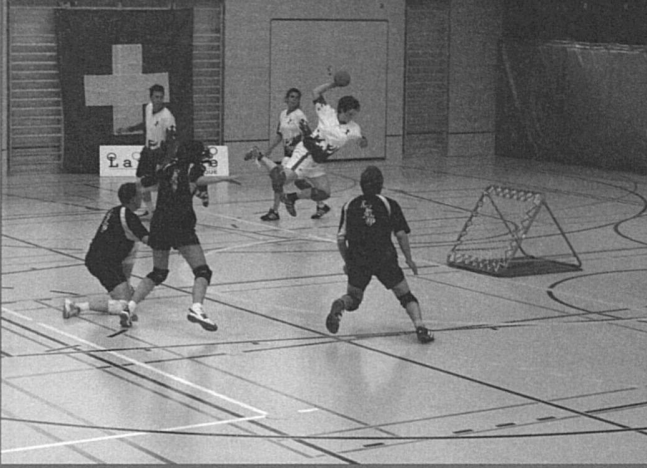
que, comme ailleurs, de multiples inégalités et un fort sexisme y règnent. Une des normes les moins questionnées est la séparation des sexes. Certes personne ne sera choqué de voir joggeuses et joggeurs parcourir ensemble routes et chemins, mais on a de la peine à ne serait-ce qu'imaginer un championnat mixte de football, de cyclisme ou de ski alpin. Séparer femmes et hommes dans le sport fait partie de ces faits perçus comme «naturels» que l'on ne remet pas en question. Pourtant, la mixité permet de pratiquer son sport favori entre ami-e-s, en famille, entre collègues et elle répond ainsi à la mixité grandissante dans toutes les sphères de la société. La mixité change également l'ambiance sur le terrain et empêche quelque peu la reproduction des comportements les plus stéréotypés tant chez les femmes que chez les hommes.

## Tchoukball. mixité, égalité ?

Au rayon de la mixité sportive, le tchoukball a plusieurs années d'avance puisque la pratique y a toujours été mixte, y compris en compétition nationale où le non-respect de cette règle entraîne des pénalités de points. Il est indéniable que de montrer que l'on peut avoir une compétition sérieuse, fair-play et mixte est un pas important pour l'égalité. Car la séparation classique des compétitions est également empreinte de hiérarchisation. Par exemple, il existe une coupe de monde de football et une coupe du monde de football féminin. Il est donc sous-entendu y a la «vraie» compétition et celle réservée aux femmes, le deuxième sexe. Donc casser ces barrières est un premier pas important. Mais comme on l'a constaté dans la mixité scolaire ou sur le lieu de travail, mélanger les sexes ne suffit pas. Comme le montre le témoignage de Mme Amezdroz, le sexisme et les préjugés persistent notamment car le sport n'existe pas en vase clos, mais est tributaire des valeurs de nos sociétés. Les coach auront tendance à faire plus confiance aux hommes. On attribuera les différences d'efficacité à des capacités naturelles et non pas à des encouragements différenciés. Les sportives auront tendance à rester en retrait et faire confiance aux hommes. Par ailleurs, on attribuera aux femmes des postes stéréotypés jugés plus conformes à leur rôle, les empêchant ainsi de montrer leurs autres talents et donc de briguer d'autres postes. Cependant, le tchoukball permet aux sportifs/ives de tous âges et niveaux d'expérimenter l'intérêt et le plaisir du sport mixte y compris en compétition. La prochaine étape consistera à montrer qu'une plus grande égalité sur les terrains et en-dehors ne peut que profiter à toutes et à tous !

Pour en savoir plus : [www.tchoukball.ch](http://www.tchoukball.ch)

DR



DR



**Florence Amez-Droz, présidente du club de tchoukball « Université Neuchâtel », entraîneuse de juniors M15 (moins de 15 ans) et ancienne joueuse de l'équipe nationale.**

*L'émilie: Est-ce que le fait que le tchoukball soit mixte est important pour vous?*

F.A-D.: Oui, pour moi c'est un gage de la pérennité de ce sport dans sa philosophie initiale. C'est un jeu qui se veut sans contact physique, ainsi il n'y a aucun besoin de jouer au plus fort pour gagner. C'est aussi un sport basé sur le respect de l'autre et de soi-même. Tout le monde a son rôle à jouer sur le terrain et nous avons besoin des autres pour jouer.

*L'émilie: Qu'est-ce que la mixité apporte concrètement au tchoukball?*

F.A-D.: Le respect de l'autre est un des concepts de base du tchoukball. Contrairement aux autres sports d'équipe, on joue AVEC l'autre équipe et non contre. Au tchoukball «le beau jeu amène le beau jeu». C'est-à-dire que l'on a besoin de l'autre pour construire sa tactique. La mixité permet de forcer ce respect de l'autre. Une passe est un cadeau. Faire une passe trop forte à un-e coéquipier/ière pénalise toute l'équipe. La notion d'entraide fait partie du jeu. La mixité empêche que le sport ne devienne un sport comme les autres sports d'équipe où la raison du plus fort fait foi physiquement. Au tchoukball, la finesse du jeu et la stratégie sont plus importantes. L'objectif d'un-e tireur/euse est de marquer un point, non en massacrant le mur de défense, mais en tirant dans les «trous» aux endroits où les joueur/euses de l'équipe adverse ne se trouvent pas.

*L'émilie: Qu'est-ce que cela implique au niveau de l'entraîneur-euse d'avoir des joueuses et des joueurs?*

F.A-D.: En tant qu'entraîneuse cela amène quelques complications au départ, mais en définitive c'est une richesse supplémentaire. Les joueur/euses ont au début beaucoup d'à priori dus aux traditionnelles leçons de gymnastique où, dans les jeux d'équipe, les filles, si elles n'ont pas de bonnes notions sportives, font tapisserie. Il faut être très attentif-ive et donner non seulement aux filles mais aussi aux débutant-e-s confiance en soi. Ceci est facilité par le fait qu'au tchoukball aucune intercep-

tion n'est possible ; c'est-à-dire que lorsqu'un-e joueur/euse a la balle en sa possession, il/elle n'a pas à craindre l'attaque de l'autre équipe, personne ne va le/la gêner pour faire une passe ou un tir (toute gêne est pénalisée par l'arbitre). Une fois que les principes sont compris de tou-te-s, l'esprit de solidarité prend le dessus et l'on est toujours plus fort-e à plusieurs que seul-e, peu importe que ce soit des filles ou des garçons.

*L'émilie: Est-ce que mixité rime avec égalité ou est-ce que vous constatez une persistance des stéréotypes?*

F.A-D.: Je pense que les stéréotypes ont la vie dure au tchoukball. Peut-être ne peut-on pas parler d'égalité, mais en tout cas de diversité. Tous les joueur/euses ont à apprendre des autres et ce n'est pas toujours le tir le plus fort qui marque un point. Un tir bien placé hors de portée de l'équipe adverse est souvent plus efficace.

*L'émilie: Comment réagissent les gens quand vous expliquez que votre sport favori est mixte? Est-ce considéré comme positif ou comme preuve ultime que ce n'est pas un «vrai» sport?*

F.A-D.: Il est parfois difficile d'expliquer notre sport en quelques mots, car dès que nous abordons la règle de la non interception, les personnes pensent souvent qu'il ne se passe rien au tchoukball. Par contre, la mixité est très bien acceptée car cela permet de pratiquer un sport d'équipe en famille, avec des amis-e-s. Fini le temps où Monsieur avait sa soirée Basket et Madame sa soirée volley. Voici enfin un sport d'équipe que l'on peut pratiquer ensemble au championnat et dans les tournois régionaux. Souvent les sceptiques sont vite convaincu-e-s de l'intérêt de notre sport. S'ils/elles acceptent d'essayer de jouer, ils comprennent alors très vite que personne n'est là pour pique-niquer au milieu du terrain et que tous les joueur/euses ont leur rôle à jouer que ce soit en attaque ou en défense.

*L'émilie: Un dernier mot ?*

F.A-D.: Alors qu'on se le dise, n'hésitez pas à prendre contact avec le club de tchoukball de votre région pour venir essayer ce sport qui vous réservera bien des surprises et du plaisir et n'hésitez pas à inscrire vos enfants pour qu'ils découvrent ce sport d'équipe si différent des autres.