

<b>Zeitschrift:</b>	Jeunesse forte, peuple libre : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin
<b>Herausgeber:</b>	École fédérale de gymnastique et de sport Macolin
<b>Band:</b>	4 (1947)
<b>Heft:</b>	32
<b>Artikel:</b>	Comment organiser un cross à l'aveuglette?
<b>Autor:</b>	Eusebio, O.
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-997023">https://doi.org/10.5169/seals-997023</a>

### **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:** 29.01.2026

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

MACOLIN :

# La voix du rédacteur

Chers amis lecteurs,

Les souches pour le renouvellement de « l'abonnement » à « Jeunesse forte, peuple libre » envahissent mon bureau ; il y en a partout, elles m'encombrent mais me prouvent à la fois votre attachement à notre modeste revue. Les très nombreuses et intéressantes observations qui les accompagnent me permettront de donner à l'avenir à notre trait d'union le ton et la direction voulus. **Que tous ceux qui ne nous ont pas encore répondu** s'empressent de nous retourner leur commande en y joignant leurs observations et surtout leurs critiques, car elles me seront tout aussi utiles que les louanges. Merci d'avance.

Certains d'entre vous ont manifesté leur déception au sujet de la nomination du directeur de l'Ecole fédérale de gymnastique et de sport et réclament des précisions à ce sujet. Il ne m'appartient pas de discuter ici une décision du Conseil fédéral et je me bornerai à vous préciser que le nouveau directeur, M. Arnold Kaech, prendra vraisemblablement possession de son poste à Macolin, dès la fin juin ou le début de juillet prochain. M. Kobelt, chef du département militaire fédéral, a prié M. le professeur Stehlin, l'actuel directeur ad-intérim de notre institut, de demeurer à son poste jusqu'au début du mois d'août, dans le but d'orienter très exactement son successeur dans ses nouvelles fonctions.

Quant à M. Hirt, il reste à Macolin en qualité de directeur technique des cours qui s'y déroulent et continuera, comme par le passé, à faire vibrer l'esprit qu'il a si bien su y implanter.

L'entrée en fonction du nouveau directeur de l'Ecole fédérale de gymnastique et de sport coïncidera avec l'achèvement d'une partie des travaux de la première étape de construction. Ceux-ci ont en effet subi un certain retard en raison du froid intense et tenace qui a caractérisé l'hiver 1946-1947. Les travaux durent être interrompus très tôt déjà l'automne dernier pour n'être repris qu'en mars de cette année.

Actuellement, la halle de gymnastique, réalisée selon les conceptions les plus modernes, est en voie d'achèvement. Elle pourra être mise à la disposition des sportifs dès le début de juin prochain. Quant à la grande halle de sport, d'une superficie de 1.000 m<sup>2</sup> (40×25), elle ne pourra être utilisée qu'au plus tôt en septembre ou octobre 1947.

L'excessive lenteur des travaux est due au manque de main-d'œuvre consécutif aux nombreux chantiers de construction actuellement en exploitation. Toutefois, dès la fin de la semaine prochaine la piste d'entraînement de 300 mètres pourra être inaugurée. Avec elle les amateurs de l'athlétisme léger trouveront à Macolin toutes les installations qui leur seront nécessaires. Ajoutons que même durant la saison morte l'entraînement pour l'athlétisme léger pourra être poursuivi dans les sous-sols de la grande halle de sports où seront installés des pistes pour les sauts en longueur et en hauteur, des emplacements pour le lancer du boulet, pour la course d'obstacles, etc.

P.F.

# COMMENT ORGANISER UN CROSS A L'AVEUGLETTE ?

par O. EUSEBIO, maître de sports à Macolin.

A ceux du bord du lac...

Quand sur les hautes collines la neige disparaît, quand le soleil est plus chaud tout autour des maisons et des bois et que de la terre s'exhalent les vapeurs du dernier gel, nous faisons notre le chant des petits de la nature et nous nous sentons envahis d'une vie nouvelle, d'une vie toute jeune...

Vie nouvelle ! Le printemps léger et charmant nous invite à laisser couler, comme il fil sur la quenouille, ce sentiment de bien-être, cette flamme qui vacille et germe au tréfonds de notre être ; puis elle jaillit, elle monte comme une sève, nous enflamme et nous inonde ; le visage

s'épanouit, le regard s'égaye, un enthousiasme débordant nous incite à bouger, à gaminer, à folâtrer... on sent en nous ce vieux désir de chercher, de découvrir..., instinct qui a toujours amené l'homme vers le nouveau, la découverte.

La belle nature, la liberté, ce paradis de la vie nouvelle nous offre tout ce que notre âme recherche.

Le temps favorable à la course à l'aveuglette est là ; sachons en profiter. En ce moment tout concourt à la rendre attrayante et bienfaisante.

Qu'est-ce qu'un cross à l'aveuglette ?

Le principe du cross à l'aveuglette est extrêmement simple ; il s'agit d'une course dans un

terrain inconnu avec un certain nombre de passages obligés et un contrôle du temps.

Il répond à toutes les exigences d'une activité de l'instruction préparatoire : simplicité, contact et étude de la nature, entraînement physique, etc. ; il devrait être le complément naturel du programme de travail de tout groupement I. P.

### Matériel nécessaire.

- a) Cartes topographiques de la région pour participants et organisateurs.
- b) Boussoles.
- c) Chronomètre (un seul suffit), du matériel pour écrire, des listes de départ et d'arrivée.
- d) Dossards - fanions - feuilles de papier rouge.

### Comment s'y prendre ?

L'organisation doit être aussi simple que possible. Une seule personne suffit pour organiser, diriger et contrôler tout le travail (elle peut éventuellement s'adjointre un aide, par ex. un jeune homme qui ne peut pas courir, comme secrétaire).

## I. Processus de l'organisation.

### 1. Préparation du cross.

- a) Déterminer d'après la carte et reconnaître dans le terrain la piste et les postes de contrôle.
- b) Tracer le parcours adopté sur la carte et sur une feuille en y ajoutant toutes les particularités de contrôle (lettres-chiffres) afin que l'on ait spontanément un tableau parfaitement exact du parcours.
- c) Préparer les cartes topographiques qui seront fixées à un arbre dans les postes de contrôle. Cette carte portera, entouré d'un cercle coloré, le but précis de l'étape suivante et dans un des angles supérieurs le numéro ou la lettre de contrôle.

**Exemple pratique :** Un coureur arrive au premier poste de contrôle ; il y trouve la carte topographique avec le petit cercle entourant le but de la deuxième étape, ainsi que la lettre ou le chiffre de contrôle (Ex: T.B. ou 3.4).

Tout de suite il note le prochain poste sur sa carte ainsi que la lettre ou le No. de contrôle, puis après avoir déterminé la nouvelle direction de marche au moyen de sa boussole ou de son « pifomètre » il continuera sa course le plus rapidement possible. Et ainsi de suite à tous les postes de contrôle.

**Variantes :** En lieu et place de la carte topographique, on peut mettre une simple feuille blanche portant les indications suivantes :

- a) NNW - 800 m. Pt. 1050 - ou
- b) Marcher 750 m. Azimut 10-

Ce qui signifie :

- a) Dans la direction Nord-Nord-Ouest, environ 800 mètres atteindre le point 1050- et
- b) Dans la direction donnée par l'Azimut 10, marcher environ 750 mètres - (l'Azimut = Valeur des angles relevés sur la carte ou mesurés dans le terrain à l'aide de la boussole par rapport à la direction du nord géographique).

### 2. Préparation de la piste.

En général on prévoit le départ et l'arrivée à la même place.

Depuis le point de départ du cross jusqu'à l'emplacement de la première carte, la piste sera marquée au moyen de fanions. Sur un arbre bien en vue, on fixe la grande feuille de papier rouge (ou d'une autre couleur voyante) et au milieu de cette feuille la petite carte topographique portant toutes les indications nécessaires, comme nous l'avons vu précédemment sous lettre c (préparation du cross).

Et ainsi de suite à chaque poste de contrôle. Dès que toutes ces opérations sont terminées, on peut procéder au grand « lâcher » des coureurs.

## II. La course proprement dite.

- a) Rassemblement des participants — Distribution des dossards — Dernières instructions (par ex. Fixer un lieu et une heure de rassemblement pour les coureurs qui se seront égarés ou qui n'auront pas trouvé tous les postes de contrôle).
- b) Au moment du départ, remise à chaque coureur ou à chaque groupe, de la boussole et de la carte topographique. Chaque coureur se présente au départ avec un crayon et un bout de papier. — Les départs sont donnés toutes les 1 - 1 1/2 ou 2 minutes selon le nombre de participants et le temps dont on dispose.
- c) Contrôle des temps — Reddition des boussoles — des cartes et des papiers de contrôle.
- d) Classement selon les temps et les indications fournies par les papiers de contrôle (numéros ou lettres).
- e) Récupération des fanions — des cartes topographiques et reddition de tout le matériel utilisé.

## III. Conclusions.

Voilà, n'est-il pas vrai, un procédé extrêmement simple, à la portée de chaque chef I. P. Essayez, les satisfactions ne manqueront ni pour les jeunes, ni pour vous.

Vive le cross à l'aveuglette !  
Vive l'I. P.

Macolin, printemps 1947.

Taïo.