

**Zeitschrift:** Jeunesse forte, peuple libre : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin  
**Herausgeber:** École fédérale de gymnastique et de sport Macolin  
**Band:** 6 (1949)  
**Heft:** 3

**Artikel:** La gymnastique suédoise moderne et ses diverses applications  
**Autor:** Dutoit, Hermann-Cosy  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-996680>

### **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:** 04.02.2026

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

commun, n'y a-t-il pas là de quoi vous tenter ? Rappelons que l'impossibilité où se trouvent les organisateurs de dévoiler à l'avance la région où se déroule la course exclut la participation du public. Toutefois, les personnes qui désireraient suivre cette passionnante épreuve y sont cordialement invitées. Il suffit qu'elles se trouvent le dimanche matin devant l'entrée Est de la Gare de Lausanne, à 8 h. 15 où a lieu le rassemblement des concurrents. Elles seront alors transportées sur le lieu de la course.

Deux challenges sont en compétition, détenus actuellement par « La Flèche I. P. Coffrane » et par la section S. F. G. de Bussigny s/Morges. Un challenge pour catégorie « scolaire » sera remis en jeu ; l'équipe du Gymnase scientifique de Lausanne l'ayant remporté définitivement l'année dernière.

Rappelons ici que les équipes de 4 concurrents en âge I. P. ou ayant un chef plus âgé peuvent s'inscrire jusqu'au 20 mars à l'Office cantonal d'éducation physique post-scolaire, Cité-derrière 18, Lausanne.

### TABLEAU DES COURS D'ÉTÉ 1949

|    |          |   |  |            |    |
|----|----------|---|--|------------|----|
| 14 | 18-23.4  | 6 | Cours féd. de mon. p. exercices en plein air. . . . .  | fr. et al. | 50 |
| 16 | 25-30.4  | 6 | Cours féd. de mon. instr. de base I. . .   | français   | 50 |
| 17 | 29.4-1.5 | 3 | Cours féd. de mon. d'assoc. et instituteurs et cours de rép. de mon. pour l'enseignement de base (canton de Neuchâtel) . . . | français   | 70 |
| 19 | 9-14.5   | 6 | Cours féd. de mon. instr. de base I. . .   | français   | 50 |

|     |         |    |  |            |    |
|-----|---------|----|--|------------|----|
| 20  | 16-21.5 | 6  | Cours féd. de mon. d'excursions à pied et à bicyclette . . .   | fr. et al. | 50 |
| 22  | 6-11.6  | 6  | Cours féd. de mon. instructeur de base I (Ec. normales de Fribourg et Sion). . .                         | fr. et al. | 80 |
| 23  | 13-18.6 | 6  | Cours féd. de mon. instruct. de base II. .   | fr. et al. | 60 |
| 24  | 20 25.6 | 6  | Cours féd. de mon. instruct. de base I. .  | français   | 50 |
| 26a | 1-3.7   | 3  | Cours de cadre pour instituteurs des cours féd. d'alpinisme (E.F. G.S.). . . . .                         | français   | —  |
| 26  | 4-16.7  | 13 | Cours féd. de mon. pour l'instruct. alpine   | français   | 20 |
| 27  | 4-9.7   | 6  | Cours féd. de mon. pour ecclésiastiques .  | fr. et al. | 60 |
| 29  | 18-23.7 | 6  | Cours féd. de mon. p. instituteurs et chefs d'entraînement . . .   | fr. et al. | 50 |
| 30  | 25-30.7 | 6  | Cours féd. de mon. de natation et instr. de base. . . . .  | français   | 40 |
| 31  | 1-6.8   | 6  | Cours féd. de mon. pour instruct. de base pour étudiants. .  | fr. et al. | 50 |
| 32  | 8-13.8  | 6  | Cours féd. de mon. pour directeurs et instituteurs des écoles de perfectionnement professionnelles . . . | fr. et al. | 50 |
| 35  | 18-30.7 | 13 | Cours pour candidats au dipl. féd. No 1 de maître de gymn. et de sports . . . . .                        | fr. et al. | 40 |

## LA GYMNASTIQUE SUÉDOISE MODERNE ET SES DIVERSES APPLICATIONS

Per-Henrik Ling désirait ardemment, n'était-ce même pas son unique but, développer la gymnastique de manière qu'elle ne soit pas l'apanage d'un nombre limité d'individus doués, mais, au contraire, de sorte que son système touche la population tout entière, que son œuvre devienne la propriété du peuple suédois. C'est tout particulièrement au cours de ces dix dernières années et à l'aide du slogan « La gymnastique pour tous » que plusieurs institutions prirent corps, ayant comme but la vulgarisation de la gymnastique dans toutes les couches de la population. Ce vaste mouvement qui, malgré la guerre, n'a fait que s'accroître durant ses trois dernières années, semble vouloir atteindre son but dans un avenir très rapproché et, en même temps, celui du créateur de la gymnastique suédoise.

### DANS LES ÉCOLES

Déjà, et surtout à l'école, où la gymnastique n'est pas considérée comme une branche secondaire, mais où il s'agit bien d'une véritable éducation physique et morale, les jeunes sont très vite initiés et instruits dans ce sens, grâce à d'heureux moyens pédagogiques. A l'école, me disait encore récemment un maître d'éducation physique, *notre but est que nos jeunes aient une bonne tenue et, j'insiste surtout spécialement en spécifiant, une bonne tenue*

*aussi bien physique que morale.* Tout est donc mis en oeuvre pour intéresser la jeunesse : la création d'insignes sportifs et de gymnastique a été un des plus puissants moyens, qui a tout de suite atteint le but qu'il s'était fixé, donner de l'émulation. La Fédération suédoise de gymnastique a fait, de son côté, au cours de ces quinze dernières années, un gros effort de vulgarisation de cette branche, en organisant des camps de gymnastique populaires pour les écoliers et pour ceux qui avaient terminé leurs classes, cette période précédant la majorité étant précisément délicate dans l'éducation de la jeunesse.

### LA GYMNASTIQUE SUÉDOISE VÉRITABLE OEUVRE D'HYGIÈNE SOCIALE

Ce qui m'a très vivement intéressé en Suède, c'est la multitude des mouvements gymniques, qui tous poursuivent le même but : rendre le peuple fort et sain. Certaines institutions ont tout spécialement retenu mon attention, dont voici les plus importantes :

### CONTROLE MÉDICO-SPORTIF

Afin d'éviter les erreurs et les accidents parmi les nombreux adhérents à ces différentes sociétés gymniques et sportives touchant des individus de toutes classes et de tous âges, il s'est révélé abso-

lument nécessaire d'avoir une collaboration étroite entre les éducateurs physiques et le corps médical, d'où la création de polycliniques médico-sportives. J'ai eu l'occasion de m'entretenir longuement avec le chef de cette institution, le docteur privat-docent Sjöstrand, dont le cabinet se trouve à même les locaux du Stade olympique de Stockholm. En consultant ses dossiers, j'ai pu voir que, dans cette polyclinique seule, près de deux mille personnes, sportifs ou non, avaient subi deux à trois contrôles au cours de l'année 1945, ce qui représente une forte participation.

### **LE MOUVEMENT GYMNIQUE COOPÉRATEUR**

Parmi les plus importants mouvements de gymnastique publics et privés, deux ont retenu spécialement mon attention, tant est actuellement grande leur popularité en Suède.

C'est, tout d'abord, le grand mouvement gymnique coopérateur, institution intéressant spécialement les ménagères, soit toutes les consommatrices. Ce mouvement, créé sous les auspices de l'Union des Coopératives suédoises et inspiré par le professeur d'éducation physique Mlle Elly Löfstrand, a obtenu tout de suite un immense succès auprès de la population. Actuellement, plus de vingt mille personnes sont inscrites et suivent régulièrement les cours bi-hebdomadaires de gymnastique. A Stockholm, près de cinq mille consommatrices pratiquent en principe, l'après-midi, leur demi-heure de culture physique, en ayant la possibilité très appréciable de mettre leurs enfants sous surveillance dans une nursery attenante à la salles d'exercices. La cotisation de ces cours est dérisoire et à la portée de toutes les bourses. J'ai personnellement assisté à quelques leçons de gymnastique de l'Union des Coopératives suédoises, qui jouit, je le répète, d'un unanime succès et ai pu voir s'exercer des groupes de femmes allant de vingt à soixante ans et qui semblaient vouer une attention toute particulière à l'entraînement et au maintien de leur corps.

### **LA GYMNASTIQUE DE BUREAUX ET D'ATELIERS**

Le second mouvement gymnique, qui ne manque également pas d'intérêt, est celui de la gymnastique de bureaux et d'ateliers, créé voilà trois ans par Mlle Brigit Rydin, professeur de culture physique à Stockholm, et adopté par le plus grand magasin de la capitale suédoise. Auprès du personnel des ateliers et bureaux de ce vaste magasin, cette institution a remporté tout de suite un légitime succès. Trois fois par semaine, au moment où le professeur pénètre dans les bureaux, on ouvre les fenêtres et chacun, se tenant debout à côté de sa place, exécute, pendant huit à dix minutes, au son d'un gramophone, quelques exercices qui contribuent à remettre le sang en mouvement et corriger la mauvaise tenue, tout en procurant un heureux dérivatif qui n'est pas des moins négligeables pour un meilleur rendement du travail. Ce mouvement, tout récent, se répand avec une prodigieuse rapidité dans quantité d'industries.

### **LA GYMNASTIQUE, LE SPORT ET LES INDUSTRIES SUÉDOISES**

Parmi les autres innovations de la gymnastique suédoise, on doit relever également l'intérêt tout particulier que portent les industries à l'éducation physique et au sport. J'ai eu l'occasion de visiter le grand centre métallurgique de Bofors et ai pu voir combien les chevaliers d'industrie vouaient de soins aux loisirs de leurs employés en créant des sections de gymnastique et de sports, et en les dotant de très belles et modernes installations, sous

la direction de professeurs spécialisés. A Sandviken, autre centre suédois de l'acier, il a été construit pour les employés des usines un stade et une halle de gymnastique et de sports, leur permettant de s'entraîner dans les meilleures conditions après leurs heures de travail. Ces institutions sportives et gymniques, au sein même des usines, établissent un meilleur contact entre personnel et patrons.

### **QUELQUES HEUREUSES RÉALISATIONS**

La Fédération suédoise de gymnastique a fait un gros effort destiné à éveiller l'intérêt des jeunes, comme celui de toute la nation, pour la vie près de la nature, en créant partout, dans la campagne, des petites bâtisses de « sauna », aux installations simples, toujours situées au bord des lacs ou bras de mer, ce qui oblige le Suédois à pratiquer la natation, sport que nul n'ignore dans ce pays. Les Nordiques attachent une grande importance à ces bains appelés « bains finlandais » dont la pratique est pour eux un adjuvant indispensable à l'éducation physique et à l'entraînement corporel.

D'un autre côté, l'État, conscient de ses responsabilités et comprenant l'absolue nécessité de soutenir ce vaste mouvement sportif et gymnique, a permis, en construisant une multitude de places de jeux et de sports, la réalisation pratique de celui-ci. A Stockholm, on ne compte plus les places de sports avec terrains de football, hand-ball, pistes cendrées et divers appareils de jeux et de gymnastique, où les Suédois, plus particulièrement la jeunesse, peuvent, à toute heure et gratuitement, s'entraîner individuellement ou par équipes. En hiver, ces places de jeux se transforment en patinoires extraordinairement fréquentées.

Il ne faudrait pas omettre, avant de conclure, la belle idée du département de l'Instruction publique qui, en accord avec le médecin-chef des écoles, a décrété fériée, pour les écoliers, la première semaine de février, réservée au ski exclusivement. A cet effet, de nombreux camps sont organisés.

### **CONCLUSION**

Je ne m'étendrai pas plus longtemps sur l'immense popularité des diverses activités du mouvement sportif suédois, il est par trop connu, et les résultats de leurs champions en sont une preuve éclatante. Ils constituent en somme l'achèvement et le couronnement d'un système éducateur gymnique et sportif parfait. La Suède n'a-t-elle pas été, depuis très longtemps, en tête des diverses compétitions athlétiques et sportives aux Jeux Olympiques et lors des grandes toutes inter-nationales ?

Que ce soit dans les écoles primaires et supérieures, dans les organisations de jeunesse, au sein des clubs sportifs, dans les cours du grand mouvement coopérateur, de la gymnastique de bureaux et d'industries, auxquels j'ajouterai une démonstration d'éducation physique que j'ai eu le plaisir de voir au pénitencier suédois de Langholm, où, pendant une demi-heure, les forçats semblaient oublier leur triste condition, partout, dans tous les domaines sociaux, populaires et privés, j'ai vu ce même culte de la gymnastique chez les enfants d'une nation, certes à l'avant-garde de la civilisation mondiale et on peut affirmer, sans hésiter, que ce grand mouvement gymnique et sportif y est pour une très large part.

Ainsi, plus de cent ans après, le vœu ardent du vieux maître Per-Henrik Ling s'est réalisé, puis-je dire que sa doctrine et ses principes sont devenus les fondements d'une œuvre nationale, pour le grand bienfait du peuple suédois tout entier.

Hermann-Cosy DUTOIT.