

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: 8 (1951)

Heft: 4

Rubrik: Échos de Macolin

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: 09.02.2026

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

longs avant, si possible, peu de branches. Arrivés au sommet, sautons sur celui d'à-côté après s'être balancé deux ou trois fois. Cet entraînement au grimper serait insuffisant s'il s'arrêtait là. Il y a sûrement dans notre village une grosse corde à foin. Prenons-la et fixons-la à une solide branche. Ainsi il sera possible d'étudier la technique propre au grimper et faire de nos mains comme de nos jambes de solides étaux.

Toujours à l'enseigne du bon marché, il est possible d'installer d'autres engins, soit pour la gymnastique aux agrès, soit pour la gymnastique acrobatique. Pour le reck nous utiliserons une vieille barre d'acier que nous polirons soigneusement. Arimons-la entre deux arbres distants de 1 m. 50 environ que deux branches soutiendront. Peut-être sera-t-il possible de régler sa hauteur. Et vive les bascules et les tours d'appui. Dans ce coin réservé à la gymnastique pure, nous construisons encore une poutre d'appui. Un joli frêne fera l'affaire. Cette poutre, si modeste soit-elle remplacera le mouton ou le cheval et elle nous permettra aussi d'organiser des courses d'obstacles et de travailler l'équilibre. Une planche de frêne, résistante et très souple, vissée à un rondin transversal et soutenue à 30 cm. du sol par 2 piquets fichés au sol, voilà notre planche élastique prête. Nous ne disposons d'aucun tapis mais une botte de paille ou un bon tas de foin formera un agréable coussin de réception.

Il est temps de jouer car la nuit est bientôt là. Rejoignons la clairière dans laquelle nous évoluons tout à l'heure. Jouons! Pour le football, les buts seront tirés de rondins de bois ou de vieilles lattes et nous adapterons leur grandeur aux proportions du terrain. Pour le volleyball, on emploiera les buts de football ou, mieux encore, nous tendrons une corde entre deux arbres à 2 m. 40 de hauteur.

IV, RETOUR AU CALME.

Nous avons fait le tour de notre stade. Les premières lueurs de la lune donnent à nos réalisations un aspect féerique. Il est l'heure de rentrer. La nature s'endort et les arbres se renvoient la mélodie de nos chants.

* * *

Vous, amis montagnards, vous, camarades des villes, avant que ne revienne la belle saison, méditez. Transportez vos salles et vos places de sport dans les forêts, utilisez les multiples possibilités naturelles et essayez de donner à votre entraînement sa véritable forme. Laissez la nature vous dicter votre voie. Observez les animaux, imitez le chant gai des oiseaux, respirez à pleins poumons cet air aux mille senteurs. Criez votre joie de vivre.

Un esprit sain dans un corps sain, ceci est notre but.

Pierre JOOS.



ECHOS DE MACOLIN

— Comment, me fit un copain avant mon départ pour Macolin, tu vas perdre une semaine au-dessus de Bienne? Tu t'ennuieras dans ce coin perdu, sous une discipline militaire, avec des officiers promoteurs de méthodes prussiennes...

— Eh bien, lui fis-je, on verra.

* * *

Et voilà : la semaine de Macolin s'est écoulée. Elle s'est même écoulée trop vite, et dans une atmosphère séduisante.

Discipline militaire? Vous n'y êtes pas. Le matin, pas un seul hurlement ne résonne dans les corridors. La diane se fait en musique. Mais oui, on sort de sa coque de sommeil, on s'étire lentement aux sons d'œuvres de Schubert, de Bach, de Mozart et même (pardonnez-moi, Monsieur Hirt) aux sons de *J'ai peut-être tort...* Et cette méthode originale porte ses fruits...

Solitude? Macolin est-ce un coin anonyme du Jura? Erreur. Macolin est le balcon du Jura. Au-dessous de soi, tout le lac et la ville de Bienne, les villages et les vallonnements du Plateau, et le panorama des Alpes composent un paysage prestigieux. Et, chaque soir, des myriades de lumières scintillantes renouvellent comme une fête de nuit.

Les emplacements de sport sont comme cachés dans l'herbe et les arbres, et se confondent avec le cadre naturel. Et c'est là une des plus belles réalisations de l'E.F.G.S. Rien d'artificiel, rien de frelaté. L'architecture est en parfaite harmonie avec les sites et le style jurassiens. Les pistes se cachent sous les arbres, dans la campagne de laquelle on n'a rien retranché.

Travail pénible, éreintant? N'en croyez rien. Les leçons sont judicieusement réparties au long de la journée, les efforts sont progressifs et bien dosés. Chaque jour, des théories, des conférences, des projections de films complètent et agrémentent le

travail pratique. Parfois, certains muscles sont crispés, paralysés : une douche suffit pour les assouplir, ou la sauna suffit pour faire disparaître toutes les raideurs comme par enchantement. Ah! oui, la sauna! Ne fait-elle pas perdre un kilo de sueur à certains participants? Avouez que, pour un Genevois, perdre autant d'énergie sous forme de transpiration a quelque chose de navrant...

Est-ce le règne du muscle pour le muscle? Rien d'aussi faux. Les cours de Macolin ne poursuivent pas comme but de former des corps dignes des statuaires ou de préparer à la seule compétition. Ils soignent l'âme et l'esprit tout autant que le corps. Tenez, jugez-en par ce simple fait : Le lundi, on pose ses habits civils dans l'armoire, on ne les reprend que le samedi, pour le départ. De la sorte, toutes les inégalités sociales sont nivelées, les participants ne forment plus qu'une seule équipe de jeunes gars heureux de s'épanouir dans une belle nature, dans une ambiance toute d'amitié, de chansons, de sportivité et de jeunesse.

Les camarades sont-ils quelconques et peu intéressants? Ah! si vous aviez vu ces Vaudois se barricader dans leur chambre de peur d'être secoués pendant la nuit! Et ces Valaisans souples comme des belettes! Et ces Genevois au visage balafré de sparadrap à la Dubout! Et ce Fribourgeois véritable fantôme du basket! Et ces Jurassiens plus romands que tous les autres Romands réunis!

La cuisine est-elle peu délicate? Alors, là, je ne vous ferai pas de longues descriptions, vous en baverez d'aise. Rabelais lui-même n'aurait pas dédaigné les menus substantiels et les desserts mirobolants. Faut-il s'étonner si, avant chaque repas, un chant vigoureux est entonné et fait trembler toutes les pierres du bâtiment?

Instructeurs hautains et distants? Cette affirmation est erronée. Dès le premier jour, M. le docteur Gaspard Wolf est Gaspard, tout court, et on lui dit tu. M. Pierre Joss est Pierrot, tout court, et on lui dit tu. Ces deux moniteurs, je suis tenté de dire ces deux camarades, créent une chaude atmosphère et un exemple entraînant, baignés d'une saine philosophie. *En quelques jours, ils marquent davantage les jeunes que ne le ferait un mois de caserne.*

Surtout quand Gaspard aux cheveux d'or, aux yeux bleu lavande, retrouve la gaîté de ses dix-huit ans. Surtout quand Pierrot, avec ses allures à la Gandhi, pimente ses leçons de traits d'esprit les plus inattendus. Merci à vous, mille et une fois, Pierrot et Gaspard. Votre exemple et votre souvenir resteront vivaces en nous.

Il est aisément de conclure. Dans un cours de base I.P., on ne prépare pas la bête humaine. On ne fait pas du sport pour du sport. On le considère comme un moyen d'éducation, de former un homme complet, fort, viril, gai, conscient de ses possibilités, prêt à se sacrifier pour la communauté. Car, là-haut, on apprend à se supporter et à s'épauler les uns les autres. Car, en descendant de là-haut, on est marqué profondément par une empreinte : l'esprit de Macolin.

Paul JUBIN.



L'INSTRUCTION PRÉPARATOIRE EN 1950

Le réjouissant épanouissement constaté lors des années précédentes se retrouve aujourd'hui dans les statistiques de 1950. Que ce soit pour les cours de base ou ceux à option, la participation s'est sensiblement accrue. Cette constatation n'englobe malheureusement que quelques cantons, alors que d'autres accusent un léger recul. L'importance de ce succès permet, non seulement de compenser cette diminution, mais elle fait réaliser à l'instruction préparatoire volontaire un nouveau bond en avant.

LES EXAMENS DE BASE

Soixante six cent cinquante jeunes gens ont subi les examens de base (58.860 en 1949). Ce chiffre représente le 42,3 % du nombre des jeunes Suisses en âge d'instruction préparatoire. Les cantons de Zurich, Berne, Uri, Schwyz, Nidwald, Zoug, Soleure, Appenzell R.E., Saint-Gall, Tessin et Genève ont œuvré pour réaliser cette remarquable augmentation. Fribourg obtient, cette année encore, le plus haut pourcentage (68,1 %). Il est suivi d'Uri, avec 62,8 %; de Soleure, 61,4 %; d'Argovie, 54,5 %; de Schwyz, 54,4 %; du Valais, 52 %, et d'Obwald, 50,4 %. Par rapport à l'année dernière, Lucerne, Fribourg, Schaffhouse, Appenzell R.I., Grisons, Thurgovie, Vaud et Valais accusent un petit recul.

LES COURS DE BASE

On constate avec satisfaction que les cours de base suscitent un intérêt toujours croissant. Ces cours, d'une durée de cinquante heures, ont été fréquentés par 52.269 jeunes gens (49.917 en 1949), soit le 34,8 %. Les cantons d'Obwald et de Zoug sont aux premières places. On enregistre, dans ces deux cantons, une augmentation de 28,6 % pour le premier nommé et de 10,7 % pour le second. Un identique succès se retrouve dans la plupart des autres cantons, à l'exception de Lucerne, Schwyz, Glaris, Fribourg, Bâle-Campagne, Schaffhouse, Appenzell R.I., Vaud et Genève. Le canton d'Uri atteint le meilleur pourcentage, avec ses 66,3 %. D'autres cantons montrent aussi que leurs cours sont très suivis. Ce sont : Valais, 64,9 %; Argovie, 60,2 %; Soleure, 55,1 %; Thurgovie, 48 %, et Saint-Gall, 46,6 %.

LES COURS A OPTION

Les cours à option ont rencontré un très gros intérêt auprès des jeunes. De 12.748 pour 1949, le nombre est passé à 15.648. Les cours de ski ont obtenu à nouveau la meilleure cote : 9.346 partici-

pants, soit 1.300 de plus qu'en 1949. Cette augmentation touche aussi les autres cours à option. Les exercices de plein air ont été fréquentés par 2.577 élèves (2.066 en 1949); ceux d'excursion, par 1.956 jeunes gens (1.526 en 1949); ceux de natation, par 1.156 participants (593 en 1949); l'alpinisme d'été, par 613 jeunes gens (517 en 1949). Le nombre, presque doublé, réalisé par la natation est réjouissant. Ont essentiellement contribué à ce succès les cantons de Zurich, Berne, Uri, Schwyz, Bâle-Ville, Schaffhouse, Appenzell R.E., Appenzell R.I., Saint-Gall, Grisons, Argovie, Thurgovie, Tessin, Valais et Neuchâtel.

LES EXAMENS A OPTION

On relève une augmentation presque égale à celle des cours à option (2.529 participants de plus que pour l'année précédente). Trente-trois mille soixante-dix jeunes gens ont pris part à un examen à option. La répartition pour les différentes disciplines est la suivante : marche, 19.169 (18.816 en 1949); courses d'orientation, 8.601 (6.813); natation, 4.396 (3.947); ski, 904 (965). Les cantons de Zurich, Berne, Lucerne, Uri, Nidwald, Zoug, Appenzell R.I., Saint-Gall, Grisons, Argovie, Thurgovie et Tessin sont les réalisateurs de cet accroissement.

LES ASSOCIATIONS DE GYMNASTIQUE ET DE SPORT

Elles ont pris une grande part à l'instruction préparatoire. On relève avec grand plaisir que chaque association intéressée à ce mouvement a amélioré son pourcentage. La Société fédérale de gymnastique détient, de loin, la tête. En effet, elle obtient, pour les cours de base, le nombre de 24.322, 21.195 pour les examens de base, 1.290 pour les cours à option et 11.457 pour les examens à option. Viennent ensuite : l'Association suisse de football et d'athlétisme (A.S.F.A.), avec 7.030 participants aux cours de base, 6.294 aux examens de base, 263 aux cours à option, 1.570 aux examens à option. Puis c'est l'Association catholique suisse de gymnastique et de sport, y compris les organisations de Jeunesse Catholique (C.B., 6.698; E.B., 6.182; C.O., 1.127; E.O., 3.310); la Fédération suisse des éclaireurs (C.B., 1.714; E.B., 2.100; C.O., 3.438; E.O., 1.691); le S.A.T.U.S. (C.B., 1.372; E.B., 1.204; C.O., 48; E.O., 525) et la Fédération suisse de ski (C.B., 552; E.B., 493; C.O., 274; E.O., 321). Malgré une participation plus faible, d'autres associations ne restèrent nullement inactives et des cours furent organisés dans les sociétés suivantes : Club alpin suisse, Fédération suisse de natation, Fédération suisse cycliste et motocycliste, Fédération suisse d'aviron.

LES ÉCOLES PUBLIQUES ET PRIVÉES

Ici encore, on relève de très beaux résultats. On lit, en effet, pour les cours de base, 3.381 participants, 13.001 pour les examens de base, 5.129 participants pour les cours à option et 10.230 pour les examens à option.

LES GROUPEMENTS LIBRES

Ils ont présentés 5.501 élèves aux cours de base, 7.205 aux examens de base, 3.364 aux cours à option et 9.160 aux examens à option.

1950 se solde donc par un bénéfice. Souhaitons que l'année en cours apporte à l'instruction préparatoire de nouveaux lauriers.

E. HIRT,
Chef de section I.P.