

**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:** 9

**Artikel:** L'alpe

**Autor:** [s.n.]

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-996578>

### 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:** 10.01.2026

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

l'avant-dernier poste dont la découverte doit donner du « fil à retordre » aux concurrents. On peut éviter de cette façon, dès le début de la course, un attrouement qui ôterait tout intérêt à la compétition. En effet, si ce principe n'est pas appliqué, il peut arriver que 4 et même 5 patrouilles se regroupent autour du premier poste ; l'un des groupes trouve-t-il le point, les autres groupes le suivent machinalement. Toutes ces patrouilles restent, par la suite, groupées, c'est-à-dire qu'elles suivent les meilleurs, ce qui n'est généralement pas le cas lorsque la règle préconisée ci-dessus est appliquée.

Ce n'est que de cette façon, qu'à l'occasion de nos courses d'orientation à Macolin, des patrouilles soient arrivées au but après avoir devancé, sans s'en rendre compte, une dizaine d'autres groupes.

Seul le poste d'arrivée ne doit pas être fixé selon la règle de la progression de la difficulté mentionnée ci-dessus. Deux raisons parlent en faveur de la désignation d'un poste d'arrivée très facile à découvrir. Dans la course d'orientation, les qualités du coureur ne sont qu'assez peu souvent mises à contribution ; on doit, et avec raison, s'arrêter souvent pour s'orienter. Seul son poste d'arrivée facile à trouver permet aux divers groupes d'effectuer un sprint final ; ils peuvent alors faire valoir avantageusement leurs qualités de coureurs. Le deuxième avantage de cette solution ressort du fait que le contrôle des temps à l'arrivée est considérablement facilité, parce que précisément les patrouilles ne franchissent pas l'arrivée en étant regroupées, mais au contraire bien échelonnées.

En dépit de ces mesures de précaution, on ne peut éviter que des patrouilles se rencontrent dans le terrain. Pour éviter qu'elles n'aient la tentation de se suivre, ces rencontres seront, en quelque sorte, provoquées intentionnellement par l'organisateur, en ce sens que les divers postes seront placés de telle sorte que les routes pour les atteindre se croisent à plusieurs reprises. De cette façon, lorsqu'un groupe en voit un autre il pourra immédiatement se rendre compte que ce dernier va dans une direction diamétralement opposée à la sienne et ne sera pas tenté de le suivre. Comme on le voit, il est donc possible, grâce à des mesures d'organisation appropriées, d'éviter que cer-

tains « roublards » n'utilisent cette solution de simplicité qui consiste à suivre les coureurs les plus qualifiés.

On évitera aussi avantageusement de placer les postes à des endroits qui peuvent être facilement repérés depuis loin, ce qui supprime du même coup la nécessité de chercher sa route.

Il arrive souvent que dans des courses d'orientation l'ordre de passage aux divers postes ne soit pas prescrit. L'organisateur part, dans ce cas, du principe que ce système oblige les patrouilles à étudier la carte d'une façon approfondie, dès le début, afin de déterminer immédiatement quel est le chemin le plus favorable et le plus rapide. Le risque de « remorquage » est également de ce fait, considérablement atténué. Malgré le bien-fondé de ces arguments, cette forme de course ne devrait pas se généraliser. L'ordre de passage des postes doit être prescrit pour les raisons suivantes : Celui qui utilise la carte doit savoir qu'un point situé au Sud, par exemple, peut être plus facilement atteint que celui se trouvant vers le Nord. Il pourrait donc arriver qu'un groupe parte à la recherche de ses postes toujours depuis le côté le plus favorable.

Le contraire peut aussi se produire. Mais cela ne peut généralement pas être déterminé d'après la carte. C'est pourquoi il est préférable d'exclure d'emblée ces éventuelles possibilités en prescrivant l'ordre dans lequel les divers postes doivent être passés. De cette façon tous les groupes le feront à peu près depuis la même direction. Toutes les patrouilles ont ainsi les mêmes exigences à remplir pour la lecture de la carte. Le classement final n'en sera que plus objectif. Il appartient aux organisateurs de choisir le parcours des courses d'orientation de telle sorte qu'aucun dégât ne puisse être causé aux cultures. C'est pourquoi, au printemps et en été, on se contentera des forêts. Mais la saison la plus favorable aux courses d'orientation, c'est encore l'automne lorsque toutes les récoltes ont été retirées et que l'on peut traverser les champs et les bois sans arrière-pensée.

Ces quelques conseils sont spécialement dédiés aux organisateurs.

R. H.

## L'ALPE

Les 8 et 9 septembre derniers, il régnait aux abords de la ville de Bienne, une ambiance extrêmement sympathique due à la présence, dans cette ville, du **Camp 1951 des éclaireurs jurassiens**, auquel participèrent quelque 300 jeunes gens et jeunes filles venus de tous les coins du Jura. Le terrain de sport avoisinant la plage avait été transformé, pour la circonstance, en un « village nègre » où se dressaient d'innombrables tentes aux formes et aux couleurs les plus diverses.

Nous avons eu connaissance de cette sympathique manifestation en parcourant le bulletin No 3 du groupe « Le Roc », de Bienne, que les dirigeants avaient eu la délicatesse de nous adresser. Un article, parmi tant d'autres fort intéressants, nous a frappés et nous n'avons pu résister au désir de solliciter l'autorisation de le reproduire dans les colonnes de « Jeunesse forte, Peuple libre », en espérant que la prenante évocation que son auteur y fait des beautés de la montagne, incite toujours davantage notre chère jeunesse à y aller chercher le calme et la quiétude dont nous avons tous un si grand besoin.

La Rédaction.

Sur le sentier rude et caillouteux qui grimpe, monte et court en lacet, d'abord dans la forêt, puis sur les

« On songe que, là-bas, on a ses parents, ses amis, et on se sent un grand privilégié d'avoir pu grimper jusqu'ici, tout près du ciel ! »

pâturages, nous sommes là quelques amis, qui montons lentement, silencieux mais heureux...

Nous avons dans notre main le piolet usé et sur notre sac la corde grise. Après des mois d'attente de l'hiver et de préparation, nous allons retrouver celle que nous aimons pour ses arbres, ses fleurs, son soleil, ses vents, ses rochers, sa glace... La Montagne.

Et pourtant, quelle idée d'aller ainsi se fatiguer ! Quelle peine inutile ! Ne ferait-il pas meilleur à l'ombre d'un verger, étendu sur le gazon ? à la terrasse d'un café... ? Ah non, mille fois non. Nous fuyons ce confort amolissant, les promenades sur les boulevards goudronnés.... Nous aimons la sueur qui donne la bonne soif. Nous sommes impatients de palper ce granit qui écorchera nos doigts. Oh ! la joie de l'effort et de la dure montée ! La joie de sentir ses muscles travailler dans un air qui fouette le visage, de s'étendre sur le gazon ras ou sur les plaques d'ardoise, les membres détendus, les yeux plongeant dans le ciel profond, vers ses bornes sans limites.

Le soir, à la cabane, nous sortons pour admirer ces couleurs étonnantes du soleil, ce chant sur ces cimes éternelles. A l'intérieur, on prépare la soupe, on chan-

te. Comme il fait bon à cette heure ! Comme il fait bon s'asseoir sur un gros bloc, et laisser s'enfuir ses rêves ! Quelle solitude ! Quel silence ! Comme on est loin de tout bruit prétentieux, loin des machines, des petitesses, des cancans... Ici tout est grand, beau calme, et l'homme reprend sa place minuscule au milieu de ces géants. Dans la cabane où le froid nous fait rentrer, les uns préparent la corde, d'autres les pioletts, les crampons, les lanternes... D'autres sur les paillasses sont déjà assoupis.

Au petit jour, sur le glacier troué de crevasses noires, bleues, la cordée s'avance, s'étire. Plus de marcheurs isolés, plus de retardataires ; on est lié les uns aux autres. C'est l'équipe, il faut s'entraider. C'est la cordée. Sur l'Alpe, on apprend que la lutte pour la vie n'est possible que dans la bonne volonté et l'aide mutuelle. Oui, frères scouts, camarades de courses, c'est là-haut, sur les pentes glissantes lorsque nous nous « assurons », le piolet bien planté dans la neige, c'est alors que l'on s'est vraiment connus et aimés.

Nous voilà au pied du rocher : c'est la varape : la



Plus de marcheurs isolés ; plus retardataires ;  
on est lié les uns aux autres : c'est l'équipe,  
il faut s'entraider...

marche verticale, le beau jeu qui commence. Devant le premier de cordée, le « chef » a repéré depuis un moment un roc, une « cheminée », des dalles, une plaque de neige. Comment sait-il cela puisque c'est son premier passage ? C'est son flair. Il observe, surveille les traces de clous qui donnent au rocher une teinte plus claire. Il évite une vire qui monte, qui, encombrée de petits cailloux, n'est pas pratiquée. Il s'engage dans une fente qui paraît infranchissable, mais au haut de laquelle il a remarqué une « prise sûre ». Pour nous tous quelle ivresse de franchir un à un ces obstacles.

Ici on « ramone » avec le dos, la tête, les genoux. Là, les mains font ventouses sur une plaque lisse. Là encore un soulier, un clou de soulier accroché à un minuscule coin de roche doit soutenir tout le corps. Plus loin pour redescendre un « petit gendarme », il faut passer la corde autour d'un « bec » solide, tenir les deux brins qui en descendent et faire un « rappel », parfois une « pendule ».

En arrivant au sommet, nous n'avons souvent rien dit. On est essoufflé, tendu par l'effort fourni. On est surtout ému, d'abord par la victoire gagnée. Il est si bon d'avoir enfin réalisé le rêve si longtemps, si ardemment caressé, d'avoir dompté cette cime qui nous narrait. On est ému par tant de beautés sauvages. Tous ces sommets, ces pointes qui se succèdent à l'infini, tout ça, c'est mon pays bien-aimé. Comme on se sent petit et grand à la fois. On se met à énumérer les montagnes. On plonge le regard vers les vallées où l'on aperçoit des villages, des rivières. On songe que là-bas, on a ses parents, ses amis et on se sent un grand privilégié d'avoir pu grimper jusqu'ici, tout près du ciel.

Mais en redescendant vers les prés, vers les hommes, vers nos frères; notre cœur chante, car il emporte la vision de là-haut. Et tout au fond de nous, nous sentons que le roc, que nous venons de gravir nous a donné un peu de sa force et la neige que nous avons taillée, un peu de sa pureté.

Oeil de lynx.



## ECHOS DE MACOLIN

### Cours de maîtres et maîtresses de sports indépendants.

L'Ecole fédérale de gymnastique et de sport, à Macolin, organisera à nouveau, dès le 4 février 1952, un cours pour la formation de maîtres et maîtresses de sports indépendants d'une durée de 6 mois, sous la forme de deux trimestres avec 1 mois d'interruption.

Le cours sera organisé, en principe, sous forme d'internat, conformément au règlement de maison de l'EFGS.

**Buts du cours :** Ce cours tend à former des maîtres et maîtresses de sports qualifiés, aptes à exercer cette profession d'une façon indépendante au sein des associations, dans les organisations sportives de fabriques, dans les écoles privées, etc., etc. Cette formation vise à donner aux candidats les capacités pédagogiques nécessaires à l'enseignement général de base et des branches spéciales choisies, ainsi que les notions fondamentales d'anatomie et de biologie tout en les familiarisant avec l'histoire, le développement et les méthodes de l'éducation physique.

**Admission à l'examen et au cours :** Ne seront admis à l'examen d'admission que les Suisses et Suisseuses de 19 à 40 ans, jouissant d'une bonne réputation. (Les candidats qui n'ont pas encore effectué leur école de recrue ne seront admis qu'avec l'autorisation expresse de l'EFGS).

L'EFGS décide, de cas en cas, de l'admission et des conditions d'admission de candidats étrangers.

Les candidats doivent disposer d'une formation générale suffisante, avoir une profession ou avoir suivi des études professionnelles équivalentes ; ils doivent, en outre, prouver qu'ils possèdent une connaissance suffisante de la langue allemande ou française et être, si possible, recommandés par une association de gymnastique et de sport.