

**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:** 11 (1954)  
**Heft:** 4

**Artikel:** Rencontre avec des sportifs  
**Autor:** Kaech, Arnold  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-996928>

### **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:** 17.01.2026

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



# Jeunesse forte Peuple libre

Revue mensuelle  
de l'Ecole fédérale de gymnastique  
et de sport (E. F. G. S.) à Macolin

Macolin, avril 1954

Abonnement : Fr. 2.30 l'an

Le numéro : 20 ct.

11me année

No 4

## RENCONTRE AVEC DES SPORTIFS

Ici à Macolin, nous avons, tout au long de l'année, l'occasion de frayer avec des sportifs, ou avec ceux qui veulent le devenir. Et, par ci par là, aussi avec ceux qui croient l'être !...

Nous avons rencontré dernièrement, pour la première fois, nos matcheurs.

Ce ne fut pas moins de 170 personnes que le président de l'Association, le Colonel divisionnaire Robert Frick, dirigea de mains de maître, les enflammant par ses discours et ses nobles et hautes pensées.

La salle de classe était pleine à craquer lorsque les divers groupes se constituèrent autour de leurs chefs pour y discuter les problèmes relatifs à l'optique, à l'entretien de l'arme, aux principes de l'entraînement et aux règles de vie du tireur ou encore pour recevoir les confidences et les judicieux conseils et enseignements des anciens champions du monde et autres vainqueurs olympiques. Deux heures ne s'étaient pas écoulées dans cette ambiance que nous avons déjà la conviction que nos nouveaux hôtes sont des sportifs et même des sportifs tels que nous n'en rencontrons pas tous les jours.

\* \* \*

Sportifs? Même de ceux qui méritent une citation particulière? Oui, précisément cela! Et non seulement du fait qu'ils participèrent au footing du dimanche matin; non seulement aussi parce qu'ils s'intéressèrent aux possibilités d'entraînement conditionnel et qu'ils suivirent avec une bienveillante attention les exposés et démonstrations de nos professeurs!

Et pourquoi donc alors?

Tout simplement parce que ces tireurs sont tous animés d'une prodigieuse passion. Parce que derrière le maniement de leur arme, derrière la préparation, derrière la compétition qui les met aux prises avec les meilleurs du monde-en les portant au pinacle-derrière la manière dont ils se comportent que ce soit au sein d'une équipe ou comme tireur individuel, derrière la discipline avec laquelle ils se soumettent à leur moniteur pour mieux se mettre au service de leur idéal, il y a une solide tradition, j'allais dire une « culture » (bien que certains pourront me reprocher d'utiliser, ici ce terme).

Tout simplement parce qu'ils sacrifient quelque chose à leur idéal, à leur passion-appelons les choses par leur nom — pour leur sport. Et c'est précisément ce qui distingue le sportif, c'est qu'il sacrifie quelque chose pour son idéal.

L'auditeur et spectateur naïf, mais intéressé, comprend aisément que si les Confédérés peuvent être comptés au nombre des plus redoutables tireurs, ce n'est certes pas uniquement parce que Guillaume Tell a transpercé de sa flèche la pomme déposée sur la tête de son fils, ni parce qu'il est de bon ton chez nous et pour ainsi dire un devoir patriotique de faire de bons résultats au tir!

Ce n'est pas non plus parce que nos armes et nos munitions sont meilleures que celles mises à la disposition des étrangers. Et non plus encore parce que nous sommes mieux lotis que les autres au point de vue possibilités d'entraînement.

Si nos tireurs se distinguent davantage que les représentants d'autres sports pratiqués chez nous, il y a à cela, d'autres raisons, d'autres motifs. Il peut être intéressant de les déterminer.

\* \* \*

Il n'est pas nécessaire, pour ce faire, de procéder à une analyse très compliquée. Quelques constations suffiront: L'entraînement journalier, une heure ou plus, avec ou sans munition, va de soi pour celui qui veut se classer au premier rang. Cela va même tellement de soi que l'on en parle même plus!

Dans combien de sports l'entraînement journalier constitue-t-il la règle générale? Je les connais. Ils sont peu nombreux. Et, comme « par hasard », ce sont ceux dans lesquels les Suisses réussissent, de temps à autre, à obtenir l'une ou l'autre des plus hautes distinctions internationales! Songeons un peu aux gymnastes, aux rameurs, aux cyclistes et à quelques révélations d'autres sports. Ou pensons encore un peu — mais comme exemple négatif cette fois, aux démarches et pourparlers vraiment compliqués qu'une grande association a dû entreprendre pour obtenir des clubs et des joueurs qu'ils veuillent bien consacrer un troisième entraî-

nement hebdomadaire en vue de la préparation aux championnats du monde.

Il va de soi également pour le tireur que sa qualité de membre d'un groupe de compétition lui impose certaines restrictions quant à l'usage du tabac. Je n'ai pas rencontré, chez nous, de cadres d'équipes nationales qui fassent preuve d'autant de discipline que les tireurs sous ce rapport. Cette discipline personnelle du sportif fait aussi partie de cet entraînement à l'endurance et à la résistance dont nous déplorons si souvent l'absence chez nos athlètes.

Que l'usage de la cigarette nuise aux grandes performances ne fait aucun doute pour personne et il est parfaitement inutile d'épiloguer à ce sujet. Cela a été maintes fois prouvé par la médecine et chacun le sait. C'est pourquoi nous ne craignons pas d'affirmer que des hommes qui représentent la nation dans des compétitions sportives mais qui sont incapables d'abandonner la cigarette — avec ou sans filtre — ne sont pas prêts à donner le meilleur d'eux-mêmes. Et c'est pourquoi il n'est pas étonnant non plus qu'il leur manque les 2/10 de seconde de la victoire, qu'ils tombent lors de la deuxième course ou qu'ils se « laissent devancer » par l'adversaire pendant le dernier tiers du parcours !

Dois-je mentionner d'autres faits ? Les déclarations de Grünig selon lesquelles il ne s'est jamais entraîné le dimanche pendant la préparation aux Jeux olympiques parce qu'il considérait le repos et la détente au sein de la famille comme aussi importants que l'exercice régulier. Ou que, pour le champion du monde Hollenstein, l'accomplissement de ses devoirs religieux faisait, en quelque sorte, partie intégrante de son programme d'entraînement — si l'on peut s'exprimer d'une manière aussi frivole au sujet d'une chose aussi sérieuse — parce que précisément le retour sur soi-même, la méditation et l'humilité contribuent à la réalisation de la performance au même titre que l'engagement du combat au moment décisif et parce que chacun de ces tireurs doit rechercher en lui seul la force nécessaire pour supporter l'extraordinaire concentration et l'énorme tension nerveuse que lui impose la compétition ; tout cela suppose une réserve d'énergie spirituelle peu commune à laquelle il peut puiser sans restriction.

Ou dois-je évoquer encore Grünig, qui, en pleine compétition olympique, parvint à maîtriser sa nervosité en essayant de se représenter le plus clairement possible, le minuscule grain de poussière que constitue la Terre dans l'univers et combien plus minuscule encore était son insignifiante personne ?

Ou faut-il vous parler de la guerre des nerfs qu'il livrait à son plus dangereux concurrent le Finlandais Janhonen qui tirait dans le stand voisin et qui, jusqu'aux dernières passes, le précédait de quelques points. « Le cœur de Janhonen bat plus fort que le mien » répétait à chaque coup, le champion Grünig. Et effectivement, lorsque vers la fin, Grünig réussit une sensationnelle série de tir debout le cœur du Finlandais battait réellement plus fort et il perdit la lutte ». Ces deux exemples dépeignent clairement ce que l'on appelle en jargon sportif, le « moral » ; une certaine

disposition d'esprit, une grande confiance en soi, la volonté de s'opposer à l'impression faite par l'adversaire et les événements ; bref, une qualité qui fait malheureusement trop souvent défaut aux jeunes bergers que nous sommes lorsque nous nous aventurons dans le vaste monde !

Celui qui étudie avec toute la science et toute la compétence du spécialiste l'entraînement de nos tireurs peut sans doute trouver encore de nombreuses explications justifiant leurs bons résultats. Je me bornerai, quant à moi, à faire une dernière constatation : celle de l'entière subordination de l'individu à l'équipe.

Au nombre des membres d'un groupe de match tel ou tel tireur aurait peut-être eu la possibilité de devenir champion du monde ou tout au moins champion dans une des positions de tir. Mais ce n'est pas dans ce but qu'ils s'entraînent. « Nous sommes encore suffisamment forts pour pouvoir disputer une victoire d'équipe avec l'adversaire », telle était leur fière maxime. C'est à cette consécration du groupe, à la composition de cette équipe d'amis, de cette représentation compacte et homogène de notre fière tradition de tir que tendent tous les efforts. Cette tradition, le champion du monde la sert aussi bien que le très compétent chef de groupe, riche de connaissances et d'expériences ou que le jeune espoir qui prend, pour la première fois place, parmi les meilleurs.

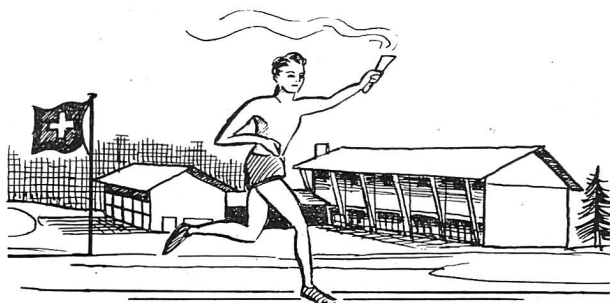
Et cette incorporation de l'individu dans la masse, cette attitude que définit si bien la devise « Je sers » me paraît tout particulièrement importante. Elle est exemplaire et l'une des sources d'énergie où se renouvellent sans cesse les succès des tireurs.

\* \* \*

Certains trouveront peut-être que dans l'enthousiasme de cette première rencontre et de ce jeune amour j'ai parfois un peu trop loué les matcheurs en les portant aux nues au détriment des autres sportifs.

J'admets volontiers que j'ai omis de prendre en considération un élément (qui a pourtant quelque rapport avec le fier Guillaume Tell) : Le solide fondement de la tradition du tir dans notre pays et notre peuple. L'indivisible armée des tireurs, des rangs de laquelle surgissent les meilleurs et la science, la tradition, l'enthousiasme et la sympathie dont sont entourés ces meilleurs. L'intense joie que nous ressentons tout naturellement au milieu des détonations dans le stand de tir, l'extraordinaire euphorie dans laquelle nous baigne la douce, mais pénétrante odeur de poudre, la satisfaction ressentie après un bon coup. Mais tout aussi importante est la sévère concurrence à laquelle sont soumis les meilleurs de la part de jeunes et impétueux talents. Une concurrence qui les oblige « à avoir constamment le doigt sur la détente ». Reconnaissons, sans vouloir faire un reproche aux associations intéressées, que cette large et fructueuse base fait précisément défaut dans nombre d'autres sports.

Sous ce rapport les tireurs sont donc avantagés. Et ils le sont encore à un autre point de vue : Les exigences que leur impose leur sport correspondent, pour ainsi dire, à nos vertus nationales : Froid calcul, précision, concentration, compréhens-



## ÉCHOS DE MACOLIN

### Une visite peu ordinaire

Richard-L. Miller est instituteur à la célèbre université américaine Illinois. Il n'a même pas trente ans mais il a déjà écrit deux livres dont l'un traite des principes d'entraînement de l'athlétisme léger et l'autre de la psychologie d'équipe. Il possède pas mal d'expériences personnelles puisqu'il fit partie pendant de nombreuses années de la première équipe de football de son université. Un stupide accident à la colonne vertébrale l'obligea à abandonner ce jeu viril pour s'adonner à l'athlétisme léger. En dépit de sa blessure il ne craint pas de s'adonner à la pratique du saut à la perche où en peu de temps il franchit les 4 m. 30. Il fut en outre un fervent joueur de tennis et participa même aux Championnats américains de ce sport.

\* \* \*

L'année dernière, Richard Miller sollicita de la direction de son université un congé de deux ans. Son but : Faire le tour du monde en moto en vue d'apprendre à connaître les diverses peuplades de la Terre, leurs us et coutumes, leurs espoirs et leurs craintes et, apprendre en particulier, ce qu'elles pensent de l'Amérique et des Américains ! En partant, il eut cette excellente boutade : « Je pars avec la conviction que tous les peuples rient dans la même langue ».

\* \* \*

Voici l'itinéraire suivi par M. Miller : Grande-Bretagne, Irlande, Norvège, Suède, Danemark, Allemagne, Tchécoslovaquie (essai), Autriche (essai), Yougoslavie (essai), France, Suisse, Italie, Grèce, Turquie, Syrie, Liban, Israël, Palestine, Egypte, Afganistan, Pakistan, Inde, Burma, Indochine, Thaïland, Malaya, Australie, Japon, Iles Hawai.

A l'occasion de son passage en Suisse, il fit tout naturellement une visite à l'Ecole fédérale de gymnastique et de sport de Macolin. Voici, brièvement exprimées, ses impressions : « Je ne crois pas que l'on puisse trouver quelque part au monde une école de

sion technique et persévérance. Les marches, les courses légères et les exercices de gymnastique que la plupart d'entre eux exécutent pour conserver leur « fitness » générale ne sont aucunement de nature à nous déplaire. Il convient de reconnaître cependant, que les athlètes légers, par exemple ont un obstacle beaucoup plus considérable à surmonter. Les efforts, disons même les souffrances corporelles auxquels doit s'astreindre un coureur, disons un coureur de demi-fond, pour atteindre le même niveau qu'un tireur, sont précisément beaucoup moins séduisants que ceux que comporte l'entraînement de ce dernier.

Mais une chose est sûre : Les matcheurs ont quelque chose à nous apprendre : Leur prestige international est le fruit de l'effort et non de la chance. Cette conclusion, qui pourrait être profitable également à ceux ayant moins de succès, est le fruit de la rencontre de Macolin avec de vrais sportifs : les matcheurs.

Macolin, le 10 avril 1954

Arnold Kaech

sport située dans un cadre aussi captivant et d'où l'on jouisse d'une vue aussi merveilleuse qu'à Macolin. La beauté toute naturelle des hauteurs de Macolin et l'incomparable coup d'œil que l'on a sur les Alpes lointaines contribuent à donner un sens profond à l'œuvre d'éducation physique, le sens notamment d'une éducation portant aussi bien sur l'âme et sur l'esprit que sur le corps. Le peuple suisse peut être, à juste titre, fier de Macolin et de l'excellent travail qui s'y fait ».

M.M.

### Un ancien moniteur nous écrit :

En ma qualité d'ancien participant à un cours fédéral de base, j'ai été abonné, pendant de nombreuses années, à votre revue mensuelle « Jeunesse Forte, Peuple Libre ». Lorsque j'ai interrompu mon activité de moniteur, j'ai tout de même conservé l'abonnement et j'ai grandement profité, comme sportif, de cette revue fort bien rédigée.

Il y a quelques mois, j'ai pris la décision, « par mesure d'économie » de renoncer à renouveler l'abonnement comme vous m'y invitiez si aimablement. Or, voici que le hasard a mis sous ma main quelques anciens numéros de « Jeunesse Forte, Peuple Libre » ; je les ai feuilletés machinalement ; au fur et à mesure de ma lecture, je me rendis compte de l'erreur que j'avais commise en renonçant aussi facilement aux services de ce précieux ami qui, chaque mois, venait m'apporter de judicieux conseils pour mon entraînement personnel ainsi qu'un peu de cet esprit de Macolin dont je garde un si vivant souvenir !

Mais ce qui fait la valeur de votre revue, ce ne sont pas uniquement les conseils techniques qu'elle contient, mais surtout votre saine conception du sport en général. Il y a, sous ce rapport, un très grand travail à effectuer ; et qui serait plus apte à le faire que notre Ecole fédérale de gymnastique et de sport !

Aussi, je vous prie, de bien vouloir m'adresser un nouveau bulletin de versement afin que je puisse renouveler sans tarder mon abonnement à « Jeunesse Forte, Peuple Libre ».

Avec mes bien cordiales salutations.

H. Sch.

### Le nouveau film de l'Instruction préparatoire « Viens avec nous » connaît un grand succès

Il y a longtemps que l'on attendait un nouveau film I.P. car rien ne convient mieux à la propagande en faveur de l'Instruction préparatoire qu'un film montrant d'une manière vivante et variée les multiples activités de l'Instruction préparatoire.

Le nouveau film « Viens avec nous » ne connaît guère de répit ; les trois copies qui en ont été tirées sont constamment en route. Il est donc préférable de ne pas attendre au dernier moment pour passer sa commande à l'E.F.G.S. !

Les films en couleur sont très sensibles et aussi très chers ! Ceci nous incite à prier les organisateurs de soirée à n'utiliser pour la projection de nos films que des appareils en parfait état. Nous les en remercions bien sincèrement d'avance.

Un chef de section nous écrit au sujet du nouveau film :

A l'occasion de l'Instruction sur les devoirs militaires donnée aux nouvelles recrues de la classe 1935 en l'aula de l'Ecole de commerce de Bienne, le film en couleurs « Viens avec nous » put être présenté. Nous vous remercions d'avoir bien voulu mettre ce film à notre disposition et de l'avoir si bien commenté. Les jeunes gens présents eurent ainsi l'occasion de se faire une idée d'une partie de l'activité de l'Ecole fédérale de gymnastique et de sport et ce qui est plus important, bon nombre d'entre eux décidèrent de participer activement à l'Instruction préparatoire.