

**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:** 12 (1955)  
**Heft:** 10

**Artikel:** La christiana : perle et pomme de discorde du ski  
**Autor:** Eusebio, Taio / Wolf, Kaspar  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-996869>

### **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:** 15.01.2026

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

Numéro spécial „Ski”



# Jeunesse forte Peuple libre

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

Macolin, octobre 1955

Abonnement: Fr. 2.30 l'an

Le numéro: 20 ct.

12me année

No 10

## Le christiania

*perle et pomme de discorde du ski*

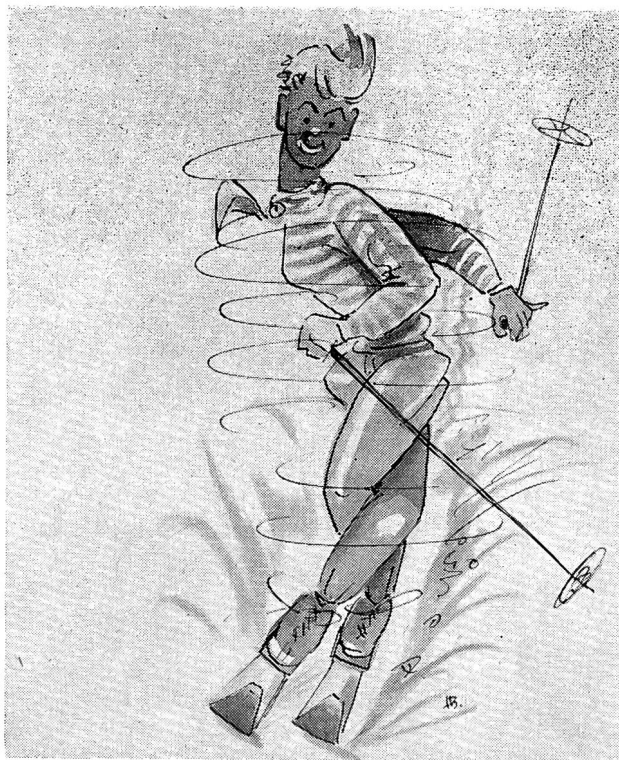
### RICHESSSE DU SKI

Le jeu — don précieux accordé à l'homme ! Don de la nature ? don des dieux ? Nous l'ignorons. Mais cet enfant en bleu qui s'ébat dans la neige ne fait-il pas songer à un jeune dieu plutôt qu'à un être lié à la terre ? Et n'est-elle pas aussi exacte qu'heureuse, la formule du poète : « Dans le jeu, l'Homme redécouvre sa divine enfance » ?

Le ski, dispensateur de pures ivresses, dé magique échappé de la corne d'abondance des dieux et qui roule dans la neige douce et soyeuse. Hélas ! nous avons fini par oublier son caractère de jeu. Il en est toujours ainsi : quand on perd le respect du cadeau reçu, quand on veut en abuser, son éclat s'efface et son sens profond s'enfuit. Ce qu'il avait de noble et d'exaltant se ternit, se voile derrière la grisaille du matérialisme.

L'essence même du jeu, du sport, c'est sa faculté de floraison, de foisonnement, de constant renouveau : du vieil arbre, des rameaux neufs ne cessent de surgir. « La musique naquit du bruit »... La réalité, perpétuel devenir, peut être une marche vers la perfection. Mais si l'on rogne les ailes de l'oiseau céleste, il ne peut plus prendre son essor. Le jeu devient besogne, métier, occupation.

Trois éléments fondamentaux : l'homme, l'engin, le terrain — s'harmonisant en un accord parfait d'une singulière beauté. Leurs oppositions mêmes sont créatrices de joie. La lutte oscille, fluctue. Lentement, procurant sans cesse de nouvelles jouissances, les tensions, les



dissensions se résorbent jusqu'à la conciliation, l'équilibre parfait. Ce sport, l'homme favorisé peut s'y adonner corps et âme, y déployer toute son inspiration, y mettre en jeu toutes ses facultés, son instinct, son

goût du mouvement, sa fantaisie. A l'échelon suprême, il jouit intensément de lui-même, se sent vivre hors de la vie, hors du temps et de l'espace. Le ski en fait un être comblé.

Mais il ne dispose pas d'une seule et unique possibilité de se mouvoir, de se dépenser, de s'extérioriser. Certes, son élan a des limites, mais l'espace est vaste, et les obstacles ont souvent été dressés pour qu'on les surmonte. Un skieur bondit, file comme le vent, l'autre

épouse plus docilement le contour de la pente. Les sources du plaisir sont multiples : c'est tantôt la force, tantôt la grâce ; c'est la précision minutieuse ou l'envol acrobatique, la témérité, le balancement noblement rythmé, selon le tempérament de chacun, selon qu'on se laisse vivre, qu'on se laisse aller ou qu'on s'impose une épreuve. Plaisirs toujours nouveaux, adaptés au jour et à l'heure, aux circonstances, à l'état d'âme. C'est en tout cela que réside l'incomparable richesse du ski.

## Evolution des formes

N'oublions jamais que le ski est un jeu et prenons plaisir à l'abondance de ses modalités d'exécution. Bien entendu, nous devons aussi comprendre les difficultés qui se présentent quand la pratique du sport est liée à des intérêts économiques. Pour les professeurs et les écoles de ski, pour les stations de sports d'hiver, pour des régions alpestres tout entières, le ski est une véritable question d'existence, et l'on ne saurait s'étonner que l'on fasse de telle technique déterminée, enseignée dans telle ou telle station, une importante affaire de prestige.

C'est ainsi que, dans l'histoire du ski, le christiania fut fréquemment un sujet de controverse. D'homme à homme, de station à station, de pays à pays s'engagèrent des discussions passionnées, violentes et même haineuses.

Entre 1920 et 1930, toute station de sports d'hiver soucieuse de sa réputation avait sa propre méthode de ski, « seule valable ». Après 1930, pour mettre fin à ces luttes « fratricides » à l'intérieur du pays, on créa l'Interassociation pour le ski. Celle-ci établit une synthèse des diverses tendances et créa une technique suisse unifiée. Dans son petit manuel d'instruction, elle énumérait libéralement les différentes formes de virages : vissage et contre-vissage avec délestage vers le haut ou vers le bas, skis en chasse-neige, en ciseaux ou parallèles, exécution « coulée » ou « arrachée ». Dans la pratique, ce fut alors le christiania à « contre-vissage » avec délestage du haut qui triompha. Ne possédions-nous pas en la personne de Rudi Rominger un champion qui contribua à donner à ce style une célébrité mondiale ?

En 1938, aux championnats du monde d'Engelberg, deux des principaux vainqueurs étaient des Français : Emile Allais et James Couttet. On dressa l'oreille. Ils skiaient tout différemment, sans délester vers le haut, avec des mouvements d'une grande ampleur. Pour la première fois on entendit des expressions telles que « rotation » et « ruade ». S'inspirant de la rotation dite « Drehschwung » de l'Autrichien Anton Seelos, les Français avaient élaboré une technique qui, sous le nom de méthode française, triompha dans le monde entier.

De France, le style nouveau pénétra dans notre pays par la Suisse romande et l'Oberland bernois. Les coureurs ne se sont jamais sentis liés par telle ou telle technique ; ce qui compte pour eux, c'est le meilleur temps, quelle que soit la méthode. Les succès de Molitor, des frères von Allmen, etc., firent adopter le prin-

cipe de la rotation dans la technique de course. Après mûres réflexions, l'Interassociation pour le ski se rallia à cette évolution nouvelle : en 1945, la rotation, avec avancé et abaissement, fut « officiellement reconnue » en Suisse.

L'avenir paraissait plein de promesses. On admit avec quelque optimisme que le développement des techniques régionales avait abouti à des techniques nationales, et que l'étape dernière et définitive était cette technique internationale sur le point de se cristalliser. C'est alors que le ski, susceptible comme tout organisme vivant de créer constamment des variantes, des fleurs nouvelles, joua un tour au dogmatisme des hommes. On ne se rendit pas compte, tout d'abord, de l'affaire. On entendit parler d'un coureur norvégien, Stein Eriksen, on assista à ses victoires, remportées dans un style acrobatique et apparemment téméraire. « Qualités individuelles », dirent les augures.

Mais Eriksen n'était pas seul. Freinée par la guerre, l'Autriche avait repris sa marche en avant. Non seulement ses jeunes coureurs regagnèrent le terrain perdu, mais ils dépassèrent bientôt les représentants des autres nations alpestres. Ils couraient les skis rapprochés, debout, avec d'acrobatiques torsions du corps. En même temps, les techniciens autrichiens — comme vingt ans auparavant les Suisses, dix ans auparavant les Français — lançaient sur le marché une « école de ski » élaborée dans tous ses détails, dont la caractéristique est la position dite « Passgang », variante du contre-vissage de Rominger, et de la forme perfectionnée du virage court dit « Wedeln ».

Et voici que les discussions reprennent, à la joie des uns, à la confusion des autres. Faut-il s'étonner si, depuis deux ou trois ans déjà, la plupart de nos coureurs se sont ralliés au style nouveau. Peut-être n'est-il pas mauvais de dire ici que ce n'est pas là « trahir son pays », mais simplement s'en tenir aux lois du sport.

Les associations suisses intéressées ont déjà pris officiellement position : pour l'instruction, la technique enseignée en Suisse depuis dix ans reste valable. Le seul point encore en litige est celui du « godillage » : faut-il l'incorporer à notre méthode suisse, l'inclure en annexe ou carrément le rejeter ?

Dans ce numéro consacré au ski, nous voudrions contribuer à la solution du problème en précisant au mieux de nos connaissances de quoi il s'agit effectivement.

# Le christiania avec rotation

◀ FRANÇAIS

SUISSES ▶



Il y a une dizaine d'années que se produisit, en Suisse, un revirement quasi total dans la technique du christiania ; on passa du virage avec délestage par élévation et contre-vissage (bas-haut-bas) au virage avec rotation et délestage par abaissement en avant (haut-bas) et cela pour trois raisons : en s'abaissant seulement au lieu de s'élever, les coureurs évitaient ainsi d'être déportés vers l'extérieur des larges courbes des slaloms d'alors et gagnaient de ce fait du temps ; les élèves skieurs évitaient le délestage en élévation à cause duquel, par la brusque accélération des skis, ils se trouvaient en fin de virage soit en position de recul, soit sur le... derrière ! Cette rotation est, en outre, plus naturelle et plus logique que le contre-vissage, par rapport à la nouvelle direction.

Les Français qui donnèrent au christiania avec rotation une popularité mondiale, le décrivent en 6 phases essentielles : 1) Appel par rotation du tronc en direction opposée à celle du virage, bras extérieur à la hauteur de la couture du pantalon, bras intérieur arrondi en avant, mains devant le corps, rondelle des bâtons à la hauteur de la pointe des skis ; 2) Rotation au cours de laquelle le bras et l'épaule extérieure poussent en avant, l'épaule intérieure sert de pivot et entraînent le corps dans leur mouvement ; 3) Blocage des hanches grâce auquel la rotation du corps se transmet aux skis ; 4) Relâchement des carres qui permet le dérapage latéral des skis ; 5) Agenouillement qui provoque le lestage des pointes et en fait un point d'appui mobile ; 6) Phase finale pendant laquelle le bras extérieur est ramené devant le corps, au-dessus des skis, en gardant les genoux pliés. Nous ne voulons pas discuter ici la valeur, l'exactitude et la désignation de chaque phase. Une chose est claire : le christiania français est diablement beau à voir !

Les Suisses sont plus simples dans la description. Ils citent les éléments suivants : Appel, lorsque c'est nécessaire ; rotation du corps avec avancé (pour créer aux spatules, un point d'appui mobile) et abaissement adéquat (délestage de l'arrière des skis) ; redressement à la fin du virage. Au début de l'époque de la rotation, on insista sur l'abaissement, puis sur un avancé extrême et actuellement, on cherche une forme naturelle, sans aucune exagération. On insiste sur la nécessité du travail total du corps, mais il manque de précisions quant à la tenue des bras, des mains ou des bâtons. D'une manière générale, on peut dire aujourd'hui que les christianias des différentes écoles française, suisse, italienne et allemande sont très semblables dans leur forme de base, malgré quelques petites variantes dans l'interprétation. Ils sont naturels, efficaces, esthétiques et procurent beaucoup de satisfaction à qui les effectue correctement.





1



2



3



4



5

## LES CHRISTIANIAS EN CHAÎNE OU „GODILLE“



12



11



10



9



8

1) Phase de préparation pour christiania à gauche. D flexion des chevilles et des genoux ; le bâton gauche  
2) Suite de la phase de préparation ; fin de l'abaissement en place. 3) Phase de pression ; se repousser du sol à l'extérieur du virage ; le bâton entre en action. 4) « tire » sur le bâton ; le corps pivote autour de lui, skis chées. 5) Phase de rotation, suite : La rotation se poursuit à l'extérieur (Fersenschub) ; le bras droit se prépare pour le bâton. 6) Réception et en même temps, nouvelles carres intérieures, ski extérieur lesté, cassure des han-

et des genoux ; le bâton droit est prêt à l'action ; bras poignée vers l'intérieur. 7) Phase de répulsion pour sur le bâton intervient ici un peu plus tôt, c'est-à-dire répulsion. 8) Phase de rotation : corps passablement relâchées, bras en « mouvements alternatifs ». 9) Phase sion accentuée des talons, le bras gauche prend déjà dedans. 10) Phase de réception et nouvelle préparation léger abaissement ; le bâton est prêt. 11) Phase de réception ; corps déjà passablement dans la nouvelle direction : skis à plat, délestés ; le bâton gauche sert d'axe

De l'abaissement par  
se prépare à l'action.  
le bâton va être mis  
lèvement en haut et à  
de rotation : le bras  
délestés et carres relâ-  
par pression des talons  
la prochaine utilisation  
préparation ; skis sur les  
flexion des chevilles

La « godille » est une succession rapide de christianias courts et serrés. La forme d'étude que nous montre la série de photos ci-contre, nous permet d'observer les phases suivantes pour chaque virage :

1) Préparation : Par flexion des chevilles et des genoux le corps s'abaisse légèrement, en même temps que le bras et le bâton intérieurs se préparent à l'action.

2) Appel : Le skieur se repousse ensuite du sol légèrement vers le haut, afin de délester les skis, se tourne vers l'extérieur du virage (pour prendre l'élan en vue de la rotation) en même temps qu'il pique le bâton peu en avant de la fixation.

3) Rotation : Le corps tourne maintenant autour du bâton devenu axe de rotation sur lequel on « tire » en même temps. Les skis sont à plat et leur rotation est encore accentuée par une pression latérale des talons.

4) Réception : A la fin, la rotation est de nouveau stoppée ; les skis se mettent sur la carre intérieure, le ski extérieur étant chargé ce qui a pour conséquence une flexion latérale caractéristique des hanches.

C'est intentionnellement que nous avons décrit ces mouvements en nous inspirant de ce que nous avons vus de notre propre vocabulaire. Selon la terminologie autrichienne le changement de direction est, avant tout, provoqué par la répartition du poids du corps et par de petits mouvements de rotation comme « moulins » des genoux ou « pression » des talons, où le haut du corps exécute un mouvement compensatoire en sens inverse (amble) et dont la flexion latérale de la hanche est une partie marquante. Quoiqu'il en soit, une chose demeure : pour « godiller », on renonce aux deux moyens classiques générateurs de rotation : vissage ou contre-vissage, comme à leurs moyens auxiliaires : les délestages par élévation ou abaissement.

On peut également exécuter la godille sans l'aide des bâtons ; il s'agit alors d'accentuer l'élévation de façon marquée. Dans un slalom entrecoupé, le délestage par élévation est supprimé le plus possible au profit d'un mouvement de contre-vissage.

### Un signe des temps

S'il était possible de placer les traces des spécialistes du christiania, tous les cinq ans, les unes à côté des autres, on obtiendrait l'image suivante : au fur et à mesure que s'écouleraient les années, on verrait les traces se rapprocher de plus en plus de la ligne de la plus forte pente, les traversées devenir toujours plus courtes et les virages se succéder de plus en plus rapidement. La « godille » est une étape logique dans l'évolution inévitable vers la descente en droite ligne. Ce processus se manifeste aussi dans d'autres domaines, celui de la construction des routes,

celui de l'aviation où la ligne de vol tend vers la droite absolue ou celui encore de l'alpinisme, avec la « direttissima ».

La « godille » n'est donc, en définitive, pas une forme spéciale de virage, mais une descente dans la ligne de la plus forte pente. C'est dans un certain sens, une victoire de la descente proprement dite sur le virage.

### Une gradation

La technique de compétition a, de tous temps, influencé la technique du ski. Le niveau technique des coureurs a marqué une progression étonnante ces dernières années. Cela ressort clairement de l'amélioration constante des records qui ne sont pas seulement dus à une meilleure préparation des pistes ou à l'amélioration de l'équipement. Dans le slalom, par exemple, les exigences ont dû être augmentées afin de répondre aux progrès des skieurs. On le fit en piquetant les slaloms de manière plus « verticale », plus raide, avec une suite ininterrompue de combinaisons de portes, exigeant de constants changements de direction. Dans sa forme de technique de compétition, la « godille » est la réponse logique du coureur au slalom moderne « vertical ».

### Une adaptation

On peut observer encore une autre évolution. Au début, il n'y avait qu'une simple trace ; cette trace est devenue piste lorsque des centaines de skieurs ont suivi cette même trace. Il y a dix ans, à peine, on entendait par piste quelque chose de tout à fait lisse et poli. Depuis, elle a changé de visage. La vogue grandissante du ski et des moyens de transport modernes (cabines, télésièges, téléskis, etc.) la conjoncture favorable ont fait que des centaines sont devenues des milliers et des dizaines de milliers de skieurs qui empruntent les pistes. Elle n'a pas résisté à cette épreuve ; elle a été pillonnée, entaillée, modelée ; elle s'est transformée en paysages lunaires, tout en creux et en bosses ! Afin de pouvoir suivre les contours entre les bosses, il faut faire les virages rapides et serrés. On voit donc par là que la « godille » est la conséquence logique, l'adaptation à la piste de descente moderne.

### Une libération

La « godille » est probablement aussi une forme d'expression, une sorte de libération. Le christiania avec rotation est efficace, naturel et mérite bien son titre. Mais de par son abaissement en avant, il est dirigé vers le sol, il est lié en quelque sorte à la terre et conçu pour assurer le maximum de sécurité. Le christiania « godillé » est détaché de toutes ces contingences, il se fait en jouant et a quelque chose d'acrobatique. C'est une descente « ailée » qui doit procurer une sensation de vie exubérante. Démontré par un excellent skieur, elle évoque la « danse à ski ».



6



7

che avec le bâton tenu,  
à droite. La traction  
en même temps que la  
lit, skis délestés, carres  
le rotation, suite : pres-  
lan, bras droit tenu en  
osition sur les carres et  
on pour le christiania à  
lon. 12) Phase de rota-  
rotation.

# Méthode d'enseignement du christiania godille

Toute la discussion tourne autour de cette question : Le christiania godillé, avec les qualités personnelles et les prédispositions d'agilité et d'équilibre qu'il exige, est-il exclusivement réservé à une élite de champions et faut-il exiger des skieurs moyens qu'ils com-

plètent leur formation avant d'aborder cette spécialité? Selon les spécialistes autrichiens du ski, on peut sans autre entreprendre l'étude du christiania godillé parallèlement aux autres exercices ; selon les aptitudes on peut choisir deux voies: le stem ou le sautillé.



1



3

## Première voie:

1. Stem des deux jambes en mettant l'accent sur la « déviation des skis vers l'extérieur »
2. Stem des deux jambes en agrandissant et en rapetissant l'angle de stem.
3. Déplacer le ski droit dans la position de stem, ramener le ski intérieur en avançant l'épaule intérieure, contre-vissage de l'épaule); puis changement de côté aussi avec le travail du bâton.
4. Petits stems des deux jambes avec légère pression sur le ski extérieur et avancé de l'épaule intérieure.
5. Même exercice, mais le balancement devient de plus en plus accentué.
6. Descente de biais, ouvrir en stem avec le ski amont, ramener le ski de stem en s'abaissant légèrement et en avançant l'épaule amont.
7. Descente de biais, léger abaissement en pressant le ski aval latéralement en direction de la pente (Fig. 1).
8. Répéter cette pression du talon en accentuant le contre-vissage de l'épaule.
9. Descente en trace serrée dans la ligne de la pente, ouvrir en stem à droite par pression du talon, ramener le ski gauche et vice-versa (Fig. 2).
10. Même exercice mais avec travail du bâton. (Fig. 3).
11. Même exercice, insister sur la pression du talon avec léger abaissement.
12. Même exercice, l'angle de stem est réduit de plus en plus, amélioration du rythme.
13. Christiania godillé.



2



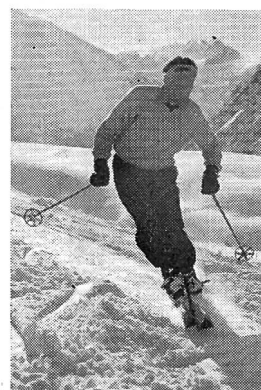
4

## Deuxième voie

1. Descente serrée dans la ligne de la pente, sautiller légèrement en avancé, en levant l'arrière des skis.
2. Même exercice, mais en déplaçant alternativement en avant un ski puis l'autre et balancement symétrique des bâtons.
3. Même exercice, mais le bâton est placé à côté du ski avancé (Fig. 4).
4. Même exercice, mais avec de petits sauts, à g. et à dr. de côté, pointes des skis restant au sol dans la direction de descente.
5. Même exercice, mais les sauts sont plus accentués.
6. Même exercice, mais immédiatement après la réception, pression des talons.
7. Même exercice, mais d'une manière plus coulée, en glissant, plus qu'en ne sautant.
8. Améliorer, affiner le rythme.
9. Eliminer de plus en plus les sautilllements.
10. Christiania godillé.

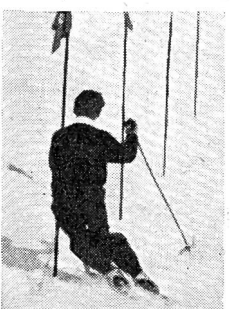
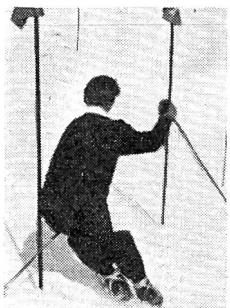
Ces deux possibilités sont susceptibles d'être améliorées, complétées, modifiées. Il existe, en outre, d'autres exercices correctifs pour cas spéciaux. Il en est probablement ici comme ailleurs : la foi peut faire des miracles.

Remarque : Toutes ces vues sont extraites de films de l'E.F.G.S. Camera : Jb. Burlet, Marcel Meier. Copies : W. Brotschin E.F.G.S.





# La technique du slalom



Nous tenons à préciser d'emblée : le titre « Technique du slalom » pourrait vous induire en erreur. Il n'existe pas à proprement parler une technique unifiée de slalom. Notre titre doit donc être défini comme suit : le slalom développe les diverses aptitudes et attitudes du skieur et ce n'est que la somme de ces différentes formes qui détermine la technique du slalom.

Au gré de la combinaison des portes, de la dureté de la piste, de la déclivité de la pente, de la vitesse, etc., le coureur est contraint d'utiliser soit le contre-vissage, soit la rotation, en avançant une fois l'épaule extérieure, une autre fois l'épaule intérieure, de skier haut ou bas, etc. Il lui arrive souvent de franchir une porte d'une manière qui n'est décrite dans aucun manuel. Le slalom est donc l'épreuve par excellence de la mobilité et des réflexes des coureurs et seuls ceux qui en connaissent les différentes formes sont aptes à l'affronter.

Mais le slalom s'est tout de même développé dans une certaine direction. Les verticales, pures, brisées ou même décalées sont devenues des figures standard. Les changements successifs et rapides de direction sont en tous cas un des éléments les plus frappants du slalom moderne. C'est ainsi que domine aujourd'hui aussi la forme d'élan avec le délestement le plus rapide, le contre-vissage. Même pendant la période la plus florissante de la rotation, le christiania avec contre-vissage n'a jamais complètement perdu ses droits ; pour le passage des verticales il était constamment utilisé sous une forme ou sous une autre. On peut dire aujourd'hui que le slalom est une verticale prolongée sur toute la longueur du parcours. Pour de tels virages ininterrompus et rapides le christiania « godillé » constitue, à coup sûr, la meilleure préparation. Et le mouvement de contre-vissage du slalom moderne se distingue peut-être des précédents, par le fait qu'il est skié plus haut, avec une cassure accentuée des hanches, un avancé plus prononcé de l'épaule intérieure, par une tenue plus serrée des skis et une exécution plus classique avec aussi moins d'avancé. Les images de gauche donne une idée assez exacte de cette « technique verticale ».

Les images de droite sont des vues prises à la même porte pendant le slalom de l'Arlberg-Kandahar 1955 à Mürren. Roland Bläsi, Suisse, et James Couttet, France (Fig. 1 et 2) abordent la porte avec rotation. Georges Schneider (Fig. 3), Hans Forrer (Fig. 4) et les Autrichiens Walter Schuster (Fig. 5) et Toni Mark (Fig. 6) utilisent tous le contre-vissage. Une analyse plus approfondie des images nous amène aux constatations suivantes : le plus beau et le plus ramassé est sans doute Forrer ; Schneider ne semble pas très en équilibre : son ski intérieur est soulevé et il cherche à compenser ce déplacement de poids avec le bras droit. Les coureurs 1—4 ont un fort avancé avec abaissément, à l'exception de Schneider. On a le sentiment qu'ils se trouvent dans une espèce de « phase finale » qui exigera un certain temps de rétablissement. Les coureurs 5 et 6 paraissent mieux prêts à l'action, car ils ne sont pas dans une phase extrême. Toutes les articulations sont en position demi fléchie, c'est-à-dire la plus efficiente.

N'oublions toutefois pas que Schneider fut un brillant second et Couttet troisième, et que si l'hirondelle ne fait pas le printemps, le christiania ne fait pas non plus le slalom !



1



2



3



4



5



6



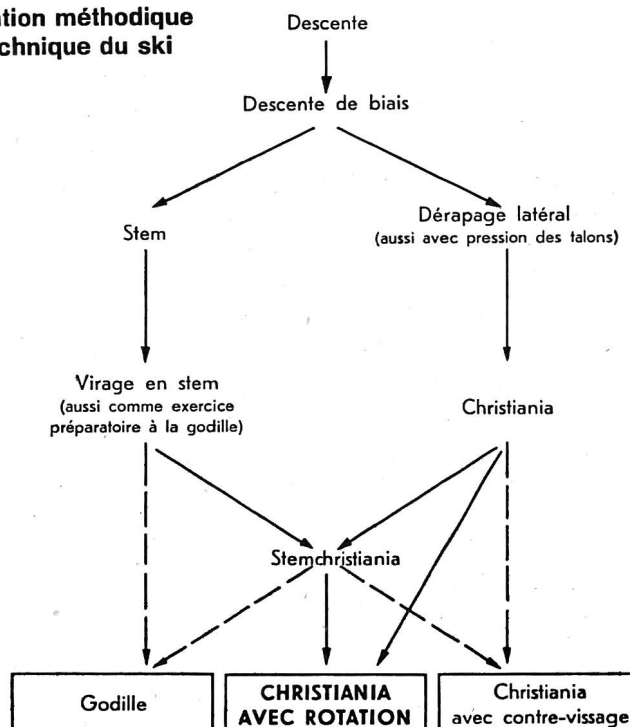
# Regard vers l'avenir

La question se pose de savoir comment le christiania godillé sera assimilé. Car c'est une réalité. L'école autrichienne de ski dispose d'une méthode qui, de la position « Passgang » dans la descente de biais conduit directement au christiania avec contre-vissage pour aboutir à la godille. La méthode des autres pays alpins, à l'exclusion de quelques petites différences, est axée uniformément sur la rotation. Elle ne conduit donc pas directement à la godille. Nous sommes convaincus que notre méthode, dans la

situation actuelle du ski est rationnelle et bonne. La rotation comme couronnement de notre méthode est une perle. Sa simplicité, son naturel et sa beauté sont des valeurs qui lui donnent la noblesse de la forme finale, de la perfection. —

Notre méthode a toutefois besoin d'être complétée. On a tendance, chez nous, lorsque l'on parle de méthode de ne penser qu'aux débutants ou aux skieurs moyens. Nous oublions volontiers les nombreux bons skieurs. Quoiqu'ils soient assez peu enclins à fréquenter les

## Elaboration méthodique de la technique du ski



écoles de ski, il serait pourtant indiqué de les rendre attentifs aux nouvelles possibilités de la technique du ski dans les classes supérieures des écoles de ski, dans les cours de perfectionnement des ski-clubs et cela par la parole, par les écrits et par l'image.

N'oublions pas la qualité initiale du ski, son inépuisable richesse comme jeu. C'est ainsi que fut conçue la méthode préconisée ci-dessus. Il ne nous appartient pas d'entrer dans des détails qui ne sont pourtant pas dépourvus d'importance.

Ce n'est qu'une suggestion, dans le sens d'un « regard vers l'avenir ». Va-t-il falloir donc recommencer, réapprendre une nouvelle méthode ! Ma foi non—! Simple-ment compléter sa formation !

Le jeu du ski portera vraisemblablement un jour de nouvelles fleurs. La « godille » dernier cri n'est certaine-

ment pas la dernière perle issue de la boîte aux cadeaux des dieux. Et enfin, entre nous soit dit : nous autres Suisses ne devons pas perdre de vue que les Français nous ont inspirés pendant les 10 dernières années et que nos jeunes coureurs suivent aujourd'hui la ligne tracée par les Autrichiens.

Un journal autrichien relevait dans un article consacré aux démonstrations du Congrès international pour l'enseignement du ski 1955 à Val d'Isère, non sans une certaine ironie : « Les Suisses vont quémander à l'Est ou à l'Ouest ». Nos chers voisins n'ont pas tout à fait tort, reconnaissons-le.

Il serait souhaitable nous semble-t-il, qu'un produit « made in Switzerland » puisse être à nouveau créé. L'essentiel pour cela est que nous demeurions mobiles, aussi bien sur les skis que dans notre esprit.

Nous le souhaitons et vous saluons bien cordialement. Les auteurs :

Tais Fisebik

Kasper Groef

Hans Dürmer