

<b>Zeitschrift:</b>	Jeunesse forte, peuple libre : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin
<b>Herausgeber:</b>	École fédérale de gymnastique et de sport Macolin
<b>Band:</b>	18 (1961)
<b>Heft:</b>	[8]
<b>Artikel:</b>	Une soirée avec Herb Elliott
<b>Autor:</b>	Giroud, Claude
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-996535">https://doi.org/10.5169/seals-996535</a>

### 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>**

d) Introduction d'un certificat du mérite qui serait délivré aux jeunes gens ayant participé à un cours de base et un cours à option, par année, depuis la libération de la scolarité obligatoire jusqu'au recrutement. Ce certificat donnerait à son détenteur le droit de choisir l'arme dans laquelle il désire être incorporé. Les avantages de cette solution sautent aux yeux : meilleure fréquentation des cours de base (augmentation de l'endurance physique et formation du caractère) et meilleures dispositions à l'égard du service militaire et de l'armée en général.

d) Développer la gymnastique d'entreprise pour les apprentis, conjointement à l'introduction généralisée des « pauses de travail ».

Les maîtres de sport diplômés de Macolin trouveraient là un champ d'action intéressant et la possibilité de constituer des groupements sportifs d'entreprise, dans différentes spécialités (tennis, basketball, football, ski, aviron, etc.).

#### Installations sportives

Un gros effort est actuellement fait en Suisse en faveur de la construction et de l'aménagement d'installations sportives. Les subventions versées par la Société suisse du Sport-Toto contribuent, pour une large part, à cette heureuse évolution.

De nombreuses communes de notre pays ont fait d'importants sacrifices pour réaliser, non seulement, le vœu du Département militaire en ce qui concerne la construction de halle de gymnastique, dans le voisinage des écoles, mais pour créer de vrais centres sportifs communaux, avec terrains d'athlétisme, de football, piscine, courts de tennis, patinoire artificielle, terrains de basketball, etc. etc.

Ces installations, dont les frais d'entretien sont considérables, sont, de ce fait, d'un accès assez limité. Seuls les groupements sportifs reconnus et autorisés peuvent les utiliser selon un règlement précis et strict.

C'est pour obvier à cet inconvénient que fut lancée, il y a quelques années déjà, l'idée des stades aux portes ouvertes dont l'accès serait libre et gratuit pour tous ceux qui désireraient s'y entraîner, individuellement ou en groupe.

Cette généreuse initiative, disons-le franchement, nous paraît quelque peu utopique, à moins que l'Etat prenne à sa charge la construction et l'entretien de tels stades. On sait, hélas, ce que signifie la « propriété de tout le monde » : manque de soin, dégradations, vandalisme, etc. sans parler de l'arrière-goût de « Sport d'Etat » que ne manqueraient pas de suggérer de telles installations !

En attendant les « stades aux portes ouvertes » on pourrait, nous semble-t-il, faire un effort plus considérable encore pour doter, chaque localité de notre pays, tant en plaine qu'en montagne, de modestes installations devant permettre à la jeunesse de faire du saut

en longueur, du saut en hauteur, du grimper de perche ou de corde, de la course de vitesse ainsi que du lancer comme le prévoit le très judicieux programme de l'enseignement postscolaire de la gymnastique et des sports. C'est dans ce domaine que la Confédération ou le Sport-Toto pourraient faire œuvre éminemment utile en subventionnant les cantons et les communes qui pourraient remplir ainsi leurs obligations à l'égard de la jeunesse.

Il convient de relever, à ce dernier propos, la très heureuse initiative prise récemment par les autorités genevoises pour essayer d'enrayer le courant qui emporte actuellement la jeunesse citadine : folie des motos, culte de l'automobile, cinéma, jeux automatiques. C'est ainsi que furent institués des jeudis sportifs pendant lesquels jeunes gens et jeunes filles sont invités à participer à des activités sportives mises sur pied, à leur intention, sur tous les stades de la ville.

On espère leur donner ainsi la possibilité de s'ébattre sainement et le goût des exercices physiques qu'ils pourront continuer à pratiquer une fois terminer la scolarité obligatoire.

#### Conclusion

Nous pensons que le moment est venu, en Suisse, de tirer les conclusions des expériences qui ont été faites depuis plus de 10 ans par de courageux novateurs de l'étranger. La mi-temps pédagogique appliquée avec tant de succès par le Dr Fourestier à Vanves et ailleurs ne constitue pour nous encore qu'un objectif lointain. De longues étapes nous en séparent encore.

Il nous faudra, tout d'abord, convaincre nos autorités scolaires et nos enseignants de tous les degrés de l'urgente nécessité des séances journalières de gymnastique et de mouvement ; puis il faudra généraliser des après-midis de jeux et de sport, des jeudis sportifs ainsi que les camps de toute nature et vouer un soin tout particulier à la saine pratique des courses d'orientation. Dans un autre domaine adjacent à l'école, il conviendra de développer en quantité et en qualité les écoles en plein air plus spécialement réservées aux élèves physiquement déficients, ainsi que les classes de neige, alliant l'étude à la saine pratique du ski en altitude.

La Suisse, grâce à sa stabilité gouvernementale, aux possibilités infinies qu'elle possède pour la pratique des sports les plus divers, à son standard de vie très élevé, à la qualité de son climat, grâce peut-être aussi à son Ecole fédérale de gymnastique et de sport, pourrait et devrait être un Etat pilote en matière d'éducation physique. Trouvera-t-on, hormis les gens bien intentionnés et les journalistes au cerveau fertile, suffisamment de magistrats courageux et entreprenants pour mener à bien la nécessaire réforme de notre enseignement scolaire ?

## Une soirée avec Herb Elliott

**Le plus grand vainqueur du mile de l'histoire du sport vient de perdre un 800 m., mais il gagne des amis, il influence des jeunes coureurs par son esprit...**

Lorsqu'il fut à dix mètres de la ligne d'arrivée, Jim Stack, de l'Université de Yale, jeta un rapide coup d'œil en arrière, par-dessus son épaule droite. Ce risque qu'il prenait dans les derniers mètres de sa foulée lui offrit, en une fraction de seconde, une scène à laquelle lui-même, et tous les spectateurs du stade, ne se seraient jamais attendus.

A quelque huit mètres dans son sillage, le regard de Stack surprit le meilleur coureur du monde du mile, non pas dans l'attitude habituelle d'un vainqueur sûr, mais dans le rôle d'un pâle second, dans une course de 800 m. C'était le 13 juin dernier, sur la piste du stade de l'Université de Harvard.

Elliott, une deuxième fois, venait de perdre, en l'espace de quatre jours. La première fois avait été à Zagreb, dans un même 800 m., où il avait terminé cinquième. Très calme, le champion, debout, pieds nus sur l'herbe rase du stade, ne cherchait pas à expliquer sa défaite,



Herb Elliott, vingt-trois ans, le meilleur coureur du monde du mile et du 1500 m. : 3:35.6, temps réalisé aux Jeux olympiques de Rome en 1960.

(Photo tirée de l'Amateur Athlete, No 7-1961)

soit par un alibi ou une excuse. Il allait plutôt donner une leçon de morale sportive aux coureurs de demi-fond, leçon valable sous toutes les latitudes du monde. L'élegant coureur australien devait avouer en substance que, pour courir un bon mile, un homme devait être en condition physique premièrement, et qu'il devait poursuivre un but deuxièmement.

Il ajouta que, pour l'instant, il était à la fois à court de l'un, et de l'autre.

#### Un nouveau but

Tous les jeunes coureurs pourraient un jour s'en référer à un Elliott. Ils apprendraient alors comment, par la voie la plus simple, la plus juste, on devient un coureur de classe. Il n'y a aucun artifice, aucun secret de charlatan chez ce coureur, dont le 1500 m. des Jeux Olympiques de Rome fut son plus brillant coup d'éclat. Pendant près de deux heures après sa défaite, Herb, à pieds nus, marcha de long en large dans le stade, plaisantant avec ses camarades de l'équipe de Harvard, ou ses adversaires. Il dut répondre aux questions des journalistes, des curieux, parler de tout et de rien, jusqu'à s'inquiéter de la régression de ses cheveux. Ses réponses, heureusement, étaient beaucoup plus nuancées que la rigidité des questions.

« Non, confessa Herb, à l'une des questions essentielles qui lui furent posées : il n'était pas en condition sur le moment, compatible à un recordman du monde. Lorsqu'on lui demanda les raisons, il répondit, en toute franchise :

« Parce que je suis devenu paresseux !

« Oh, cela est absolument sans rapport avec mes études à l'Université », fit-il, avec un sourire.

« Mon existence s'est orientée différemment, à vrai dire », expliqua Herb.

« Vous voyez, j'ai terminé tous les points que je me suis assignés, et, en de telles circonstances, un homme doit s'asseoir et penser un instant. »

Là, il ouvrait le livre des souvenirs magnifiques de sa brève carrière sportive, vécue dans le mile : 1958 : 3:54.5 record du monde.

1960 : 3:35.6 son triomphe sans égal aux Jeux Olympiques de Rome.

« J'envisage maintenant les choses autour de moi », poursuivit Elliott.

« Et de me dire, à mon for intérieur ; eh bien, que désires-tu faire, sur l'heure ? »

« J'espère avoir trouvé un nouvel objectif, l'an prochain, pour les Jeux de l'Empire, et naturellement, en 1964, pour les Jeux Olympiques. »

Elliott envisagerait-il de se retirer ? En fait, il devait répondre :

« J'aimerais courir un jour le marathon. Il y a, dans cette épreuve, l'expression de la virilité. Ce ne sera pas toutefois pour cette saison. »

Un jeune athlète interrompit la conversation, pour demander un conseil sur l'entraînement, à quoi Elliott répondit :

« Je ne recommande pas à un autre coureur qu'il s'entraîne exactement comme moi. Vous voyez, chacun a une constitution différente, et nous devons tous nous entraîner selon notre nature.

« Mais ce que je puis dire, c'est que tous les grands coureurs de distance de l'athlétisme moderne. Kuts et Zatopek, en particulier, se sont entraînés d'une manière extrêmement sévère. Je pense que tout coureur désireux de s'améliorer doit s'astreindre à un régime, à un mode de vie, tel que celui auquel j'ai été soumis de la part de Percy Cerutti.

« Pour devenir un champion, un coureur doit « travailler ». Travailler et sacrifier ».

« Le test d'un grand coureur de mile est de courir lorsqu'il souffre ».

## **Le danger de la solution facile**

Agé de vingt-trois ans, Herb Elliott peut, en dépit de la brièveté de ses antécédents sportifs, tirer parti de son expérience de champion :

« Il semble évident qu'il y ait une tendance dans le monde d'aujourd'hui à ce que chacun fasse les choses en cherchant la voie de la facilité la plus propice à soi-même. Y a-t-il là sujet de blâme ? Puisque je suis devenu un peu paresseux, j'ai remarqué qu'il est tout à fait drôle de devenir un « décadent. »

Elliott, toujours à pieds nus, toujours patient, répond à la question : dans quelle mesure entend-il être devenu un « décadent » ?

« Eh bien, je ne cours plus que une à deux fois par semaine. J'essaie de courir 20 kilomètres chaque semaine, mais n'y parviens pas toujours. Et naturellement, ce n'est pas le genre sévère de kilomètres que je courrais lorsque je m'entraînais « sérieusement ».

« Aujourd'hui, je cours encore le 800 m. en 1:51.7, ce qui est une raison pour ne pas trop désespérer. Mais je vous prie, ne m'en tenez pas rigueur ! J'aime gagner, et bannis toute mauvaise performance.

« Mais 1:51 au 800 m. montre que c'est un palier valable de condition physique. Je pourrai retrouver le meilleur de ma forme facilement en partant de ce résultat. »

Herb estima qu'il lui faudrait peut-être deux mois d'entraînement intensif pour y accéder. Mais il paraissait beaucoup plus ennuyé sur la régression de ses cheveux que sur son état physique.

« J'ai vingt-trois ans, mais paraît beaucoup plus âgé », désignant de l'index son front dénudé. Puis, changeant de sujet :

« Je ne crois pas qu'il soit utile à un athlète de disposer de toute la journée pour s'entraîner. Ce serait un facteur plus favorable pour lui, s'il disposait, chaque jour, d'un certain nombre d'heures pendant lesquelles il pût s'entraîner.

« Les nageurs australiens, par exemple, consacrèrent à l'entraînement, quelque chose comme trois mois, avant les derniers Jeux Olympiques. Ils ne firent rien d'autre

durant ce temps. Je pense qu'ils arrivèrent dans un état de surmenage aux Jeux. En un mot, ils étaient surentraînés. »

## **La limite de la performance athlétique**

« Il n'y a aucune limite à laquelle peut s'arrêter la performance athlétique, dans le domaine de la course à pied. On ne pourra parler de « limite » que dès l'instant où les gens arrêteront définitivement de courir. » Et de répondre, sur le point de prédire l'ultime limite au mile :

« Oh, je dirai 3:30, pour que ce soit un joli nombre arrondi ! »

Mais en parlant de « limite », un journaliste devait l'expérimenter à ses dépens, mettant à l'épreuve sa propre musculature, dans la conversation avec l'athlète, pendant près de deux heures d'horloge, en long et en large sur le gazon du stade ! Il pouvait alors s'étonner de ce que, aux yeux d'un champion, la « limite » pût représenter, d'endurance et de patience.

A la fin de l'entretien, la nuit régnait sur le stade. Elliott était encore entouré par un noyau de coureurs, de sympathisants. Il était toujours pieds nus, intarissable de verve.

« J'ai reçu une lettre », dit-il, « il n'y a pas très longtemps. »

« En voici la teneur :

— Cher Monsieur Elliott.

— J'ai douze ans.

— J'ai une piste de 1 mile.

— J'ai couru le mile en 4:10.

— Pouvez-vous me donner quelques conseils ?

— PS : je pense que la piste est un peu courte. »

Elliott éclata de rire lorsque quelqu'un lui suggéra de conseiller à cet enfant de lui prêter sa piste.

Traduction et adaptation française de l'article de Tim Horgan, Amateur Athlete, No 7, Juillet 1961.

Claude Giroud.

## **Souvenez-vous**

Il y a juste une année, le 25 août 1960, Jacques Vuagniaux nous quittait, en pleine jeunesse, laissant des parents écrasés de douleur et des amis profondément affligés.

Quelques jours avant sa mort tragique, il avait rédigé, dans la sérénité de l'Alpe qu'il chérissait, quelques travaux écrits pour un concours littéraire de vacances. Avec la bienveillante autorisation de ses parents, nous nous permettons de reproduire ici l'un de ces essais dans lesquels l'âme poétique de Jacques se reflète si parfaitement.

F. P.

### **Sais-tu ?**

Sais-tu, mon frère, bien repu, calé dans ton fauteuil de velours vert et tes montagnes d'acier bleu, sais-tu que partout dans le monde, le sang de tes frères coule comme un torrent rouge et noir de métal en fusion ? Sais-tu que le pays des guitares qui chantent, le chaud pays de la noblesse, est tenu à la gorge par un aveugle fou qui tue lentement Don Quichotte et Sancho ? Oh, mon frère, entends-tu ? Le violoncelle pleure !

Sais-tu que la mer la plus bleue se teinte chaque jour du sang d'un peuple qui ne veut qu'être libre ? Et si tu sais cela, sais-tu qui l'assassine ? Tu ne le croiras pas et c'est pourtant bien elle, la terre de culture et des plus grands poètes : la « Doulce France » mon

frère. Sais-tu que dans les cathédrales où éclate la fugue de surhumains génies, le nazisme aujourd'hui reprend force et vigueur ? Sais-tu que le Thibet, pays des grands mystères, devient une province où règne la terreur ?

Sais-tu qu'au pays le plus riche du monde, où la technique a fait les plus grands progrès, le pays qui devrait être le plus éloigné des mœurs sauvages du passé, on lapide, on lapide, mon frère, des gens parce qu'ils sont noirs ?

Sais-tu mon frère que dans le pays le plus libre du monde, le pays des Czardas et des blés, la chair des Magyars fut trouée de balles et broyée par les chevilles des chars ? Entends-tu ? entends-tu s'élever de la boue sanglante le cri déchirant des violons tziganes ? Entends-tu la complainte qui lacère mon cœur ?

Cependant je sais, mon frère, je sais que dans chacun des pays coupables, il est des hommes qui ont le courage de dire : non, qui luttent jour et nuit, qui luttent mon frère, et c'est parce que je sais qu'ils existent que je proclame folie ? utopie ? — que je crie bien haut que je crois en l'homme !

Rédigé le 18 août 1960 à la cabane de Videmanette. Pour copie conforme du manuscrit : Claude Marguerat, Lutry.