

**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:** 19 (1962)  
**Heft:** [10]  
  
**Rubrik:** Enseignement postscolaire de la gymnastique et des sports

### **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:** 13.01.2026

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

sur l'attraction biologique prédéterminée des chromosomes, se rencontre en général sur les êtres humains et les animaux. Le second relève particulièrement de l'être humain, fondé de génération en génération au moyen de l'éducation et de l'entraînement. Si l'on rencontre les influences génétiques sur les sports à une large échelle, pour une forte proportion de sujet, le rendement de l'entraînement en vue de la performance n'est par contre que très restreint. Afin de guider tout talent disponible, un effort systématique devra être

fait à l'avenir pour fonder, sur une base individuelle, le potentiel génétique de la jeunesse du pays à ses tâches diverses, psychiques aussi bien que physiques. A l'heure actuelle, les techniques du développement du potentiel de la performance en sport, sont appliquées empiriquement. Peut-être laissons-nous de ce fait à l'écart la majorité des êtres les plus doués. Mais ce n'est de ceux-ci que l'on peut attendre les plus beaux fleurons acquis de l'entraînement.

Amateur Athlete, Juillet 1962. Adaptation française de C. Giroud



## Enseignement post-scolaire de la gymnastique et des sports

### Ça c'est de l'EPGS

Ceux de nos lecteurs qui ont eu le privilège de voir le beau film en couleurs « Viens avec nous », réalisé par notre regretté opérateur Walter Brotschin, se souviennent, sans doute, de cette dernière vision d'un vénérable moniteur rentrant de l'entraînement, bras-dessus bras-dessous avec ses élèves, au milieu des cabrioles des vaches fort intriguées par l'exubérante activité de cette jeunesse !

Ce vénérable moniteur c'est Bertrand Perrenoud, instituteur à Coffrane et moniteur EPGS, dans son village depuis 20 ans ! \*

Véritable apôtre de l'éducation physique, Bertrand Perrenoud épuisa, pour ainsi dire, toutes les possibilités qu'offre l'enseignement post-scolaire de la gymnastique et des sports en organisant, chaque année : au moins un cours de base avec examens correspondants ainsi que, généralement la totalité des cours à option de jeu et natation, d'alpinisme, d'excursions, d'exercices dans le terrain et de ski. Profitant des billets de chemin-de-fer à tarif réduit, il véhicula ses groupements successifs à travers tout le pays, notamment au Tessin et en Valais, pour faire admirer à ses protégés, la majesté de nos Alpes et la beauté de nos lacs.

Inutile de dire que d'excellents moniteurs sont sortis des rangs de ses élèves, au cours de ces deux décades d'activité. L'un d'eux M. J.-F. Mathez est même devenu maître de gymnastique et de sport et fonctionnaire durant 2 ans à l'EPGS de Macolin, avant de regagner son cher Val-de-Ruz où il fonda, il y a 7 ans, le fameux groupe EPGS « Les Caballeros » de Boudevilliers qui mena la vie dure au non moins fameux groupe « La flèche de Coffrane » lors des courses d'orientation auxquelles ils prirent régulièrement part en se faisant une belle réputation « d'écumeurs de challenges » !

Un des élèves de J.-F. Mathez est actuellement moniteur du groupement de Boudevilliers et assure le maintien de la tradition qui tend à fournir aux jeunes le maximum de joie sportive, avec le minimum de frais. C'est ainsi que grâce à la mise à contribution de la totalité des subsides versés par la Confédération il fut possible de passer une merveilleuse semaine d'excursion et d'alpinisme en Valais complétée par deux journées de jeux et de natation sur les bords du Léman, pour ... Fr. 17.— voyage compris !

Voici le bref compte rendu publié, à ce sujet, dans la « Feuille d'Avis de Neuchâtel » :

« Le dimanche 22 juillet, une dizaine de jeunes gens enthousiastes prennent le train à Neuchâtel, en direc-

tion de Champex. De là, après une joyeuse montée en télésiège jusqu'à la Brea, la cohorte monte jusqu'à la cabane du Trient. Le lendemain, au petit matin, divisés en trois cordées, ils avancent lentement sur le glacier du Trient. Après l'ascension des Aiguilles du Tour ils se dirigent sur la cabane Saleinaz. Le troisième jour, le joyeux groupe traverse les cols de Planereuse, de Crête sèche et des Essettes pour terminer cette randonnée sur les glaciers à la cabane de l'A Neuve. Dans l'après-midi, ils redescendent dans le Val Ferret. Le reste de la semaine se passe au Bouveret, au bord du Lac Léman où les jeunes des « Caballeros » purent goûter aux joies du camping tout en perfectionnant leurs aptitudes à la nage. »

Un examen de natation mit le point final à cette merveilleuse semaine de plein air.

Et dire qu'il y a encore, chez nous, des centaines de jeunes gens qui ne savent pas profiter des possibilités exceptionnelles que l'EPGS leur offre de développer leurs forces physiques et morales dans une ambiance aussi sympathique !

Il ne nous reste qu'à féliciter bien chaleureusement les « anciens » nos amis Bertrand Perrenoud et J.-F. Mathez pour la graine généreuse qu'ils confièrent à la terre fertile de leur cher vallon. La moisson qui les honore aujourd'hui est sans doute leur plus belle récompense.

Puisse leur exemple être un stimulant pour tous les dévoués moniteurs EPGS de notre pays !

Francis Pellaud

### Le sport de la course d'orientation en nette progression

Les mérites sportifs des courses d'orientation sont connus de chacun : une course d'orientation par équipes c'est la synthèse parfaite de l'idéal sportif : effort physique, intelligence et esprit d'équipe y sont étroitement unis et confondus.

Nous eûmes l'occasion de participer à deux de ces manifestations de plein air : les 18<sup>mes</sup> courses cantonales neuchâteloise et fribourgeoise d'orientation. Voici quelques considérations pratiques et conclusions que nous soumettons, en toute amitié, aux dévoués organisateurs :

#### Sur les flancs du Mont-Racine, le 23 septembre 1962

Merveilleuse journée automnale ; température agréable ; parcours judicieusement choisi à une altitude relativement élevée : départ et arrivée à environ 1000 m. à la lisière de forêt Ouest de Les Geneveys sur Coffrane, point culminant : 1275 m. aux environs de Cucheroud-Dessus.

Terrain : pâturages boisés n'offrant pas de difficultés physiques et techniques extraordinaires.

\* Il a fréquenté 16 cours cantonaux et 14 cours fédéraux de moniteurs dans les différentes spécialités.

**Equipes :** environ 90 réparties en 4 catégories.

**Tâches :** Les organisateurs avaient opté pour la formule de tâches reportées sur des banderolles de papier dont la couleur correspondait à celle des diverses catégories et remises au chef d'équipe.

Ces tâches consistaient : à reporter les postes sur la carte, à calculer les distances, à déterminer des azimuts, à relever un poste sur la base d'une photo aérienne, le tout agrémenté encore par la remise d'une carte topographique en partie effacée.

**Inconvénients :** Les banderolles de papier coloré semées un peu partout dans le terrain constituent, d'une part, une indication de cheminement pour les « vienne-ensuite » et sont, d'autre part, une atteinte à l'intégrité de la nature. Elles exigent, en outre, un travail préparatoire très considérable.

Les tâches accessoires (calculs de distance, détermination d'azimuts, etc.) enlève, enfin, à la course son véritable caractère d'orientation. Et puis, une erreur de calcul, toujours possible, de la part de l'organisateur, risque de fausser toute l'organisation et d'entraîner la disqualification d'équipes.

#### Conclusions :

1. Nous pensons qu'il est, à tous points de vue, préférable de revenir à une conception plus simple et plus pure de la course d'orientation en expurgeant de son organisation tout ce qui peut avoir un caractère d'énigmes, de chicanes ou d'attrape-nigauds !
2. La pose des parcours doit, par contre, utiliser au maximum toutes les particularités naturelles du terrain en graduant l'effort physique et les difficultés techniques d'orientation selon les aptitudes des diverses catégories de coureurs.
3. Mettre l'accent sur la lecture correcte de la carte par le système de cartes vierges sur lesquelles ne subsistent que les courbes de niveau ou quelques parcelles de terrain.

Nous ne saurions terminer cette analyse-critique sans adresser à l'Office cantonal EPGS neuchâtelois, à son chef M. Marcel Roulet et à son secrétaire M. Daniel Emery et à toute la cohorte des dévoués collaborateurs, nos très vives félicitations pour la parfaite organisation de cette journée et notre reconnaissance pour l'extrême amabilité avec laquelle ils ont accueilli le représentant de la Section EPGS de Macolin.

#### Dans les forêts et les ravins de la Singine, le 21 octobre 1962

Pour ne pas faillir à la tradition, c'est à nouveau, par une resplendissante journée que s'est déroulée la 18<sup>me</sup> course cantonale fribourgeoise d'orientation sur les contre-forts escarpés de la Singine, entre Alterswil et St. Anton.

Plus de 20 autobus durent être mobilisés pour transporter, à pied d'œuvre, les quelque 180 équipes qui s'étaient inscrites pour ce rendez-vous fribourgeois, la plus forte participation enregistrée jusqu'à ce jour.

Le terrain, varié à souhait, extrêmement accidenté soumit les coureurs à un effort physique pas négligeable. Le fait, toutefois, qu'un jeune diabétique de 14 ans en soit venu à bout, sans trop de difficulté, suffit à prouver que cet effort n'était aucunement démesuré. Les tâches, réduites à leur plus simple expression, consistaient essentiellement à reporter les postes sur l'unique carte remise aux équipes ; souvent, plusieurs postes pouvaient être reportés en même temps ce qui laissait aux équipes la faculté de « passer » les postes ainsi marqués dans l'ordre qui leur paraissait le plus favorable.

Seule astuce, mais de taille : une portion de carte totalement vierge sur laquelle ne subsistaient que les courbes de niveau, avec indication simultanée de 3 postes différents.

Il est clair que cette difficulté majeure n'est de mise que lorsque la configuration du terrain est très caractéristique et qu'elle offre des points de repère suffisants. Mais c'est incontestablement là une formule idéale et intéressante pour les coureurs.

**Organisation administrative :** rationnelle, efficiente, économique. C'est ainsi, par exemple, que la remise du pique-nique se fait contre la simple restitution du dossart d'équipe, sans autre formalité, après la course.

Excellente solution aussi que celle des cultes organisés après la course, au début de l'après-midi, entre le pique-nique et la distribution des prix. Messe et culte y gagnent en dignité (tous les coureurs étant rechangés et propres) et la distribution des prix, en discipline, qui fut à tous points de vue excellente à Fribourg.

Autre innovation infiniment heureuse, l'introduction d'une « catégorie pour débutants » qui réunit 18 p-trouilles de jeunes gens en âge EPGS n'ayant encore jamais participé à une course d'orientation. A quand la catégorie des « débutants non encore en âge EPGS » ? On ne saurait semer la bonne graine assez tôt.

**Conclusions :** A en juger par la qualité des performances des équipes les mieux classées et par l'enthousiasme de tous les concurrents, il semble bien que la formule « course d'orientation pure » adoptée par l'Office cantonal EPGS fribourgeois, cette année, est celle qui mérite d'être retenue pour les courses futures. Nos jeunes veulent courir et se spécialiser dans l'art de s'orienter au moyen de la carte et de la boussole et non à s'astreindre à résoudre des énigmes ou des casse-tête chinois !

Un grand bravo donc à nos amis fribourgeois pour cette brillante réussite sportive et merci très cordial pour leur accueil toujours si sympathique.

Francis Pellaud

## Echos de Macolin

#### Cours d'école

- 8.—10. 11. Instruction de base I B (20 part.)
- 26.11.—1.12. Instruction de base I (entraînement d'hiver) (30 part.)
- 13.—16. 12. Instruction de ski II (20 part.)
- 17.—22. 12. Instruction de ski I (20 part.)
- 26.—31. 12. Instruction de ski I (90 part.)
- 3.—8. 12. Kaderkurs Ski für Lehrkörper ETS (10 Teiln.)
- 13.—18. 12. Skikurs Studienlehrgang (Spezialfach Ski) (10 Teiln.)
- 12.11.—1.12. Sportkurs für Offiziere der Mech. und Leichten Truppen (35 Teiln.)

#### Cours des associations

- 1.—3. 11. Zentralkurs für Konditionstraining, SLL (50 Teiln.)
- 26.—4. 11. Hallenhandball-Kurs, Ballspielverein Bern (15 Teiln.)
- 3.—4. 11. Vervollkommnungskurs für Damen, Schweiz. Volleyball-Verband (20 Teiln.)
- 5.—8. 11. Instruktionskurs für Jungschützenleiter, EMD (100 Teiln.)
- 10.—11. 11. Ausbildungskurs für Spitzenkötner LA, ETV (80 Teiln.)
- 10.—11. 11. Ausbildungskurs für Instruktoren und technische Leiter im Kunstturnen, ETV (70 Teiln.)
- 17.—18. 11. Konditionstest, Schweiz. Tennisverband (20 Teiln.)
- 17.—18. 11. Vervollkommnungskurs für Herren, Schweiz. Volleyball-Verband (40 Teiln.)
- 19.—22. 11. Instruktionskurs für Jungschützenleiter, EMD (60 Teiln.)
- 24.—25. 11. Konditionstest, Schweiz. Tennisverband (20 Teiln.)
- 26.—29. 11. Instruktionskurs für Jungschützenleiter, EMD (60 Teiln.)
- 1.—2. 12. Hallenhandball-Cup, Satus (180 part.)
- 3.—8. 12. Studienwoche für Verwaltungsführung, ZOB (25 Teiln.)
- 6.—9. 12. Instruktionskurs für Jungschützenleiter, EMD (60 Teiln.)
- 10.—15. 12. Zentralkurs, Schweiz. Badminton-Verband (30 Teiln.)
- 15.—16. 12. Internationales Volleyball-Turnier, Volleyball-Club Biel (110 Teiln.)