

**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:** 20 (1963)  
**Heft:** [10]  
  
**Rubrik:** Échos de Macolin

### **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:** 08.02.2026

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

# Echos de Macolin

## Une semaine à Macolin

J'ai constaté qu'il y a deux opinions fortement opposées concernant l'activité de Macolin : d'une part, bien des personnes paraissent allergiques à l'abréviation EFGS et croient dur comme fer que cette institution a pour mission de former les jeunes en vue de l'école de recrues ; d'autre part, il y a bien sûr les jeunes gens qui ont passé une semaine à Macolin et qui en reviennent enchantés, voire enthousiasmés.

C'est pourquoi je me suis fié au proverbe qui dit qu'on n'est jamais mieux servi que par soi-même, et je me suis inscrit à un des nombreux cours qui sont organisés à l'EFGS, pour me rendre compte de ce qu'il en est exactement...

Le premier acte consiste à toucher le matériel (training, carte, boussole) ; on est mis au courant des questions administratives, puis chacun reçoit un programme du cours.

Immédiatement on est dans le bain : pas de vain discours ou de recommandations quant à la discipline à observer. Le seul conseil que l'on reçoit, c'est de ne pas trop se dépenser le premier jour. Et la semaine se déroule suivant un programme bien dosé, qui comprend de la théorie (le matin avant de passer à l'action et après le dîner, la soirée étant consacrée à un film portant sur une technique particulière ou étant laissée libre) et aussi beaucoup de pratique (saut en hauteur, en longueur, boulet, lancer, course, engins et bien sûr du jeu). Le but des heures de sport que l'on fait chaque jour n'est pas de réaliser des performances, mais d'avoir la possibilité d'améliorer d'abord sa condition physique et surtout sa technique personnelle, de manière à pouvoir, dans le cadre d'un groupement EP, en faire profiter au maximum les jeunes qui en font partie.

Le premier soir, après avoir gravi pour la Xème fois les quatre étages que compte le bâtiment principal, nous nous sommes couchés, mes camarades et moi, fatigués mais contents de nous, et nous avons commenté la journée, échangé nos impressions sur l'ambiance du cours. Et nous en sommes arrivés à la conclusion que c'est une expérience qui vaut la peine d'être vécue et qu'il faut encourager les camarades que cela intéresserait et aussi arriver à convaincre les sceptiques de l'utilité et surtout de la valeur des cours de moniteurs EP. Car Macolin est un des rares sites suisses qui permettent à des jeunes de tout le pays de se rencontrer et de pratiquer le sport. Les magnifiques installations sportives, aussi diverses que bien aménagées, sont disposées dans un cadre reposant et empreint de calme qui nous procure l'occasion de passer de vraies vacances. L'opinion générale a d'ailleurs été très nette : une semaine, c'est trop court, on y serait bien resté une semaine de plus !...

Chaque matin, nous étions réveillés en musique, à six heures, pour le cross matinal. De toutes les chambres, on voyait apparaître des têtes aux yeux encore gonflés de sommeil, et des bâillements sonores s'échappaient des lits du fond desquels on avait de la peine à s'extraire. Mais, après un temps mort, toute la maison fourmillait de garçons bien réveillés par l'air frais du matin. Puis la vie reprenait son cours normal, sous la direction de maîtres de sport vraiment sensationnels et avec lesquels il faisait bon travailler.

Ce qui caractérise un cours EP, c'est le plaisir qu'on éprouve en voyant les progrès que l'on fait en peu de temps et la joie d'être en plein air. Très vite, la classe dont on fait partie devient une sorte de petite communauté, un groupe de copains qui vivent facilement ensemble, joyeux drilles qui ne renâclent pas à la tâche, si ardue soit-elle. Tout au long de la journée, on n'entend que rires et plaisanteries qui fument dans une ambiance de chaleureuse et solide amitié. On apprend à se connaître, à s'apprécier et l'on a de la peine, le samedi, lorsqu'il s'agit de retourner chacun de son côté (tout à une fin !), à se quitter.

Macolin est aussi une école de caractère, où il faut savoir s'aider mutuellement, se rendre service. Pendant cette semaine, on essaie le plus possible de laisser de côté tous les

préjugés que l'on pourrait avoir, — et qui, d'ailleurs, s'effaceraient très vite —, pour vivre en camarades, presque en frères. L'amitié qui règne aide à franchir tous les obstacles, aussi bien linguistiques que sportifs, et c'est cela qui, à mon avis, doit ressortir de ces cours. Il y a bien sûr quelquefois de légers échauffements du sang lors des matches, surtout entre Romands et Suisses allemands. (C'est connu, il y a de temps en temps de passagères « prises de bec » entre ces deux mentalités !). Mais il est facile, en y mettant du sien, de part et d'autre, d'aplanir ces petites difficultés et, pour finir, on arrive quand même à s'entendre et à devenir des copains.

Pour ma part, je trouve que chaque jeune homme devrait pouvoir passer une semaine de vacances à Macolin : c'est instructif, cela lui ferait du bien et c'est bien mieux que de rester chez soi et n'y rien faire de spécial, sinon aller au cinéma, par exemple. Ceux qui seraient tout naturellement appelés à suivre un de ces cours sont ceux qui, plus tard, devront enseigner la gymnastique comme branche de leur métier, car ils devront pouvoir démontrer correctement les exercices qu'ils voudront faire exécuter à leurs élèves et non pas seulement jouer à la balle à deux camps, au basketball ou au football. Et encore, il leur sera nécessaire pour cela de bien connaître les règles de ces jeux, s'ils ne veulent pas inculquer de mauvaises habitudes à leurs élèves, ce qui serait les handicaper pour plus tard. Il est regrettable que des élèves tombent sur un professeur qui, par son manque de connaissances sportives, fait de la leçon de gymnastique une leçon où l'on va parce que l'on y est obligé. Car cette branche doit procurer à l'élève un moment de détente, pour autant que le maître prépare cette leçon aussi bien qu'une autre. Ne l'oublions pas, la gymnastique n'est pas facile à enseigner et un professeur qui donne une leçon en se fiant à son imagination est à peu près sûr d'aller au-devant d'un échec.

C'est pourquoi je forme le vœu que, de plus en plus, les jeunes gens en âge EP participent à un cours. En même temps que cela leur procurera une grande satisfaction personnelle, ils auront la certitude de ne pas avoir perdu leur temps. Lorsqu'ils auront fonctionné quelque temps comme moniteurs, je suis sûr qu'ils éprouveront peu à peu une joie réelle en se rendant compte qu'ils apportent vraiment à d'autres camarades la possibilité d'améliorer leur condition physique et bien sûr leur technique, tout en leur permettant de s'extérioriser en toute liberté par le moyen si naturel de la culture physique. Le moniteur sentira monter en lui un sentiment de bonheur en voyant le lien qui l'unit à ses camarades, et la marque de respect qu'ils lui portent. Les jeunes athlètes seront fiers de leur moniteur qui, par son exemple et son entrain, aura su nouer un lien d'amitié durable, ainsi qu'il aura aidé certains à se défaire d'une peur de l'obstacle qui souvent paralyse et empêche d'arriver à un bon résultat. Il aura réussi à mettre en pratique la pensée de Monsieur R. Bovart, qui devrait être, à mon avis, l'étendard de tout moniteur :

« L'homme fort, l'homme heureux n'est pas forcément celui qui raisonne, mais plutôt celui qui rayonne. » J. P.

## Avant de traverser l'Atlantique

Hans Altorfer nous écrit :



Cher lecteur,

Je préférerais te tutoyer. Puis-je le faire ? Merci.

Tu te demandes certainement ce que signifie en soi ce titre. Je m'en vais brièvement te l'expliquer. Lorsque cette lettre paraîtra, je serai déjà en Amérique. En effet, afin de par-

faire ma formation professionnelle, j'aurai élu domicile dans une petite ville de l'Etat de Louisiana. Elle se nomme Natchitoches, compte quelque 14 000 habitants, et ce doit être l'une des plus anciennes colonies de la Louisiane. J'étudierai au Northwestern State College, à la section de l'éducation physique. Je donnerai d'autre part des leçons à certaines classes.

Malgré des livres, des revues, les journaux et des relations épistolaires, nous savons somme toute fort peu de chose de ce qui se fait dans cet immense pays en matière d'éducation physique. Nos journaux nous informent surtout des performances, presque incroyables, des meilleurs athlètes, mais passe quasiment sous silence les problèmes de l'enseignement de la gymnastique, de la démocratisation du sport et de la formation des moniteurs enseignants. Je ne prétends pas que, d'ici une ou deux années, je me serai américanisé sur le plan de l'éducation physique, tellement les conditions varient d'un Etat à l'autre. Mais, en tout cas, j'aurai entendu et vu quelque chose; j'aurai en fait amassé une certaine expérience. Je t'en parlerai d'ailleurs dès le prochain numéro, dans une série de lettres qui paraîtront sous la rubrique : Lettre d'Amérique.

En ce moment je fais mes préparatifs de départ. C'est là une tâche que l'on devrait accomplir plus souvent, même si ensuite on ne part pas. Combien de choses ne me faut-il pas régler maintenant, que j'ai depuis longtemps négligées ! Inutile de te dire que mes sentiments vont d'un certain abattement aux plus farouches résolutions : petite fièvre qui me saisit à l'approche du départ...

Cordialement

Hans Altorfer

Trad. Tamini

## Lettre d'Amérique

Natchitoches, le 12 septembre 1963

Cher lecteur,

Bien sûr, ce journal est une revue sportive ; je devrais donc en soi te parler du sport et de l'Amérique, ou vice-versa, ou encore du sport en Amérique. Aussi pardonne-moi de préférer tout simplement te parler comme on a l'habitude de le faire par l'intermédiaire d'une lettre. D'ailleurs, n'aie crainte, le sport aura aussi une place dans cette lettre.

J'aimerais tout d'abord te préciser ceci (je l'ai déjà indiqué dans ma précédente lettre) : lorsque j'écris « l'Amérique », il est bien entendu que je ne songe qu'à « mon Amérique », celle où je vis. On n'en connaît en fait toujours qu'une petite partie. Il faut donc bien se garder de généraliser, à moins que les autres parties nous soient aussi connues. Cela dit, par où me faut-il commencer ? Il me semble que le mieux est de te parler tout d'abord de l'endroit où je vis actuellement, et où je resterai durant un certain temps encore.

Si tu ouvres à la première page le livre II de Winnetou, de Karl May, tu y trouves mentionné, à la 4ème ligne sauf erreur, le nom du fleuve Rio de Natchitoches. La petite ville de Natchitoches existe bel et bien, mais non le fleuve. Jusqu'au 6 septembre, au moment où je suis arrivé ici, j'ignorais comment se prononce ce nom. Je m'étais imaginé plusieurs formes, mais jamais je ne serais parvenu à « Nakatosh » (prononcer Naegidosch).

Cette ville de 14 000 habitants est située au bord du Cane River Lake, qui a pris l'ancien lit de la Red River. Cette rivière passe à un mile environ à l'ouest de la ville, et se dirige vers le Mississippi. On confond souvent Natchitoches et Nacogdoches (une ville un peu plus grande du Texas), que l'on prononce presque comme on devrait le faire en

bon anglais. A ce propos, on raconte qu'un chef de la tribu des Indiens Nakatosh avait deux fils, qu'il envoya planter leur tente où bon leur semblait. Or, ils appelèrent chacun du même nom le lieu où ils se fixèrent. Pour différencier ces deux endroits y on prit toutefois l'habitude de les prononcer et de les écrire de deux manières différentes. Karl May avait donc sans doute entendu parler de Natchitoches. Il n'est pas non plus étonnant qu'il s'agisse là de la plus ancienne colonie de l'Etat de Louisiana. Cette ville fut en effet fondée en 1714. Tu peux ainsi aisément te représenter ce que sera la fête commémorative à laquelle j'assisterai l'année prochaine.

Si tu viens en été sous cette latitude, habille-toi des vêtements les plus légers et emporte avec toi une forte dose de bonne humeur. Habitué au climat de Macolin, me voici en effet presque assommé par la chaleur qui règne ici, où frigo et thé jouent d'ailleurs un rôle important. On consomme, bien sûr, d'énormes quantités d'« iced-thea », et du café noir comme la nuit et passablement fort, que l'on boit en général très chaud. Parlant de la chaleur, je me garderai bien d'oublier l'automobile. Ici, même le meilleur fantassin de l'armée suisse oublierait la marche. L'usage de la voiture n'est d'ailleurs pas seulement imputable au faible goût que manifestent les Américains envers la marche (« Pourquoi marcher si l'on peut faire autrement ? » disent-ils), eux qui utilisent l'automobile pour les moindres trajets. En fait, l'auto préserve ici de la transpiration. Moi, qui n'ai pas de voiture, je l'apprends chaque fois à mes dépens, lorsque du collège j'arrive en nage à la maison après un quart d'heure de marche. Maintenant encore, durant la journée la température atteint environ 100 degrés F (environ 40 degrés C), pour ne s'abaisser la nuit qu'à 75 degrés F (environ 25 degrés C). Et, par-dessus le marché, l'air est excessivement humide. Natchitoches est une petite ville de province. Il ne faut pas plus de quelques minutes pour se trouver en pleine campagne. Là, d'immenses champs de coton s'étendent à perte de vue, parsemés d'arbres, de cultures maraîchères et de pâturages où, bien entendu, paissent chevaux, bœufs ou vaches. On remarque çà et là des fermes, certaines construites au siècle dernier, c'est-à-dire selon le style romantique en vogue à cette époque aux colonies. Il y a d'autre part d'assez nombreuses vieilles baraques où vivent de grandes familles de Noirs. En dépit de l'aire de pauvreté qui imprègne ces lieux, il n'est pas rare qu'à la porte du logis stationne une automobile vieux modèle, mais en parfait état de marche. C'est dans ces baraques que vivent les descendants de ceux qui firent la fortune des « marchands d'ébène ».

« We sure are glad to have you here » (Vous êtes vraiment les bienvenus) nous dit-on partout et — j'en suis persuadé — avec la plus grande sincérité. C'est le peuple le plus cordial et le plus amical que j'aie rencontré jusqu'ici. A nous, Suisses, il pourrait nous apprendre beaucoup au sujet de l'hospitalité. Chacun en effet s'ingénie à m'aider.

Quelques mots maintenant du sport, dont je parlerai abondamment dans mes prochaines lettres. Voici l'inscription que l'on peut lire sur les plaques minéralogiques des voitures immatriculées dans l'Etat de Louisiana : « Men's sportparadise is Louisiana ». (Louisiane, paradis des sports). Mais ici, par sport on entend surtout la chasse et la pêche. Cependant, prendre part à une manifestation sportive c'est quand même essentiellement assister à un match de football ou de baseball. Ce sont d'ailleurs presque exclusivement les exploits des joueurs de football et de baseball qui emplissent les colonnes des pages sportives des journaux locaux. En ce moment, c'est le match de samedi prochain, entre l'équipe de mon collège — les « Demons » — et celle du collège de l'autre « Nakatosh », Nacogdoches, qui passionne le public. Le vainqueur recevra le challenge du « Chief Caddo » : une statue de quelque deux mètres de haut, sculptée dans le bois. Nous arriverions ainsi au but de mon stage d'étude ici : le sport dans un collège américain. Je t'en parlerai dans ma prochaine lettre.

Cordialement

Hans Altorfer

Trad. Tamini