

**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:** 21 (1964)  
**Heft:** 7

**Artikel:** Alpinisme, examen à option  
**Autor:** Wenger, Charles  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-996351>

### **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:** 03.04.2026

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

# Alpinisme, examen à option

Charles Wenger

La belle saison est là et les vacances battent leur plein. Chacun rêve à une magnifique randonnée en montagne. Moniteur EPGs, tes jeunes espèrent que tu les emmèneras en montagne. Pour te faciliter la tâche, voici quelques prescriptions. Et bonne route!

## Matières d'enseignement

### Exercices de base

- Marche sur le rocher facile, la neige, les névés, la glace <sup>1)</sup>
- Manipulation de la corde et des boucles de corde
- Assurage
- Rappel
- Varappe dans le rocher et la glace <sup>1)</sup>
- Utilisation du piolet, des crampons <sup>1)</sup>, des pitons à rocher et à glace <sup>1)</sup>

### Autres matières d'enseignement

- Equipement et habillement
- Appréciation du terrain
- Connaissance des dangers de la montagne, des conditions météorologiques
- Utilisation de la carte, de la boussole et de l'altimètre
- Etude des guides d'excursion, détermination du temps de marche
- Connaissance de la flore, de la faune et des rochers
- Premiers secours, signaux de détresse, secours de transport des blessés <sup>1)</sup>
- Préparation rationnelle du logement en cabane ou sous tente
- Bivouac <sup>1)</sup>

## Directives méthodiques

Les difficultés seront adaptées aux aptitudes techniques, les exigences à l'âge, à la connaissance de la montagne et aux capacités physiques des participants.

L'instruction et l'entraînement technique, judicieusement préparés, seront appliqués et répétés ensuite en d'autres terrains, en des itinéraires déterminés, et lors d'excursions d'une demi-journée et d'une journée entière.

## Mesures de sécurité

Le lieu du cours doit être choisi compte tenu des conditions de sécurité, et les itinéraires fixés en fonction des aptitudes physiques des participants.

On accordera toujours une attention particulière à l'assurage. Le chef de classe doit avoir un contrôle permanent de la situation et veiller que les cordées conduites par un participant empruntent les mêmes passages que lui. Il posera et contrôlera personnellement les moyens d'assurage artificiel (main courante, rappels, etc.).

Tous les participants (même ceux ne remplissant pas les conditions pour l'octroi de subsides) doivent être âgés de 14 ans révolus au moins.

## Le camp

Le nombre minimum de participants à un cours est de 5 jeunes gens donnant droit aux subsides.

La durée minimum d'un cours est de 5 jours de travail consécutifs (voyage compris), mais de 6 jours (voyage compris), si le cours est organisé en deux fois (par ex. 2 x 3 jours). Il est également possible d'organiser le cours en 3 x 2 jours (voyage de brève durée). Dans ce cas le cours doit s'accomplir durant une période maximum de 3 mois.

La durée effective du travail par journée est de 6 heures.

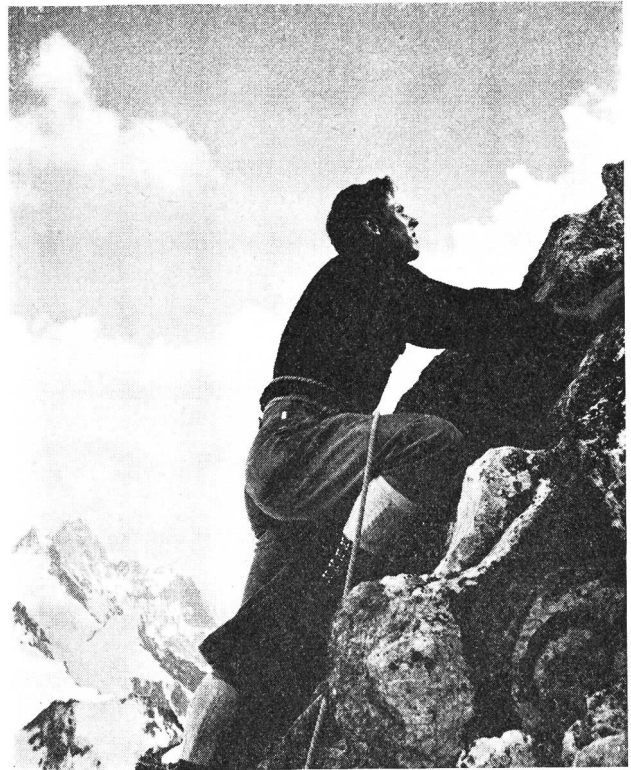
Il faut un moniteur reconnu pour le premier groupe de 9 participants. Pour chaque fraction de six élèves en sus, le moniteur sera secondé par un aide-moniteur.

L'inscription d'un cours à option alpinisme adressée à l'office cantonal EPGs compétent doit être accompagnée d'un programme de cours détaillé et porter mention des noms du chef de cours, du chef technique, des chefs de classes et de la durée du cours, du lieu de stationnement, ainsi que du nombre des participants.

## Les moniteurs

Les moniteurs doivent être à la hauteur de leurs tâches tant sur le plan psychologique que technique; il s'agira là de gens pleinement conscients de leurs responsabilités. Peuvent fon-

<sup>1)</sup> facultatif pour débutants



tionner comme moniteurs ou aides-moniteurs (chef de classe):

- les guides diplômés;
- les participants qualifiés d'un cours fédéral de moniteurs d'alpinisme;
- les chefs et moniteurs reconnus des organisations de jeunesse du Club alpin suisse;
- les chefs de course reconnus du Club alpin suisse et de l'Union touristique « Les amis de la nature »;
- les porteurs de l'insigne de haute montagne de l'armée;
- les personnes qualifiées lors de cours centraux alpins d'été de l'armée;
- les chefs de classe (chefs de patrouille) qualifiés lors des cours alpins de l'armée;
- d'autres personnes réputées qualifiées par l'Ecole fédérale de gymnastique et de sport.

## Les indemnités

Les indemnités suivantes sont versées pour un cours à option alpinisme autonome organisé avec logement et subsistance hors du lieu de domicile:

Fr. 28.— par participant en âge EPGs

Fr. 55.— par jour et par guide diplômé assumant les fonctions de chef de cours, de chef technique ou de chef de classe

Fr. 25.— par jour et par moniteur qualifié assumant les mêmes fonctions que le guide diplômé

jusqu'à Fr. 4.— par jour et par participant, guide, moniteur, comme participation aux frais effectifs de logement (en cabane, chalet).

## La marche à pied en montagne

Il est possible d'organiser, dans le cadre d'un cours à option ou indépendamment de ce dernier, un des examens à option « marche à pied en montagne »; il convient, à cet effet, de prolonger le cours de 1 jour.

## Les conditions

La marche à pied en montagne sera adaptée aux connaissances techniques et aux aptitudes physiques des participants. On choisira des parcours autant que possible exempts de dangers prévisibles et réalisables en 5 à 8 heures. Les participants doivent être entraînés et posséder de bonnes connaissances de base. Le moniteur s'en assurera avant l'examen.

Les dispositions applicables aux guides, aux moniteurs et aux aides-moniteurs, ainsi que les mesures de sécurité et celles déterminant la grandeur des classes, sont les mêmes que celles régissant le cours à option alpinisme.

## Indemnités

Les guides, moniteurs et aides-moniteurs bénéficient d'indemnités identiques à celles prévues pour le cours à option alpinisme, soit resp. fr. 55.—, fr. 25.— et fr. 25.—. D'autre part, il est versé fr. 2.— par participant qui rempli les conditions d'examen.