

**Zeitschrift:** Jeunesse et sport : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin  
**Herausgeber:** École fédérale de gymnastique et de sport Macolin  
**Band:** 25 (1968)  
**Heft:** 11

**Artikel:** Le cent mètres  
**Autor:** Jeannotat, Yves  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-997690>

### **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>**

# Le cent mètres

Yves Jeannotat

«Comme la Grèce avait sept sages, comme la gamme a sept notes, écrit André Obey, l'orgue du stade a sept tuyaux dont le mineur est le cent mètres!»

Le cent mètres, tout comme le deux cents mètres d'ailleurs, nous viennent directement de la «course du stade» de l'Antiquité: le stade qui mesurait 192,27 m à Olympie et 177,92 à Delphes.

Par la suite, les Anglo-Saxons l'ont transformé en cent yards (91,44 m) alors que les Européens choisissaient le cent mètres. Nous étions à l'orée des temps modernes!

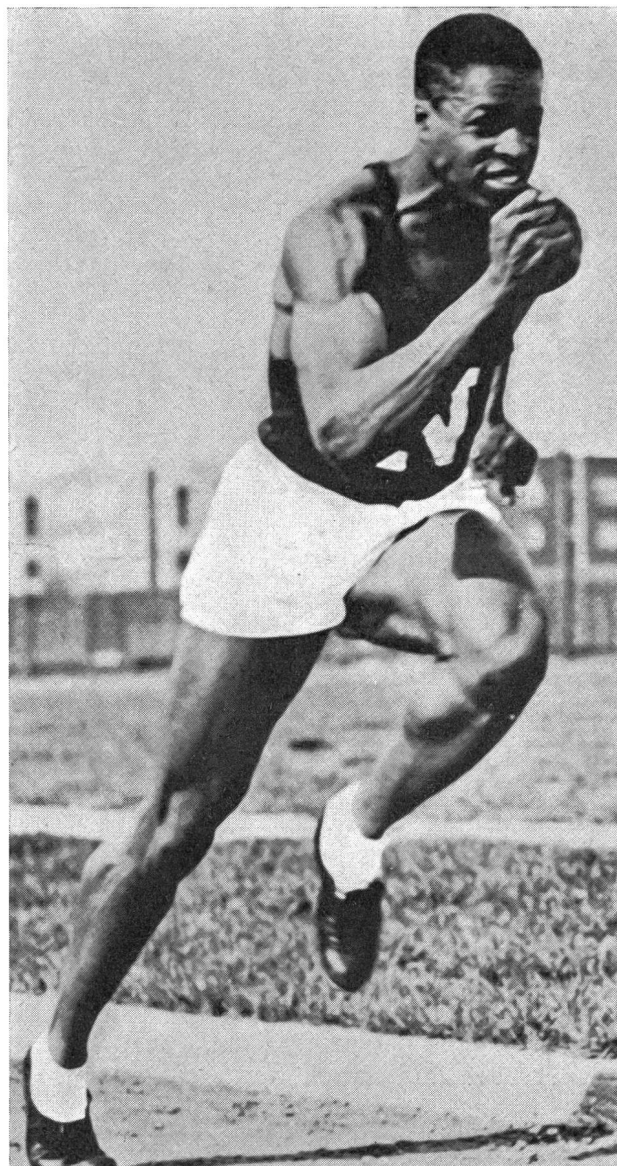
## Evolution du record du monde

1912	10" 6	Donald Lippincott (E.-U.) Stockholm
1920		Jackson Scholz (E.-U.) Stockholm
1921	10" 4	Charles Paddock (E.-U.) Redlands
1929		Eddie Tolan (E.-U.) Stockholm
1930	10" 3	Percy Williams (Can.) Toronto
1932		Eddie Tolan (E.-U.) Los Angeles
1933		Ralph Metcalfe (E.-U.) Budapest
1934		Eulace Peacock (E.-U.) Oslo
1934		Christian Berger (Holl.) Amsterdam
1935		Takayoshi Yoshioka (Jap.) Tokyo
1936	10" 2	Jesse Owens (E.-U.) Chicago
1941		Harold Davis (E.-U.) Compton
1948		Lloyd Labeach (Pan.) Fresno
1948		Norwood Ewell (E.-U.) Evanston
1951		Emmanuel McDonald Bailey (GB) Belgrade
1954		Heinz Fütterer (All.) Yokohama
1956		Bobby Morrow (E.-U.) Houston
1956		Ira Murchison (E.-U.) Compton
1956	10" 1	Willie Williams (E.-U.) Berlin
1956		Ira Murchison (E.-U.) Berlin
1956		Leamon King (E.-U.) Ontario
1959		Ray Norton (E.-U.) San José
1960		Charles Tidwell (E.-U.) Houston
1960	10" 0	Armin Hary (All.) Zurich
1960		Harry Jérôme (Can.) Saskatoon
1964		Horacio Esteves (Ven.) Caracas
1964		Bob Hayes (E.-U.) Tokyo
1965		Chen Chia-chuan (Chine) Chunking **
1967		Jim Hines (E.-U.) Modesto
1967		Enrique Figuerola (Cuba) Budapest
1967		Willie Turner (E.-U.) Modesto ***
1968		Paul Nash (Afr. du S.) Krugersdrp
1968		Charles Greene (E.-U.) Lawrence

\*\* Le temps de Chen Chia-chuan ne fut pas reconnu par l'IAAF, car la Chine communiste ne fait pas partie de cette organisation.

\*\*\* Le temps de Willie Turner ne fut pas homologué comme record du monde, car l'athlète américain avait terminé deuxième de la course derrière Jim Hines.

1968		Oliver Ford (E.-U.) Albuquerque
1968		Roger Bambuck (Fr.) Sacramento
1968	9" 9	Jim Hines (E.-U.) Sacramento
1968		Ray Smith (E.-U.) Sacramento
1968		Charles Greene (E.-U.) Sacramento



L'Américain Jim Golliday: la vitesse.

## Qu'est-ce que la vitesse ?

S'il est vrai que l'effort de longue durée appartient aux laborieux, aux bâtisseurs de cathédrales; s'il est vrai aussi que le demi-fond est une discipline d'athètes à la foulée divinement belle, la vitesse, elle, illustre le geste naturel des «aristocrates» de l'athlétisme: ceux qui ont pour eux la classe innée faite d'hérédité et de dons.

La vitesse, en athlétisme, se définit par la qualité que possède un athlète de parcourir une distance choisie

dans un temps le plus court possible. Elle sollicite la musculature dans sa presque totalité et exige de l'organisme un effort certes bref, mais intense et explosif surtout. «C'est pourquoi, écrit Joseph Maigrot, l'entraîneur bien connu des sprinters français, il est impossible de devenir sprinter si l'on n'est pas né «vite»!

Doué de grandes qualités musculaires, nerveuses et explosives, un coureur de courtes distances atteint sa plus grande vitesse après quarante mètres environ, soixante peut-être. A partir de ce moment, elle diminue progressivement; d'abord d'une façon imperceptible, puis allant en augmentant. La classe et la préparation du sprinter lui permettent de retarder plus ou moins longtemps ce ralentissement.

La distance idéale pour faire appel aux qualités de vitesse pure n'exigeant aucune préparation spéciale ne devrait donc pas excéder 60 mètres; 80 pour les meilleurs. «En fait, écrit Raymond Meyer, une épreuve de réflexe pure fait défaut à la gamme athlétique». Le 100 yards des Anglo-Saxons répond déjà mieux à la notion de la vitesse pure que le 100 m devenu distance classique.

Pour s'imposer sur 100 m, il ne suffit pas simplement d'être «vite», il faut encore, grâce à une résistance acquise et à une technique parfaitement étudiée, être capable de maintenir sa «pointe» de vitesse maximale jusque sur le fil d'arrivée.

#### **L'entraînement:**

Les qualités requises pour permettre la plus grande vitesse possible sur 100 m sont les suivantes:

- la décontraction: la crispation enlève à la musculature une bonne part de ses facultés de rendement.
- la coordination des mouvements: tout geste désordonné nuit à l'équilibre et perturbe l'énergie linéaire.
- la réaction nerveuse: c'est la faculté de transmission des ordres de réaction, du cerveau à la musculature, par l'intermédiaire du système nerveux.
- la masse musculaire: il s'agit, bien entendu, des muscles spécialisés: mollets, cuisses, abdominaux en particulier.
- la faculté de concentration: d'elle dépend, en grande partie, la mise en valeur des qualités de réflexes et le maintien de la vitesse maximale jusque sur le fil.
- la résistance: puisque le 100 m est plus qu'une course de vitesse pure.
- l'équilibre nerveux: indispensable aux états et aux réactions d'ordre psychique.

**Remarque:** concernant la réaction nerveuse, les spécialistes ont trouvé que le temps de réflexe qui sépare le coup de feu du moment où la première foulée prend contact avec le sol est de 0"40 à 0"45. Hary cependant fait exception puisque son temps réflexe a été mesuré à 0"30, ce qui a fréquemment dérouté les starters et provoqué de nombreux rappels injustifiés.

Je ne m'étendrai pas, bien entendu, sur les méthodes d'entraînement susceptibles de procurer une amélioration des divers éléments cités ci-dessus. Une excellente étude en a d'ailleurs été présentée dans les numéros de juin et juillet 1968 de notre revue.

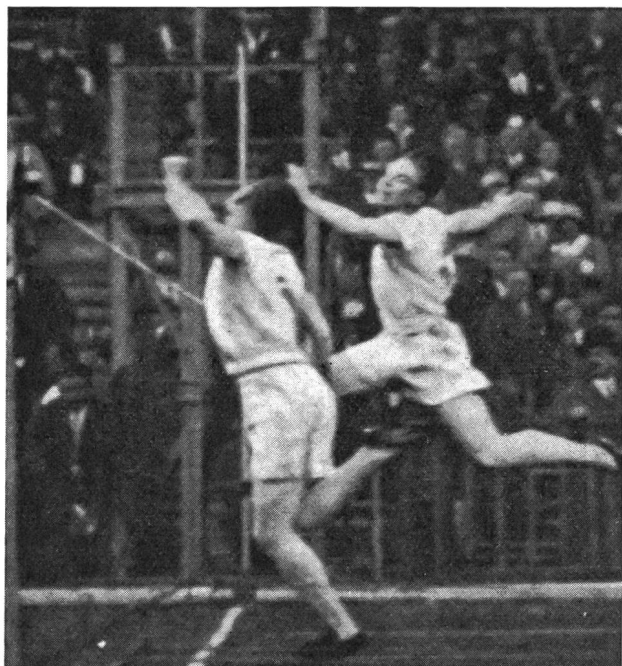
#### **Le règlement:**

1. La course de 100 m se dispute, comme toutes les autres épreuves jusqu'au 400 m, en «couloirs», larges d'au moins 1,22 m.



Charles-H. Sherril invente le «départ accroupi».

2. Le départ se donne en trois temps:
  - a) **A vos marques:** le coureur se prépare et ses mains doivent être posées derrière la ligne de départ tracée sur le sol.
  - b) **Prêts?** A cette question, le sprinter, jusque-là un genou à terre, porte son corps en avant tout en élevant le bassin. Il doit être parfaitement immobile. Certains athlètes réussissent à maintenir un léger et presque imperceptible mouvement d'élévation jusqu'au moment du coup de pistolet: cela s'appelle faire un départ «en bascule». Un bon starter ne se laisse pas prendre à cette ruse.
  - c) **Le coup de feu:** il libère les coureurs. Il n'y a pas de prescriptions qui dictent le temps que doit observer le starter entre chaque commandement. C'est pourquoi on rencontre des starters «rapides» et des starters «lents».
3. Si un concurrent s'élance avant le coup de pistolet, il y a faux départ. Le starter rappelle les coureurs



Charles-W. Paddock et son bond à l'arrivée. Ainsi, il perdait certainement un dixième.

par un deuxième coup de feu. Si un même concurrent commet deux faux départs, il est mis hors course.

4. L'arrivée est marquée par une ligne au sol et par un fil de laine tendu à 1,20 m au-dessus de celle-ci.

C'est lorsque l'athlète atteint la ligne avec le torse et non pas avec la tête ou les membres qu'on le considère comme «arrivé».

5. Pour qu'un éventuel record puisse être homologué, le temps doit être pris par trois chronomètres. En cas de différence, c'est le temps intermédiaire qui seul est valable. Si deux chronomètres ont la même indication, c'est ce temps-là qui fait foi.

Depuis 1952, deux chronomètres peuvent aussi suffire à enregistrer une performance record. En cas de différence, c'est le moins bon temps qui est officiel. L'absence d'un troisième chronomètre désavantage donc toujours le concurrent.

Jusqu'en 1964, seul le chronométrage à main était reconnu officiellement. Dès lors, le chronométrage électrique a été pris en considération et il tend à se généraliser.

L'écart moyen entre le chronométrage à main et électrique, écart dû au temps de réflexe du chronométreur, varie entre 12 et 15 centièmes de seconde en défaveur du coureur.

6. Le vent arrière autorisé — ces remarques sont aussi valables pour le 200 m — ne doit pas dépasser deux mètres seconde.

### Les vainqueurs olympiques

#### Masculins

1896	Athènes	Thomas Burke (E.-U.)	12" 0
1900	Paris	Fred Jarvis (E.-U.)	10" 8

1904	Saint-Louis	Archie Hahn (E.-U.)	11" 0
1908	Londres	Réginald Walker (Afr. du S.)	10" 8
1912	Stockholm	Ralph Craig (E.-U.)	10" 8
1920	Anvers	Charles Paddock (E.-U.)	10" 8
1924	Paris	Harold Abrahams (GB)	10" 6
1928	Amsterdam	Percy Williams (Can.)	10" 8
1932	Los Angeles	Eddie Tolan (E.-U.)	10" 3
1936	Berlin	Jesse Owens (E.-U.)	10" 3
1948	Londres	Harrison Dillard (E.-U.)	10" 3
1952	Helsinki	Lindy Remigino (E.-U.)	10" 4
1956	Melbourne	Bobby Morrow (E.-U.)	10" 5
1960	Rome	Armin Hary (All.)	10" 2
1964	Tokyo	Bob Hayes (E.-U.)	10" 0
1968	Mexico	Jim Hines (E.-U.)	9" 9

#### Féminins

1928	Amsterdam	Elizabeth Robinson (E.-U.)	12" 2
1932	Los Angeles	Stanislawa Walasiewicz (Pol.)	11" 9
1936	Berlin	Helen Stephens (E.-U.)	11" 5
1948	Londres	Fanny Blankers-Koen (Holl.)	11" 9
1952	Helsinki	Marjorie Jackson (Austr.)	11" 5
1956	Melbourne	Betty Cuthbert (Austr.)	11" 5
1960	Rome	Wilma Rudolph (E.-U.)	11" 2
1964	Tokyo	Wyomia Tyus (E.-U.)	11" 4
1968	Mexico	Wyomia Tyus (E.-U.)	11" 0



Le grand Jesse Owens.

### Evolution technique

Jusqu'en 1868, les coureurs de 100 m et de sprint en général portaient des pantoufles ordinaires et ils prenaient le départ «debout».

En 1868 W. B. Curtis (E.-U.) introduit les souliers à pointes.

En 1888 C. H. Sherril (E.-U.) fait sensation en prenant un départ «accroupi»: le «crouch start». Ce procédé ne fut légalisé qu'à la fin du siècle.

En 1895: On adopte le chronométrage au cinquième de seconde.

En 1922: Il est remplacé par le chronométrage aux dixième de seconde.

En 1934: Les «starting blocks» ou cales artificielles remplacent progressivement les trous que les sprinters creusaient jusque-là dans la piste pour «assurer» leur départ.

En 1964: Le chronométrage électrique est officialisé.

En 1960 : Les pistes en matière synthétique, rubcor et tartan en particulier, font leur apparition.

En 1968 : De nouveaux souliers à 68 «épingles» adaptés aux pistes synthétiques en tartan donnent lieu à une polémique aussi vaine que stupide entre «la lettre et l'esprit» des règlements internationaux dont l'article 142 précise qu'un soulier ne doit pas porter... plus de six pointes !

En 1968 : On attend toujours l'officialisation du chronométrage au centième de seconde.

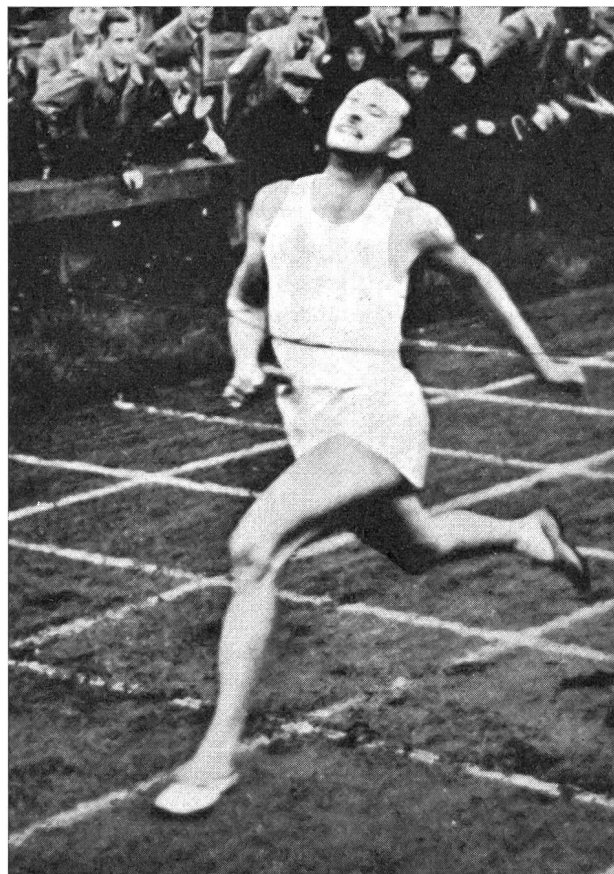
### Les champions d'Europe

#### Masculins et féminins

1934	Turin	Christiaan Berger (Holl.)	10" 6
		Pas de participation féminine	
1938	Paris	Marthinus Osendarp (Holl.)	10" 5
		Stanislawa Walasciewicz (Pol.)	11" 9
1946	Oslo	John Archer (GB)	10" 6
		Alexandra Setsjenova (URSS)	11" 9
1950	Bruxelles	Etienne Bally (Fr.)	10" 7
		Fanny Blankers Koen (Holl.)	11" 7
1954	Berne	Heinz Fütterer (All.)	10" 5
		Irina Turova (URSS)	11" 8
1958	Stockholm	Armin Hary (All.)	10" 3
		Heather Young (GB)	11" 7
1962	Belgrade	Claude Piquemal (Fr.)	10" 4
		Dorothy Hyman (GB)	11" 3
1966	Budapest	Wieslaw Maniak (Pol.)	10" 5
		Ewa Klobukowska (Pol.)	11" 5



J. Imbach



P. Hänni

### Philippe Clerc, champion suisse 1968

#### Portrait miniature

Brusquement, comme jaillissent les fleurs au printemps lorsque les nuits deviennent plus chaudes, Philippe Clerc s'est ouvert dans le jardin de l'athlétisme. Il s'est étiré sur sa tige fine et élégante, mais si jeune encore qu'elle en était restée bien délicate et fragile comme verre.

D'un seul coup pourtant, ce fut la réussite. En quelques semaines, il avait atteint sa pleine éclosion et resplendissait d'un éclat particulier. Ses succès répétés, son arrogance juvénile lui valurent immédiatement une admiration inconditionnelle.

Mais l'admiration est une monnaie à deux faces bien différentes: d'un côté: la dévotion, de l'autre: une exigence sans pardon pour d'éventuelles défaillances. Dévotion d'une jeunesse admirative et d'une génération dont la survie n'est due qu'à certains processus d'identification. Elle conserve ainsi l'illusion de revivre, par personnes interposées, les années de gloire irrémédiablement envolées pourtant.

Philippe Clerc l'a connue, cette dévotion. Mais l'a-t-il mise au creuset pour en extraire la substance précieuse et en éliminer le liquide toxique? A-t-il su faire naître, d'un acte de paganisme et de superstition, un fruit de vertu et d'exemple? Ne s'est-il pas contenté de «touser» un peu, comme la fleur du «Petit Prince», avec suffisance et désinvolture alors qu'il aurait dû baisser la tête pour l'acte d'humilité et d'action de grâce?

En 1968, Philippe Clerc est devenu champion suisse sur 100 m mais il a momentanément perdu son titre de «champion!»



W. Rudolph

Connaissance des grandeurs et de faiblesses de l'homme; respect des lois de la relativité; équilibre physiologique, nerveux et hormonal; âge d'adulte: il n'y a pas de champion qui ne le soit d'abord psychologiquement.

Philippe Clerc: né à Villeneuve en 1946

Taille: 1,75 pour 59 kg

Champion suisse 1968 en 10" 3

Meilleure performance sur 100 m: 10" 3

#### Evolution du record de Suisse

Masculin			Féminin		
11" 2	Mugnier	1906	13" 6	Devenoges	1929
11" 0	Imbach	1919	13" 4	Brändtli	1934
10" 9	Imbach	1921	13" 3	Moser	1934
10" 8	Imbach	1923	13" 2	Sauer	1936
10" 7	Vogel	1931	12" 9	Sauer	1936
10" 6	Vogel	1933	12" 6	Baumgartner	1941
10" 5	Hänni	1935	12" 5	Prétôt	1951
10" 4	Hänni	1935	12" 4	Fischer	1958
10" 3	Müller	1960	12" 3	Fischer	1959
10" 2	Widmer	1968	12" 2	Fischer	1962
			12" 1	Fischer	1962
			11" 9	Fischer	1964

#### Bibliographie

Gaston Meyer: L'Athlétisme (La Table Ronde)  
 Encyclopédie des sports (René Kister, Genève 1957)  
 Jeux et Sports (nrf, la Pléiade, Paris 1967)  
 A. Greuze: L'Athlétisme (Ed. Arts et Voyages, Bruxelles)  
 Robert Bobin: Athlétisme (Editions Amphora, Paris 1965)  
 Toni Nett: Der Lauf (Bartels & Wernitz, Berlin)

**INTERGREEN**

## Places de sport sur gazon utilisables par n'importe quel temps

Méthode INTERGREEN

Conseils et organisation de vente: Schwarzenburgstrasse 148, 3097 Liebefeld,  
téléphone 031 / 53 51 47

### Le terrain de jeu sur gazon avec cinq ans de garantie

est installé par les maisons spécialisées dans l'aménagement des places de sport:

Rud. Bächler,  
3032 Hinterkappelen

Jos. Schneider AG,  
Langenhagweg 28, 4123 Allschwil

Trüb AG, Gartenbau  
Bombachsteig 14, 8049 Zurich  
Seegartenstr. 65, 8810 Horgen

Hans Zaugg,  
Spitalgasse 35, 3011 Berne