

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

Rubrik: Les pratiquants

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: 07.02.2026

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

Les pratiquants

Walter Weba, 44 ans, marathonien

Certains se demandent, à voir sa silhouette efflanquée — 182 cm pour 65 kg — où Weba, 44 ans, peut bien puiser tant d'énergie. C'est donc qu'en lui, un Allemand des Sudètes, le talent s'allie tout naturellement à la persévérence, le courage de s'entraîner au plaisir de courir.

N'empêche qu'il est demeuré 20 ans dans l'anonymat. Car jusqu'en 1960 Weba fut l'un de ces innombrables «sportifs du soir»: membre du SV Darmstadt, tantôt courant, tantôt shootant, il essayait tout simplement, quelques soirs par semaine, de retenir sa jeunesse. Un rien le distinguait toutefois des autres sportifs de son acabit. Un petit rien qui allait faire de lui un grand coureur de fond: Weba n'éprouvait pas la moindre difficulté à courir un 5000 m en moins de 17 minutes. A titre de comparaison, pour cette distance on exige un temps limite de 23 minutes des candidats au brevet sportif décerné aux moins de trente ans. Weba avait donc du talent à revendre.

En 1963, il se prend à aimer les courses longues. A 39 ans, il se familiarise avec les 25 km, dernier pallier avant les 42,2 km du marathon. Il ne tarde d'ailleurs pas à suivre un entraînement méthodique; quelque 18 km cinq fois par semaine. En 1965, à Karlsruhe, par une chaleur terrible, Weba dispute son premier marathon. L'un après l'autre des coureurs abandonnent, Weba tient bon. «Misérable performance, dira-t-il ensuite, je n'étais pas content de moi».

Une étonnante ambition l'anima dès lors. Tout autre que lui, ou presque, eût été fier d'avoir, par une pareille chaleur, achevé son premier marathon. Weba, lui, ne songeait qu'à réparer cet «échec». L'occasion lui en est donnée peu de temps après: 2 h. 43'. L'année suivante, il en est à 2 h. 25'23".

La rencontre avec le marathon a profondément modifié la vie de Walter Weba. Lui qui occupe aujourd'hui une importante situation dans une firme de produits de lessive, consacre l'essentiel de ses loisirs à la course. D'ailleurs, autrement d'où proviendraient ses performances! C'est ainsi qu'il «digère» depuis longtemps en moyenne 25—30 km par jour; il s'en va ainsi dans la campagne, recherchant toujours de nouveaux itinéraires. Cette course à travers champs constitue pour Weba comme pour beaucoup d'autres coureurs de fond, un réel stimulant. Certes, le corps s'accorde fort bien d'une inlassable répétition des mêmes mouvements; mais l'esprit, lui, se lasse peu à peu des mêmes lieux. Le marathonien a besoin que se renouvelle constamment sa vision de la nature ambiante. D'où sa hantise de la piste cendrée, des longues lignes droites, des circuits trop courts. Il lui faut puiser dans la variété des images environnantes la force d'oublier qu'il court, qu'il répète des milliers de fois par jour les mêmes gestes, les mêmes efforts. D'ailleurs, la toile de fond de l'entraînement du marathonien est même, pour beaucoup d'entre eux, ce qui les attire, ce qui leur fait oublier leurs souffrances. C'est ainsi qu'au fil de routes, de chemins ou de sentiers, des hommes viennent affronter leurs propres faiblesses.

Pour Weba, cette continue lutte contre soi-même constitue aussi un stimulant. D'une façon inconsciente, rarement formulée, des coureurs comme lui acceptent de défier une performance limite; et l'attrait de cette limite suffit à les stimuler. Cependant, sans l'impulsion de la volonté, sans une ligne de conduite morale, cette dépense d'énergie ne serait guère possible. Découvrir des forces insoupçonnées et se sentir une âme d'explorateur, cela pousse un Weba à courir inlassablement. En somme, rien là qui diffère beaucoup de l'idéal clas-

sique: faire que les qualités de l'homme s'épanouissent pleinement.

Tout cela ne se voit guère chez Weba, qui pratique son sport sans grand bruit. Quelques pensées exprimées incidemment au cours d'un entretien découvrent cependant, par intermittences, le feu intérieur. Alors, des rigueurs de la course Weba dit des choses très simples. Qu'il parcourt 700 km par mois il y a deux ans, qu'il en est à 900 actuellement. Qu'il n'est parfois guère facile de persévérer: lorsqu'arrive la «fête des pères» par exemple, et que des copains, goguenards, viennent l'inviter à boire des chopes!

Souffre-t-il de blessures, Weba n'interrompt pas son entraînement pour autant. L'hiver passé, après une douloureuse chute, n'a-t-il pas, malgré la douleur, achevé son parcours, continuant les jours suivants comme si de rien n'était. Et trois semaines plus tard, le médecin diagnostiquait une fracture de côté! Un coureur qui interrompt son entraînement, dit Weba, perd rapidement sa forme. Il faut donc persévirer envers et contre tout. Même dans le froid et la nuit de l'hiver: Weba court alors muni d'une lampe de poche. De toute manière, le plaisir de courir demeure pour lui déterminant: «A la fin de chaque course, dit-il, je dois déjà me réjouir que vienne la suivante. Sinon, c'est que quelque chose ne joue pas.» La course est tout simplement le hobby de Weba. Il lui faut aussi, on s'en doute, la compréhension de sa femme et celle de son garçon de 14 ans. Car maintenant, il ne reste plus beaucoup de temps, comme jadis, pour le théâtre ou les amis. Ce renoncement n'est pas rien. Chacun doit se demander lui-même s'il en vaut la peine; cette question, Weba se l'est aussi posée un jour.

Au cours d'une saison, il participe à quelque 25 courses, dont 15 fois sur de longues distances. Mais il ne va pas au-delà de 3—4 marathons par an (2 h. 28'16"6 et une 7e place au championnat national de cette année), sous peine de perdre trop d'influx. Les compétitions vont souvent de pair avec des voyages, en Hollande notamment, où l'on chérit tout particulièrement les coureurs de fond. Mais les voyages coûtent cher; en règle générale, les coureurs de fond prennent à leur charge tous les frais de voyage.

En course, tenir coûte que coûte n'est pas la préoccupation essentielle de Weba. Il ne veut pas s'identifier à un robot. Il court donc aussi avec la tête, avec pour repères des temps de passage. Il détermine ainsi son temps final et, après une certaine distance, réussit à savoir s'il vaut la peine de viser un record personnel, une victoire ou une place d'honneur. «Après trente kilomètres, dit-il, on aborde précisément une phase où l'on court presque machinalement.» Mais cela ne dure pas longtemps. Sinon, ses pensées tournent autour de la course elle-même.

La passion qui l'anime, la rigueur de son entraînement ne font pas pour autant de Weba un ascète. Il mange ce qui lui plaît, ignorant donc tout régime. Il boit ce qui lui convient le mieux: un litre et demi de bière par jour. Il est heureux de courir avec la confiance que donne une profession sûre. Autrement, sa vie n'aurait guère de place pour ce hobby! «Ce sport n'apporte absolument rien» dit Weba. Pas le moindre avantage financier. Mais c'est bien la course qui lui donne le plus de joie.

L'âge de Weba en fait certainement un être d'exception: qui d'autre commencerait si tard à pratiquer ce sport de compétition? Mais Weba c'est aussi l'un de ces milliers de coureurs de fond, admirés ou raillés, aux prises avec eux-mêmes sur les longues routes. Rares sont ceux qui les comprennent vraiment. Et parfois eux-mêmes ne comprennent pas tout à fait ce qui les pousse toujours en avant. Peut-être, inconsciemment, désirent-ils tester ainsi leur propre vitalité. Dans cette étrange solitude qu'ils redoutent et cherissent à la fois.

Noël Tamini et Steffen Haffner