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: 26 (1969)

Heft: 11: Sport pour tous

Artikel: Centres de sport et de détente : stades naturels à Neuchâtel

Autor: Blumenau, Klaus

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-997379

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: 07.10.2025

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

Centres de sport et de détente

Stades naturels à Neuchâtel

Klaus Blumenau, Macolin (trad.: A. M.)
Photos: Hugo Lörtscher, Macolin

Présentation graphique: Georges Habermann, Bienne

L'exemple suivant doit nous montrer comment ce qui a été expliqué dans la préface est réalisé dans les faits, c'est-à-dire, comment une telle installation est construite et bâtie. Comme on l'a déjà dit, la piste type du test de Macolin avec ses 6 stations constitue la base de tout stade naturel, dans la plupart des cas, entouré de la piste finlandaise de sciure, dont l'exécution doit être simple et pratique, pas trop large et sans bordure de ciment. Cette piste relie les stations de base avec d'autres obstacles intéressants, désignés dans l'article suivant par des lettres.

Il y a un peu plus de 15 ans, c'est un ami de la nature et de la jeunesse, M. Edmond Quinche, conseiller de profession à Neuchâtel, qui, séduit par l'exemple de la piste de condition physique de Macolin (test de Macolin), eut l'idée de la rendre plus attractive pour les jeunes et pour le public et qui réfléchit à l'idée d'en compléter le programme par d'autres obstacles. Possédé par cette idée, il parcourait le terrain en tous sens, examinait creux et bosses, étudiait le terrain des yeux et des mains et, petit à petit, en conçut le projet longtemps avant que se répande et soit comprise dans le public l'idée de la valeur générale de telles installations.

Son choix pour la première installation se porta sur la parcelle du Chanet, colline boisée dominant la ville de Neuchâtel avec vue splendide sur le lac. A seulement quelques minutes de la ville mais pourtant en pleine nature, enfants et parents peuvent s'ébattre à l'ombre de hauts arbres, pendant que les plus âgés peuvent se reposer à la lisière sud de la forêt en admirant le lac.

Les autorités de la ville de Neuchâtel furent bien inspirées en novembre 1963 d'admettre ce projet, en garantissant par un crédit de 45 000 francs le financement pour fin 1965 du premier stade naturel complété par quelques installations d'athlétisme conformes au règlement et quelques places de jeux. On put commencer immédiatement avec les travaux pratiques et l'inauguration eut lieu en mai 1966. La somme devisée n'atteignit que 31 000 francs malgré une surface de terrain de jeux et de sport plus grande que prévue ainsi qu'une piste de course rectiligne. Ce succès financier est dû d'une part au talent d'improvisateur et à l'enthousiasme dynamique et communicatif d'Edmond Quinche ainsi qu'à la grande générosité de plusieurs personnes:

— Un maître d'état mit gratuitement à disposition 4 ouvriers pour les travaux de terrassement et de maçonnerie.
— Le bois de construction nécessaire pour les agrès prévus fut abattu sur place.
— Différentes pièces métalliques de fixation ont été confectionnées dans des déchets à l'atelier des apprentis.
— Les tuyaux de ciment, les plaques de ciment, en un mot, ce que le terrain lui-même ne pouvait livrer, comme sable ou gravier, furent achetés ou offerts.
— Les pierres naturelles, rocailles ou rondins constituaient un matériau de construction bienvenu.
— Même les branches et les rameaux et les copeaux d'écorce ont trouvé leur application dans une fosse de réception.
— Un arbre déraciné a été conservé tel quel comme engin à grimper.

Alternant les montées et les descentes, la piste finlandaise entoure l'installation de ses 350 m. Large de 60 cm et remplie de sciure (norme EFGS feuille No 4036), elle est aussi agréable à parcourir qu'un sol de forêt recouvert d'une épaisse couche d'aiguilles de sapin.

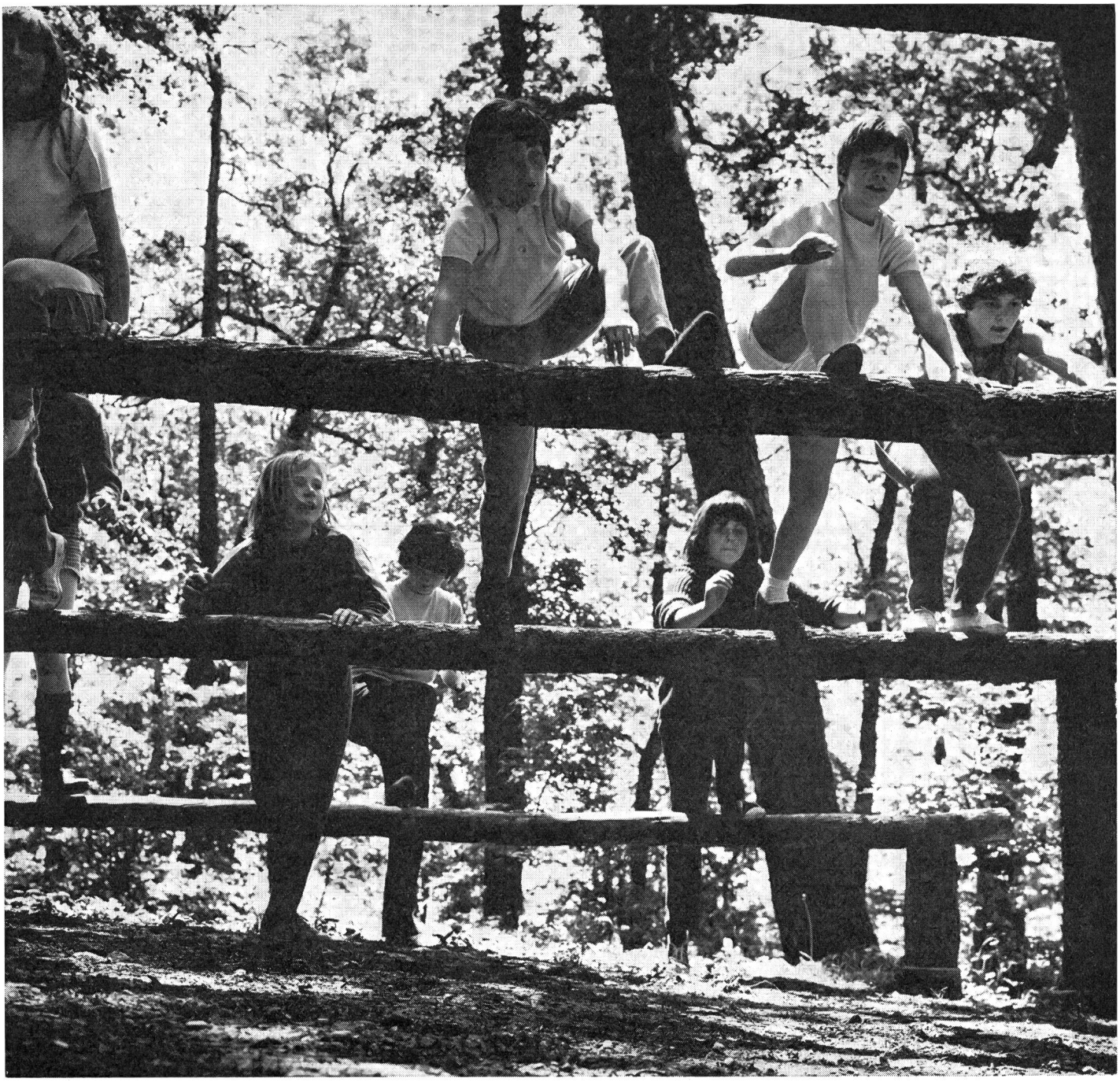
A l'intérieur de ce circuit, il n'y a pas de limite pour l'activité dans les différents degrés d'aptitude. On peut courir, lancer, grimper, se balancer, faire de l'équilibre, faire des exercices de gymnastique, jouer avec des obstacles naturels et dans la pleine nature.

Celui qui s'entraîne régulièrement et qui recherche la joie ou la satisfaction à constater l'amélioration de ses performances peut le contrôler de façon très simple. Classes d'écoliers, familles, personnes isolées, jeunes et vieux peuvent vraiment profiter de l'occasion. Lors de beaux jours d'été, on a contrôlé la présence d'environ 300 personnes. L'installation est accessible à toute heure du jour ou de la nuit. Les travaux d'entretien sont réduit au minimum. Si le besoin s'en faisait sentir, il serait même possible d'établir un éclairage discret à chaque station pour l'utilisation le soir.

Rien ne pouvait mieux consacrer le succès de cette installation que la décision prise quelque temps plus tard par les autorités de la ville de Neuchâtel de consacrer une somme de 80 000 francs à l'établissement d'une deuxième installation au bois du Puits-Godet, au sud du croisement de la route de l'hôpital des Cadolles avec celle de Chaumont.

En 1967, on travailla ici d'après le même principe que pour le parcours du Chanet avec les mêmes matériaux et les mêmes méthodes de construction, et la nouvelle installation put être inaugurée en mai 1968. Ici, la piste finlandaise a une longueur de 750 m et, pour les jeux de balle, on a une plus grande surface à disposition: un grand emplacement cloisonné et trois terrains bitumés. L'installation est dans un creux à une lisière de forêt étant partie intégrante d'une future installation sportive prévue par la commune. Il y a également une piste de course à plusieurs couloirs de 135 m de long ainsi qu'une installation de saut en longueur et de saut en hauteur. Nous retrouvons ici le même nombre d'obstacles qu'au Chanet, augmenté de quelques-uns d'un type nouveau. Par exemple, le mur à varappe dans la pente de la forêt a des dimensions nettement plus grandes que celles du Chanet. Ici également, l'initiateur a réussi non seulement à créer un stade naturel dont l'existence procure de la joie aux utilisateurs, mais encore qui est utile à un très grand nombre de citoyens avec un minimum de moyens financiers. Il faut noter la participation active, grâce à l'initiative du colonel divisionnaire Godet, enthousiasmé par l'idée de ce stade, d'une section de sapeurs du génie avec tout leur matériel. Cette intervention, non seulement diminua notablement les frais mais enthousiasma les soldats de cette section, convaincus de l'utilité pratique de leur travail et qui ne manquèrent pas de participer à l'inauguration. C'est donc un bel exemple de collaboration de l'armée à une œuvre d'utilité publique.

L'exemple de cette installation a fait école. L'augmentation de l'effectif des projets exécutés ou à exécuter ainsi que les parcours VITA nous le prouvent. Le nombre et le genre des agrès peut être augmenté ou varié à volonté ainsi que le montre de nouvelles études de l'Office-conseil de l'EFGS. Ces suggestions sont prises en considération: les agrès décrits ci-dessus sont maintenant associés aux installations usuelles des nombreux parcs de sport et de centres populaires en Europe ou en Suisse et incorporés dans le paysage. Indubitablement, la loi sur la forêt suisse devra être adaptée à cette nouvelle situation et forme d'utilisation de la forêt. Comme endroit de détente ou de régénération, la forêt ne doit pas être fermée ou interdite aux installations sportives. Ne serait-ce pas un paradoxe d'une part de considérer la forêt comme réserve pour la santé populaire et d'autre part d'en exclure la possibilité d'une activité physique saine en interdisant la construction de telles installations?



A Poutres horizontales (cliché ci-dessus)	Passer par dessus.	Les 4 à 8 poutres horizontales sont des troncs d'environ 3 m de long à hauteur progressive et éloignés d'environ un pas.
B Haies-troncs	Grimper ou sauter par-dessus la série des poutres horizontales.	Suite de 7 troncs d'environ 3 m de long et à 1 m de hauteur.

C Tronc d'arbre oblique

Monter en marchant en équilibre puis effectuer un saut en profondeur dans la fosse de réception.

Tronc de 8 à 9 m de long, une extrémité au sol, l'autre extrémité à environ 2,50 m de hauteur. La fosse de réception est remplie de rameaux ou de copeaux d'écorce.

D Poutre balançante	Marcher, courir ou marcher à quatre pattes d'une extrémité à l'autre de la poutre balançante.	Tronc d'arbre de 4 à 7 m de long, horizontal, fixé à une extrémité, l'autre balançant à environ 50 à 60 cm au-dessus du sol.

E Paroi-échelle	Grimper et redescendre, directement ou en zig-zag.	Troncs horizontaux d'environ 4 m de long fixés à 50 cm verticalement les uns en-dessus des autres. Hauteur totale de la paroi, 2,50 à 3 m avec 6 troncs.

F Tunnel à ramper

Se faufiler à l'intérieur.

Tuyau de ciment de profil ovale d'environ 1 m de haut, 5 à 6 m de longueur continue ou en parties séparées, alignés de façon rectiligne ou en zig-zag.

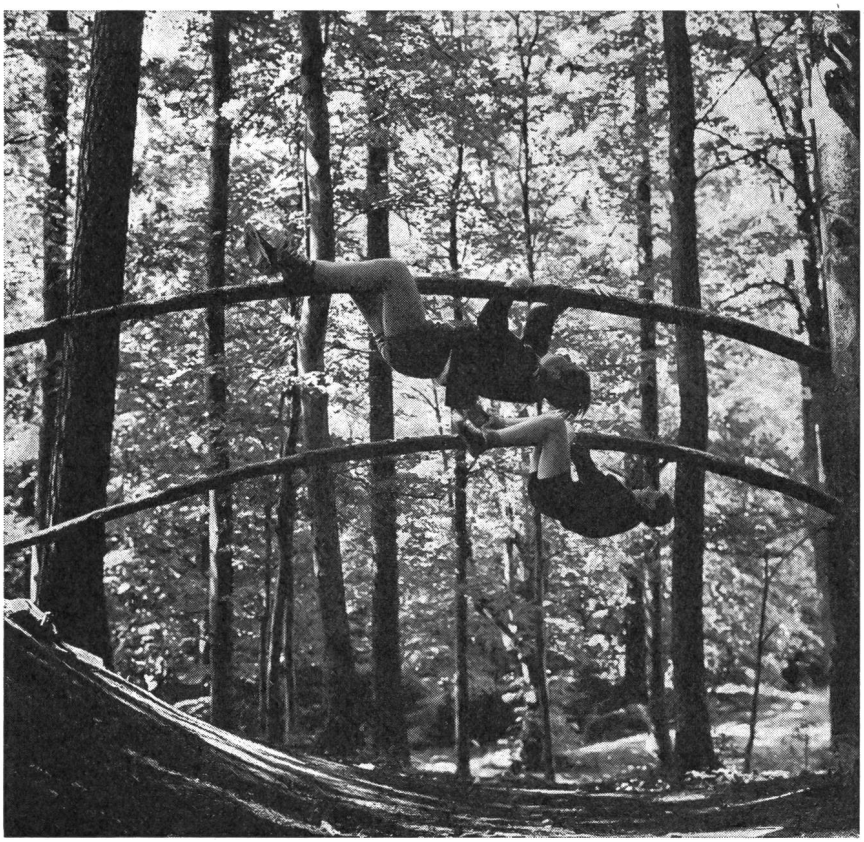
G Mur à grimper

Grimper (varappe) et sauter ou redescendre le long du mur.

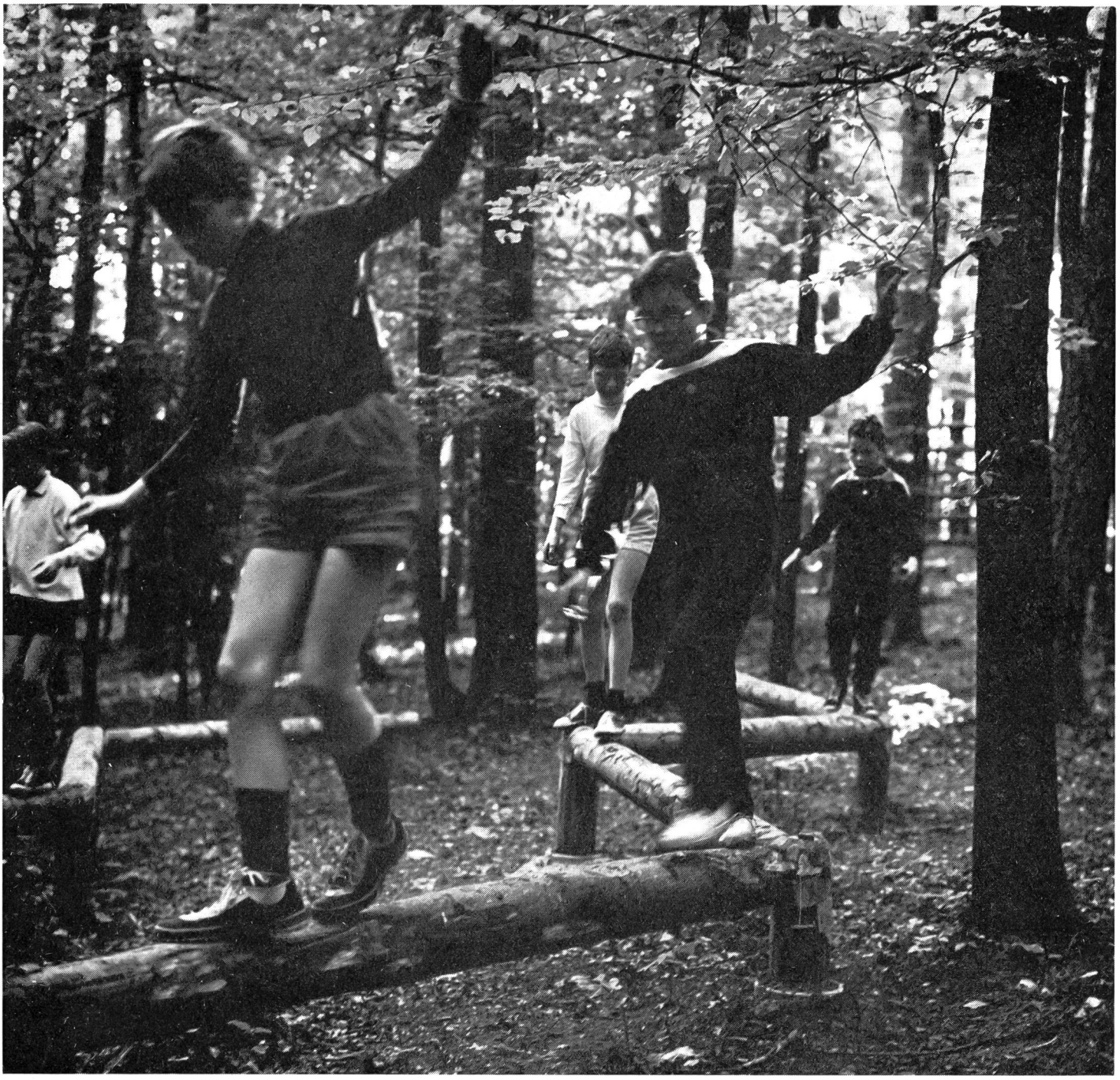
Mur de forme pyramidale en pierre de taille: 3 m de haut, base de 4,0×1,5 m.

I Arbre à grimper (cliché)	Grimper libre.	Arbre naturel auquel on n'a laissé que les branches fortes, ou un arbre tombé aménagé.
H Paroi de rondins	Grimper et sauter.	Troncs horizontaux de 3 m de long fixés verticalement les uns au-dessus des autres formant une paroi d'environ 2,5 m de hauteur.

K Portique	Se déplacer en suspension, marcher ou ramper en équilibre, grimper.	Troncs d'une certaine élasticité en forme d'arcs; longueur d'environ 5 à 7 m, hauteur maximum 2 m; fixation solide aux deux extrémités.



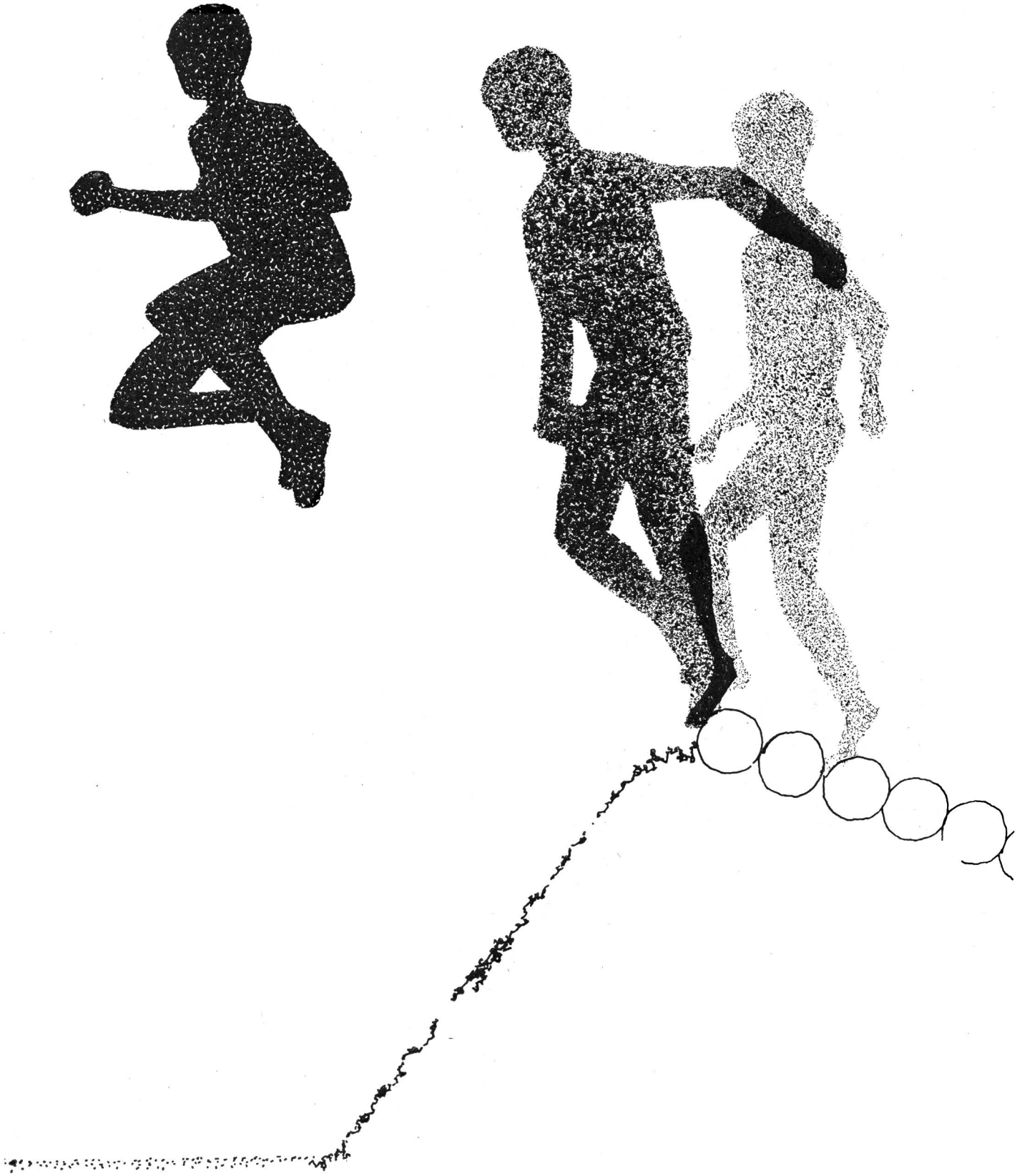
Se déplacer en suspension, marcher ou ramper en équilibre, grimper.



L Poutre d'équilibre en zig-zag

Marcher ou courir en équilibre sur la poutre.

Les troncs d'environ 2,5 m de long sont juxtaposés en zig-zag à 40—50 cm de hauteur.



M Rampe de rondins et fosse de réception

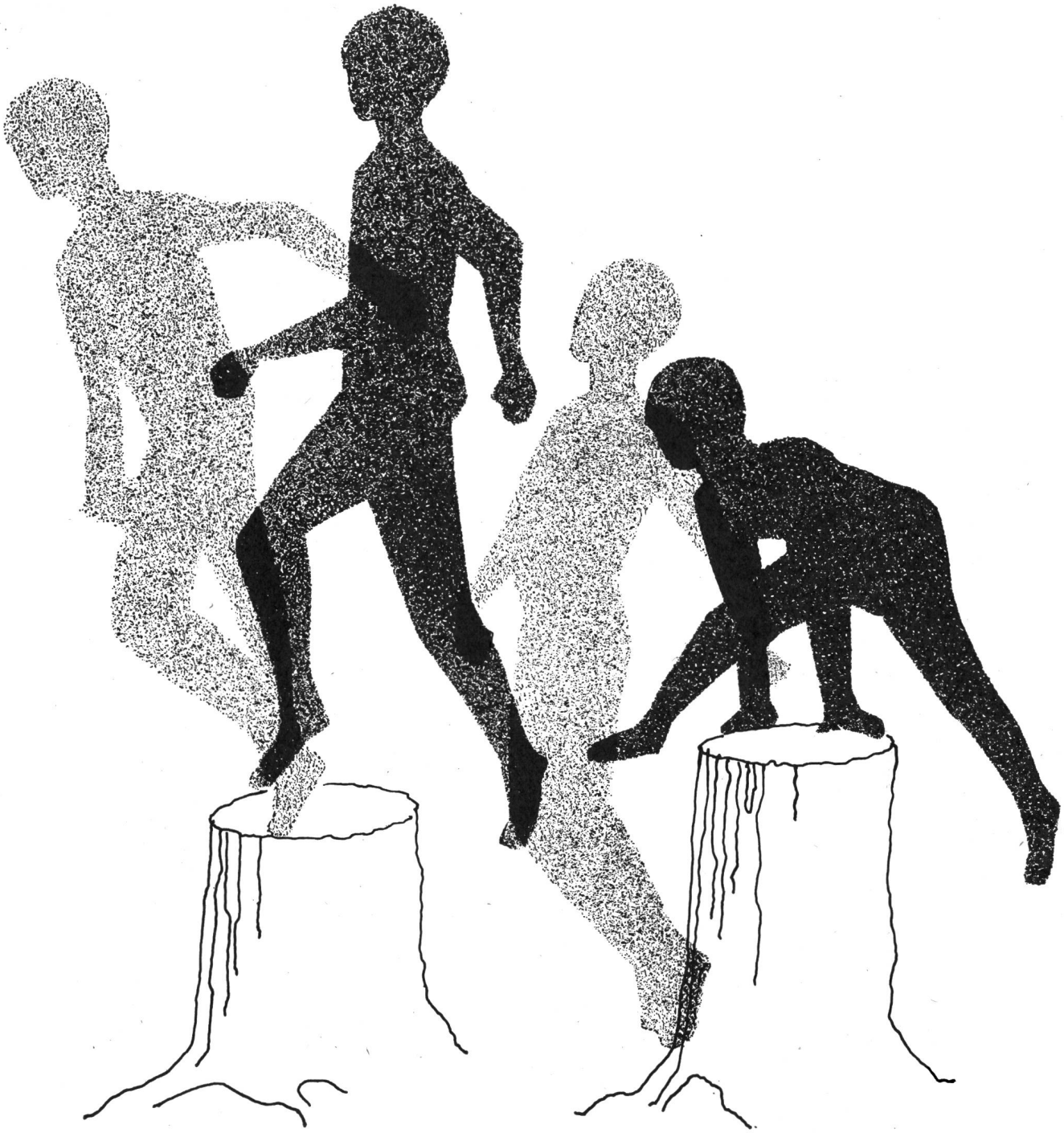
Marcher ou courir en montant la rampe de rondins et effectuer un saut en profondeur dans la fosse.

La rampe fait corps avec le sol (surface d'un talus). La fosse de réception est pourvue de sable ou remplie de branches.

N Cordes à grimper

Grimper avec bras et jambes ou uniquement avec les bras.

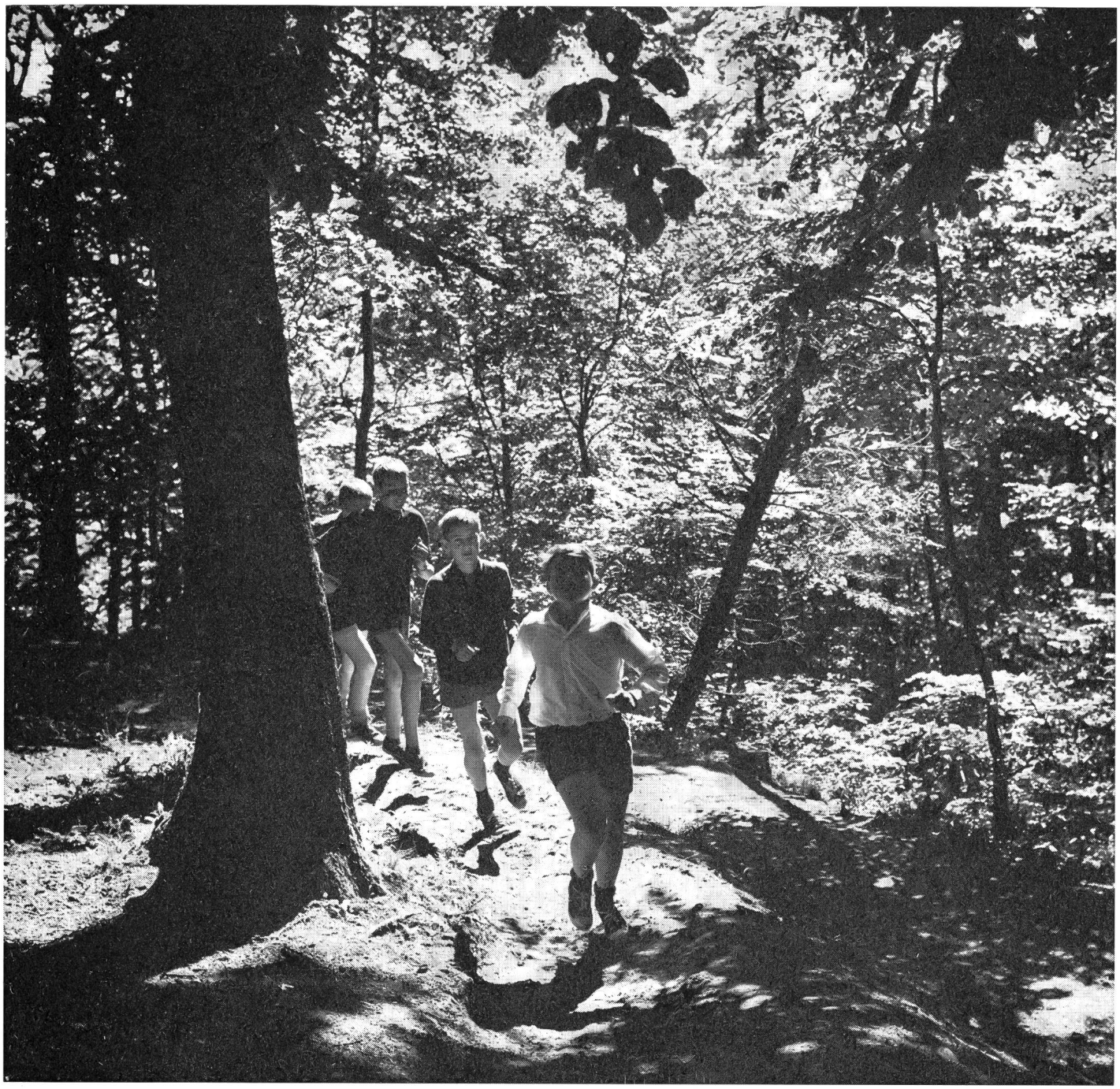
Cordes normales telles qu'on les trouve dans tous les magasins ou dans toutes les fabriques d'articles de sport pour les salles de gymnastique, fixées à des arbres ou à des branches solides (interchangeables).



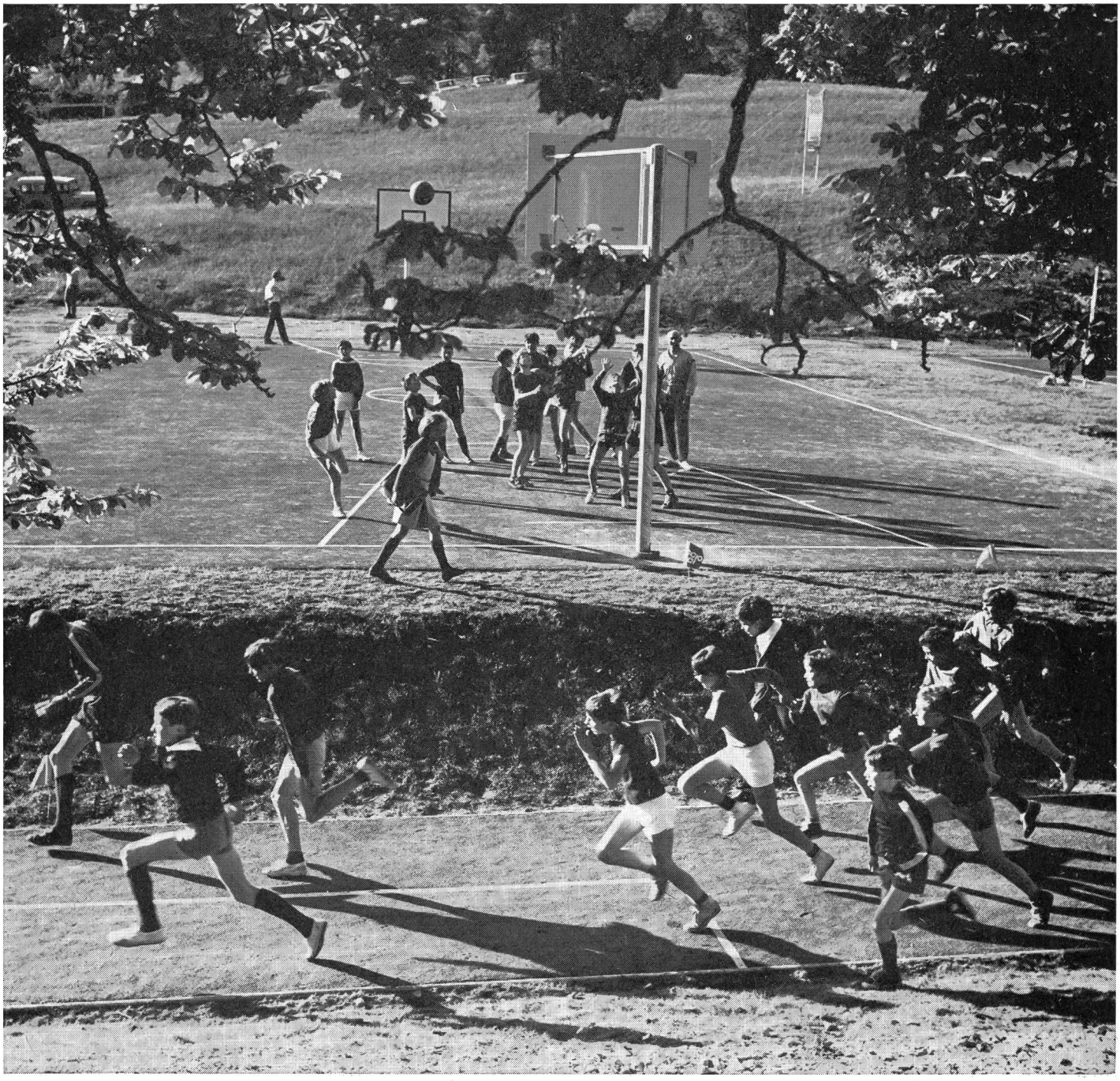
O Les vieux troncs

Sauter sur le tronc et ensuite en profondeur, ou saut de mouton.

Installer une série de troncs adaptés à ces deux exercices.



P Piste finlandaise	Pour l'entraînement à la course (par intervalles ou en course continue).	Utiliser au mieux la forme et le relief du terrain pour quelques différences de niveau et des changements de direction. Comparer avec les normes EFGS 4036. Distances idéales: 400, 800 ou 1000 m ou davantage. Marquer tous les 100 m. Largeur minimum 60 cm (note de la rédaction: largeur recommandée: environ 1 m pour éviter que la piste se creuse uniquement au milieu). Matériel de remplissage: sciure sur des copeaux ou des sarments. Bords naturels (pas de construction de bordures). Départ et but au même endroit.



Q Pour un entraînement rationnel des athlètes, les installations naturelles doivent être complétées par des installations répondant aux exigences de la compétition pour: jet du boulet, lancer, sprint 100 m, saut hauteur et saut longueur.

R Les agrès décrits ici correspondent aux dispositions des installations neuchâteloises. On peut naturellement les modifier ou les agrandir; des installations plus modestes peuvent être construites dans des jardins privés.

S Renseignements ou présentation des installations à Neuchâtel par M. Edmond Quinche, Fahys 71, CH-2001 Neuchâtel, tél. (038) 5 55 34 resp. Ville de Neuchâtel, Office d'Orientation professionnelle, Faubourg de l'Hôpital 6.

Pour être en forme

dans la vie quotidienne comme pour le sport, une alimentation équilibrée est indispensable.
L'Ovomaltine y contribue.
L'Ovomaltine jouit de la confiance de l'élite mondiale, car

— grâce à la recherche scientifique
— grâce aux matières premières de haute valeur qu'elle renferme
— grâce à sa composition équilibrée
— grâce à son procédé de fabrication spécial

l'Ovomaltine est toujours à même de rivaliser avec les dernières découvertes physiologiques en matière d'alimentation.

Faites comme les champions — buvez chaque jour de l'

OVOMALTINE

WANDER

pour mieux réussir