

<b>Zeitschrift:</b>	Jeunesse et sport : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin
<b>Herausgeber:</b>	École fédérale de gymnastique et de sport Macolin
<b>Band:</b>	28 (1971)
<b>Heft:</b>	3
<b>Artikel:</b>	Et même si ce n'était que pour la poésie...!
<b>Autor:</b>	Jeannotat, Yves
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-997634">https://doi.org/10.5169/seals-997634</a>

### **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:** 12.01.2026

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

# Et même si ce n'était que pour la poésie...!

Yves Jeannotat



La course à travers champs, plus communément connue sous le nom de «cross-country», est à l'ordre du jour!

Les nations sportives du monde entier ont compris l'utilité qu'elles pouvaient retirer de cette pratique aussi bien en ce qui touche à l'éducation de la jeunesse en âge de scolarité, qu'à la santé publique, grâce aux participations massives, qu'à la découverte de jeunes talents aussi. Elles ne discutent même plus de l'opportunité de l'introduire dans le programme de préparation hivernale des athlètes d'élite!

Toutes les nations sportives... sauf la Suisse!

On assiste donc, dans le domaine de l'athlétisme, à une structuration de plus en plus minutieuse de la saison de cross-country, dite aussi «intersaison» (décembre à mars). L'entraînement dans la nature est étudié sous ses aspects les plus divers et, comme la compétition est un stimulant nécessaire à tous les âges, des journées nationales sont créées, réservées tour à tour aux écoliers, aux universitaires, aux populaires, alors que l'élite suit, elle, les indications détaillées d'un calendrier mis au point tout exprès pour elle.

Suivant leur force et leur niveau de préparation, les athlètes peuvent donc inscrire à leur programme des épreuves à caractère international, national ou tout simplement régional, susceptibles de leur rapporter un nombre de points fixés à l'avance et leur donnant accès au championnat national. Cette manifestation sert ainsi de motivation durant tout l'hiver et ne concerne finalement et justement que les meilleurs.

Toutes les nations sportives ont leur calendrier de cross... sauf la Suisse, depuis cette année!

But suprême, enfin, le «Cross des Nations»! Les cross-men y pensent avec le secret espoir d'y participer un jour. Il n'est plus guère de pays sportifs au monde qui n'y délèguent une équipe. Et pourtant, on n'y dispute pas un «championnat». Chaque formation se sert de cette manifestation pour mesurer son degré de préparation en «profondeur».

Le «Cross des Nations» reste une des rares épreuves où le résultat compte moins que la participation... sauf pour la Suisse!

Peut-on affirmer un intérêt «gros comme ça» pour l'athlétisme si on se désintéresse du cross-country? C'est impossible! La course à travers champs permet un véritable retour aux sources du mouvement; c'est au cœur de la nature que l'homme puise l'essentiel de ses forces vitales et c'est en elle qu'il les renouvelle sans cesse avec le plus d'efficacité. C'est là qu'il retrouve l'instinct sainement agressif de ses premières années, émoussé par les commodités de la civilisation; c'est en elle qu'il trempe sa volonté, développe sa force et son équilibre: toutes qualités qui lui permettront de maîtriser les subtilités techniques des disciplines estivales.

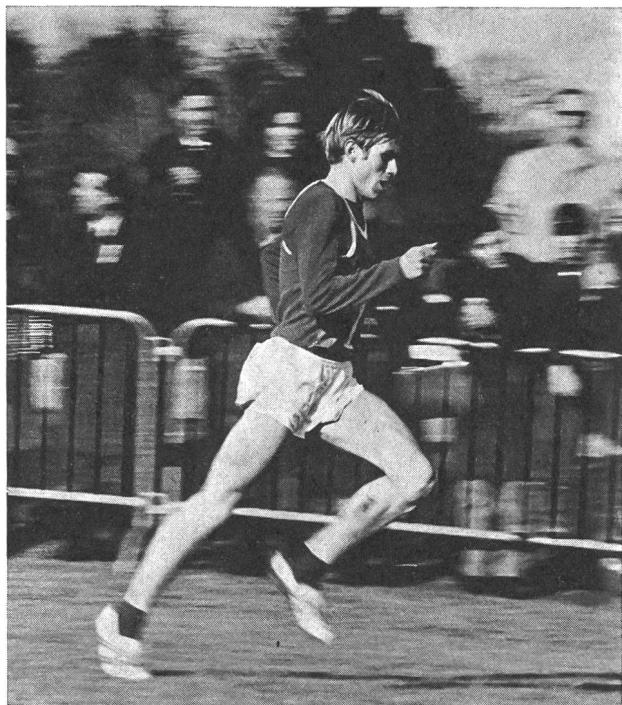
Et même si ce n'était que pour la poésie, cela suffirait pour que l'on conservât à ce genre d'activité physique une place de choix!

## Relancer le cross-country

Je donne, ci-dessous, quelques idées qui pourraient contribuer à organiser d'une façon concrète le cross-country helvétique. Je ne souhaite qu'une chose: c'est qu'au moment où paraîtront ces lignes, des décisions aient déjà été prises et que l'ouvrage soit sur le métier. Le peu de soucis que prennent nos «entraîneurs» à intégrer le cross-country dans la préparation générale des athlètes qui leur sont confiés et des coureurs en particulier le prouve: l'athlétisme suisse manque d'homogénéité!

## Motifs:

- parce que c'est un moyen de prospection idéal;
- parce que c'est un puissant instrument d'éducation;
- parce qu'il est indispensable à la préparation physique de tous les sportifs et plus particulièrement des athlètes;
- parce qu'il permet d'entrer en contact avec la masse, le cross-country doit être pris au sérieux et il est grand temps d'entreprendre une action qui permette de redresser une situation malheureusement compromise.



Du champion le plus réputé (Diessner)...

Il ne faut pas se faire d'illusions: on pert facilement en une année ce qu'on a mis plus de six ans à acquérir.

#### Conditions:

Pour parvenir à un tel résultat, il faut que les responsables des commissions techniques de la fédération et interfédérations accordent aux personnes désignées pour l'étude du cross-country:

- une confiance totale;
- un soutien sans réserve;
- qu'ils prévoient des crédits raisonnables alloués à ce mode de préparation et utilisés d'entente avec les chefs de disciplines et pour couvrir, en particulier, le déplacement au «Cross des Nations»;
- qu'ils accordent une certaine autonomie à la commission de cross, ceci pour des raisons pratiques (contacts avec l'étranger, avec les athlètes, avec les chefs de disciplines!).

Une telle attitude de la part des hautes instances de notre athlétisme, que ce soit au niveau des commissions techniques ou à celui des comités directeurs, est certainement possible, si elle est motivée par la conviction que le cross-country est nécessaire à l'athlétisme et que, en ce qui concerne l'élite, il ne sera utilisé que comme moyen de préparation en vue de la saison sur piste ce qui devrait être, donc, une garantie suffisante: utilisé, donc, avec circonspection, mais avec efficacité, selon les conceptions les plus modernes.

- Mais restons logique: le succès d'une telle entreprise n'est possible que si les responsables du marathon, d'une part, du fond et du demi-fond d'autre part, comprennent son utilité et accordent une collaboration inconditionnelle.
- C'est d'ailleurs presque faire un affront aux nations les plus modernes et les plus élémentaires des techniques confirmées de l'entraînement à la course à pied, que de devoir solliciter cette collaboration. Elle s'impose, en fait, d'elle-même! Il est bien évident que le cross-country n'est plus, de nos jours, une spécialité à part entière, comme ce fut le cas il y a une vingtaine d'années, ou même plus. Au niveau de l'élite, il est, à l'époque actuelle, entièrement au service des marathoniens et des pistards.

Ce devrait donc être plutôt à ceux qui s'occupent de ces deux dernières spécialités de souhaiter une sage planification de la saison hivernale et de prévoir pour chaque athlète confirmé un calendrier plus ou moins chargé — mais indispensable — adapté à sa personnalité.

Bien sûr, pour comprendre ceci, il faut d'abord se démunir et se libérer de certains tabous!...

#### Propositions:

On ne peut élaborer un plan de but en blanc! Il s'agit d'abord de réfléchir, seul, puis en groupe, d'observer ce qui se passe ailleurs, de demander l'avis des athlètes, et d'étudier ensuite, sur la base des connaissances acquises, ce qui convient le mieux aux conditions helvétiques: conditions climatiques, sociales et psychologiques.

D'emblée quelques remarques:

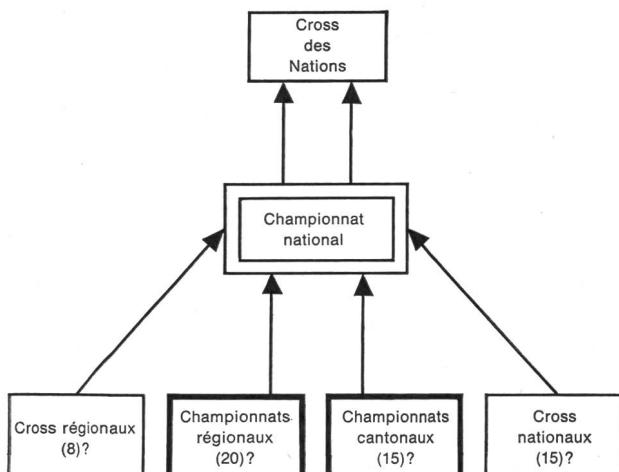
- Il est souhaitable que le mois de novembre reste libre de toute compétition, afin que les athlètes qui, pour la plupart, ont disputé, à tort ou à raison, de nombreuses courses sur route, jouissent d'un certain temps de décompression.
- Vu les systèmes de préparation propres à chacun, on devrait abandonner le critère de sélection aux points, face au «Cross des Nations». Par contre, il y aurait maintenant lieu de se qualifier selon un processus identique pour avoir le droit de participer au championnat national. Ceci obligerait chacun à participer à un «minimum» de compétitions et, s'il est vrai que les coureurs moins «mûrs» devraient courir davantage pour atteindre la limite de points exigée, ce n'est pas un tort, car... «c'est en forgeant qu'on devient forgeron».
- Dès lors, les athlètes ayant dû se préparer sérieusement pour avoir droit d'accès au championnat de Suisse, la sélection pour le «Cross des Nations» se ferait à la suite de cette manifestation, et, en principe, sur la base du classement, les sélectionneurs gardant cependant toujours un droit de repêchage.
- La participation au «Cross des Nations» ne doit plus être discutée. La Suisse, qui aspire à prendre place parmi les grandes nations européennes de l'athlétisme, doit consentir certains sacrifices financiers pour assurer sa présence!
- On verra que, dans mon esprit, j'accorde le plus de points aux championnats régionaux et cantonaux, parce que ce sont des manifestations officielles et qu'il faut donc les protéger!
- En dehors du «Cross des Nations» qui ne concerne que «quelques-uns», le centre de la saison serait donc clairement marqué, maintenant, par le championnat de Suisse; par ordre d'importance viendraient, après celui-ci, comme nous l'avons déjà dit, les championnats régionaux, les championnats cantonaux, à égalité avec les «cross nationaux» et, enfin, les «cross régionaux».
- On pourrait, par exemple, accorder 20 points (20 points au premier, puis 19, 18, etc.) pour les «régionaux», 15 points pour les «cantonaux» et les «cross nationaux», et 8 points aux «cross régionaux». Le nombre de points minimum à atteindre devrait être étudié.
- Si l'activité helvétique de cross-country se réveille, il ne fait aucun doute que nous recevrons aussi des invitations de l'étranger. Les coureurs qui, sur une telle invitation, sont officiellement désignés par la fédération et acceptent cette nomination, sont automatiquement gratifiés de 20 points! (Ceci concerne aussi le cross SATUS.)
- Si un athlète confirmé ne pouvait atteindre le nombre de points requis pour participer au cham-

pionnat national et que cette «défaillance» soit due à des raisons de santé, il pourrait, s'il en exprimait le vœu et sur présentation de certificats médicaux, être repêché. De tels cas sont toutefois peu probables.

- La question des catégories, elle aussi, doit être revue. Il serait souhaitable, je pense, afin que tous les athlètes puissent trouver leur compte, de créer un cross «long», officiel, et dont le kilométrage irait de 6 à 8 km. pour les manifestations locales et de 8 à 10 km. pour les manifestations nationales et les cross officiels; et un cross «court» (avec des distances allant respectivement de 2 à 3 et de 3 à 4 km.) in officiel.
- Lors d'un championnat national, le cross court, s'il est inscrit au programme, ne donne bien sûr pas droit à un titre quelconque. Chacun (licencié) peut y prendre part, en particulier ceux qui n'ont pas pu se qualifier pour le cross long donnant seul droit au titre, et ceux que l'on appellait, jusqu'à ce jour, les «pistards» ... Dieu sait pourquoi!
- En ce qui concerne les deux autres catégories officielles: celle des juniors et celle des dames, elles sont à organiser sur les mêmes bases. Toutefois, momentanément du moins, on pourrait renoncer à une qualification aux points pour les championnats nationaux. Ici, comme en catégorie élite, les contacts internationaux sont importants et souhaitables à la préparation générale de l'athlète. Il convient donc de les encourager et d'en faire profiter nos meilleurs éléments, sur préavis, toujours, des chefs de disciplines.
- Une remarque importante s'impose quant à la catégorie «populaire». Elle doit être soutenue et introduite, autant que faire se peut, dans le cadre de toutes les manifestations, mais réservée exclusivement aux non-licenciés. Si un athlète s'infiltre frauduleusement au départ d'une telle épreuve, des sanctions, dont la nature est à étudier, me paraissent indispensables. Les «populaires» forment un véritable réservoir pour notre athlétisme. Il faut les encourager. Ils doivent se sentir chez eux et ne pas subir sans cesse la loi de quelques jeunes — ou moins jeunes — «ratés» des catégories officielles en mal de victoires faciles.

#### Schéma:

Sur le plan pratique, la saison de cross-country aurait, selon mes conceptions, à peu près cet aspect:



#### Obligations:

De plus en plus, les organisateurs de manifestations font payer aux concurrents une taxe d'inscription maximale, dans le but évident de renflouer les caisses

du club. Ce procédé est inadmissible! Je propose donc que ceux qui obtiennent de mettre sur pied le championnat national, d'une part, les cross nationaux, d'autre part, prennent à leur charge une partie des frais des athlètes les mieux classés. Il y aurait là un nouveau moyen d'émulation qui contribuerait à ranimer l'intérêt de ceux qui ont tendance à s'assoupir au cœur des pelotons, par crainte de la souffrance ou d'un effort superflu.

Par exemple:

- L'organisateur du championnat national pourrait rembourser le déplacement des cinq premiers de l'élite et de la catégorie juniors, et des trois premières dames.
- Les organisateurs de «cross nationaux» en feraient de même pour les trois premiers classés de ces catégories.

Cette proposition n'équivaut pas à un vœu vis-à-vis des organisateurs, mais à une condition imposée par le règlement, pour que soient attribuées ces manifestations.

Il est certain que cet article stimulerait grandement la participation des athlètes et qu'on verrait le nombre des participants augmenter progressivement. Financièrement parlant, je crois pouvoir affirmer que cette charge ne greverait pas le budget des clubs au point de provoquer un déficit. Il faut bien se dire que l'intérêt du public croît en proportion de la valeur de ce qu'on lui présente. Le jour où l'affiche vaut la peine d'être montrée, il devient aussi possible de solliciter la générosité des spectateurs.

#### Calendrier:

Les dates de base sont faciles à fixer: elles découlent automatiquement de celle du «Cross des Nations» qui est toujours connue une année à l'avance. Donc:

- le championnat national va précéder de deux semaines le «Cross des Nations»;
- les championnats régionaux vont précéder de deux semaines le championnat national;
- les championnats cantonaux précéderont de deux semaines les championnats régionaux.

Bien sûr, aucune autre manifestation ne doit être admise au calendrier durant ces week-ends.

Les clubs auraient l'obligation de communiquer à la fédération au plus tard jusqu'à fin août la date et le caractère (selon réglementation) des épreuves qu'ils désirent organiser afin qu'un calendrier complet et officiel puisse être imprimé et sortir à fin octobre.

Dès la mise en vigueur d'un règlement définitif régissant le cross-country, il deviendrait possible de prendre position face aux «courses sauvages» qui sont, la plupart du temps, de vulgaires et honteuses entreprises commerciales et dans lesquelles beaucoup d'athlètes licenciés — et souvent des meilleurs — laissent une bonne partie de leurs forces.

#### Journée nationale de cross:

Enfin, après une ou deux années de rodage, on pourrait penser sérieusement à mettre au point une «Journée nationale de cross-country». Epreuve de masse, elle serait organisée en étroite collaboration avec:

- les autorités scolaires;
- le mouvement «Sport pour tous».

Située aux portes du printemps, cette journée ne permettrait pas seulement d'augmenter les chances de «recrutement» de la part des clubs; elle contribuerait aussi au développement physique de la jeunesse et de la masse, à l'amélioration de la santé et à l'élosion d'une joie retrouvée: celle du retour à la nature!