

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:	31 (1974)
Heft:	1
Artikel:	L'entraîneur : maître ou auxiliaire? [quatrième partie]
Autor:	Naudin, Pierre
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-997501

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: 24.02.2026

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

L'entraîneur: maître ou auxiliaire? (IV)

par Pierre Naudin

Un personnage baroque

S'il est prouvé qu'un entraîneur peut «faire» un athlète, un athlète doué peut, quant à lui, contribuer au renom d'un entraîneur. Le cas le plus singulier de ce genre de valorisation concerne Percy Cerutty, dont on n'avait guère parlé entre les Jeux de Melbourne et de Rome, bien qu'en 1952, il eût révélé John Landy. Pendant ses brefs séjours sur le vieux continent, et surtout lorsqu'il y accompagna Herb Elliott, il sut se faire une publicité qui sembla d'ailleurs suspecte aux gens raisonnables.

Il faut avouer que cette étrange association d'Elliott et du fantaisiste australien fut bénéfique à l'un et à l'autre. Cependant, à l'examen, il apparaît qu'Elliott, coureur extrêmement doué, aurait sans doute réalisé des performances analogues — et, qui sait? meilleures — avec un autre entraîneur que Cerutty¹.



Sans Elliott, Cerutty n'aurait peut-être pas connu la célébrité!

Cerutty n'avait d'ailleurs rien découvert, en matière d'entraînement, sinon que, comme Antée, il fallait que l'athlète touchât souvent terre pour se vivifier, et qu'il échappât, en dehors des compétitions et des tests de contrôle, au harcèlement des chiffres. D'où ces cour-

ses à travers les dunes, au vent salubre de la mer, qui, tout en constituant une préparation dure, étaient tout de même plus humaines que les multiples distances couvertes dans des temps donnés sur les pistes. Ajoutons à cela un régime sévère où, dit-on, la viande était proscrite.

Cerutty fut-il un grand entraîneur? J'ai toujours pensé le contraire. Immodeste, cabotin, inconscient des inepties qu'il proférait, et dont se régalaient les envoyés spéciaux d'une certaine presse, il apparaît comme un anti-entraîneur ayant eu la chance inouïe de rencontrer, en fin de carrière, un coureur aux moyens démesurés comparés à ceux de ses rivaux. Pour se faire une opinion sur Cerutty, il suffit de lire ce que Ron Clarke raconte à son sujet dans le no 4 de l'excellente revue *Spiridon*:

«Un après-midi (...) j'allai sur la piste de Corfu, afin de rencontrer Percy Cerutty. Nous n'avions alors pas encore de voiture, et, jusqu'à ce stade, il fallait une heure et demie par le train.

Mon frère et mon père m'accompagnaient. La renommée de Cerutty était alors à son zénith. Il avait précisément auprès de lui un groupe de jeunes coureurs. A chacun d'eux en particulier, il déclarait qu'il pouvait en faire un champion olympique et un recordman du monde, à condition qu'il soit prêt à travailler assez durement. Ces déclarations me rendirent toutefois très vigilant, elles me mirent sur mes gardes. Je ne comprenais pas, en effet, comment Cerutty pouvait faire de pareilles promesses à ces coureurs, les uns très doués, les autres moins, et certainement que tous n'arriveraient pas à réaliser ce qu'il leur avait prédit, et qu'ils en seraient donc très déçus.

Cerutty me dit: «Tous ceux-là peuvent le faire», puis: «Il faut pour cela que chacun fasse, sans dépenser plus de forces, des foulées de 5 ou 10 cm plus longues, et ça suffit pour qu'ils courrent le mile en 25 secondes de moins»².

Cela me parut évident. Car si l'on pouvait, en développant la force, faire dans le même laps de temps des foulées plus longues, on courrait sans doute plus vite. Et pour démontrer sa théorie, il me dit que j'avais une foulée trop petite (ce que je savais déjà) et même plus petite que la sienne, alors qu'il était de taille bien inférieure à la mienne. Il traça sur le sol deux lignes à une distance de 10 m environ, et il me fit parcourir cette distance. Puis il mesura la longueur de mes foulées. Il courut ensuite lui-même sur cette courte distance, mais toutefois après avoir pris davantage d'élan et en faisant quasiment des bonds afin d'illustrer sa théorie. Il mesura ensuite ses foulées et tout naturellement, il constata qu'elles étaient plus longues que les miennes. Tout cela me parut très comique. Je ne dis rien, mais je ne revins jamais plus vers lui.

Il m'écrivit encore une fois la même année, m'invitant à son camp d'entraînement, et me disant que je devais mettre à profit mes vacances pour apprendre quelque chose. Mais je refusai.»

Clark avait alors 16 ans, et du discernement. Il fit des séries de 200 m avec Neil Robbins. Lorsqu'il rencontra pour la première fois Elliott, à Adélaïde, aux championnats d'Australie des juniors, Herb gagna leur mile en 4'30" et Ron fut second en 4'31", bien qu'il eût décroché son rival au troisième tour. Franz Stampfl, ensuite, devint son coach.

¹ Morphologiquement, Elliott était un coureur. Ses jambes, parfaites, étaient comme «armées» de pieds qui paraissent disproportionnés à sa taille.

² Ce qui n'était pas une nouveauté: Poulenard demandait à Ladoumègue de faire des séries de tours de piste en flexion tendue, pour allonger sa foulée, qui, pourtant, était la plus longue qu'on eût connue!

La méthode de Cerutty avait donc pour lieux d'application, outre le stade et le «camp» d'entraînement, les longues étendues de sable où la mer, infatigablement, vient déposer et retirer ses vagues. Un paysage aride? Non, mais dessicant sous le soleil; un paysage où l'esprit, sans doute, ne trouvait pas plus d'éléments où s'accrocher que les pointes: il s'y endurcissait autant que les muscles.

Aux Antipodes de l'Australie, en Suède, quelques années après les J.O. de Berlin, un entraîneur avait compris, lui aussi, que si l'on disposait de quelques garçons doués, il était dangereux de les malmenner selon les rites fastidieux et éprouvants d'un Gerschler. On devait, plutôt, faire confiance à leur cerveau et à leur corps, et les livrer l'un et l'autre à la Nature.

Je ne sais si Volodalen, comme l'a tant écrit *l'Equipe* (alors que Goesta Olander, grâce à ses capacités, mais surtout à son meilleur élève, Gunder Haegg, atteignait la notoriété) est un coin de paradis. Toutefois, dans ce paysage verdoyant, aux douces collines, aux lacs tranquilles, je conçois que les turbulences musculaires aient pu être commises et que, quelque temps après l'apaisement qui leur succédait, les athlètes se soient trouvés régénérés. En fait, puisque la plupart des champions qui y séjournèrent, de Haegg et Andersson à Jazy, réalisèrent des performances remarquables, Volodalen dispose peut-être d'un pouvoir plus vivifiant que d'autres endroits, et Olander intervint pour peu de chose dans la réussite de tous les champions qui se sont succédé dans son domaine et qui, d'ailleurs, étaient déjà célèbres avant d'y arriver.

Ces deux méthodes, *si méthodes il y a*, prônées par deux entraîneurs totalement différents, l'un «dément» comme diraient abusivement les jeunes de maintenant, l'autre bucolique, n'étaient, semble-t-il, qu'une mise en harmonie des ressources humaines et des ressources naturelles, un assujettissement à la nature avant que d'être un asservissement aux mathématiques du sport. Je suis enclin à penser que Cerutty et Olander — continuateur du fartlek suédois élaboré par Gosse Holmer — eurent de la chance: rares sont les entraîneurs, quelles que soient leur classe et leur compétence, qui disposent d'emblée d'athlètes capables de s'exprimer au plus haut niveau du registre, sans trop s'attarder quotidiennement au purgatoire du fractionné.

Mais Landy et Elliott, d'une part; Haegg et Andersson d'autre part: n'est-ce pas bien peu pour prouver l'efficacité d'une méthode d'entraînement?

Une erreur fatale

Il est curieux que les nombreux avantages d'une méthode plus *naturelle*, soient apparus bien tardivement à certains entraîneurs fascinés par *l'interval-training*, qui certes avait donné des résultats, mais suscité aussi beaucoup d'échecs, certains tempéraments y étant réfractaires.

Vers 1956, un quotidien sportif avait même innové: contre une enveloppe timbrée, et dès réception de l'âge et des performances du correspondant, il était adressé à celui-ci un plan de travail vaguement «gerschlérien»! C'était ne tenir aucun compte de la personnalité de l'athlète (aspect, caractère, etc.) ni de sa morphologie! C'était aussi afficher un total mépris à l'égard des entraîneurs.

Certes, bien que l'on commençât à instruire son procès, le «fractionné» demeurait à la mode. Mais bientôt, les coureurs de races différentes de la blanche allaient prouver que la simplicité, en matière d'entraînement, avait du bon: à Rome, Abebe Bikila, en levant le marathon, annonçait l'avènement des Gammoudi, Kiprugut, Keino, Temu, Wolde, Akii-Bua, Jipcho, etc... Le progrès, dans l'avenir, dépendra de conditions d'entraînement où la salubrité de l'air et des paysages jouera un rôle important, d'un mariage heureux entre le Temps et la Nature.

Georges Hébert, en 1910, qui n'était pas un entraîneur d'athlétisme, mais pouvait exprimer son opinion — et il ne s'en privait pas! — avait compris l'importance de la nature dans la préparation des athlètes. Son principal ouvrage n'a-t-il pas pour titre: *La méthode naturelle?* Il s'engoua pour Jean Bouin, alors au sommet de sa carrière et de sa forme, et lui demanda, en 1911, de devenir non pas son disciple, mais un adepte fervent de sa méthode.

Jean Bouin, plutôt que de cultiver intensément ses dons de coureur, fit de la culture physique, se livra à d'intenses séances de musculation. Il courait et marchait chaussé de brodequins, couvert d'un pantalon et de chandails; il grimpait aux arbres, transportait les troncs de ceux qu'il avait abattus à la hache, lançait des pierres et terminait ces séances par une demi-heure de gymnastique. Il prit ainsi ce dont il n'avait aucunement besoin: du poids, et renforça ce qui ne lui faisait aucun défaut: son endurance, sa résistance.

Au détriment de la vitesse acquise antérieurement.

Je n'ai malheureusement trouvé aucun témoin de cette époque pouvant me dire ce que pensèrent de cette préparation son entraîneur, Arthur Gibassier, son copain Harold Evelyn et son masseur, Pastaïre; mais à Stockholm, en finale du 5000 olympique, Bouin fut devancé par Kolehmainen alors qu'en axant toute sa préparation sur la vitesse, il eût gagné en abaissant plus nettement encore que ne le fit le Finlandais, le record de cette épreuve¹.

La leçon ne fut d'ailleurs pas profitable, puisque Bouin accepta de faire un stage au Collège d'Athlètes de Reims, sorte d'INS créé par un mécène, le marquis de Polignac, dans le but de préparer les J.O. de 1916, qui devaient avoir lieu à Berlin. Hébert dirigeait ce collège. On y vivait et s'y vêtait à la grecque (!), oubliant que le sport antique et le sport moderne avaient des origines et des buts différents, et l'on pratiquait «l'athlétisme intégral»: les qualités formelles étaient sacrifiées à des capacités d'ensemble, car Hébert, ayant horreur des spécialistes, voulait former des athlètes complets!

Le 3 juin 1913, costaud comme un haltérophile, Bouin partait pour la Suède. Il allait, le 6 juillet, à Stockholm, s'approprier le record de l'heure: 19 km 021. Un record qu'il eût certainement amélioré s'il avait pesé quelques kilos de moins!

Et c'est au sujet de cette transformation que l'on peut s'étonner.

Pourquoi Gibassier laissa-t-il agir Georges Hébert alors qu'il était, lui, l'entraîneur de Jean Bouin? C'était à lui de s'opposer à une préparation qui, en le transformant en modèle pour statuaire, portait préjudice à son athlète. Faut-il penser, comme on l'a dit, que la «forme» de son poulain importait moins à Gibassier que les sommes qu'il réclamait avant ses courses, et les notes de frais qu'il pouvait établir après? De toute manière, cette association paraît peu significative d'une grande entente entre le champion et son mentor. Il faut dire que les liens qui, en ce temps-là, unissaient les athlètes et ceux qui avaient à charge — ou à cœur — de les guider, étaient assez lâches. Un Joseph Guillemot, qui avait été remarqué, aux armées, en 1918, par les capitaines Bonnefoy et Quilgards, grands spécialistes de l'athlétisme, ne les écoute pas. Vaniteux, il n'avait confiance qu'en lui-même, et c'est parce qu'il n'était pas impressionnable qu'il vainquit Nurmi dans le 5000 des Jeux d'Anvers. Il aurait pu le vaincre également dans le 10 000 s'il s'était gardé de démarrer à 300 m de l'arrivée. Charles Poulenard, dont la renommée d'entraîneur était déjà faite, avait voulu s'en occuper; Guillemot ne se soucia guère de ses recommandations. Il avouait ensuite:

¹ Kolehmainen: 14'36"3/5 — Bouin 14'36"4/5.

«J'aurais dû écouter Poulenard et Quilgards, qui m'avaient conseillé de provoquer l'effort de mon adversaire en me tenant contre lui, et d'attendre qu'il baissât le pied pour l'attaquer en trombe le plus près possible du poteau.»

Guillemot eut une carrière en dents de scie: les conseils et les conseilleurs l'irritaient. S'il avait accordé sa confiance — et son amitié — à un bon entraîneur — et il en existait! — quels succès et quels records! Car en 1922, sur la piste du stade municipal de Lyon, et contrôlé par plusieurs amis, notamment un officiel de l'athlétisme lyonnais, M. Valdérion, il courut 20 km 160 dans l'heure, battant les records de Bouin et de Nurmi et étant ainsi le premier athlète à dépasser les 20 km.

Ses efforts, ce jour-là, furent inutiles, et ce record suscita et suscite encore l'incrédulité.

D'étranges entraînements

Les grands entraîneurs existaient, mais ils étaient rares. Leurs conceptions pour la préparation des athlètes différaient diamétralement de celles d'aujourd'hui. Il suffit de prendre connaissance des tableaux d'entraînement qu'ils avaient mis au point pour sourire. A vrai dire, l'entraînement avait lieu une ou deux fois par semaine, et c'était surtout un rassemblement des copains de club. On faisait quelques tours de piste, on se délassait, on lançait dix fois le poids, on sautait un peu, modifiant le style après quelques suggestions ou critiques, et c'était terminé. Aussi est-il étonnant que des performances — qui nous surprennent tout de même un peu — aient été réalisées dans ces conditions.

Il y avait alors en France un spécialiste remarquable, expert dans la détection des talents: Gajan. Officier à l'Ecole de Joinville, il décida de maintes carrières, et le seul regret qu'on puisse exprimer, à son sujet, c'est qu'ayant découvert des athlètes, il fut impossible de les «suivre» et de les conseiller longtemps.

La rencontre, à Joinville, du petit Pierre Lewden (1,68 m) et de Gajan fut capitale. Le jeune athlète se préparait alors aux Jeux interalliés. Il franchit 1,80 m en 1919 et atteignit, malgré sa taille, 1,95 m, le 30 août 1925 à Stockholm, après avoir, l'année précédente, aux J.O. de Paris, fait presque jeu égal (1,92 m) avec les deux Américains Osborne (1,98 m) et Brown (1,95 m). Gajan avait appris à sauter à Lewden, mais celui-ci, qui devait devenir un de nos meilleurs journalistes sportifs d'entre les deux guerres, m'a déclaré, à propos de son saut «avec retournement à l'intérieur»:

— Je n'ai rien copié, rien inventé. J'ai adopté le style qui m'était le plus favorable, et qui n'enfreignait pas les règlements de l'époque.

Nous connaissons tous les rouleaux, mais ils n'étaient pas admis. J'ai souvent fait ce pari, devant la barre: «Dans le style interdit, je passe 1,90 m.» J'enlevais mon veston pour être plus à l'aise, et hop, en pantalon et chaussures, je passais aisément... J'apprécie énormément Gajan: bon technicien, d'une compétence alors peu commune et d'un dévouement que devraient bien imiter tous les cadres actuels de l'Education Physique. Mais je ne lui dois absolument rien du point de vue technique, après qu'il m'ait sommairement initié, pas plus d'ailleurs qu'à n'importe qui. J'ai été mon seul entraîneur et professeur... Veuillez-vous, le seul sauteur qui ait eu un style voisin du mien, c'est Landon, champion olympique aux Jeux de 1920. Mais comme je lui demandais pourquoi il sautait de cette manière, il n'a jamais été fichu de me l'expliquer. En fait, nous sautions sans idées préconçues, nous améliorant grâce à nos déductions personnelles, et nous arrivions aux mêmes conclusions sur la modification de la technique, l'amélioration de notre centre de gravité, etc... Car lorsque je disais à Landon: «Pourquoi sautez-vous ainsi?», il me répondait: «Je ne sais pas, mais sûrement par ce que c'est mieux!»

Ce fut également après sa rencontre avec Gajan que Jules Noël décida d'entreprendre une carrière de lanceur de poids et de disque. Il devint un des meilleurs lanceurs européens.

Il est impossible de préciser le nombre d'athlètes que Gajan a sortis de l'anonymat, et l'on peut regretter qu'il lui ait été impossible de les «manager» longuement. Gajan ne se contentait pas d'avoir le «coup d'œil», d'être un technicien: il écrivit abondamment sur l'athlétisme. Ce fut un des rares, avec Geo André (grand athlète et grand journaliste, lui aussi) à comprendre que l'expérience devait être communiquée afin que tous les entraîneurs et tous les athlètes puissent en tirer profit, et que l'athlétisme, qui n'intéressait qu'une élite, fût «vulgarisé».

Un homme et des chiffres

Quelques années plus tard, deux entraîneurs allaient défrayer les chroniques. Le premier, Alfred Spitzer, surnommé «le Bouc» par ses ennemis et Alfred par ses amis (peu nombreux) dirigeait à la fois la rubrique athlétisme de son journal, «Sporting», et le Metropolitan Club, qui comptait de nombreux champions. Il les recevait le samedi matin et transformait la salle de rédaction en gymnase: ainsi était-il sûr que ses licenciés pratiquaient au moins une fois leur culture physique! Ensuite, les bureaux étaient transformés en tables de massage!

Spitzer était plus que paternel avec ses sociétaires: il faillit se trouver mal, au cours d'un repas, parce que l'un deux, Georges Baraton, avait repris deux fois du civet de lièvre. Il fut ce que l'on peut appeler un fanatique-raisonné de l'athlétisme. Le «Sporting» tomba au champ d'honneur de la Presse, et Spitzer ne s'en remit pas. Il gagna Antibes pendant la guerre et s'y suicida en 1949, à l'âge de 70 ans.

Ceux qui coururent sous le maillot du Metropolitan en parlent comme d'un entraîneur assez superficiel, mais très attaché à ses coureurs. Il n'admit pas qu'un Ladoumègue se fit payer pour courir et fut un des principaux responsables de sa disqualification.

Près de cette ombre paraît une ombre plus importante: celle de Charles Poulenard, entraîneur de ces deux grands champions que furent Jules Ladoumègue et Séra Martin. Poulenard, le premier, en France, à étudier les chiffres, à leur donner un rôle fondamental dans la préparation des athlètes.

On a écrit que Ladoumègue passait son temps en footings dans les bois de Saint-Cloud ou sur les pelouses du stade Jean-Bouin, dont il était le jardinier (fictif). En réalité, outre ces courses décontractées, il avait affaire au chronomètre trois fois par semaine, et sur des distances allant de 1000 à 2000 m (ce fut peut-être là, d'ailleurs, une des erreurs de Poulenard) terminées par des sprints de 250 ou 300 m.

Quelques jours avant le 5 octobre 1930 où, à Jean-Bouin, Ladoumègue creva le mur des 3'50" au 1500¹, il s'était installé sur un banc du bois de Boulogne et avait dans le sable, avec un bout de bois, écrit les chiffres que Poulenard lui avait donnés à méditer:

$$1'16 + 1'17 = 2'33 \quad 2'33" + 1'17 = 3'50$$

Son record personnel était alors de 3'52. Aidé par Séra Martin, surtout, il devait passer à chacun des 500 m dans les temps de Poulenard!

Que des liens étroits unissent entraîneurs et athlètes, c'est l'évidence. Il existe cependant une gradation dans l'affection qu'ils se portent mutuellement. Du respect à l'admiration, de la sympathie à l'attachement, que de sentiments intermédiaires!

Quand il évoque Charles Poulenard, qui fit de lui, ainsi que de Ladoumègue, un recordman du monde, Séra

¹ 3'49"2, record du monde.

Martin ne peut dissimuler son émotion. Au dernier championnat des Ecrivains sportifs, alors que je préparais cet article, je lui demandai quels sentiments lui avait inspiré Poulenard; il me répondit:

— Un seul: de l'amour filial... Je l'aimais comme un père. J'avais en lui une confiance totale. Je ne discutais aucune de ses décisions... J'étais heureux de le retrouver et de me mettre à sa disposition... On ne va pas si loin dans l'obéissance lorsqu'il s'agit de son père, même quand on est un bon fils... Il savait qui nous étions, Ladoumègue et moi, et dans quel état nous nous trouvions en arrivant sur le stade... C'était l'esclavage aveugle, et consenti, mais seule cette sujexion pouvait donner des résultats...

La semaine précédent le championnat de France 1928, à l'entraînement et seul, Séra couvrit un 500 en 1'3"4/5, approchant ainsi de 1/5 de seconde le record mondial de Peltzer. Ce jour-là, Ladoumègue couvrit, seul lui aussi, un 800 en 1'52"2. Poulenard, aussitôt, annonça à la Presse la chute prochaine d'un record. Il aurait pu engager ses «gars» sur 800 et 1500, mais il ne voulut pas les opposer dans les deux épreuves du championnat.

— Toi, Julot, tu courras le 1500, et toi, Séra le 800... Mais attention, les gars, je ne veux pas de bagarre dans vos éliminatoires... Pour toi, Séra, la tactique est de faire qualifier Laroche: il t'aidera en finale... Alors, laisse-toi décoller dans ta série, pendant qu'il filera... Et toi, Jules, tu fourniras seulement ton effort en finale...

Laroche partit; Séra tint le peloton. Le public salua par des sifflets la victoire de Laroche et la défaite de Séra: quatrième! Le favori de la finale devint Keller, du Metropolitan Club.

Les séries ayant été disputées en début de réunion, vers 17 heures, ce 14 juillet, Spitzer alla trouver Poulenard pour lui demander d'intervenir avec lui auprès des officiels afin que l'heure de la finale soit reculée: ainsi leurs athlètes auraient le temps de récupérer parfaitement.

Poulenard se montra catégorique:

— On ne recule pas une finale. L'heure, c'est l'heure...

Et Spitzer s'en alla, contrarié et décidé à se venger.

Laroche lança la course. Le 400 en 52"3/5. Keller s'accrochait. Le 500 en 1'8", le 600 en 1'22"; le 800 en 1'50"3/5: record du monde.

Le lendemain, Ladoumègue abaissait le record de France de Séra: 3'52"1/5 (ancien record 3'54"3/5) faisant mieux que Nurmi (3'52"3/5).

Poulenard avait essayé de lancer Séra dans des cross, en hiver. Mais ces épreuves, longues de 15 à 18 km, ne convenaient pas à son tempérament. Il y renonça, et Séra s'entraîna sur la petite piste du stade Duvigneau-de-Laneau, en plein Paris, sur le quai de Passy, pour accomplir une tentative contre le record mondial du kilomètre. Il devait réussir à Lyon, le 27 mai 1928: 2'30".

Voici quelques pages des carnets de Poulenard. Ils prouvent qu'il jonglait avec les chiffres:

13 mai:	250 m en 38"	soit 38"
	500 m en 1'17"2	soit 39"2
	750 m en 1'59"	soit 41"3
	1000 m en 2'41"	soit 42"
	1250 m en 3'25"	soit 44"

29 mai:	250 m en 40"	
	500 m en 1'18"	
	750 m en 1'59"2	
	1000 m en 2'42"	
	1250 m en 3'24"	
	1500 m en 4' 4"3	
	après une demi-heure de repos:	
	500 m en 1' 6"2	

31 mai:	600 m en 1'21"	
	300 m en 38"	

4 juin:	250 m en 39"	soit 39"
	500 m en 1'20"	soit 41"
	750 m en 2' 1"	soit 41"
	1000 m en 2'42"	soit 41"
	1250 m en 3'24"	soit 42"
	1500 m en 4' 3"1	soit 39"1
	après une demi-heure de repos:	
	500 m en 1' 8"	

7 juin,	600 m en 1'22"1 et
Colombes:	200 m en 23"2
19 juin,	400 m en 51" et
Colombes:	200 m en 23"2

Ladoumègue suivait un programme presque similaire. Aux championnats de Paris, le dimanche 1er juillet 1928, il égalait le record de France du 1500 de Séra: 3'54"3/5 et Séra gagna le 800: 1'54"3/5.

3 juillet, Colombes: 600 m en 1'21", contrôlés par des drapeaux blancs tous les 100 m: 100 m: 13" — 200 m: 26" — 300 m: 39" — 400 m: 52", 500: 1'7", 600: 1'21". Une demi-heure après: 300 m en 36"1.

8 juillet à Colombes, meeting du Stade Français: Ladoumègue devient recordman de France du mile: 4'15"2/5, et Séra devient recordman de France du 600: 1'20", puis gagne immédiatement après le 400: 49"3/5.

Et la valse de chiffres continue sur les carnets de Poulenard:

10 juillet,	100 m en 13"2	
Colombes:	200 m en 28"	soit 14"2
	300 m en 42"3	soit 14"3
	400 m en 57"3	soit 15"
	500 m en 1'13"	soit 15"2
	600 m en 1'28"3	soit 15"3
	700 m en 1'44"	soit 15"3
	800 m en 1'59"2	soit 15"2
	900 m en 2'14"	soit 14"3
	1000 m en 2'28"4	soit 14"4
	après une demi-heure de repos:	
	300 m en 36"	

12 juillet:	100 m en 12"1	
	200 m en 24"4	soit 12"3
	300 m en 37"2	soit 12"3
	400 m en 50"1	soit 12"4
	500 m en 1' 3"4/5	record de France battu officieusement
	après une demi-heure de repos:	
	200 m en 23"2	

— Tout s'annonçait donc bien pour les Jeux d'Amsterdam, m'a raconté Séra Martin. Le jour où j'approchai le record mondial du 500, Jules égalait celui du 800! J'ai également gagné le 800 de France—Italie—Suisse. La seule erreur que j'ais commise, c'est une course inutile: un grand prix handicap sur 1500, dans le vent... Je suis passé au kilomètre en 2'30"; j'avais le record mondial dans les jambes, mais Poulenard m'a crié: «Ralentis!»... Ce jour-là, j'ai attrapé une amygdalite et perdu toutes mes chances d'être champion olympique. Séra ne fut que sixième dans la finale remportée par Lowe, en 1'51"4 et Ladoumègue fut battu par Larva, élève de Nurmi. Les deux athlètes accoutumés aux chiffres et aux courses organisées pour les records, ne purent opposer la moindre tactique à celles de leurs rivaux. La presse française fut extrêmement dure à l'égard de Poulenard et de ses deux protégés. On les présenta comme des enfants écervelés, de superbes athlètes incomplets.

On ne peut nier, cependant, que la méthode de Poulenard était très en avance pour son temps. Sa popularité souffrit de ces deux défaites, et, dans son coin, le Bouc, autrement dit M. Spitzer, devait jubiler...

(fin de la 1re partie)