

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: 34 (1977)
Heft: 5

Rubrik: Chez nous

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: 13.01.2026

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



CHEZ NOUS



Le Manuel de l'organisateur

1re partie:

Principes d'organisation des manifestations «Sport pour tous» et autres informations: Les objectifs de Sport pour tous – Aspects médicaux concernant le Sport pour tous – La responsabilité civile de l'organisateur de manifestations Sport pour tous – Le comité d'organisation – Le groupement d'organisation – Propagande – Possibilités de financement d'une manifestation Sport pour tous – La partie récréative fait partie de Sport pour tous – Organisation du service sanitaire – Liste de pointage d'une manifestation Sport pour tous – Formes de tournois – Les concours multiples à la base du programme Sport pour tous – Petits jeux – Sport pour la jeunesse – Adresses utiles – Maisons au service des organisateurs de manifestations sportives

2e partie:

27 branches sportives au choix des organisateurs de manifestations Sport pour tous: Gymnastique et sport des aînés – Badminton – Basketball – Tir à l'arc – Hockey sur glace – Patinage sur glace – Gymnastique en famille – Parcours de mise en condition physique (fitness) / jeu et sport en plein air – Le test de la forme – Football – Le handball – Sport-handicap – Canoë-kayak – La course – Course d'orientation – Cyclisme – La luge – La natation – Ski – Excursions à skis, ski de fond – La danse sportive – Tennis – Tennis de table – Gymnastique pour tous – Gymnastique pour «la mère et l'enfant» – Volleyball – Excursions/excursions en montagne Sport pour tous: Manuel de l'organisateur édité par l'Association nationale d'éducation physique, Commission Sport pour tous (plus de 120 pages)

Commandes à adresser à:

ANEP – Sport pour tous
Case postale 12
3000 Berne 32

Joindre 2 fr. en timbres-poste de 40 cts pour frais d'expédition

Planification de vacances sportives en 1977

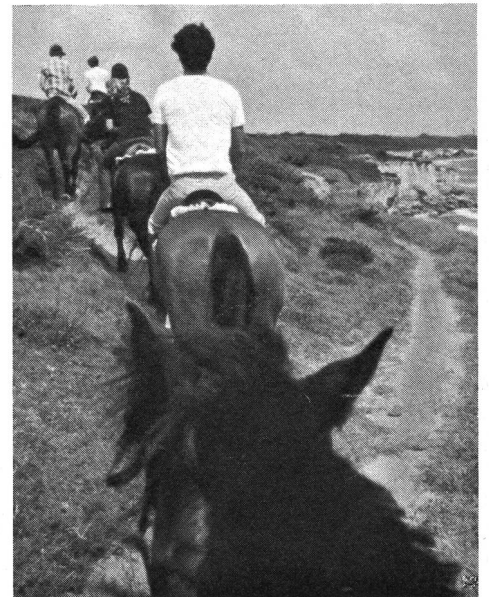
Objectif: «récupération active»

C'est non sans inquiétude qu'en consultant les prospectus des agences de voyage, les paresseux et les anti-sportifs s'apercevront que les vacances actives sont très en vogue et que les séjours de «farniente» au bord de la mer se font, dès lors, avec un brin de mauvaise conscience... Les organisateurs de vacances et les stations touristiques se disputent les clients à coups de programmes sportifs, répondant au besoin de l'homme moderne de faire quelque chose pour sa santé. Il est réjouissant de constater que la gamme, riche et variée, des activités sportives proposées par les stations suisses n'a rien à envier à la concurrence étrangère.



Que vous désiriez faire du surf sur les côtes des îles du Pacifique, aller à la pêche avec les Esquimaux, traverser à pied l'île de Crète ou vous promener en roulotte à travers l'Irlande, vous trouverez certainement ce que vous cherchez. C'est avec des sports plus ou moins connus, parfois excentriques, que l'on s'efforce d'attirer les touristes. Il y a belle lurette que la gymnastique sur la plage, les possibilités de pratiquer le tennis, le cheval, la plongée sous-marine, la voile et le ski nautique figurent au programme de la plupart des lieux de villégiature.

L'essor des vacances sportives est un phénomène «naturel», puisqu'un nombre toujours plus élevé de personnes font réguliè-



ment du sport chez eux. Et il est compréhensible que l'on ne veuille pas renoncer à cette activité pendant les vacances, où l'on dispose enfin du temps nécessaire. Toutefois, il faut éviter de donner au sport de vacances l'aspect d'un camp d'entraînement ou, pire encore, d'une vie de caserne. On mettra l'accent sur la récupération active, la détente, le jeu et le plaisir d'être en groupe.

Le sport de vacances n'est cependant pas la création de l'industrie touristique étrangère qui n'en détient d'ailleurs pas le monopole. Première station à se lancer dans l'aventure, Engelberg a tenté en 1963 d'introduire le sport de station. Après un début assez difficile, les activités «Sport pour tous» proposées, qui en sont à leur 15e édition, font désormais partie intégrante du programme estival de cette localité de la Suisse centrale. D'autres stations, telles que Lenzerheide, Arosa, Flims, Villars-sur-Ollon, Saint-Moritz et Adelboden ont repris cette idée et vont jusqu'à engager des maîtres de sport à plein temps.

Actuellement, rares sont les stations touristiques qui ne cherchent pas à attirer le touriste sportif.

L'éventail des activités proposées en Suisse, nous l'avons dit, ne le cède en rien à la concurrence de l'étranger. Dans notre pays également, on peut participer à des semaines de tennis, de golf, de pêche et d'alpinisme. Des cours de surf, de ski nautique, de voile, de plongée sous-marine et de natation s'adressent aux amoureux de l'eau, tandis que les excursions botaniques et ornithologiques, les courses de haute montagne, sur glacier et au clair de lune trouveront aussi des adeptes. Les «aventuriers» porteront, par exemple, leur choix sur le safari-photo à dos de mulet dans

les Alpes valaisannes; d'autres préféreront le tour du Léman à vélo ou les vacances en roulotte dans le Jura.

Le manager surmené n'est pas non plus laissé à son triste sort. C'est ainsi qu'à Arosa sont organisés des semaines «anti-stress» et à St-Moritz, sous contrôle médical, des cours de fitness prévus plutôt, il est vrai, pour les personnes au porte-monnaie bien rempli. La station valaisanne de Breiten, qui se nomme maintenant station fitness, met elle aussi sur pied des programmes attrayants.

Pour les insatiables, des cours de danse, de ski d'été et de ski de fond complètent le programme des vacances sportives en Suisse. Les publications de l'Office national du tourisme donnent tous les renseignements utiles.

Rappelons aux personnes non entraînées mais ambitieuses que si leur activité physique se limite à passer du fauteuil de télévision au siège de leur voiture et à la chaise de leur bureau, elles ont tout intérêt à éviter de compenser les 49 semaines sédentaires par une seule période d'entraînement sportif. En effet, seul un entraînement régulier est bon pour la santé. C'est pourquoi les vacances sportives se proposent d'apprendre la manière de pratiquer et de doser une activité physique qui va se poursuivre sur l'année entière.

Ernst Hänni

Informations concernant les offres de vacances sportives

Les prospectus des principaux organisateurs de voyages peuvent être obtenus gratuitement auprès des agences de voyage

Suisse:

La série de brochures intitulée «Offres de vacances suisses» donne, dans les éditions suivantes, des renseignements relatifs aux vacances sportives:

No 2: Musique et danse, jeux et détente, art et culture

No 3: Equitation, cyclisme

No 4: Tennis, golf, ski d'été

No 5: Alpinisme, tourisme pédestre

No 6: Sports nautiques et pêche

On peut obtenir gratuitement ces brochures auprès de l'Office national du tourisme, Talacker 42, 8023 Zurich.

Le camp des «petits» à Vittel

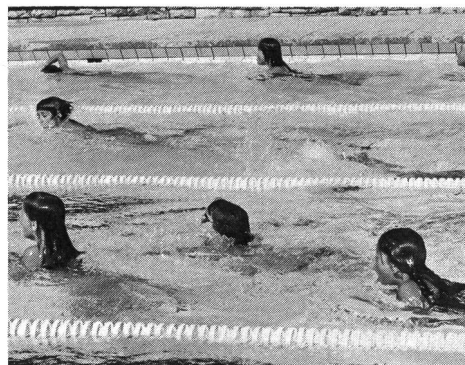
Pour la première fois, le Vevey-Natation a organisé pendant les vacances de février un camp d'entraînement réservé uniquement aux nageurs du groupe des plus jeunes. Il s'est déroulé du dimanche 13 au samedi 19 février 1977, à Vittel, dans les magnifiques installations du Centre pré-olympique.

Tranquillité

Le déplacement s'est effectué avec le bus du VN (environ 5 heures de voiture), et n'a pas donné lieu à quelque incident que ce soit: pas de malades, et une très bonne ambiance. L'arrivée et l'installation à Vittel, où nous étions attendus, n'ont pas posé plus de problèmes. Notre petit groupe était logé dans un hôtel simple, mais au confort amplement suffisant, les «Colonies». Son gros avantage résidait surtout dans le fait qu'il n'accueillait qu'une quarantaine d'athlètes, nous compris, ce qui nous a garanti une grande tranquillité. Ce n'aurait pas été le cas dans l'autre hôtel, le «Renaissance», où nous prenions nos repas et où logeaient près de 200 athlètes-«vacanciers». Au sujet des repas justement, relevons que la qualité ne le cédait en rien à la quantité, et personne n'eut l'occasion de faire la fine bouche.

Huit lignes pour dix

Concernant l'entraînement proprement dit, nous avons eu la chance de pouvoir utiliser en quasi-exclusivité les installations nautiques, à savoir en premier lieu la piscine de 50 m, ainsi



que la salle omnisport, le sauna et autres annexes. Le groupe de Vittel n'intervenait qu'après nos entraînements, qui se déroulaient le matin de 8 h. à 10 h. 45 et l'après-midi de 14 h. à 16 h. 30. Nous disposions donc de 8 lignes d'eau pour 10 nageurs, ce qui est presque trop!

Sans vouloir entrer dans le détail de l'entraînement, signalons qu'il a été axé essentiellement, vu la saison, sur le travail fondamental et

l'endurance, avec un tout petit peu de travail de vitesse. Tous les participants, y compris les plus faibles au départ, ont nagé entre 50 et 65 km en onze entraînements, avec quelques séries très dures. Mais tout le monde avait été averti à l'avance, et il n'y eut pas de contestation. Même les plus jeunes et les moins endurants ont très bien résisté — je dirais même mieux que prévu — à ce travail très dur, et il n'y eut pratiquement pas de défaillance en cours d'entraînement.

Sauna et autres

Outre la salle omnisport, où nous nous sommes détendus en jouant un peu au basket ou en faisant du saut, et le sauna que nous avons fréquenté assidûment chaque jour, nous avons bénéficié également de la permanence médicale du Centre. Mis à part quelques bobos rapidement traités par le docteur Légise ou son assistante, auxquels nous adressons tous nos remerciements pour leur gentillesse et leur disponibilité, le cas de Lorenz Pfeiffer a pu être partiellement réglé. Souffrant d'une allergie au brome (système de désinfection utilisé à Vittel), ce nageur disposera peut-être à l'avenir d'un traitement préventif qui lui permettra, nous l'espérons, de profiter pleinement d'un camp futur à Vittel.

Enfin, il faut relever que toute l'équipe a été très agréable à diriger, que je n'ai à aucun moment été contraint de «faire de la discipline». Les heures de coucher et même de sieste ont été respectées pratiquement sans problème et surtout sans rouspétance. Les nageurs, outre qu'ils ont très bien travaillé à l'entraînement, se sont montrés des hôtes respectueux avec toutes les personnes avec lesquelles ils ont été en contact. L'esprit d'équipe, la camaraderie, ont été sans faille malgré une différence d'âge relativement importante à cet âge-là (4 ans). Quant aux résultats pratiques de ce camp, j'espère qu'ils se révéleront — ils sont déjà apparus pour certains — dans les compétitions à venir, et que tous les participants trouveront la récompense de leurs efforts.

Pour conclure, j'adresse, en ma qualité d'entraîneur-responsable pour ce camp et porte-parole des participants, mes remerciements les plus sincères à toutes les personnes qui nous ont accueillis à Vittel, et tout particulièrement à M. et Mme Borowski, des hôtes prévenants et passionnés de sport, à M. et Mme Richard, discrets et infatigables, et M. Légise, dont la compétence s'accompagne — chose rare — de gentillesse et de simplicité. Par ailleurs, mes remerciements vont également aux nageurs, dont la gentillesse et la bonne volonté ont fait pour moi de ce camp une détente et pratiquement des vacances, contrairement à ce que craignaient certains parents.

En espérant que ce premier camp ne sera pas le dernier!

Laurent

«Bulletin officiel du Vevey-Natation»

A Genève, en 1978

A son tour, le programme des journées féminines est tracé

Genève, comme chacun sait depuis longtemps et ce dont chacun se réjouit, organisera l'année prochaine du mercredi 21 au dimanche 25 juin, la Fête fédérale de gymnastique. On rappellera à ce propos que la précédente Fête fédérale mise sur pied dans cette ville eut lieu en 1925. Il aura donc fallu attendre 53 ans pour retrouver à Genève tous les gymnastes du pays.

Mais, comme de coutume, la Fête fédérale sera précédée une semaine plus tôt, par les journées suisses de gymnastique féminine. La commission technique de l'Association suisse de gymnastique féminine vient de transmettre au Comité d'organisation genevois que préside Monsieur André Ruffieux, ancien Président du Conseil d'Etat de la République et Canton de Genève, les grandes lignes du programme des journées féminines qui auront lieu du jeudi 15 au dimanche 18 juin.

Voici donc comment vont se développer ces journées:

Jeudi 15 juin de 13 h. 30 à 18 h.

Concours individuels et de sections:

Stade de Vessy

Démonstrations libres:

Stade de Vessy

Vendredi 16 juin de 7 h. à 18 h.

Concours individuels et de sections:

Stade de Vessy

Démonstrations libres:

Stade de Vessy

Exercices finals gymnastique:

Pavillon des Sports de Champel/Vessy

Soirée de gymnastique:

Patinoire des Vernets

Samedi 17 juin de 7 h. à 18 h.

Concours individuels et de sections:

Stade de Vessy

Démonstrations libres:

Stade de Vessy

Exercices finals gymnastique:

Pavillon des Sports de Champel/Vessy

Soirée de gala ASGF:

Patinoire des Vernets

Il convient d'ajouter que le jeudi et le vendredi dans la tente – cantine qui sera construite au Stade de Vessy sont prévues des présentations de «Gymnastes sur scène».

Dimanche 18 juin de 8 h. 30 à 11 h. 45

Démonstrations finales et exercices d'ensemble:

Stade de Vessy

Voilà donc quatre journées bien remplies avant la Fête fédérale proprement dite dont le programme détaillé a été publié dernièrement.

Morges: «La mer est-elle dangereuse?»

La réponse d'un chirurgien fribourgeois

«La mer est-elle dangereuse?» «Non!» répond catégoriquement le Dr Guillaume Devaud, chirurgien FMH à Fribourg, qui abordera ce thème, mercredi à Morges, lors d'une conférence organisée sous les auspices du Club nautique morgien. Genevois, le Dr Guillaume Devaud a navigué sur les eaux lémaniques avant d'être saisi d'une passion pour la navigation maritime. Après avoir reçu une formation appropriée, il a fonctionné, dès 1953, comme skipper et instructeur au Centre nautique des Glénans, en Bretagne, et avec l'Island Cruising Club. Il est considéré comme l'un des plus éminents skippers du Cruising-Club suisse. Il possède, en matière de navigation maritime, une expérience dont peu de citoyens peuvent se targuer.

Et, fort de cette expérience, Guillaume Devaud affirme que la navigation en mer n'est pas plus dangereuse que la pratique de certains sports, voire l'utilisation d'une automobile. Ses considérations, il convient de le préciser s'appliquent uniquement à la croisière et non pas à la compétition où la recherche d'un résultat entraîne souvent des risques supplémentaires. Guillaume Devaud se fait l'avocat d'une certaine forme de navigation. Il fait l'apologie de la croisière, qui présente des risques quasiment nuls. Mais la croisière implique une indispensable instruction préalable qui, selon Guillaume Devaud, doit être dispensée par des amateurs. La croisière est une affaire d'amitié, de culture, d'affinités qui doit rester entre les mains de gentlemen. Elle ne doit pas être le fait de professionnels, de techniciens dont les connaissances se limitent à ce seul domaine. La personnalité des membres d'un équipage est l'élément essentiel qui crée la qualité de la croisière. Des considérations que les régatiers de haute mer ne doivent pas perdre de vue mais qui, dans le contexte de la compétition, sont parfois reléguées au second plan, derrière la technique pure.

Les accidents qui se produisent en mer sont de types différents. Il y a d'abord ceux consécutifs à une erreur de la personne en cause. C'est «l'homme à la mer», la noyade due à une imprudence. C'est le cas mortel le plus fréquent mais aussi le plus facilement évitable.

Des accidents peuvent être dus au bateau, défectueux ou inadapté aux conditions de navigation qu'on lui impose. Mais, souligne le Dr Devaud, «les avaries sont rares car les bateaux sont de plus en plus faibles. On navigue avec des boîtes de conserves indestructibles!»

D'autres accidents peuvent être imputables à des erreurs techniques du skipper: fautes de navigation, erreurs d'appréciation. Certaines de ces fautes ont pour origine le surmenage et la fatigue. C'est à ces facteurs qu'il faut souvent attribuer les abordages, de plus en plus nombreux, mais qui ont rarement des issues

fatales. Il y a de très grands risques à vouloir traverser la route des cargos.

Sa conférence, le Dr Devaud l'agrémentera d'un film consacré à une croisière d'un mois, à bord d'un ketch de 18 mètres, entre Lisbonne et les Shetland. Il entend encourager les gens à naviguer en mer, tout en leur indiquant comment palier les risques, minimes, que cela représente.

G. H.

24 heures édition nationale et vaudoise
Lausanne

Propreté de l'eau dans les piscines

«Directives techniques» fédérales

Un sondage réalisé par le Service fédéral de l'hygiène publique (SFHP) auprès des autorités cantonales révèle que plusieurs d'entre elles souhaitent une réglementation fédérale fixant les exigences auxquelles doit satisfaire l'eau de piscine. Le Service fédéral de l'hygiène publique envisage en conséquence d'établir des «directives techniques» en vertu de l'article 3^{er} de la loi sur les épidémies, indique le SFHP dans son dernier bulletin.

Au cours de l'été dernier, diverses communications de presse au sujet de la qualité de l'eau de piscine ont sensibilisé un large public à ce problème d'hygiène. Le traitement de l'eau de piscine revêt, à divers égards, une importance particulière. L'eau de piscine doit être claire eu égard aux risques d'accidents et, surtout, les produits employés à cet effet ne doivent pas constituer un risque supplémentaire pour la santé des usagers.

La loi sur les épidémies du 18 décembre 1970 stipule à l'article 24 que «les cantons assurent les désinfections et les désinfestations». Mandat est ainsi donné aux cantons d'intervenir en cas d'infection – ils sont toutefois libres d'organiser leurs services de désinfection comme ils l'entendent.

Ces dernières années, certains cantons ont édicté, en se fondant sur leur propre législation sanitaire, des prescriptions fixant les exigences auxquelles doit satisfaire l'eau de piscine. Dans bien des cas, ces exigences sont basées sur une norme de la Société suisse des ingénieurs et des architectes (SIA). L'uniformité n'est toutefois pas réalisée sur le plan national et de plus, les normes SIA sont actuellement en révision.

Un groupe d'experts sera chargé d'élaborer les directives techniques proposées par le SFHP, avec la collaboration de la commission des normes de la SIA. – (ats)

24 heures édition nationale et vaudoise
Lausanne

Je m'appelle Graziella...

et je suis la nouvelle tenue de gymnastique de la maison ZOFINA, la tenue moderne dont nos sympathiques Martschini-Girls de l'équipe nationale de gymnastique artistique sont toutes amoureuses.

Pourquoi? Parce que je suis pratique et élégante, pour le jeu, l'entraînement ou les concours. Parce que je ne fais pas un pli, vous laissez toute liberté de mouvement et vous donne une gracieuse assurance.

Venez m'essayer: dans les magasins de textiles, de sport ou dans les grands magasins.



Schaub & Cie SA
4803 Vordemwald/Zofingen



SPORT FIT MASSAGE Emulsion Nouveau



Aux extraits de plantes médicinales et aux graisses cutanées naturelles.

Le produit adopté par les sportifs de pointe, indispensable pour tous les sportifs, femmes et hommes!

Frictionner énergiquement avant et après l'exercice, pour échauffer les muscles, activer l'irrigation sanguine, éliminer les toxines:

- rendement meilleur
- fatigue moindre
- risque de lésions amoindri!

Geistlich-Pharma, Wolhusen

Pharmacies et drogueries

Coupon

Je voudrais expérimenter l'Emulsion SPORT FIT MASSAGE. Veuillez m'envoyer gratuitement un échantillon ainsi que votre «ABC de massage».

Nom/Prénom: _____

Rue: _____

NP/lieu: _____

A expédier à Geistlich-Pharma, 6110 Wolhusen. Je joins Fr. —.40 en timbres-poste pour les frais de port. JS

38 propositions séduisantes tirées de l'ensemble du programme MAMMUT réservé aux sports alpins.

MAMMUT-DYNAFLEX, type «corde pour guide», en DUODESS, lilas/vert, 11 mm, 46 m, la meilleure corde pour les plus hautes exigences, fr. 198.—

MAMMUT-DYNAMIC, type «corde pour guide», en DUODESS, rouge/ jaune, 10½ mm, 40 m, la nouvelle corde extra-légère, fr. 148.—

MAMMUT-DYNAFLEX, dessin colibri, 11 mm, 40 m, fr. 168.—

MAMMUT-DYNAMIC, rouge/noir, 10½ mm, 40 m, la corde classique légère la plus vendue au monde, fr. 138.—

Ruban nylon MAMMUT plat, bleu, 25 mm, 2000 kp, fr. 2.50/m

Ruban nylon MAMMUT tubulaire, blanc, 26 mm, 1700 kp, fr. 1.50/m

Ceinture de varappe MAMMUT-CIVETTA, baudrier torse fr. 39.—, siège de varappe, fr. 65.—

Ceinture de varappe MAMMUT, ceinture thoracique avec sangles extra-larges, fr. 48.—

Crampons SALEWA fr. 69.—, **LAPRADE** fr. 79.—, **CHOUINARD** fr. 84.—, **CHARLET MOSER** fr. 126.—

Piolet **CHARLET MOSER**, Super Conta avec manche **DURALINOX**, fr. 126.—

Mousquetons **HIATT**, fr. 6.50, fr. 7.90, fr. 8.90

DUVETS MAMMUT, veste allround **ROSEG**, fr. 178.—

DUVETS MAMMUT, veste haute altitude **HIVERNALE**, fr. 238.—

Chaussures de montagne spéciales GALIBIER

Super Guide fr. 245.—

Super Pro fr. 265.—

Super Calcaire fr. 168.—

Makalu fr. 395.—

Sacs MILLET

240 Nouveau: Sherpa grand tourisme, 39 l, fr. 120.—

526 Sherpa escalade, 32 l, fr. 59.—

536 Sherpa escalade, dos moulé, 41 l, fr. 112.—

550 Sherpa haute montagne «René Desmaison», 31 l, fr. 118.—

555 Sherpa haute montagne «René Desmaison», 48 l, fr. 142.—

560 Sherpa grandes courses, dos moulé, 48 l, fr. 138.—

561 Sherpa grandes courses, dos moulé, 53 l, fr. 138.—

562 Sherpa grandes courses, dos moulé, 58 l, fr. 138.—

568 Sherpa grandes courses «Walter Cecchinel», 54 l, fr. 178.—

600 Sherpa escalade double hauteur, 67 l, fr. 94.—

621 Sherpa haute montagne double hauteur, 70 l, fr. 178.—

630 Sherpa grandes courses «Nanda Devi», 63,5 l, fr. 178.—

1561 Sherpa trekking, avec armature, 47 l, fr. 156.—

Jambières en nylon et coton, avec et sans fermeture à glissière, fr. 39.—/49.—

La nouvelle brochure en couleurs renseigne utilement sur l'ensemble du programme MAMMUT consacré aux sports alpins.

AROVA LENZBURG

5600 Lenzburg

téléphone 064 51 22 44



Articles MAMMUT pour l'alpinisme: la sécurité au sommet.

En vente dans les bons magasins de la branche.