

<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>	36 (1979)
<b>Heft:</b>	1
 <b>Artikel:</b>	Le piquetage
<b>Autor:</b>	Schweingruber, Hans
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-997241">https://doi.org/10.5169/seals-997241</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

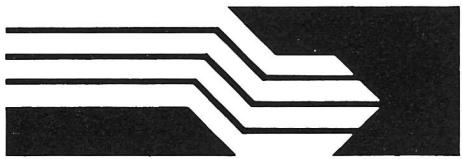
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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:** 07.02.2026

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



# THÉORIE ET PRATIQUE

## Le piquetage

Hans Schweingruber

«Information pour les entraîneurs, FSS»

### Introduction

Lors de l'entraînement et de la compétition, le piqueteur joue un rôle décisif en ce qui concerne la bonne réussite d'une manifestation.

Lors du piquetage d'un parcours, il devra veiller aux points suivants:

#### Le niveau de performance des skieurs

Afin de pouvoir piquer un parcours adapté aux possibilités des athlètes, le piqueteur doit connaître le niveau technique et de condition physique des participants.

En règle générale, il ne faut pas préparer des parcours trop difficiles ou trop compliqués. Un

mode de course agressif et athlétique devrait être possible à tous les niveaux. Le bon skieur sera capable d'accomplir une bonne performance sur une piste piquetée de façon rythmique et sans pièges. Le concurrent moins bien préparé perdra sans doute du temps, mais s'il arrive à descendre sans de trop gros problèmes, il gardera le plaisir et l'enthousiasme nécessaire pour continuer l'entraînement.

#### Conditions d'enneigement et de piste

Avant de commencer le piquetage, le piqueteur doit s'informer exactement de l'état de la piste et des conditions d'enneigement. Il peut éviter les points critiques par un placement judicieux des portes. Le genre de parcours doit également être adapté aux conditions d'enneigement. Ainsi par exemple, sur de la neige fraîche, il sera bon de piquer un parcours plus coulant. Au moment du piquetage, le piqueteur devra aussi tenir compte des conditions (neige, état de la piste) qui régneront au moment de la compétition (concours printaniers par exemple).

#### *Etat de la piste après le passage de plusieurs skieurs*

Le piqueteur doit également être capable de prévoir l'état du parcours après plusieurs passages. Il évitera les points critiques ou bien il placera, si possible, ses portes de manière à ce que les derniers concurrents aient à peu près les mêmes conditions que les premiers.

#### Le terrain

Avant de débuter avec le piquetage, le piqueteur doit juger le terrain. Les passages difficiles seront rendus moins périlleux par des portes simples. En plaçant habilement les portes devant les passages difficiles, la vitesse pourra être réduite. Le bon piqueteur ne prévoira pas que des combinaisons standards, mais son parcours permettra une course rythmée et sera adapté à la configuration du terrain à disposition.

### Manière de procéder au piquetage

#### Choix du tracé

Une condition importante avant le piquetage est de bien connaître le terrain. De cette manière, le tracé pourra être fixé optiquement. Ensuite, le parcours sera piqué selon les prescriptions du RC ou du RIS, ou bien selon les critères mentionnés dans l'introduction.

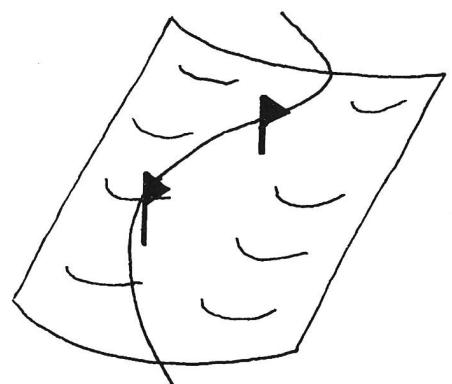
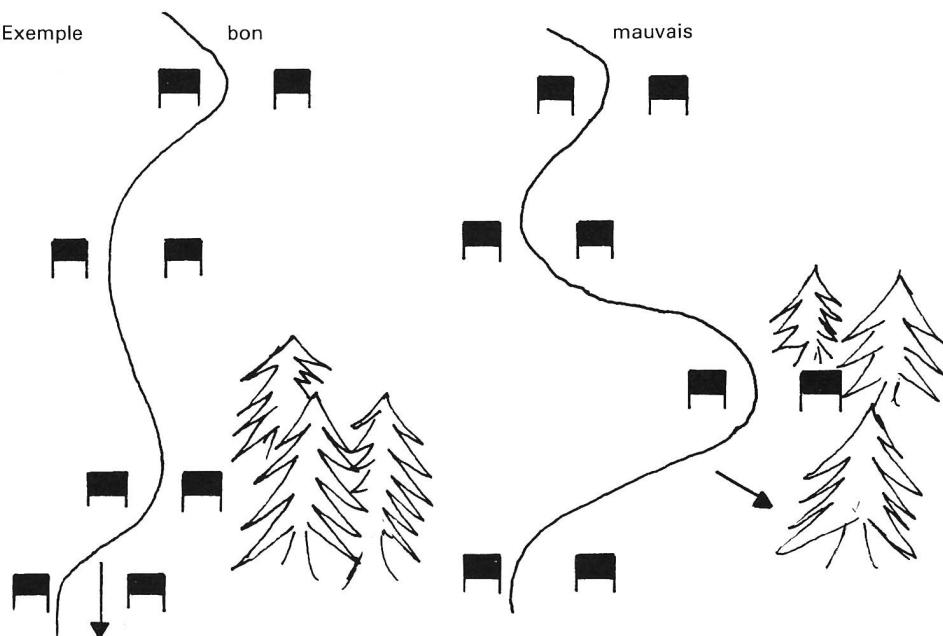
#### Utilisation du terrain

Le piqueteur doit tenir compte de la configuration du terrain. Il utilisera le terrain selon les possibilités données ou rendra les passages difficiles moins dangereux en plaçant correctement les portes.

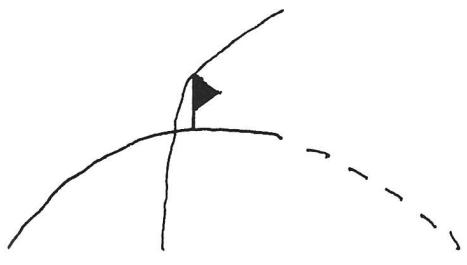
#### La sécurité

Le piqueteur devra toujours veiller à la sécurité des athlètes. Les portes sont à placer de sorte que le skieur qui commet une faute n'ait pas à surmonter de nouveaux points dangereux. Il va de soi qu'il faut prévoir également des zones de dégagement assez larges.

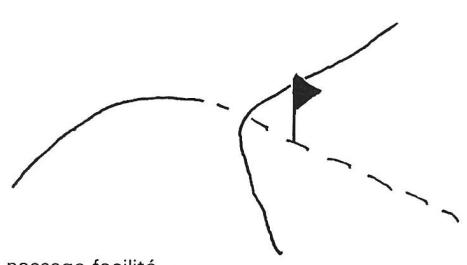
#### Exemple



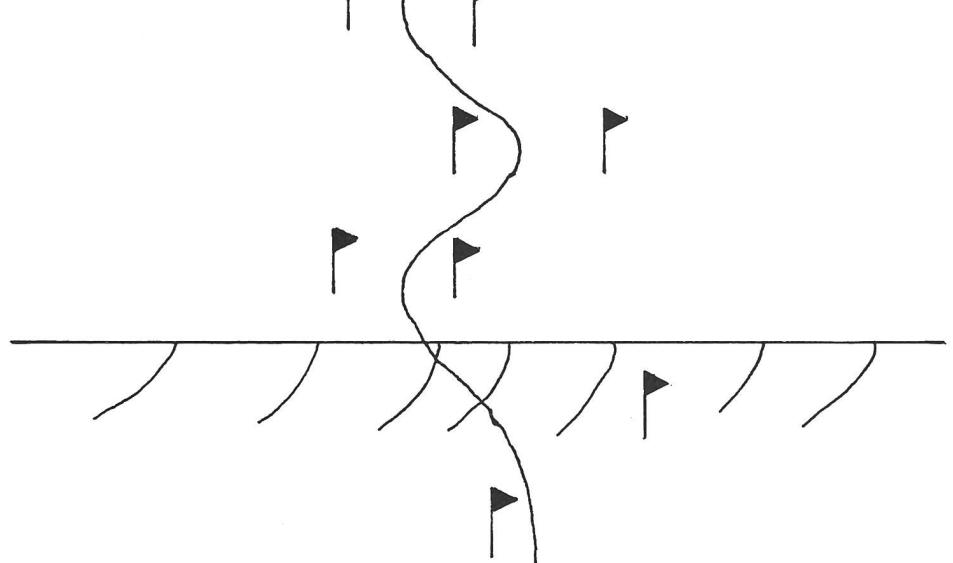
L'utilisation d'un couloir évite un dérapage dans la porte et permet de ménager la piste (surtout une piste avec neige fraîche)



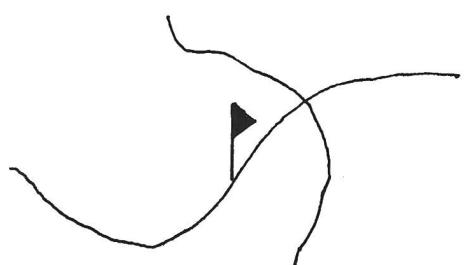
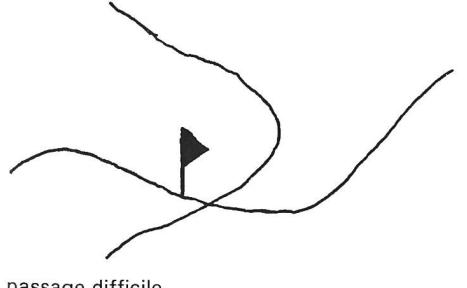
Il faut éviter de placer des portes sur l'arête



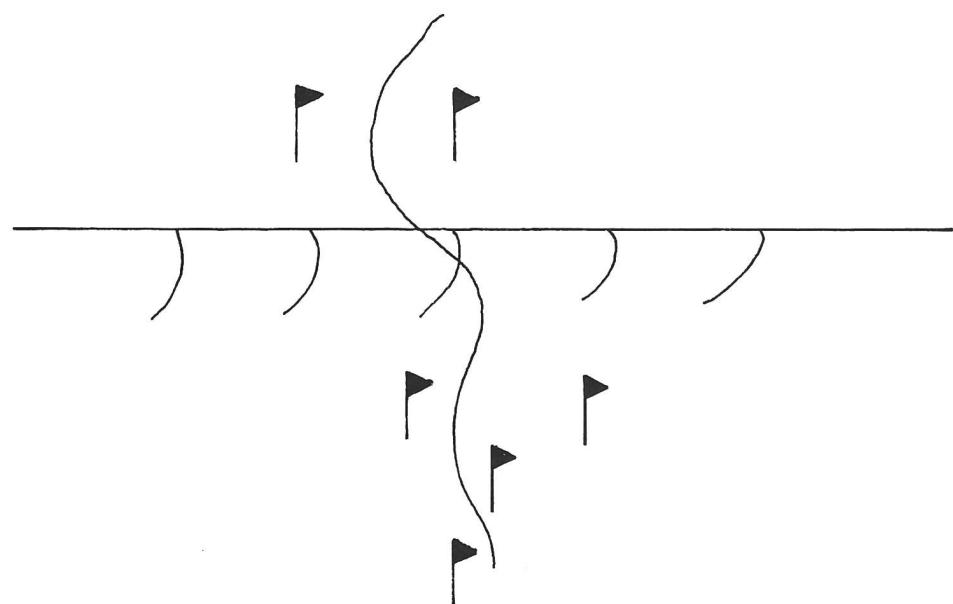
L'utilisation d'une pente opposée sur le côté extérieur du virage (même effet que lorsqu'on utilise un couloir)



Avant une arête, contrôler la vitesse en plaçant des portes simples. Les portes doivent être placées de sorte que le skieur soit sur la bonne direction, si possible avant le changement de la structure du parcours.



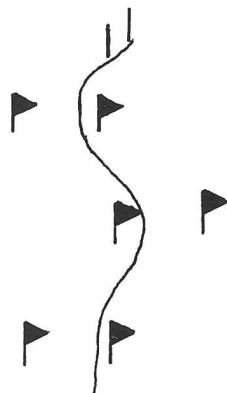
Si possible, ne pas placer de porte dans un creux accentué (trous). Le déclenchement du virage est rendu par là plus difficile. En outre, les skis risquent de se heurter à l'arrière.



Immédiatement après une arête, il faut renoncer à des changements de direction très prononcés, car à cet endroit, même de petites fautes ont un grand effet et peuvent mener à une élimination. Après le tronçon présentant une structure différente, laisser suffisamment de place entre les portes.

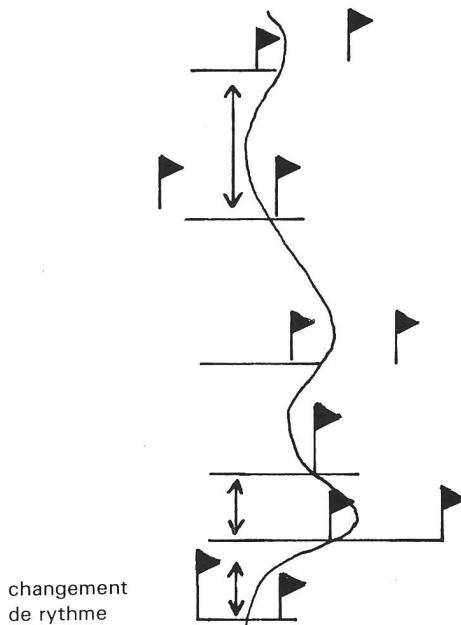
Au début d'une pente raide, le parcours doit être tracé de manière à ce que les athlètes soient amenés à un mode de course contrôlé. A la fin d'une pente raide et avant un tronçon plat, les portes doivent être placées de sorte que le skieur puisse les passer de manière coulante. Ainsi, il pourra atteindre une certaine vitesse pour traverser le passage plat.

#### *Conseils pour le piquetage*

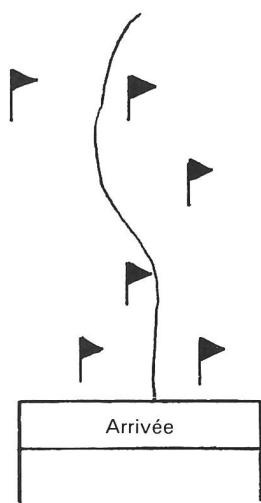


Les premières portes après le départ doivent être placées de manière simple et rythmée pour que les athlètes puissent se préparer aux difficultés qui suivront (si possible, portes ouvertes).

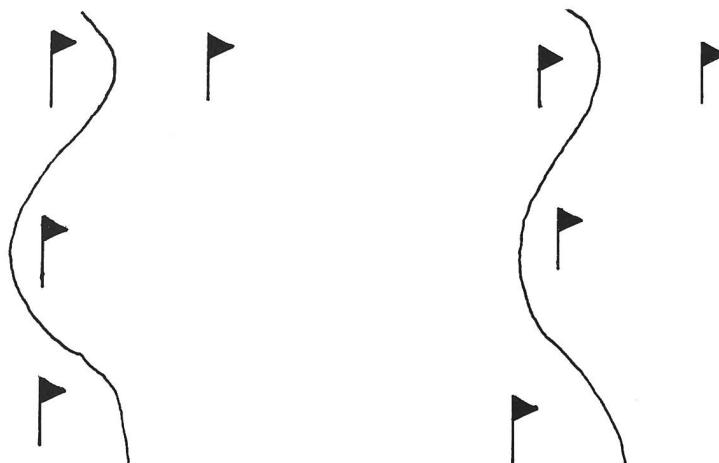
Le parcours doit autant que possible être piqueté de manière rythmique et coulante. Pour obtenir une course rythmée, la distance entre les portes devrait être à peu près identique. Si l'on veut changer de rythme, il faut modifier la distance pour plusieurs portes. Si la distance varie d'une porte à l'autre, le slalom ne présentera certainement pas un bon rythme.



(Photo Keystone)

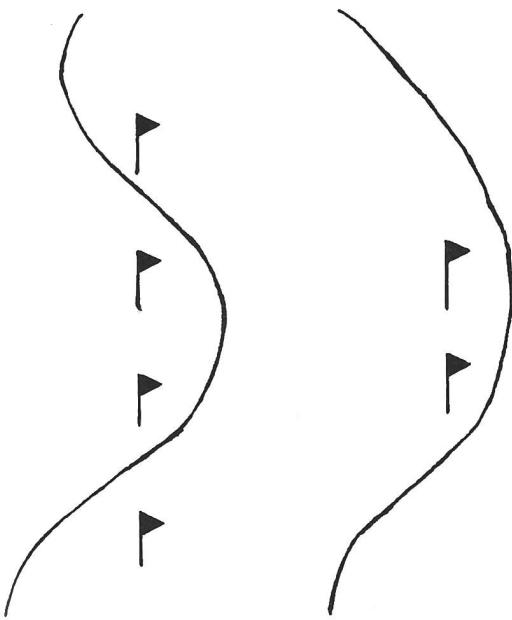


Les dernières portes avant l'arrivée sont à placer de manière à être passées sans difficultés (manque de concentration et fatigue). La dernière porte doit conduire le coureur vers le milieu de la ligne d'arrivée (risque de chute).



Par le placement d'un piquet extérieur, le passage de la porte peut être facilité et ainsi le nombre des éliminations réduit. Le bon skieur gagnera du temps en choisissant la ligne idéale, tandis que le concurrent moins doué perdra du temps,

mais pourra éviter la disqualification. Dans les portes verticales, le piquet extérieur peut être déplacé pour faciliter la sortie. Cette mesure permettra en même temps d'indiquer la ligne idéale.



Epingle à cheveux

Passage facilité

Passage rendu plus difficile.  
A éviter si possible

Le passage d'épingles à cheveux pose deux difficultés.

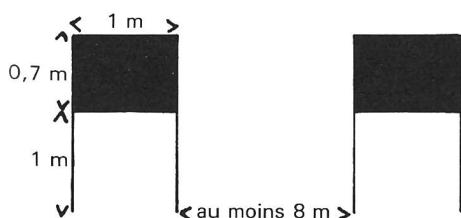
Lors de l'entrée dans la porte supérieure, l'arrière des skis risque de heurter le piquet extérieur. A la sortie, il y a le risque d'enfilage.

Le piqueur peut éviter ces risques de disqualification en déplaçant les piquets extérieurs.

#### Extrait du règlement (RC)

##### Descente

###### – Portes



###### – Dénivellation

###### Messieurs:

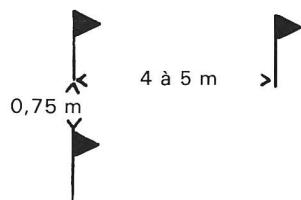
dénivellation minimale 800 m  
dénivellation maximale 1000 m

###### Dames:

dénivellation minimale 400 m  
dénivellation maximale 700 m

###### – Marquage du parcours par des fanions de démarcation ou des branches de sapin entre les portes.

#### Slalom



- Les piquets de slalom doivent dépasser la neige de 180 cm et avoir un diamètre de 3 à 4 cm.
- Dénivellation et nombre de portes
- Messieurs:**  
dénivellation: 140 à 200 m  
nombre de portes: 55 à 75
- Dames:**  
dénivellation: 120 à 180 m  
nombre de portes: 45 à 60
- La distance d'une porte à l'autre ne devrait pas être plus de 15 m et la dénivellation ne devrait pas dépasser 4 à 5 m.

#### Slalom géant

###### – Dénivellation:

Messieurs 250 à 400 m

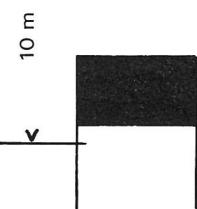
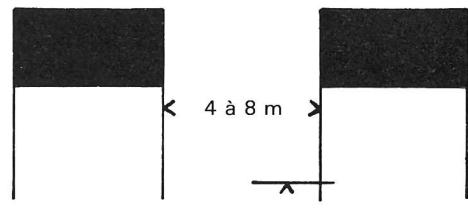
Dames 250 à 350 m

Dans les courses de Coupe du Monde, la dénivellation doit être d'au moins 300 m.

###### – Nombre de portes:

15 pour cent de la dénivellation = nombre de portes +/− 3 portes

###### – Portes



S'il s'agit de portes verticales, enruler la bande (30 cm)



#### Conclusion

Chaque piqueur doit avoir pour objectif de piquer son parcours de sorte que le moins possible de skieurs soient éliminés. Les parcours doivent toujours être adaptés au niveau de performance des concurrents. Cet objectif peut être atteint en utilisant au mieux la configuration du terrain et en plaçant habilement les piquets. Les données et recommandations indiquées ici ont pour but d'aider les entraîneurs dans leur travail de piquetage de pistes.

Un piqueur devrait exercer cette activité à chaque occasion qui se présente, afin de se procurer une grande expérience pratique. Le succès d'un entraînement ou d'une compétition dépend souvent du bon travail du piqueur.