

**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:** 38 (1981)  
**Heft:** 4

**Artikel:** Le saut dans l'Antiquité  
**Autor:** Naudin, Pierre  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-997302>

### **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:** 18.04.2026

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

## Le saut dans l'Antiquité

Pierre Naudin

Parmi les hauts faits des athlètes de l'Antiquité, il en est deux qui nous stupéfient, nous qui sommes pourtant accoutumés aux exploits des champions du monde entier. Ces deux performances exceptionnelles concernent le saut en longueur.

C'est tout d'abord le record *olympique* du pentathlète Chionis de Laconie qui, aux XXVIIIe J.O. (668 avant J.C.) atteignit 52 pieds, soit 16,032 mètres.

C'est ensuite celui de Phayllos de Crotone, qui franchit aux Jeux pythiques de 486 avant J.C. la distance de 55 pieds, soit 16,956 mètres.

Il est bien évident qu'à l'énoncé de tels records, on ne peut que hausser les épaules en songeant: «C'est invraisemblable!» Cependant, des textes formels et des épigrammes laudatives ont en quelque sorte homologué les exploits de ces deux athlètes dont la renommée s'étendait sur toute la Grèce.

Chionis et Phayllos étaient-ils des surhommes? Certes non. Alors, comment parvinrent-ils à sauter aussi loin? Il existe là un mystère très difficile à élucider<sup>1</sup>.

### La longueur avant tout

Un fait important mérite d'être signalé d'emblée; à savoir qu'aucun document, aucun monument, aucune gravure, aucune peinture n'atteste que les Grecs pratiquaient en compétition le saut en hauteur et, comme certains l'ont écrit, le saut en profondeur. De même que la plupart des exercices du stade, le saut, qui était un geste et un réflexe naturels, avait été intégré à l'entraînement des guerriers. Ils franchissaient des obstacles (haies, cordes, fossés, ruisseaux) avec ou sans élan et, parfois, ils utilisaient leur lance comme point d'appui. Certains auteurs ont affirmé que les agonistes grecs pratiquaient même le saut à la perche. Si ces messieurs

avaient étudié attentivement les monuments et les figures qui nous sont parvenues, ils auraient constaté que cette perche était... un javelot! On ignore pourquoi, de toutes les espèces de sauts, la longueur obtint et conserva la préférence. Peut-être parce que la hauteur était la spécialité des acrobates et qu'il convenait de ne pas mêler les genres et les individus. Un archéologue éminent, M. Krause, crut voir un sauteur en hauteur parmi les bronzes de l'Acropole, mais le fait que cet athlète tienne des haltères semble prouver qu'il s'agit d'un spécialiste de la longueur. La mythologie et les textes des Anciens sont quasiment muets au sujet des sauts. Philostrate (*Gymnastique*, III) prétend que les épreuves du pentathlon étaient séparées «avant l'époque de Jason et de Pelée»; il mentionne le saut – sans préciser de quelle espèce – comme une spécialité à laquelle excellaient les Boréades. Ce sont là des renseignements bien minces. L'*Odyssée* (VIII; 103; 128) nous apprend que le saut était pratiqué dans les temps les plus lointains et dans les poèmes homériques, on ne trouve aucune trace des haltères utilisés par les sauteurs. Il est certain que le saut sans haltères se pratiquait dans les gymnases mais on ne sait rien sur les raisons et l'époque de leur apparition. Cependant, lorsqu'à la XVIIIe olympiade le pentathlon fut installé à Olympie, ces instruments étaient de rigueur. Ils seraient donc, par conséquent, antérieurs au VIIe siècle avant notre ère. Comment, par qui et pourquoi furent-ils inventés? Nous ne le saurons jamais.

Pour tenter d'expliquer les performances de Phayllos et de Chionis, quelques chercheurs ont prétendu que les deux athlètes s'étaient élançés d'un tremplin. Certes, le tremplin était connu des Grecs; il était même l'ustensile favori des acrobates. Il est donc certain que si les sauteurs avaient utilisé un tel appareil, il figurerait en partie ou en entier sur les socles de statues ou sur les vases peints. Or une seule pierre gravée du recueil d'antiquités de Caylus représente trois hommes s'exerçant sur une sorte de plate-forme. *L'exercice auquel ils se livrent est certainement un numéro d'acrobates* et l'on ne pourrait soutenir la thèse du tremplin à partir de ce seul élément qui, pourtant, semble avoir été suffisant à M. Krause pour supposer que les athlètes s'élançaient d'une certaine hauteur.

### Considérations et technique

La saut en longueur se pratiquait avec élan. Toutefois, contrairement à la technique actuelle, les athlètes ne démarraient ni ne sprintaient; ils exécutaient «quelques bonds souples

et rapides». Prenaient-ils des marques? C'est probable. Aristote et Philostrate ont noté que les haltères accroissaient la force de propulsion et aidaient les concurrents à tomber d'aplomb sur le sol. Ces masses tenues en mains, l'agoniste déplaçait à volonté son centre de gravité. Selon Aristophane, Philostrate et Théophraste, il pouvait, en rejetant ses bras en arrière, puis en les portant vivement en avant, doubler et même tripler son élan. Philostrate (*Gymnastique*, XVI) ajoute que les haltères procuraient «un appui solide et bien marqué sur le sol» ce qui était exigé pour mesurer le saut.

Selon Philostrate, Pausanias et Plutarque, tous les exercices du saut se pratiquaient au son de la flûte. Le signal de départ était également donné à la flûte. L'attitude classique du départ était la suivante: l'athlète, debout, a les bras pliés aux coudes et tendus en avant. Ses pieds sont rarement sur la même ligne; le plus souvent, le pied gauche se trouve avancé. La raison n'en est pas une vieille superstition dont les Apollons de marbre et de bronze ont longtemps conservé la trace<sup>2</sup> mais une cause toute physique: après un élan rapide, le départ de la jambe droite aurait fait dévier le corps et l'équilibre, à l'arrivée, s'en serait trouvé menacé.

L'athlète s'avance en bonds rapides. Il parvient devant la borne correspondant à notre planche d'appel. Ses bras chargés décrivent alors un demi-cercle en arrière puis, comme des leviers puissants, se détendent brusquement, en même temps que le corps quitte le sol. Plus violente était l'impulsion et plus elle menait loin. Sur toutes les gravures, l'athlète, à cet instant, élève puissamment ses haltères. Pendant le vol, ses jambes et ses bras, portés en avant, sont presque horizontaux et parallèles entre eux. C'est ainsi qu'il apparaît sur une coupe attribuée à Euphronios de Douris.

A la chute, les bras se portaient violemment en arrière tandis que les jambes demeuraient tendues en avant. Un manuscrit de la Laurentienne précise que les jambes devaient être rapprochées. Avant d'atteindre le sol, le concurrent s'efforçait de plonger en avant.

Pour éviter les accidents, le sol était retourné à la bêche et à la pioche. La «région» ainsi ameublie se trouvait à 50 pieds de la borne d'élan (Platon, Lucien, Zénobius, Suidas). D'après ses contemporains et surtout d'après Julius Africanus (qui attribue également 52 pieds à Phayllos), Chionis avait dépassé cette mesure.

<sup>1</sup> Les pieds d'Olympie et les pieds de Delphes avaient des dimensions sensiblement différentes. Certains auteurs ont attribué 16,27 mètres à Phayllos contre 16,66 à Chionis.

<sup>2</sup> Bulletin de correspondance hellénique 1894, page 414.

## Un ou plusieurs ?

De tels bonds n'ont pas stupéfié que les sportifs. Les archéologues de l'époque où il suffisait de franchir 6 mètres pour passer pour un dieu du stade ont essayé de comprendre une technique permettant à deux athlètes d'avoir franchi la distance d'un triple sauteur.

Norman Gardiner s'est penché sur le texte de Zénobius, le plus ancien, attribué à Phayllos. «*Phayllos, dit l'épigrammiste, a sauté 50 pieds plus 5; il a jeté son disque à une distance de 100 pieds moins 5.*»

Gardiner a trouvé que Zénobius avait spéculé sur ce plus et ce moins 5 et ce double de 50. C'est possible.

Pour Chionis, le même Gardiner a observé dans la traduction arménienne d'Eusèbe, que la longueur du saut était fixée à 22 coudées<sup>1</sup>. Il avança que le texte original devait être de 22 *pieds*. Peut-être, mais nous voici bien loin des 52 ou des 55 pieds!

M. Fedd fut moins sceptique. Pour lui, de telles performances n'étaient concevables que par l'addition de plusieurs sauts, trois, sans doute. Si l'on veut bien admettre que les athlètes étaient considérablement propulsés par leurs haltères, la longueur moyenne d'un saut, 5,60 mètres, apparaît insuffisante. Et puis, *aucun des auteurs, spectateurs assidus des jeux du stade, ne mentionne l'existence de deux ou trois sauts*. Certes, le triple saut est un exercice spécifiquement grec; il était pratiqué en Hellade bien longtemps avant l'apparition du sport moderne; il s'agissait d'un saut décomposé en deux enjambées terminées par un bond à pieds joints. S'il s'était agi d'un saut de cette espèce, les contemporains de Chionis et de Phayllos l'auraient décrit!

Je serais plus enclin à penser – mon raisonnement est simple, trop simple peut-être – que les deux derniers bonds de nos sauteurs-haltérophiles étaient compris dans la mesure du saut: l'athlète prenait son élan, parvenait devant la «borne d'appel», accomplissait deux ultimes foulées, puis quittait le sol.

A l'appui de cette thèse, je ne puis apporter que ma logique et un témoignage de Symmarchos, qui plaçait la borne au milieu de la carrière du saut (ou, si l'on préfère, de la piste d'élan). Les archéologues pourraient me demander s'il faut croire cet Alexandrin dont la science est principalement tirée des ouvrages de Didyme, et dont maintes expressions se révèlent incontrôlables.

Pourquoi pas? Si la longueur d'un saut était calculée ainsi, la performance de Phayllos apparaîtrait déjà moins étonnante.

On ne sait si l'espace de réception était seul ameuilli ou si toute la piste d'élan était préparée à la pioche et à la bêche. Il est certain qu'un athlète rebondit mieux sur un sol ferme avant de s'élaner pour l'ultime saut... mais Philostrate nous apprend que le sauteur laissait des empreintes. Par les points qu'indiquaient ces empreintes, des raies parallèles étaient tracées sur le sol, à l'aide d'un bâton, et elles servaient à classer les concurrents. Pindare, d'ailleurs, y fait allusion dans sa Ve Néméenne, consacrée à Pythéas d'Egine et Quintus de Smyrne également. Des vases peints révèlent l'existence de ces marques.

## Les hommes forts

Il est évident que les haltères prolongeaient le vol dans des proportions considérables. On pourrait penser, toutefois, que ces masses contraient l'élan des concurrents; mais ces hommes étaient, faut-il le répéter, des athlètes complets. Pour vaincre au pentathlon, il fallait non seulement savoir sauter, mais aussi courir vite, lancer le disque et le javelot et être un lutteur de première force.

Les haltères furent tout d'abord de petits sacs remplis de sable ou de son. Cependant, bien vite, les athlètes négligèrent ces instruments fragiles au profit d'haltères de pierre dont la forme rappelle curieusement un fer à repasser. Plinie a noté que Myron avait sculpté un pentathlète porteur d'haltères, mais le nom de cette célébrité des stades ne nous est pas parvenu. Par contre, le grand pèlerin d'Olympie, Pausanias, remarqua certaines statues d'athlètes tenant des haltères. Il décrit ceux de l'Agôn dédié par Mikythos, tyran de Rhégion et de Zancle et les trouva, disons d'une forme «périmée»; comme ceux que tenait Hysmon d'Elée, dont Kléon avait fait la statue. Toujours d'après Pausanias, Hysmon, champion du pentathlon, s'était guéri d'une arthrite en effectuant des exercices aux haltères.

Ces haltères étaient des masses irrégulières, assez sphériques. Ils devinrent ovales et Pausanias note que «*les doigts y entraient comme dans les courroies d'un bouclier*».

Les fouilles ont permis de retrouver quelques-uns de ces instruments. Deux, de Corinthe, sont en pierre noire; façonnés d'une façon assez extraordinaire pour permettre la préhension, ils pèsent 2018 grammes chacun. Un haltère pour la main droite, trouvé à Olympie, en diorite vert du Taygète, pèse 4629 grammes.

Les poids étaient différents selon l'âge des athlètes et le lieu des épreuves. Une statuette étrusque, découverte à Arezzo et un bronze d'Athènes appartenant au musée de Berlin prouvent la disparité de cet accessoire.

La forme évolua: des haltères furent créés, qui consistaient en deux masses réunies par une tige courbe. Le musée de Copenhague possède même des haltères de plomb gravés à la marque de leur fabricant.

## Le héros de Salamine

Lors des fouilles organisées sur le stade de Delphes, de 1893 à 1895, les archéologues mirent à jour les fragments d'une base de statue et d'une inscription archaïque où M. Homolle reconnut les restes d'un monument signalé par Pausanias et élevé à Phayllos de Crotona (qui, au dire de Pausanias, n'avait jamais remporté de victoire olympique). Peut-être cette inscription était-elle la répétition du distique célèbre: *Phayllos a sauté jusqu'à cinquante-cinq pieds et il a lancé le disque à quatre-vingt-quinze*. Suidas et Photius avaient lu cette épigramme sur la statue de l'athlète, mais ils ne précisaient pas que c'était à Delphes. Une autre inscription trouvée sur l'Acropole d'Athènes pouvait se traduire ainsi: *cet homme que voici, exposé à tous les regards, c'est Phayllos, trois fois vainqueur aux Jeux pythiques. C'est lui qui a vaincu la flotte d'Asie*.

La célébrité de Phayllos était extraordinaire. Platon, cherchant une «image» écrivait: *dépasser le but comme Phayllos*. Aristophane aussi s'est engoué pour les performances du Crotoniate: le chœur des Acharniens se vante de n'avoir pu suivre Phayllos à la course, et Philocléon le nomme *un coureur sans pareil*. Enfin, un vase du musée de Munich porte le nom de ce champion.

Cependant, la gloire de Phayllos ne fut pas seulement la conséquence de ses exploits d'athlète. Lorsque Xerxès, en 480 avant J.C. ravagea l'Attique et ruina Athènes, le peuple grec, très divisé, s'unit contre l'opresseur. Phayllos de Crotona équipa à ses frais (ce qui semble indiquer qu'il n'était pas un amateur!) une trière pour secourir ses compatriotes à Salamine. Hérodote précise que ce vaisseau de guerre était commandé par le champion et que celui-ci contribua pour une large part à la défaite de la flotte ennemie. A la renommée de l'athlète s'ajouta celle du soldat.

D'après Yann Le Floch, qui a exploré, lui aussi, les textes anciens, il paraît que Phayllos aurait «mal tourné» vers la fin de sa vie. Comme quoi, même en ce temps-là, le sport n'était pas une panacée!

<sup>1</sup> La coudée grecque valait 0.443 m, ce qui, à l'aide d'haltères, rendait le saut de Chionis possible.