

**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:** 39 (1982)  
**Heft:** 5  
  
**Rubrik:** Page du lecteur

### **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>**



## Ecrivez-nous!

Avez-vous une remarque à faire au sujet de la revue? Ecrivez-nous! Quelque chose à suggérer? Nous en serons heureux! Avez-vous un problème touchant à un aspect quelconque du sport que vous pratiquez et pensez-vous que nous puissions vous aider à le résoudre? Faites-nous en part! S'il présente un intérêt de portée suffisamment générale, nous vous répondrons: par ma plume ou par celle d'un spécialiste si la question est trop spécifique! (Y.J.)

## Endurance et Sport pour Tous

Ernest Monnier  
2732 Loveresse

Il faut bien le dire, nous tous qui recevons la revue Jeunesse et Sport y sommes attachés, même si nous ne lui accordons pas toujours l'attention voulue. Il est vrai que, longtemps, elle a manqué quelque peu de densité et d'unité. Depuis le début de cette année, la différence est nette: équilibre et qualité supérieure. Quelle bénédiction de découvrir mensuellement dans mon courrier cette bouffée d'air vivifiant et tout

pénétré de... l'esprit de Macolin. Ce Macolin qui m'eût été «mon petit coin à vivre» si je l'eus connu plus tôt! Ce Macolin qui, même si je n'y ai accès qu'épisodiquement, me laisse tant de lumineux souvenirs.

Je vous écris pour vous faire cette confession, à vous et aux lecteurs de Jeunesse et Sport, mais aussi pour vous dire que vous êtes dans le vrai lorsque vous prétendez que notre revue n'est pas assez connue. J'ai souvent regretté que tel ou tel article ne soit pas repris par la presse pour connaître une plus large audience. Par les «temps qui courent», beaucoup de monde pourraient profiter utilement, par exemple, d'un article comme «L'entraînement d'endurance contribue à protéger le cœur» (no 4, 1981). Si chacun s'avisait à mettre en pratique les bons conseils qui s'y trouvent, les médecins pourraient fermer boutique. A mon avis, il me paraît urgent d'envoyer Jeunesse et Sport à tous les journaux. Si c'est déjà le cas, le résultat est quasiment nul!

Une question au sujet d'un article paru dans le no 9, 1981, article intitulé «Le sport pour prévenir les maladies du système

cardio-vasculaire». Il y est dit: «Chaque activité physique comprend cinq composantes», puis suit le détail de chacune, à l'exception de la deuxième: *la flexibilité...*, notion qui ne m'est pas connue. Avez-vous une explication?

Vous avez introduit une rubrique *Sport pour Tous* et vous avez bien fait. Que n'ai-je connu plus tôt cette sublime institution! Je m'y serais moi-même lancé corps et âme... tant je souffre de voir tous ceux qui souffrent pour avoir ignoré les bienfaits de l'effort physique gratuit et le mouvement, en quoi le sport trouve sa pleine justification. La mentalité dans laquelle baignent actuellement le hockey sur glace et le football me dégoûte. Les «fans» me répugnent. Bien qu'engagé jusqu'au cou à l'ASF, je laisserais tout tomber si J+S ne venait s'imbriquer dans ces sports.

En outre, je suis incapable de digérer certaines «raisons sociales»: Fédération catholique suisse de gymnastique et de sport», par exemple, aussi déplacée que s'il s'agissait, d'ailleurs, d'une «Fédération protestante...»! Ce n'est pas à la religion, mais au principe que j'en veux. On a vraiment un peu tendance à tout mélanger et... à tout diviser!

## Réponse

Votre lettre est un encouragement bienvenu. Je m'en voudrais d'y ajouter des commentaires superflus. Je vais donc les réduire au minimum tout en cherchant à répondre au mieux à votre question sur la... «flexibilité», une question fort pertinente ma foi! Cette expression apparaît dans un texte de «Documenta Geigy» adapté de toute évidence par un traducteur qualifié au plan linguistique mais non spécialisé dans le langage sportif. Selon le dictionnaire: flexibilité égale souplesse! Il faut donc comprendre «mobilité», «souplesse articulaire et musculaire». Si j'avais été rédacteur à l'époque du no 9, 1981, je pense que j'aurais apporté cette correction. Pour le reste, je puis vous dire que j'ai demandé à tous les journaux (il y en a quelque 120 en Suisse romande) s'ils désiraient recevoir la revue. Plus de 50 m'ont répondu affirmativement. J'estime que c'est un succès. Mais je ne puis demander quoi que ce soit de plus.

Hockey sur glace? Football? FCSGS? Peut-être bien que des voix vont se faire entendre pour vous répondre. Cette page leur est ouverte! (Y.J.) ■

