

<b>Zeitschrift:</b>	Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport
<b>Herausgeber:</b>	École fédérale de sport de Macolin
<b>Band:</b>	40 (1983)
<b>Heft:</b>	2
<b>Artikel:</b>	Course d'orientation : boussole en main au pays du Soleil Levant
<b>Autor:</b>	Hanselmann, Erich
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-998708">https://doi.org/10.5169/seals-998708</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:** 29.01.2026

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

# Course d'orientation: boussole en main au pays du Soleil Levant

Erich Hanselmann, chef de la branche CO à l'EFGS  
Traduction: Paul Curdy

Depuis 1972, Erich Hanselmann est entraîneur national au sein de la Fédération suisse de course d'orientation (CO). Il est l'auteur de «ABC de la CO», un livre de qualité édité par l'EFGS. Cet ouvrage a connu un retentissement considérable et il a même été traduit en japonais. L'automne dernier, Erich Hanselmann a été invité par le comité japonais de CO pour un séjour de deux semaines au pays du Soleil Levant en qualité d'entraîneur et de conseiller. (Y.J.)

Une vingtaine d'heures de vol nous amènent d'Europe en Extrême-Orient, dans ces quatre îles de l'Océan Pacifique qui constituent le Japon. Dès l'approche de Tokyo, la ville aux quatorze millions d'habitants, on vit se profiler le Fuji-Yama: volcan éteint à la silhouette si caractéristique, la plus haute montagne du pays.

## Une hospitalité sans pareille

Les quatre plus hauts fonctionnaires de la Fédération nippone de CO, ainsi que Shin Murakoshi, champion national de cette

discipline, étaient à l'aéroport pour nous accueillir, ma femme et moi. Nous réaliserons plus tard seulement le long déplacement qu'ils ont dû s'imposer.

Pour nous autres, Européens, il n'est pas si facile de trouver le contact avec les Japonais, tant sont grandes les différences de langue, de culture, de religion. Néanmoins, nous avons toujours pu apprécier leur politesse raffinée, leur discrétion, aussi bien sur la route que dans la cohue du métro. Et, lorsque le contact parvient à s'établir, on est frappé par leur prévenance, leur largeur de vues.



## Organisé – programmé

Une qualité marquante du Japonais, non seulement dans son travail, mais dans son mode de vie, c'est de tout organiser, de tout planifier, de tout programmer.

Pour chaque journée, l'emploi du temps est soigneusement établi et le programme est suivi à la lettre. Des modifications, même pour des raisons majeures, peuvent engendrer nervosité, voire confusion.

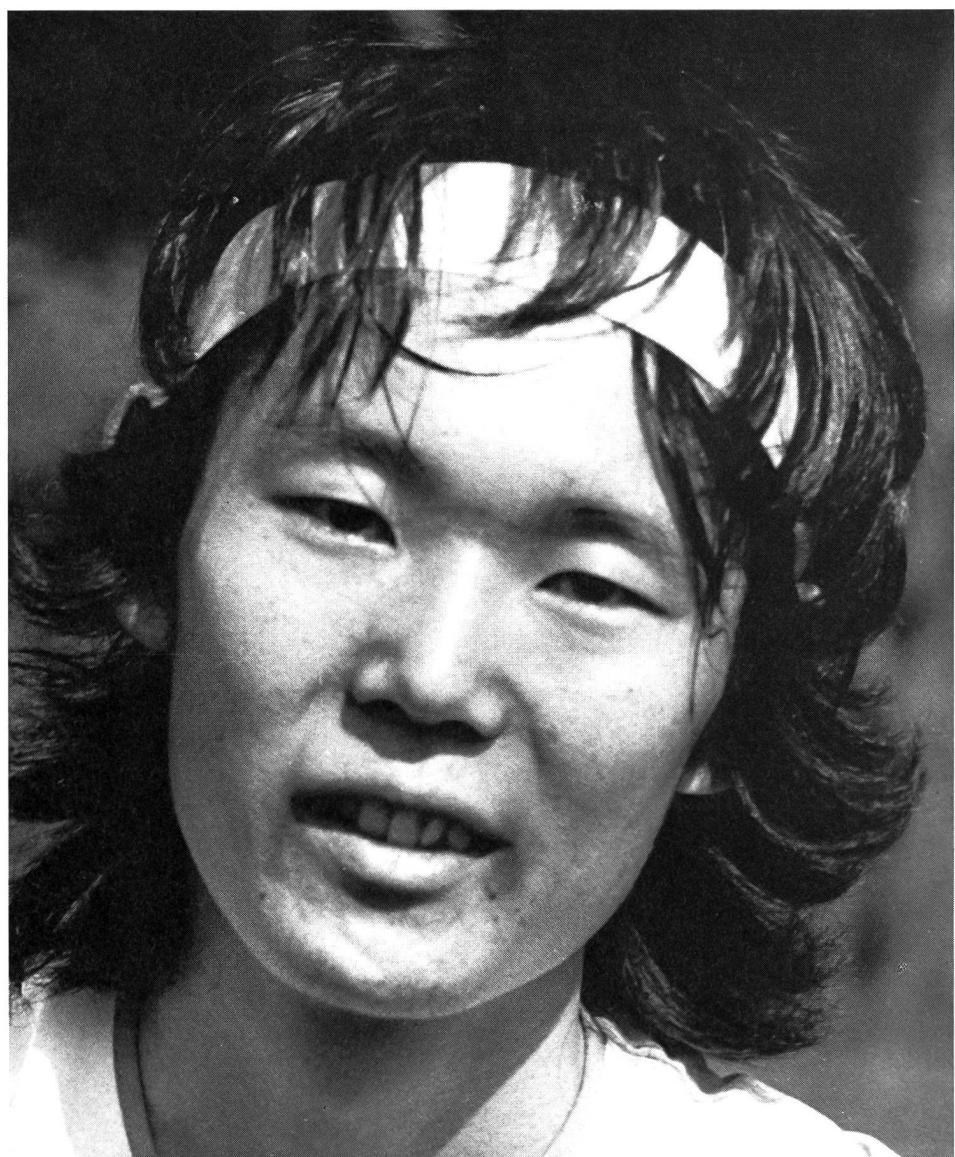
## La course d'orientation au Japon

La première apparition de la course d'orientation remonte à l'année 1966. En fait, il s'agissait beaucoup plus d'une excursion avec carte. En 1969, sous l'impulsion de l'organisation d'Etat «Sport pour Tous», une commission de CO fut constituée. En 1970, l'Etat prit en main le développement de la CO en tant que sport, mettant à disposition des moyens financiers assez conséquents destinés surtout à la formation de moniteurs.

En 1974, sous la direction de Tsunaichi Sato, un grand pionnier, la première carte de CO put être éditée. Elle marqua le début d'une époque nouvelle.

## Où en est le Japon aujourd'hui?

Aujourd'hui encore, la CO est dirigée par la commission créée en 1969. Elle compte actuellement 20 membres. L'aide financière de l'Etat s'est faite plus modeste et les dirigeants doivent assurer par d'autres voies le financement de leur sport. Le Japon compte environ 170 clubs de CO; 50 d'entre eux sont des clubs de sport universitaire, lesquels se développent de plus en plus. Un nombre croissant d'étudiants trouvent leur plaisir dans une activité qui requiert autant d'engagement intellectuel que physique. C'est de leurs rangs que sortent les meilleurs coureurs et les meilleures coureuses.



# 剣ヶ峰

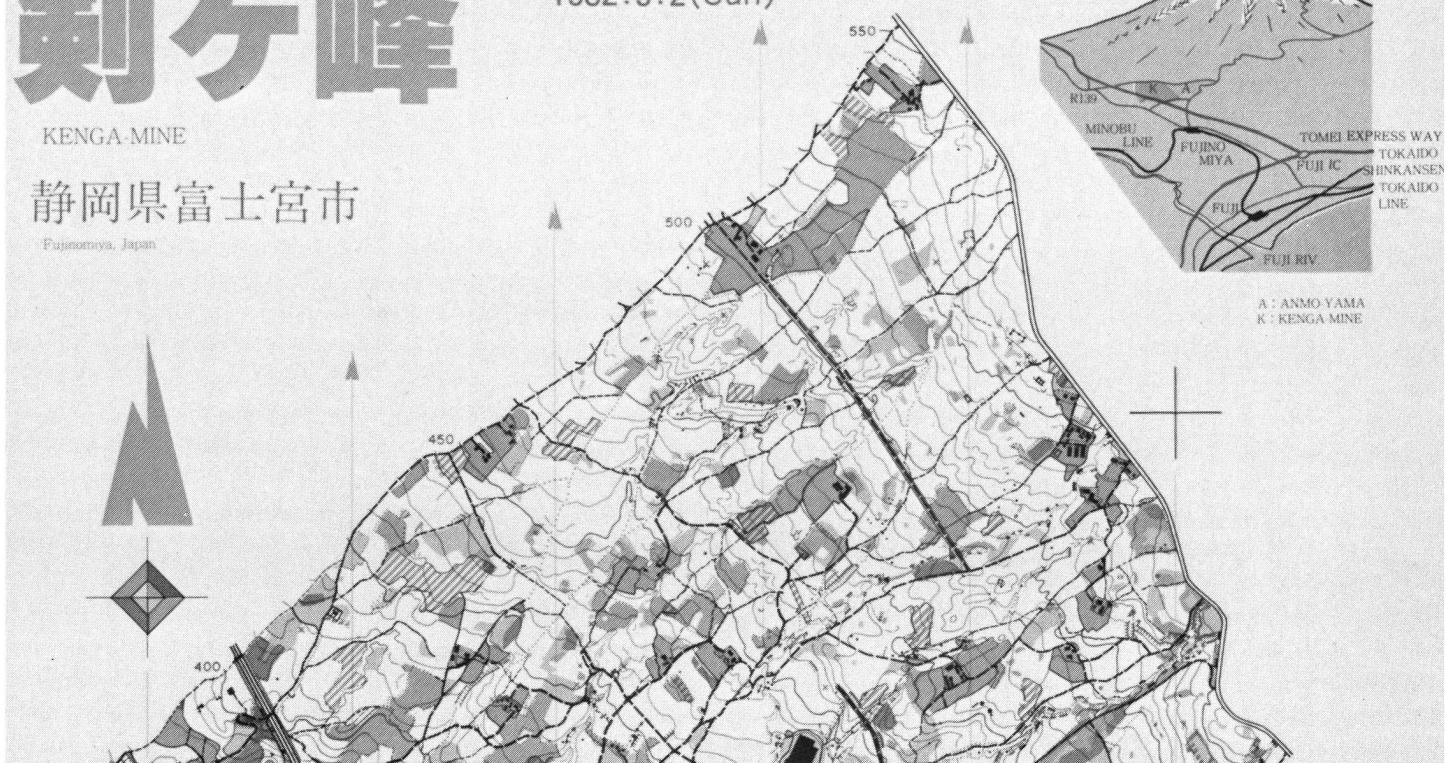
KENGA MINE

静岡県富士宮市

Fujinomiya, Japan

OL富士宮大会

1982.5.2(Sun)



La saison de CO va d'octobre à mai, excluant l'été à cause de la chaleur trop forte et de l'impraticabilité de la plupart des forêts. Les terrains de course, généralement accidentés sont, le plus souvent, couverts de fourrés et d'épais sous-bois, ce qui donne à certaines cartes une coloration uniforme. Quelque 8 à 10 grands concours (nationaux), comptant chacun 1000 participants environ, se déroulent au Japon, chaque saison. Il faut ajouter à ce nombre, une cinquantaine de concours moins importants (régionaux), avec 500 participants.

La principale région de CO se trouve sur l'île de Honshu, la plus importante des quatre; on y accède, de Tokyo, en quelques heures de voiture.

Mais la course d'orientation a également pris pied à Nagoya, Hiroshima, Osaka et, plus récemment, à Sapporo.

## Cartes d'un excellent niveau

En quelques années, les Japonais, grâce en particulier à Sato, ont réussi à créer quelque 400 à 500 cartes de CO d'une qualité à peine imaginable. Il est réjouissant de constater qu'ils se sont inspirés, pour ce faire, du système utilisé en Suisse. On trouve au Japon environ 500 réseaux de postes fixes, comportant chacun une douzaine de postes marqués par une plaque de métal fixée dans le béton. Plus de 1300 moniteurs ont été formés dans des cours accélérés.

C'est ainsi que la course d'orientation s'est implantée au Japon, atteignant en peu de temps des objectifs remarquables.

## La première génération atteint sa majorité!

Dans le monde des 5 à 8000 pratiquants, on dénote une aspiration à faire toujours mieux et à aller toujours plus vite; on réclame des courses exigeant des performances de plus en plus poussées. Le nombre des jeunes coureurs qui ressentent la CO comme un défi devant leur permettre de se mesurer, de trouver la limite de leurs possibilités, est toujours plus élevé, et cette évolution devrait se poursuivre.

## Enthousiasme et performance

La CO japonaise manque encore d'une structure visant à pousser la performance; il n'y a ni cadre national, ni entraîneur. Le but de mon séjour était, justement, de démontrer par l'exemple les possibilités d'une telle promotion. L'occasion m'a été donnée d'exposer, à Tokyo, devant un auditoire attentif, mes idées et mes expériences dans le domaine du sport d'élite en CO. Nos hôtes me remercièrent par un dîner de gala dans le plus pur style japonais.

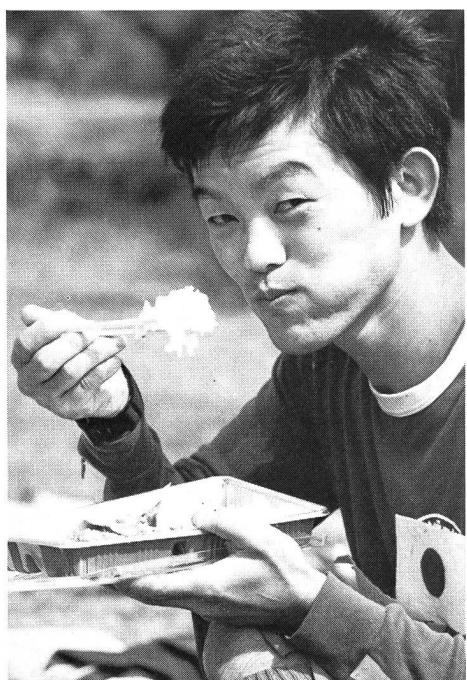




Mais ma principale tâche fut de collaborer à la direction d'un camp axé vers la performance, auquel 16 coureurs et 6 coureuses prenaient part.

#### Autour du Fuji-Yama

Ce camp s'est déroulé dans une merveilleuse contrée: au pied du Mont Fuji, dont le sommet était couvert de neige. Nous disposions de deux excellentes cartes de CO. Le terrain, en légère pente bien praticable, ressemblait à notre «Fürstenwald» des environs de Coire. Sous le soleil automnal, la région convenait vraiment bien.



#### Bonne humeur et engagement

Ce fut, pour moi, un réel plaisir que de voir avec quel zèle ces coureuses et coureurs, animés de la volonté de faire de leur mieux, se mirent au travail. Même lorsque les exigences atteignaient à la limite de leurs possibilités, il n'y eut jamais d'abandon, même si certains avaient besoin de deux fois plus de temps que le vainqueur.

Le programme quotidien comprenait deux entraînements techniques très poussés: observation, orientation générale, orientation de détail, exercices de repérage, course par handicap, course au postes (réseau) avec départ en ligne; entraînement avec départs échelonnés, course en couloir, etc. J'ai été impressionné par les



capacités des participants. Grâce à notre entraînement en commun, nous eûmes la possibilité de nouer des contacts très enrichissants.

#### Considérations finales

Après une semaine riche en expériences, nous avons pris congé de ce passionnant pays d'Extrême-Orient et des personnes que nous avons appris à connaître et à aimer à travers le sport.

Je suis convaincu que les coureurs japonais de CO accéderont rapidement au niveau international. J'espère que leur pays saura leur apporter, en cela, l'appui nécessaire.

En première urgence, il leur faudra développer la formation des moniteurs, parmi lesquels se recruteront des entraîneurs à préparer pour de plus hautes tâches dans le domaine de la compétition. J'espère et je crois aussi qu'un cadre national sera constitué et structuré. C'est le vœu de nombreux coureurs talentueux de ce pays. J'aimerais exprimer, ici, ma grande reconnaissance à MM. Sato, Konno et Umeda, qui ont organisé et conduit ma visite. Je remercie également Shin Murakoshi, la «tête» des coureurs d'élite, et Gusti Sidler, le Suisse du Japon qui sut tirer, pour nous, toutes les sonnettes qu'il fallait. ■

