

**Zeitschrift:** Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport

**Herausgeber:** École fédérale de sport de Macolin

**Band:** 43 (1986)

**Heft:** 3

**Rubrik:** Jeunesse + Sport

#### **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>**

## Intégration du patinage dans J + S

Marianne Bühler, déléguée de l'Union suisse de patinage à J + S  
Traduction: Martine Rebetez

*Depuis 1980, le patinage fait partie des petites branches sportives de J + S (des «parents pauvres, des défavorisés en voie de développement» selon Hugo Lötscher, rédacteur adjoint de MAGGLINGEN), et se bat pour se sortir de la situation actuelle.*

*Pour la plupart des gens, le patinage a la réputation d'être un sport élitiste; parallèlement, on le considère généralement comme un sport réservé aux enfants.*

*Consciemment ou non, il semble que l'on se complaise malheureusement à oublier toutes les possibilités qu'offre le patinage en tant que sport de masse.*

Chaque année, des centaines de milliers de personnes s'ébattent sur les patinoires de Suisse, dont un très grand nombre sont artificielles. Quelque 150 000 jeunes et moins jeunes font régulièrement du patinage, et un tiers d'entre eux se perfectionnent en prenant des cours dans les clubs. Parmi les gens pour lesquels le patinage constitue véritablement un sport pratiqué régulièrement, la moitié sont des enfants, un quart des jeunes en âge J + S et un quart des adultes. Seule la contribution bénévole de moniteurs idéalistes (avec ou sans qualification J + S) permet d'offrir des cours de type «sport pour tous» à des prix raisonnables. Les initiatives désintéressées des responsables de clubs et des moniteurs J + S se heurtent malheureusement souvent aux prix de location très élevés et au manque de place chronique sur les patinoires artificielles.



### La participation à J + S

Le schéma (page 13) montre les différents stades de développement auxquels les jeunes peuvent se trouver, en patinage, lorsqu'ils sont en âge J + S. Les plus ambitieux et les plus talentueux feront très vite partie du cadre suisse de patinage artistique ou de danse sur glace et dépasseront largement le niveau de l'enseignement J + S. Ceux dont les connaissances techniques sont très limitées ou inexistantes ne pourront plus guère faire de progrès (à l'exception de la danse sur glace et du patinage de vitesse). Pour eux, les programmes d'animation revêtent une grande importance. Les responsables des patinoires n'ayant en général manifesté, jusqu'ici, que très peu d'intérêt pour ce genre d'activité, la forme qui s'y prête le mieux est le camp polysportif. Celui-ci combine des activités différentes, qui répondent bien aux besoins des jeunes et des adultes pour lesquels le patinage reste véritablement une activité de loisir.

#### Combinaison conseillée

*En été:*

- De 3 à 4 heures par jour de patinage
- Promenades – baignades – fitness – gym-jazz
- Ballet/danse populaire

*En hiver:*

- De 3 à 4 heures par jour de patinage
- Promenades – randonnées à skis
- Gymnastique – fitness
- Activités créatrices
- Théâtre ou mime

### Où, comment et avec qui avoir une activité J + S dans la branche Patinage

#### Non-patineur

*Motivation:*

- Par l'animation
- En voyant des patineurs parmi ses connaissances ou à la patinoire

*But:*

- Apprendre à patiner et y trouver du plaisir

*Moniteurs:*

- Moniteurs de club
- Moniteurs J + S 1 et 2

#### Patineur «autodidacte»

*Motivation:*

- Par des promotions ou offres spéciales, ou par des manifestations ouvertes à tous

*But:*

- S'amuser – jouer – participer à des cours – occuper ses loisirs – acquérir de l'assurance, de l'adresse – rencontrer du monde – se faire des amis
- S'inscrire éventuellement dans un club

*Moniteurs:*

- Moniteurs J + S, toutes catégories

*Manifestations:*

- Courses – estafettes
- Courses d'adresse et d'habileté
- Heures de jeu
- Concours par équipes (tournois)
- Disco sur glace
- Week-end polysportif

#### Patineur avancé

*Motivation:*

- Par des cours spéciaux

*But:*

- Ne pas quitter le club et progresser dans la discipline

*Moniteurs:*

- Moniteurs J + S 3, entraîneurs professionnels

*Manifestations:*

- Patinage synchronisé et en formation
- Cours de danse sur glace
- Patinage avec partenaire

- Interprétation musicale (créativité)
- Cours de patinage de vitesse
- Camps polysportifs (week-ends, semaines)

### Sportif d'élite, «espoir»

#### Motivation:

- Par des offres réservées aux patineurs faisant de la compétition

#### But:

- Concours et championnats nationaux et internationaux

#### Moniteurs:

- Entraineur diplômé, expert J+S

#### Manifestations:

- Rencontres de cadres
- Camp d'entraînement ■



## Structures de la branche sportive Patinage

### Sport de masse:

loisirs et santé

#### Patinage pour tous

(Toutes les catégories d'âge)

#### But sportif:

faire du sport sans spécialisation technique

#### But social:

amusement, divertissement, contacts

#### Cours par groupes pour débutants

(Cours de clubs, cours de vacances, sport scolaire)

De 5 à 12 ans

(possibilités pour toutes les classes d'âge)

#### But sportif:

notions élémentaires, premiers «pas»

#### But social:

aide, conseils, contacts

#### Cours pour avancés

(Organisés par les clubs)

De 7 à 16 ans (également pour adultes)

#### But sportif:

technique spécifique, tests de clubs, de J+S, de fédération:

- test de figures libres classe 4
- test de danse classe 5

#### But social:

progression personnelle (confiance en soi, discipline individuelle)

#### Animation

J+S: de 12 à 20 ans

Tous: de 12 à 70 ans

#### But sportif:

utilisation des connaissances techniques spécifiques dans un cadre plus large

#### But social:

bonne occupation des loisirs, contacts, relations, amusement, satisfaction personnelle

### Enseignement combiné par groupes et individuel

De 7 à 20 ans/J+S

#### But sportif:

progression rapide

**But social:**  
satisfaction personnelle, travail de la volonté et de la concentration

### Sport d'élite et enseignement:

sport individuel, enseignement privé

#### But idéal:

carrière sportive, qualification pour les championnats, exhibition, etc.

#### Intérêt des parents et/ou de l'enfant

De 3 à 5 ans

#### Enseignement individuel par un entraîneur professionnel

Dès 3 ans

#### Compétition (différents niveaux)

##### But sportif:

- tests USP de la fédération
- figures imposées
  - libre
- et/ou
- danse sur glace

#### Championnats d'Europe

De 2 à 5 participants



#### Championnats du monde

De 1 à 3 participants



De 15 à 25 participants

**Classe 1**  
Test d'or  
Championnats suisses  
Début de la carrière internationale

Age J+S

De 30 à 40 participants

**Classe 2**  
Test d'argent  
Championnat B  
Concours juniors internationaux

Age J+S

Nom-  
breux  
parti-  
cipants

**Classe 3**  
Concours juniors régionaux  
Sélection pour les Championnats suisses juniors

Age J+S

**Tests USP, classe 4**  
Animation – motivation