

Zeitschrift: Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport
Herausgeber: École fédérale de sport de Macolin
Band: 44 (1987)
Heft: 8

Rubrik: Sport pour tous

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

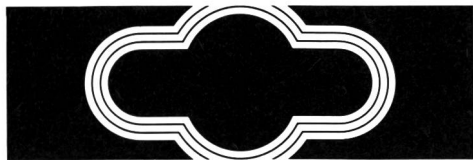
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées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



SPORT POUR TOUS

Le mouvement Sport pour Tous

Un des atouts du sport populaire

Lilo Kennel, vice-présidente de la Commission SPT de l'ASS

Traduction: Evelynne Carrel

Il y a 17 ans, l'Association suisse du sport (ASS) instituait la Commission Sport pour Tous (SPT) avec, pour objectif, de soutenir les efforts entrepris par les fédérations et les clubs dans le domaine du sport de loisir et du sport populaire. Dès lors, elle a déployé une activité considérable et est à l'origine d'un véritable mouvement populaire. Madame Lilo Kennel en fait le tour, ce qui permettra aux lecteurs de MACOLIN de compléter avantageusement ce qu'ils ont appris, dans le no 5/1987, par l'interview de Jörg Stäubli. (Y.J.)

Le mouvement Sport pour Tous réunit tous les aspects du sport populaire, de la détente à la compétition, en passant par l'entretien de la condition physique. Il s'adresse aux familles, aux personnes seules, aux groupes, aux hommes d'affaires, aux couples ménagères, aux petits comme aux aînés, en deux mots: à «tous». Par ses programmes alléchants, il vise à faciliter les débuts des non-sportifs ou des sportifs occasionnels, à dissiper leur gêne initiale et, en fin de compte, à les inciter à pratiquer un sport régulièrement, en conjuguant divertissement, jeu et plaisir.

Depuis sa création, la Commission Sport pour Tous a multiplié les offres, des offres qui ont été en partie le fruit de projets réalisés en collaboration avec certaines fédérations sportives: des installations permanentes ont été créées et mises à la disposition de l'ensemble de la population; des manifestations, organisées à l'échelon national et auxquelles les médias ont fait un large écho, ont sensibilisé la popu-

lation à l'idée de la «forme»; enfin, les cours organisés au sein des clubs ont permis à ces derniers d'enregistrer une augmentation réjouissante du nombre de leurs membres.

Les parcours mesurés

Qui ne connaît, aujourd'hui, les «parcours mesurés», nés des efforts conjugués de l'Association suisse du sport (ASS), de la Fédération suisse d'athlétisme (FSA) et du Crédit suisse (CS)? Variés, soigneusement jalonnés, ils permettent à tout sportif d'organiser méthodiquement son entraînement en vue d'acquiescer, de garder ou d'améliorer sa forme. Les parcours mesurés bénéficient d'un franc succès lorsque l'entraînement est emmené par des moniteurs de sport populaire qualifiés, que ce soit auprès des débutants désireux de progresser ou des groupes de tous âges en quête de bons moments.

Ski et natation

Un autre projet, échelonné sur cinq ans, a été élaboré en collaboration avec la Fédération suisse de ski (FSS). Les clubs pilotes ont rivalisé d'ingéniosité pour proposer aux personnes non-membres des activités douze mois sur douze: ski sur herbe, vélo de tourisme, gymnastique préparatoire au ski, journées de ski pour familles, d'autres d'initiation au saut à skis et j'en passe. Les auteurs du projet ont fait coup double, en ce sens qu'ils ont également réussi à stimuler l'enthousiasme des sportifs affiliés. Ces efforts ont donc été payants puisque les clubs sont sortis renforcés de l'opération.

L'Ecole de natation de Zurich est née d'un projet réalisé avec le concours de la Fédé-

ration suisse de natation (FSN). Cet exemple illustre la façon dont les sociétés sportives peuvent s'associer pour prendre en charge l'administration d'une entreprise, les moniteurs des différents cours étant mis à disposition par les clubs participants. Divers milieux se sont inspirés de cet exemple et d'autres analogues.

Il y a quelques années déjà que la Société suisse de sauvetage (SSS) organise «son» kilomètre de natation. Cet événement regroupe les quelque 25 000 membres de l'institution, ainsi que de nombreux sportifs populaires de tous âges et de toutes provenances. Chacun est sensé parcourir une distance minimale de 1000 m à la nage. Cette épreuve pousse bien souvent les nageurs à s'essayer préalablement – sous forme d'entraînement – au test de natation par étapes (Interassociation pour la natation ou IAN); parfois, c'est également une manière d'amener le public à prendre part à un rendez-vous sportif tout à fait particulier: la traversée d'un lac. Grâce à ces différentes possibilités, la natation, sport favorable à la santé, a gagné de nombreux adeptes.

Cyclisme et gymnastique

Le cyclisme revient à la mode. Les innombrables randonnées à vélo proposées par l'Union vélocipédique suisse (UVS) trouvent un accueil plus favorable que jamais; elles permettent de traverser de magnifiques régions en empruntant des chemins sûrs et bien signalisés. Les itinéraires ont été repris dans une brochure et assortis d'une description de parcours. Ainsi, chacun peut choisir l'excursion la mieux adaptée à ses capacités. Dans le même ordre d'idées, les CFF proposent tout un choix de randonnées touristiques à vélo. Elles sont répertoriées dans la brochure «Pour vos tours à bicyclette: le train», élaborée en collaboration avec l'ASS.

La Fédération suisse de gymnastique (FSG) permet à ceux qui fréquentent ses cours pour la mère et l'enfant – dont la popularité n'est plus à faire – d'acquiescer les bases de l'exercice naturel, bases sur lesquelles toute la pratique sportive fu-

ture viendra s'appuyer. Ce procédé contribue aussi largement à renforcer les liens entre parents et enfants. Bien souvent, les cours sont complétés par des leçons pour le père et l'enfant – une façon d'inciter à la pratique du sport en famille. Ce modèle d'activités Sport pour Tous a été repris avec bonheur par d'autres clubs sportifs, que ce soit en tennis, en natation, en patinage, en ski, etc.; partout, il rencontre la même approbation des parents, qui y voient la possibilité d'échanger leurs expériences et de nouer des amitiés.

Les New Games ou «petits jeux»

Les New Games, que la Commission Sport pour Tous a directement importés des Etats-Unis dans le cadre des Fêtes de jeux, ont trouvé un écho favorable chez nous. Pour qu'ils soient bien compris et transmis avec enthousiasme, la Commission SPT de l'ASS a créé des cours de moniteurs de Fêtes de jeux, elle a rédigé un guide d'organisation et établi des dépôts de matériel. Les clubs et autres groupe-

– Ceux que l'envie prendrait de disputer, avec des amis (ou des personnes en passe de le devenir), un match de volleyball à la piscine ou au bord de la mer peuvent simplifier sans peine les règles de ce jeu et utiliser une balle ou un cube en mousse. Ce qui compte, en l'occurrence, c'est que chacun fasse de l'exercice!...

Un beau lot de pratiquants

... Et ceux qui font de l'exercice ne manquent pas. Si on en croit une enquête faite par l'ASS, 53 pour cent de la population adulte de ce pays font régulièrement du sport. Entre 1978 et 1984, le nombre des sédentaires a régressé de 400 000. Cette véritable explosion sportive n'est d'ailleurs pas le seul mérite de la Commission Sport pour Tous de l'ASS. Elle est le résultat d'un mécanisme dont les rouages s'imbriquent presque à la perfection et qui implique fédérations et sociétés sportives, J+S, offices des sports, stations de vacances, sportifs d'élite et autres «meneurs de jeu».

Les prestations de la Commission SPT

Pour tous renseignements, conseils, documents, moyens de propagande et de publicité, etc.: s'adresser aux responsables des départements Sport pour Tous des fédérations ou à l'ASS, Sport pour Tous, case postale 202, 3000 Berne 32, (tél. 031 43 00 11).

- L'organisation d'une Fête de jeux, le 1er août ou à l'occasion d'un événement particulier, est propre à soulever l'enthousiasme général. Les exercices d'adresse: courses de pédalo, d'échasses ou autres semblables fascinent jeunes et moins jeunes;
- Personne ne résiste à un rallye à vélo, pour autant qu'il soit bien organisé;
- Les femmes apprécient tout particulièrement les parcours VITA «accompagnés». En effet, elles n'ont pas forcément envie de parcourir seules les sentiers de forêts isolés!



Traversée populaire d'un lac.



Fêtes de jeux: pas de limites à l'imagination.

ments usent largement de ces possibilités pour faire connaître les «petits jeux» dont voici quelques exemples:

- Les jeux de loisirs, tels que l'indica, le frisbee, le jeu de volant et autres semblables sont particulièrement indiqués pour la famille; ils constituent également un intermède bienvenu à l'issue d'une journée de travail, lors de fêtes de famille, de garden-parties ou d'une pause en cours d'excursion;
- Le mini-tennis, un programme de sport populaire lancé par l'Association suisse de tennis (AST), pousse jeunes et moins jeunes à rivaliser d'ardeur: il en ressort un maximum de plaisir et de profit pour un minimum d'efforts et d'argent;

Appel aux moniteurs

Que peuvent faire les moniteurs J+S et de sociétés sportives, dans l'esprit de Sport pour Tous, pour leurs groupements ou pour la population?

- Organiser, par exemple, une course d'orientation ouverte à tous les habitants du village, ou profiter d'un dimanche pour lancer un tournoi de mini-tennis sur le parking «vide» du centre commercial;
- Collaborer avec d'autres sociétés du village. L'organisation d'une «olympiade villageoise» est synonyme de divertissement. Il n'est pas rare que les autorités apportent leur soutien à ce type de manifestation;

Nombreux sont ceux qui n'attendent qu'une occasion favorable pour se mettre au sport ou pour y revenir. C'est le cas, fréquemment, des «nouveaux retraités»: les vétérans! Profitons de cette situation pour inciter les anciens moniteurs J+S à «repandre du service»!

Comme on peut le constater, le sport populaire prend de plus en plus d'importance, car il s'adresse véritablement à tous. Mais les sportifs occasionnels ont toujours besoin d'un léger coup de pouce, d'un petit encouragement pour se lancer. C'est là un rôle auquel les moniteurs sont prédestinés. Il s'agit donc de se mettre à la tâche en commun pour le plus grand bien de tous: participants, moniteurs, sociétés sportives et... la société tout court! ■