

<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>	44 (1987)
<b>Heft:</b>	11
<b>Artikel:</b>	Ski de fond : athlètes de haut niveau moniteurs et monitrices J+S
<b>Autor:</b>	Wenger, Ulrich / Brügger, Christine / Scheidegger, Gaby
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-998635">https://doi.org/10.5169/seals-998635</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:** 28.01.2026

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



# THÉORIE ET PRATIQUE

## Ski de fond: athlètes de haut niveau moniteurs et monitrices J+S

Ulrich Wenger s'est entretenu avec quelques membres de l'équipe nationale de ski de fond

Traduction: Eveline Carrel

*Ulrich Wenger s'est chargé de mener l'interview au nom de la rédaction de MACOLIN. Et cela valait la peine, car ce n'est pas tous les jours qu'une équipe ayant participé aux championnats du monde de sa spécialité voit plus des trois quarts de ses membres devenir moniteurs et monitrices J+S au cours de la même année. Cet événement était donc suffisamment important pour qu'on ait envie d'en savoir un peu plus de la part des intéressé(e)s. Merci au chef de la branche d'avoir bien voulu... mener l'enquête. (Y. J.)*

et, en partie également, formatrices et formateurs dans le cadre du cours d'entraîneurs régionaux.

*Pourquoi devenir monitrice ou moniteur J+S?*

*Gaby:* Par intérêt, afin de pouvoir appuyer la pratique sur des bases; dans l'optique, également, de ma future activité d'entraîneur OJ et afin de pouvoir travailler dans le cadre de J+S.

*Christine:* Je suis déjà maîtresse d'éducation physique; en devenant monitrice J+S, j'entends me perfectionner et, ainsi, avoir une carte supplémentaire à

jouer lorsque je recommencerais à travailler après avoir quitté l'équipe nationale. J'aimerais aussi faire partager aux jeunes le plaisir que j'éprouve à skier.

*Battista:* Par intérêt pour le ski de fond et dans l'optique d'une éventuelle activité d'entraîneur par la suite.

*Markus:* Pour me perfectionner, pour connaître quelque chose de plus que la compétition pure et simple. Par le passé, j'ai déjà été moniteur de condition physique et j'ai donné des cours de sport à des apprentis.

*Giachem:* Pour me perfectionner, pour avoir les qualifications de moniteur, un atout de plus pour ma vie professionnelle.

*Andy:* En tant que professeur de ski de fond diplômé, il m'a été relativement facile d'obtenir mon certificat de moniteur 3 à l'issue du cours d'introduction de Macolin. C'est un premier atout en vue de mon activité future dans le domaine du sport.



*Gaby Scheidegger, membre de l'équipe nationale des Championnats du monde de 1987 et désormais monitrice 3 Ski de fond.*

*Quand et comment penses-tu assumer ton rôle de monitrice et de moniteur J+S?*

*Gaby:* Je me suis retirée de l'équipe nationale et je m'occuperai cet hiver déjà de la relève au sein de mon club, le SC Bernina, à Pontresina.

*Christine:* Tant que je continuerai à faire de la compétition, je me chargerai tout au plus de quelques activités ponctuelles pour assurer la relève au sein de mon club; par la suite, je serai monitrice à titre professionnel, mais de préférence dans un autre domaine que le sport d'élite.

*Les hommes (en résumé):* Tant que nous sommes encore dans l'équipe nationale, nous ne pouvons nous charger que de quelques missions au sein de notre club ou de la fédération régionale pour «attirer» les jeunes. Par la suite, il faudra voir!...



*Koni Hallenbarter, vainqueur de la Vasa, aujourd'hui moniteur J+S 3 Ski de fond.*

*As-tu toi-même, en tant que jeune athlète, participé à des cours de ski de fond dans le cadre de J+S et cette institution t'a-t-elle apporté quelque chose?*

*Gaby:* J'ai participé à des courses d'orientation et à des tests d'endurance organisés par J+S; j'ai également suivi un cours de volleyball. En outre, j'ai été sélectionnée directement dans les cadres juniors de la Fédération suisse de ski, ce qui passe également par J+S.

*Christine:* S'il n'y avait pas eu J+S à l'école, je ne serais peut-être pas venue au ski de fond. A l'époque se faisait justement le passage de l'IP (Instruction préparatoire) à J+S, les cours étant désormais ouverts aux filles. Notre maître d'éducation physique, entraîneur dans un club, était expert J+S; par le biais des cours organisés le mercredi, le samedi et le dimanche, il m'a fait découvrir le ski de fond. Mes premières courses se sont donc déroulées dans le cadre de J+S. J'ai aussi fait de l'athlétisme et participé aux camps polysportifs de Tenero. Même à l'Ecole normale, les camps de ski se déroulaient sous l'égide de J+S. A n'en pas douter, ce mouvement m'a beaucoup apporté.

*Battista:* J'ai participé à des camps de ski de fond organisés par J+S; à l'école, j'ai également suivi des activités dans la branche Excursions et plein air, de même que des cours de ski. Que ce soit avec mon club, avec la fédération régionale ou avec les cadres des juniors de la FSS, j'ai tiré grand profit de J+S.

*Markus:* J'ai toujours fait du ski de fond et J+S m'a beaucoup apporté.

*Giachem:* J'ai pris part à une quantité de manifestations J+S, jusqu'à en faire «déborder» mon premier «carnet de performance»! J'ai notamment fait du ski de fond et de l'alpinisme.

*Andy:* J'ai commencé par faire de la gymnastique artistique, du handball et du ski alpin dans le cadre de J+S, puis j'ai participé à un camp de ski de fond avec l'école.

*Pour toi, quels sont les buts que poursuit J+S?*

*En résumé:* Amener le plus grand nombre possible de jeunes à faire du sport; offrir, à l'âge critique, des loisirs intelligents grâce au sport, dans l'espoir que celui-ci – et notamment le ski de fond – devienne une habitude de vie; promouvoir le sport pour la jeunesse et la santé; permettre de découvrir la nature!

*A ton avis, quels rapports y a-t-il entre J+S et le sport d'élite?*

*Gaby:* J+S crée la base et permet de découvrir et d'encourager les talents. Mais le sport d'élite n'est pas du ressort de J+S; c'est une tâche qui incombe aux fédérations.

*Christine:* J+S vise à permettre aux jeunes de pratiquer une grande variété d'activités (camps de vacances, passeport vacances, cours polysportifs); si cela permet de découvrir des sportifs d'élite, c'est aux clubs qu'il appartient de les encourager.

*Markus:* En apparence, les deux termes s'opposent. Toutefois, J+S crée la base sans laquelle il n'y aurait pas de sport d'élite, et les performances des athlètes lui servent de base justement. Il n'existe donc pas vraiment d'opposition.

*Giachem:* J+S permet de découvrir des talents; c'est la seule possibilité que nous ayons, en Suisse, de soutenir financièrement les clubs!

*Andy:* J+S fait partie du sport d'élite. En incitant les jeunes à entreprendre une activité sportive polyvalente, il leur permet de devenir, par la suite, des athlètes de haut niveau en leur assurant une meilleure formation, sur le plan de la coordination notamment.

*As-tu des suggestions à faire au mouvement J+S?*

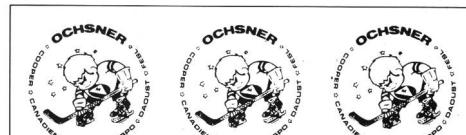
*Christine:* J+S devrait rester «moderne», réagir rapidement aux évolutions, prendre des initiatives, encourager les nou-

velles disciplines telles que la planche à voile ou le triathlon par exemple, renforcer l'idée des camps polysportifs en les multipliant; il devrait également maintenir à un bon niveau la formation des moniteurs, car ce sont ces derniers qui forment la pierre angulaire du Mouvement.

*Battista:* Une hausse des indemnités versées aux moniteurs serait appréciable; toutefois, on courrait peut-être, en le faisant, le risque d'instaurer un système de professionnels moins satisfaisant que ne l'est celui des volontaires.

*Markus:* J+S repose sur un appareil administratif trop lourd (tout se fait à double ou à triple). La Confédération devrait débloquer davantage de fonds au profit des jeunes sportifs. Pourquoi les enfants de 10 ans, qui pratiquent déjà un sport au sein d'un club ou d'une association devraient-ils se passer de tout soutien?

*Giachem:* Il faudrait parvenir à inciter davantage de personnes capables à devenir moniteurs; j'ai bien dit «capables», car nombre d'entre eux éprouvent pas mal de difficultés à enthousiasmer les jeunes pour le sport. En outre, le matériel utilisé par J+S devrait être plus moderne et, en ski de fond du moins, adapté à la compétition (OJ et courses juniors). J'ai entendu dire qu'il y aurait bientôt du matériel «neuf». Quand pourrons-nous en disposer en Engadine?... ■



Les articles de hockey sur glace  
s'achètent bien sûr uniquement  
chez OCHSNER Kloten!

Demandez **gratuitement**  
le catalogue de 136 pages en couleur.

**OCHSNER**  
**Eishockeyartikel Kloten**

Marktgasse 15, CH-8302 Kloten  
Téléphon 01 813 15 43, Téléx 82 55 20 Téléfax 01 813 07 12



**Centre de sports  
et de détente**  
**berner  
oberland** **Frutigen** 800 m d'alt.

Information:  
Office du tourisme CH-Frutigen  
0 033 71 14 21

180 lits, un grand nombre de dortoirs de douze et six personnes. – Salles de séjour.

Installations de sports: piscine couverte et piscine à ciel ouvert, terrain de football, court de tennis, salle de musculation et de fitness, minigolf.

Sol synthétique pour: handball, basketball, volleyball et tennis.

Pension complète à partir de fr. 23.—.

Pour: **camp de sport et de marche – camp de ski**  
(centre de ski Elsigenalp-Metsch, 2100 m d'alt.)