

**Zeitschrift:** Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport  
**Herausgeber:** École fédérale de sport de Macolin  
**Band:** 49 (1992)  
**Heft:** 6

**Artikel:** L'aviron et Jeunesse + Sport  
**Autor:** Fischer, Franz  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-998043>

### **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:** 30.01.2026

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



## L'aviron et Jeunesse + Sport

Franz Fischer, chef de la branche sportive J+S Aviron  
Traduction: Luc Montandon et Yves Jeannotat

**Autrefois:** l'aviron, un sport «élitaire».

**Aujourd'hui:** l'aviron, un sport pour tout un chacun!

**Autrefois:** l'aviron, un sport réservé en priorité aux personnes douées d'une force au-dessus de la moyenne.

**Aujourd'hui:** l'aviron, un sport requérant souplesse, coordination en plus de la puissance.

**Autrefois:** l'aviron, un sport d'«hommes».

**Aujourd'hui:** l'aviron, un sport d'hommes et de femmes, un sport de jeunes et de moins jeunes.

**Autrefois:** l'aviron, un sport de «performance pure» avant tout.

**Aujourd'hui:** l'aviron, un sport de compétition, un sport populaire et un sport d'entretien!

**Autrefois:** l'aviron, un sport très peu pratiqué.

**Aujourd'hui:** l'aviron, un sport en plein développement et en plein essor.

**Autrefois:** l'aviron, un sport nécessitant l'utilisation de bateaux d'équipe grands et lourds.

**Aujourd'hui:** l'aviron, un sport adapté aux différentes formes d'embarcation et aux dispositions physiques des pratiquants.

Tous ces éléments ont permis à l'aviron d'entrer à Jeunesse+Sport en 1976.

### Evolution

En 1980, quelque 60 filles et 800 garçons ont suivi un total de 36 000 unités d'enseignement. Cinq ans plus tard, ces chiffres avaient considérablement augmenté: 300 jeunes filles et 2000 garçons, pour un total de 74 000 unités d'enseignement. A l'heure actuelle, ces dernières sont supérieures à 122 000, suivies par plus de 700 filles et plus de 3000 garçons. Le matériel existant imposant des limites, cette évolution ne pourra bien évidemment pas se poursuivre indéfiniment dans les mêmes proportions.

## Formation

De grands efforts ont été fournis, au cours de ces dernières années, dans le domaine de la formation et, aussi, pour rendre cette spécialité plus attrayante auprès des jeunes. Les moniteurs J+S sont formés avec plus d'attention et véritablement en fonction des tâches qu'ils auront à assumer dans le cadre de leur enseignement. En outre, de nouveaux moyens didactiques (films, séries d'images) ont été mis à leur disposition. L'abaissement de l'âge J+S (moins de 14 ans) n'entraînera, en principe, pas de grands changements au niveau de la formation.

Selon le lieu des cours (rivière, lac, etc.) et les objectifs poursuivis par les clubs, certains jeunes de moins de 14 ans étaient, il faut le savoir, déjà admis dans les cours de débutants jusqu'à présent. Il importe en fait avant tout, lorsque c'est le cas, qu'ils débutent par la pratique de l'aviron de couple (aviron avec deux rames) évitant, ainsi, les charges unilatérales qui ont des incidences sur la colonne vertébrale. Il est également plus facile de passer de l'aviron de couple à celui de l'aviron de pointe (aviron avec une seule rame), car la souplesse et la capacité de coordination sont plus fortement sollicitées dans le premier type que dans le second. Le matériel joue aussi un rôle important, chez les débutants surtout. Certaines modifications ont été apportées, récemment, à l'aviron de couple par exemple. Il convient de mentionner également le «surfskiff» (sorte de «planche à ramer»): planche de surf normale sur laquelle on a monté un cadre avec siège coulissant, portants, souliers, etc., et devenant donc, ainsi, une véritable embarcation pour débutants. Le «surfskiff» connaît un grand succès dans les cours d'animation. Il est aussi utilisé dans les cours polysportifs, permettant à ceux qui le désirent, de faire leurs premières sorties sur l'eau. Très stable, cette embarcation permet d'apprendre plus facilement le geste du rameur. Comme elle est de même très robuste, elle se prête aussi à l'organisation de certains «jeux nautiques». Le «surfskiff» est facile à transporter, de sorte qu'on peut l'utiliser sans grands frais partout où se présente un plan d'eau. Cet aspect est loin d'être négligeable.

Pour les cours de débutants et d'animation, on peut louer, auprès de la Fédération suisse des sociétés d'aviron, un «set complet» (dix planches avec cadre et rames, placées sur une remorque spéciale). Pour les commandes, s'adresser à R. Kägi, Steinhaldenstrasse 73, 8002 Zurich (tél. 01 2010102). Le «surfskiff» est parfaitement adapté aux jeunes de moins de 14 ans.

Il existe bien naturellement beaucoup d'autres types d'embarcation encore pour l'aviron de couple, mais elles sont beaucoup plus onéreuses. L'avenir nous dira quelle direction sera prise au niveau du matériel. Selon le développement physique des jeunes, on peut les initier plus ou moins tôt aux techniques spécifiques de l'aviron de pointe.

## L'aviron, un sport populaire

Comme je l'ai déjà dit, l'aviron n'est pas seulement un sport de compétition. Il est aussi un «sport pour tous» grâce auquel il est possible de se maintenir en forme. L'aviron de «tourisme» prend, lui aussi, de plus en plus d'importance, particulièrement lorsqu'il s'agit de rameurs qui ont cessé la compétition. Ce sport est, en effet, un de ceux qui permettent de combiner le mieux l'activité physique et la découverte de la nature. Maintes anecdotes et expériences font

état des beautés qui peuvent se dévoiler à celles et à ceux qui le pratiquent.

L'orientation J+S «A» (allround) semblait, ces dernières années encore, faire figure de parent pauvre auprès des jeunes. D'une façon générale, on peut constater que filles et garçons en âge J+S semblent s'orienter de plus en plus, aujourd'hui, vers l'aviron de détente. Il sera intéressant de voir si cette tendance est appelée à se confirmer au cours de ces prochaines années.

## Perspectives

Jeunesse+Sport, comme nous venons de le voir, a donc largement contribué, au cours de ces dernières années, au développement de l'aviron. Grâce aux efforts d'adaptation qu'il a fait pour devenir plus attrayant et plus accessible, il ne fait pas de doute qu'il va continuer à attirer jeunes et moins jeunes, hommes et femmes, forts et moins forts en nombre toujours plus grand. ■

