

Zeitschrift: Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport
Herausgeber: École fédérale de sport de Macolin
Band: 51 (1994)
Heft: 1

Artikel: Le cyclisme : de l'équilibre à la compétition
Autor: Girschweiler, Heinz
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-998241>

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: 01.05.2026

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



Sprint final à Bassersdorf, 1992 (écoliers nés en 1978). Un sprint final qui n'est pas sans rappeler celui des «grands» du cyclisme: intensité de l'effort, style et équipement, tout y est!

Le cyclisme: de l'équilibre à la compétition

Heinz Girschweiler

Traduction: Evelyne Wieser-Carrel

S'il est une question qui soulève la polémique dans notre branche, c'est bien celle du cyclisme sur route pour enfants. Dans ce domaine, les avis divergent sensiblement selon la philosophie des différents clubs. A ceux qui ont une approche négative – le prestige du club, de l'entraîneur ou du père passe au premier plan, l'enfant devant répondre, dans le cadre des courses proposées aux écoliers, aux ambitions qu'on place en lui –, on peut opposer l'exemple du club de Wetzikon et de sa célèbre école de cyclisme. Travaillant avec des idées modèles, celle-ci s'attache à assurer à ses élèves une formation sportive axée sur la polyvalence. Ici, ce n'est pas le succès – la victoire – qui compte, mais le développement de la personnalité de l'enfant et l'apprentissage du cyclisme par différents canaux. (Heinz Arnold, chef de la branche sportive J+S Cyclisme)

Il y a un quart de siècle, la Suisse inaugurerait sa première école de cyclisme. Depuis, le mouvement s'est développé et on trouve, aujourd'hui, une association qui encourage la relève de manière spécifique, en s'efforçant d'assurer aux tout jeunes coureurs une base aussi large que possible. Il s'agit en effet d'apprendre à l'enfant à mieux maîtriser son vélo en tant que moyen de transport et engin sportif, tout en lui faisant découvrir le plaisir de l'effort d'endurance.

Comparé à d'autres disciplines sportives, le cyclisme est un sport où l'on se lançait traditionnellement relativement tard dans la compétition: 15 et 16 ans pour les jeunes débutants, 17 et 18 ans pour les juniors. C'est au cours des vingt

dernières années seulement que les écoles de cyclisme ont commencé à ouvrir leurs portes aux 12 à 14 ans – même si, dans certains clubs, on compte également de jeunes coureurs et coureuses de 10 ans.

La détection de jeunes talents a-t-elle vraiment un sens?

Aujourd'hui encore, les avis divergent quant au moment où il convient d'instaurer un entraînement spécifique pour les cyclistes. En invoquant des exemples célèbres – Tony Rominger, Alex Zülle –, les sceptiques tentent de démontrer qu'on peut faire une belle carrière en se lançant

dans le cyclisme «sur le tard», sans avoir suivi une formation de base durant l'enfance. Il n'en reste pas moins que l'entraînement intensif précoce tend à s'imposer de plus en plus dans les clubs cyclistes du pays.

A moyen et à long terme, la clé du succès réside dans la patience des parents et des personnes qui encadrent l'enfant. Le cyclisme exigeant un entraînement des plus intensifs, on court le risque de «griller» des enfants enthousiastes qui remiseront, dégoûtés, leur vélo de course au garage alors qu'ils ne sont encore que débutants ou juniors et ne se soumettront plus, à moins d'y être contraints, à l'entraînement qu'on leur demande.

Un championnat axé sur la polyvalence

Pour éviter de sacrifier ainsi de jeunes talents, les écoles de cyclisme interprètent leur mission d'une manière très large; il s'agit pour elles d'encourager la polyvalence, comme en témoigne la grande compétition qu'elles organisent chaque année, le «championnat suisse des écoliers», qui se dispute en trois catégories (12, 13 et 14 ans); il existe même, aujourd'hui, un classement séparé pour les filles, celles-ci étant de plus en plus nombreuses à participer.

Pour donner au cyclisme, discipline individuelle s'il en est, un caractère de sport d'équipe, on établit un classement par écoles: dans chaque catégorie, on prend en compte les résultats des deux meilleurs membres de chaque école de cyclisme. Au début, ce sont les écoles de

Wohlen, Gansingen et Affoltern am Albis qui ont dominé la compétition, avant d'être relayées aux premières places par celles de Sulz (Argovie) et Wetzikon ces dernières années.

Mais comment ce championnat s'articule-t-il? Six courses sont proposées aux écoliers entre mai et septembre; sur celles-ci, on retient uniquement les quatre meilleures. Chacune d'elles se décompose en trois parties, qui ont toutes la même importance dans l'établissement du classement final:

- Une course sur route, qui se dispute sur une boucle à couvrir une ou plusieurs fois; la distance à parcourir varie entre 10 et 30 kilomètres selon la catégorie et la topographie.
- Un parcours d'adresse standardisé où les participants doivent prouver qu'ils maîtrisent parfaitement leur véhicule. Le classement est établi en fonction du nombre de fautes, le temps n'entrant en ligne de compte que pour départager les éventuels ex aequo.
- Un questionnaire axé sur la connaissance du trafic et du sport cycliste.

Trouver le juste milieu

Ce championnat annuel illustre bien les domaines sur lesquels les différentes écoles de cyclisme mettent l'accent dans le cadre de la formation qu'elles dispensent. Si on suit les coureurs et coureuses sur le parcours d'adresse, on voit très vite qui a exercé les acrobaties et les figures qui demandent une certaine maîtrise, et qui se borne à enfourcher son vélo pour «foncer».

Parmi les écoles suisses de cyclisme, la plus grande – la plus couronnée de succès aussi –, celle du club de Wetzikon, mise depuis sa fondation, il y a 15 ans, sur la polyvalence, en s'efforçant de trouver le juste milieu. *Dans notre école, on s'est déjà demandé à maintes reprises s'il ne faudrait pas davantage axer l'entraînement des écoliers et écolières sur la compétition*, admet le responsable, Jörg Brandenberger. *Mais on en est toujours arrivé à la conclusion qu'il vaut mieux s'en tenir à la polyvalence et ne pas pousser davantage les jeunes.*

L'école de cyclisme de Wetzikon propose toute l'année, aux écoliers et aux écolières, un entraînement hebdomadaire en salle axé sur la mobilité, l'endurance et le jeu; en été, il s'ajoute à cela un second soir avec des sorties à vélo et de petites courses d'entraînement. Le samedi après-midi, les élèves se réunissent pour des leçons qui englobent une vaste matière: entretien de matériel et soins corporels, éducation routière, premiers secours et exercices d'adresse, comportement correct au sein du groupe dans le trafic de tous les jours. Une fois par année – durant les vacances de printemps –, les écoliers ont la possibilité de participer à un camp d'entraînement d'une semaine



R. Peter, à Kempton. Parcours d'adresse: Il faut un certain talent d'acrobate pour réussir à saisir le plot en bois au bout de la piste de sprint et le déposer «comme il se doit» dans le seau en plastique.

avec tous les autres membres du club, un camp dont les dernières éditions se sont déroulées à Cesenatico, au bord de l'Adriatique.

Technique meilleure, tâches d'encadrement plus complexes

Herbert Wicki (Turbenthal), président de l'Association des écoles membres de l'Union vélocipédique, motocycliste et automobiliste suisse (UVS), a suivi de près l'évolution de ces quinze dernières années. En quoi les tâches et le caractère des écoles de cyclisme ont-ils changé au cours de cette période? En premier lieu, on peut relever que l'association elle-même a fait de gros progrès sur le plan technique, notamment grâce au fait qu'elle travaille avec des moniteurs au bénéfice d'une formation J+S. *Le championnat annuel est constamment peaufiné et amélioré*, déclare Wicki. En outre, la reconnaissance croissante du mouvement au sein même de l'UVS a permis aux écoles de cyclisme de prendre leur essor.

Les efforts consentis ont également porté leurs fruits auprès des cyclistes, ajoute Wicki: *à l'heure actuelle, les écoliers font montre d'une meilleure technique que dans les débuts du mouvement des écoles de cyclisme.* Une partie de cette amélioration est toutefois à mettre au compte de l'équipement: un grand

nombre de jeunes roulent aujourd'hui avec ce qui se fait de mieux sur le marché. L'époque des vieux vélos trop grands empruntés aux parents est bel et bien révolue, semble-t-il.

Le directeur de l'école de Wetzikon, Jörg Brandenberger, attire toutefois aussi l'attention sur un autre aspect de la question: *sur le plan humain, la tâche des moniteurs est devenue plus complexe ces dernières années. Au sein du club, un nombre croissant d'enfants ne cherchent pas en premier lieu la possibilité de pratiquer un sport de compétition, mais une manière judicieuse d'occuper leurs loisirs. Bien plus que par le passé, le moniteur est une personne à qui on s'adresse pour résoudre toutes sortes de questions et de problèmes privés.*

Une association forte de 26 membres

L'association des écoles de cyclisme rattachées à l'UVS compte actuellement 26 membres, tous en Suisse alémanique et au Liechtenstein. En Suisse romande, on ne trouve aucune école de ce type pour l'instant; quant aux Tessinois, ils n'apparaissent que sporadiquement lors des courses du championnat des écoliers, un championnat auquel 130 garçons et filles du pays ont participé en 1993. Depuis quelques années, on note une légère augmentation du nombre d'écoles et d'écoliers. ■