

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:	12
Artikel:	Sport éternel : le pancrace
Autor:	Jeannotat, Yves
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-998308

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: 13.01.2026

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

Sport éternel

Yves Jeannotat

Le pancrace

Le pancrace était, dans l'Antiquité, une combinaison de lutte et de pugilat. Toutes les ruses, tous les coups y étaient permis, à l'exception de trois: crever les yeux, mordre et griffer: *Coups de poing, coups de pied, prises d'étranglement, renversements, torsions des bras, des pieds, des doigts, des orteils, des oreilles ou... de toute autre partie du corps, coups de pied à l'estomac et même les si dououreux coups de pied à l'aine; en somme, tous les coups et prises possibles et imaginables étaient de mise!* écrit Elie Fallu dans son livre sur «Les Jeux olympiques dans l'Antiquité», avant de poursuivre: *Il était même permis de frapper l'adversaire au sol, et le combat ne s'arrêtait qu'après un knock-out, à moins que l'un des deux adversaires ne se rende en levant l'index, signe de soumission.* Le juge touchait alors le vainqueur à l'épaule du bout de son fouet pour lui signifier la fin du combat.

C'est en 648 av. J.-C. que le pancrace a été inscrit au programme des 33^{es} Jeux olympiques, mais on ne connaît pas ses origines réelles. Ce qui est sûr, c'est qu'Homère ne le connaissait pas, puisqu'il n'en est jamais question dans ses récits. Malgré sa rudesse extraordinaire – ou peut-être bien à cause d'elle justement –, il devint très vite la discipline la plus suivie des Jeux. Véritable ballet de l'horreur alliant l'intelligence et la force bestiale avec autant de subtilité que la lutte et le pugilat, il portait en lui l'essence morbide de la fascination. Le pancrace, disait-on, symbolisait l'union de la force du lion et de la ruse du renard. C'est

Lygdamis de Syracuse qui eut l'honneur d'être sacré premier olympionique de pancrace.

Au gymnase, une salle spéciale était réservée à l'entraînement des pugilistes et des pancratiastes. Elle s'appelait «coircée», nom qui désignait de grands et lourds sacs de sable et de céréales pendus au plafond et sur lesquels les athlètes se riaient à grands coups de poing. Généralement, aux Jeux olympiques, celui qui s'annonçait au pugilat s'inscrivait aussi au pancrace, mais pas nécessairement à la lutte, beaucoup plus réglementée. Celui qui y réussissait le doublé accédait à la gloire suprême (ce ne fut le cas que sept fois tout au long des Jeux olympiques de l'Antiquité) parce que, disait-on, il avait répété l'exploit d'Héraclès lorsqu'il fonda les Jeux olympiques. Le premier «successeur d'Héraclès» (c'était le titre qu'on attribuait en récompense à ce type de champions) fut l'Eléen Kapros, lors des 142^{es} Jeux, en 212 av. J.-C. Mais c'est Théagène de Thasos qui fut le plus célèbre pancratiaste de l'Antiquité (Plutarque lui attribue au moins 1200 victoires à travers la Grèce) non seulement en raison de son invincibilité, mais parce qu'il brillait aussi, entre deux combats, au dolichos (course de fond) et à l'hoplodrome (course en armes).

Le sol préféré pour la pratique du pancrace se rapprochait davantage de celui de la lutte que de celui du pugilat: il était mou et, si possible, fait de terre glaise humide.

Le récit de Philostrate

Philostrate a beaucoup écrit sur les Jeux olympiques. Il a vécu dans leur dernière période, sous l'Empire romain. Un jour, assis face à une peinture célèbre située sous un portique de Naples, peinture représentant le couronnement

d'Arrhachion, déclaré vainqueur bien que mort au combat, il s'est livré à une critique d'art plus descriptive que nul autre écrit ne l'aurait pu être de... l'art du pancrace: *Le décor représente le stade et le vallon qui l'entoure. Les eaux légères de l'Alphée se jettent dans la mer. Des oliviers sauvages font au tableau un cadre de verdure. Leur feuillage frisé rappelle celui du céleri. Mais rappelons-nous surtout ce que fut l'exploit d'Arrhachion. Ce n'est pas seulement de son adversaire, mais de toute la Grèce qu'il semble avoir triomphé: les spectateurs, debout, crient, les uns agitant leurs mains, d'autres leurs vêtements. Il en est qui sautent en l'air alors que d'autres étreignent, dans leur enthousiasme, les mains de leurs voisins. Un exploit aussi formidable ne peut permettre à ceux qui l'ont vécu de rester impassibles. C'était son deuxième titre olympique: un exploit! Mais n'est-ce pas plus beau encore de payer de sa vie cette ultime victoire et de gagner le séjour des heureux sur la poussière même du stade?*

N'allez pas croire que la victoire d'Arrhachion fut due au hasard: il avait très habilement combiné la prise qui la lui assura. (...) Son adversaire l'ayant saisi à bras-le-corps avait résolu de le tuer, appuyant de tout son poids son coude sur sa gorge pour l'empêcher de respirer. Les jambes sur les cuisses d'Arrhachion, la pointe de chaque pied sous ses jarrets, il cherche à avoir l'initiative de l'étranglement et déjà le sommeil de la mort engourdit les sens d'Arrhachion.

Mais, se croyant déjà victorieux, dans un moment d'inattention, il desserre imperceptiblement l'étreinte de ses jambes, faute immédiatement perçue par la grande science d'Arrhachion. Celui-ci, échappant à la plante du pied qui menaçait sa jambe droite, saisit ce pied dans son jarret suspendu en l'air et le rapproche irrésistiblement de son aine. Puis, s'appuyant de tout son poids sur le côté gauche, il serre de sa jambe repliée l'extrémité du pied adverse: il le lui tord avec force et lui déboîte la cheville. Le souffle qui est prêt à abandonner Arrhachion l'affaiblit un peu, mais il n'en pèse qu'avec plus de force. C'est l'étrangleur qui, sur ce tableau ressemble à un mort, levant avec difficulté l'index en signe de soumission et d'abandon. Arrhachion, lui, est peint comme un vainqueur resplendissant: le teint clair et frais malgré la sueur; souriant comme le fait un vivant qui prend conscience de sa victoire; et pourtant: il est mort!...

