

Zeitschrift:	Mobile : la revue d'éducation physique et de sport
Herausgeber:	Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école
Band:	1 (1999)
Heft:	4
Rubrik:	Forum

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: 25.02.2026

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

D'accord! – Pas d'accord!

Le culturisme, c'est... rien que du muscle et pas de cervelle!

Pas plus débile que le fitness

Hello cher «mobile»!

Pour ce qui est d'écrire, tu le devines... je ne suis pas très fort! Il est vrai que j'ai un passé de culturiste (mais très léger... j'insiste).

«Body-builder: beaucoup de muscles, peu de cervelle?»... En fait, n'est-ce pas pire que cela? Lorsqu'il arrête définitivement l'entraînement, le sportif devient gras, et il n'a certainement pas plus d'imagination pour pondre un texte sur le sujet...

Ouf! Il fallait bien que j'écrive au moins deux phrases, sinon on

aurait pu croire que je suis vagement musclé... Et puis, pour commencer, j'ai fait du fitness et pas du body-building... Remarque, cher «mobile», ce sport n'est pas plus débile que le step, l'aérobic et autres débilités à la mode «culture physique»... Bon, il ne faudrait quand même pas trop mépriser ces sports de salle, qui présentent malgré tout un (seul) intérêt: celui de permettre un excellent entraînement, complémentaire à une autre activité physique.

Léonard Dechêvre,
La Chaux-de-Fonds

Votre avis nous intéresse!

La rubrique Courrier des lecteurs vous est réservée. Si vous nous écrivez, merci de bien vouloir observer les «règles du jeu» suivantes:

- Les lectrices et les lecteurs sont invités à nous faire part de leur point de vue sur les thèmes qui figurent dans «mobile» ou sur ceux plus généraux qui concernent le sport et son enseignement.
- La longueur maximale des lettres est fixée à une demi-page A4 (env. 2000 signes).
- Chaque lettre publiée comprendra le prénom, le nom et le lieu de domicile de l'auteur.
- Les lettres sont publiées dans la langue originale. Toutefois,

les rédactions de langues française et italienne se réservent le droit de les traduire pour publication dans leur édition.

- La rédaction ne publie pas de prise de position, sauf si nécessaire (rectifications, précisions, etc.).
- La rédaction se réserve le droit de raccourcir ou de ne pas publier les lettres dont le contenu ne correspond pas au concept rédactionnel.
- Les lettres sont à envoyer à l'adresse suivante:
**Rédaction de la revue «mobile»
OFSPO, 2532 Macolin. Délai
rédactionnel pour la prochaine
édition: 15 août 1999.**

Carte blanche

...mens sana in corpore sano

L'être humain est un drôle d'animal. Il n'arrête pas de faire des découvertes qui pourraient contribuer à améliorer sa vie, mais finit toujours par faire en sorte qu'elles viennent la lui gâcher. Prenez la voiture par exemple. C'est une invention fantastique qui est, aujourd'hui, devenue un véritable fléau. A cause d'elle, des paysages entiers sont défigurés par des cicatrices asphaltées et l'air des villes est devenu irrespirable en été. Et la télévision, cette boîte à images ouverte sur le monde qu'il suffit d'enclencher pour voyager. Génial, non? Oui, sauf qu'aujourd'hui le spectateur, avachi par les heures passées à zapper depuis son canapé, n'arrive même plus à faire la différence entre la réalité et les images télévisées.

Il en va de même avec le sport. Baume pour l'esprit, fontaine de jouvence pour le corps, bienfait pour l'être humain, prétendent ses plus fervents partisans. En fait, le sport fait surtout le bonheur des chirurgiens qui réparent les ligaments croisés des skieurs, les tendons d'Achille des footballeurs et les mentons des hockeyeurs. La fameuse formule «mens sana in corpore sano» revient sans cesse dans les discours des chantres du sport, souvent mal citée et encore plus mal traduite. «In corpore sanatorium», ferait-on mieux de dire, proposa un jour un petit malin amateur de latin. «Bien rugi, lion», comme dit Demetrius dans «Songe d'une nuit d'été». Et c'est un fait que les mordus de fitness maltraitent leur corps jusqu'à n'en plus pouvoir et remplissent les salles d'attente des médecins. Ils joggent jusqu'à avoir les pieds en sang et soulèvent des poids jusqu'à se casser le dos. Les coureuses de fond sont si maigres qu'on se demande comment elles font pour tenir encore debout et les lanceurs de poids si gras qu'on se demande comment ils s'y prennent pour déplacer leur masse, sans parler des body-builders qui ne semblent plus être que de gros paquets de muscles. Et que dire des cyclistes qui en sont réduits à se gaver d'hormones destinées en fait aux grands malades? Quant au saut à l'élastique, je vois mal en quoi il peut être bénéfique pour la santé...

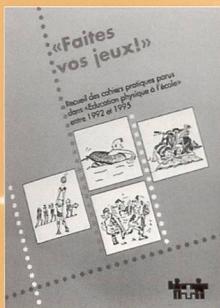
C'est vrai que l'être humain est un drôle d'animal. On dirait qu'à force de penser à son corps, il en oublie qu'il a une tête et un cerveau. Cerveau qu'il pourrait et qu'il ferait bien de mettre au service de son corps.

D'Artagnan



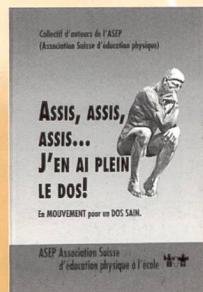
Offres des éditions

ASEP



«Faites vos jeux!»
(Recueil des cahiers pratiques des années 1992–1995)
Fr. 30.–/25.–

Assis, assis, assis...
J'en ai plein le dos!
Fr. 45.–



Balle et boussole didactique
Fr. 10.–

OFSPO

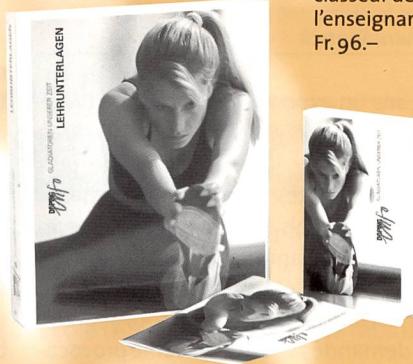


Vidéo «Woodstock: le festival des cannes»
Fr. 34.50



Vidéo «L'Europe: un dériveur fait pour les jeunes»
Fr. 39.80

DOPINGinfo: Dossier d'information complet.
Comprend la vidéo «Les gladiateurs d'aujourd'hui» et 25 brochures d'accompagnement ainsi que le classeur destiné à l'enseignant.
Fr. 96.–



Commande

Membres

Assis, assis, assis... J'en ai plein le dos! (1994)	Fr. 45.–
Le guide pratique de la place de jeu (1992)	Fr. 30.–
«Faites vos jeux!» (Recueil des cahiers pratiques 1992–95)	Fr. 30.– Fr. 25.–
CD: Jeu de mouvement en musique 1 (1997)	Fr. 29.– Fr. 27.–
Balle et boussole didactique (1998)	Fr. 10.–

Nom

Prénom

Adresse

NPA/Localité

Date et signature

Membre de l'ASEP: oui non

Envoyer à:

Editions ASEP
Neubrückstrasse 155
CH-3000 Berne 26
Tél.+ fax 031/302 87 27
E-mail: svss-verlag@datacomm.ch



Commande

DOPINGinfo: Dossier d'information complet	Fr. 96.–
DOPINGinfo: Classeur destiné à l'enseignant	Fr. 61.–
DOPINGinfo: Vidéo et 25 brochures	Fr. 46.–
DOPINGinfo: Brochure «Dopage: êtes-vous au courant?»	gratuit
Vidéo «Woodstock: le festival des cannes» (1997)	Fr. 34.50
Vidéo «L'Europe: un dériveur fait pour les jeunes» (1997)	Fr. 39.80

Nom

Prénom

Adresse

NPA/Localité

Date et signature

Envoyer à:

OFSPPO
Médiathèque
CH-2532 Macolin
Fax 032/327 64 08
E-mail: christiane.gessner@essm.admin.ch

