

**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 va- chement musclé... Et puis, pour commencer, j'ai fait du fitness et pas du body-building... Re- marque, 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 ac- tivité physique.

Léonard Dechèvre,  
La Chaux-de-Fonds

Carte blanche

...mens sana in corpore sano

L'être humain est un drôle d'animal. Il n'ar- rête pas de faire des découvertes qui pour- raient contribuer à améliorer sa vie, mais fi- nit toujours par faire en sorte qu'elles vien- nent 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 dé- figurés 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 voya- ger. 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 répa- rent 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 ma- lin 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 fit- ness 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 sem- blent 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 cer- veau. Cerveau qu'il pourrait et qu'il ferait bien de mettre au ser- vice de son corps.

D'Artagnan

Votre avis nous intéresse!

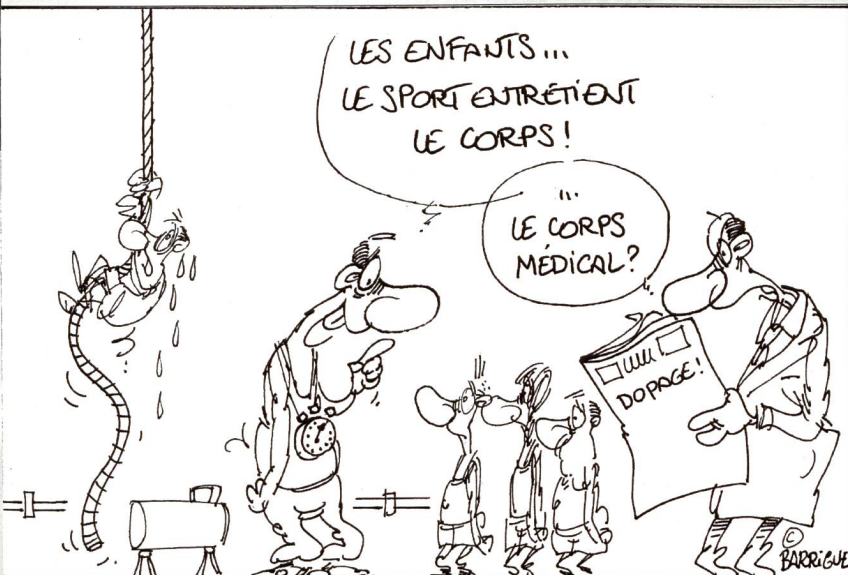
La rubrique Courrier des lec- teurs vous est réservée. Si vous nous écrivez, merci de bien vouloir observer les «règles du jeu» suivantes:

- 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 com- prendra le prénom, le nom et le lieu de domicile de l'auteur.
- Les lettres sont publiées dans la langue originale. Toutefois,

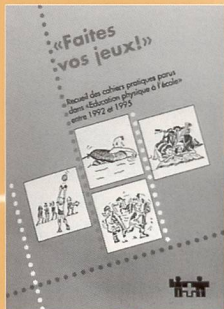
les rédactions de langues fran- çaise et italienne se réservent le droit de les traduire pour publi- cation dans leur édition.

- La rédaction ne publie pas de prise de position, sauf si néces- saire (rectifications, précisions, etc.).
- La rédaction se réserve le droit de raccourcir ou de ne pas pu- blier 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.

Humeur



## 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.-

## OFSPPO

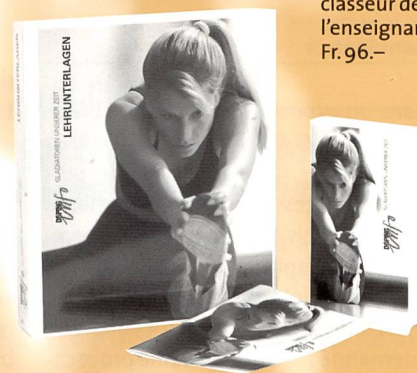


Vidéo «Woodstock:  
le festival des cannes»  
Fr. 34.50



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'accompa-  
gnement 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

