

Zeitschrift: Mobile : la revue d'éducation physique et de sport
Herausgeber: Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école
Band: 4 (2002)
Heft: 3

Rubrik: Ouverture

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: 12.01.2026

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

La marche représente le moyen le plus naturel de se rendre d'un point à l'autre. La course aussi, un peu plus vite... L'Afrique de l'Est est communément appelée le berceau de la course à pied. La supériorité de ses habitants – Kenyans et Ethiopiens – dans les épreuves d'endurance impressionne: ils occupent sept places dans le top ten du marathon, et ces proportions restent pratiquement identiques pour les autres épreuves de course dès le 800m. Les meilleurs sont issus des hauts plateaux voisins de la Rift Valley. Il n'en fallait pas plus pour que les théoriciens de tous poils n'attribuent à ces peuplades un particularisme génétique déterminant. Théorie qui ne résiste pas aux analyses de laboratoire. La piste socioculturelle semble plus cohérente. Le petit Kenyan parcourt chaque jour plusieurs kilomètres pour se rendre à l'école. L'apprentissage de la course commence tôt, c'est un avantage, un peu comme pour l'étude des langues. L'Afrique de l'Est connaît de plus une véritable tradition de la course à pied. Les héros s'appellent Kip Keino au Kenya et Abebe Bikila en Ethiopie, les premiers champions olympiques de leur pays. L'Ethiopien Abera, champion olympique du marathon de Sydney, résume à sa manière cette tradition: «Pour nous, le mot sport veut dire course à pied.»

Sous nos latitudes, la marche et la course revêtent d'autres valeurs. La course matinale, le jogging du soir assument des vertus salutaires. La multiplication des moyens de locomotion individuels et paradoxalement l'immobilité sur le lieu de travail éveillent ce besoin de retourner aux sources du mouvement. Certains y voient aussi un moyen de se dépasser, de libérer leur corps et leur esprit des carcans que leur impose la société moderne. De retrouver une certaine unité.

L'entraînement de l'endurance, longtemps considéré comme ennuyeux et éprouvant, connaît un essor réjouissant. Les lieux se multiplient: salles de sports, fitness, pistes cyclables, parcours mesurés, etc. Les formes de mouvement aussi. Roller inline, walking, VTT, aquatraining, raquettes offrent des alternatives attrayantes. L'endurance est d'actualité. Ce numéro de «mobile» lui consacre ses plus belles pages.

Harald Lange

Harald.Lange@sport.uni-frankfurt.de



