

Zeitschrift: Revue Militaire Suisse
Herausgeber: Association de la Revue Militaire Suisse
Band: 136 (1991)
Heft: 3

Inhaltsverzeichnis

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>

Sommaire**Stretching**

	Pages
Editorial	
Stretching, rédacteur en chef	3
Analyse	
D'une défense à l'autre, général P.-A. de Foïard	9
Armée future	
Quelle armée pour quel avenir?, colonel EMG D. Brunner	17
Histoire	
Les ouvrages fortifiés de Joux et du Larmont en 1871 et 1940, adj sof V. Quartier	23
Idées de lecture	
- Das Bedrohte Zürich, W. Schaufelberger - Golfe, J. Thyrard	31
Logistique	
L'agriculture suisse et un nouveau «Plan Wahlen», lt-colonel H. de Weck	33
Pages «rétro»	
Les forces aériennes d'une petite nation, général L.-M. Chassin	37
Revues	
lt S. Curtenaz	45

Afin de rééquilibrer muscles toniques et muscles phasiques, on pratique, sur les premiers, le «stretching», favorisant leur élévation, et, sur les seconds, les «isométrics» destinés à les renforcer. Ce n'est pas nouveau mais appliqué de façon de plus en plus systématique par les physiothérapeutes et les moniteurs sportifs éclairés, au nombre desquels les entraîneurs de ceux qui s'adonnent à la compétition physique individuelle et en équipe de haut niveau.

Notre armée connaissait les deux de façon intuitive, certes, mais bénéfique. Ils constituaient ce que, par malheur, on appelait le «drill»: le pas cadencé (aboli chez nous peu après la «mob» mais repris de la Wehrmacht par les Soviétiques, qui savaient ce dont il s'agissait pour en avoir pâti), le maniement d'arme (abandonné au printemps 1958, sous prétexte que le fusil d'assaut, plus pesant que le mousqueton, ne permettait plus la même contrainte, sous prétexte aussi de disposer de davantage de temps pour l'instruction de combat), et la position normale (ou «garde-à-vous» d'avant la réformette pilotable de 1970). Ce dernier exercice, qui constituait d'ailleurs la base des deux autres, était du «stretching» quasi pur et, par répétition brève mais fréquente en cours de journée (à savoir lors de chaque annonce

formelle à un officier – et, dans les écoles, à tout supérieur →), contrait le tassement consécutif à la station debout, aux marches et au port de charges souvent pesantes, inhérents à l'activité du soldat.

Ces exercices ont leurs correspondants civils, sous des aspects toutefois moins compacts. Les uns et les autres ont en partage qu'ils suscitent et développent la maîtrise de soi. Ce n'est tout de même pas rien, si l'on songe que l'on met en mains du militaire des armes. Et, particulièrement, en mains d'un militaire à titre temporaire, comme l'est le militien.

Sous mesure démagogique d'*d'élimination de formes désuètes*, on continue de vouloir (Schoch dixit) abolir tout brimborion de drill, le d'ailleurs mal nommé. Afin de gagner quoi? – Car on ne remplace que mal par l'acquisition de réflexes à des machines, techniques et appareils, le contrôle de soi.

Ou bien voulons-nous dégrader notre appareil militaire jusqu'au niveau, si l'on peut encore dire, des forces irakiennes, se rendant par paquets de 10 000 hommes, bien que bien armés, à un adversaire ne comptant, pour ce bilan, même pas cent tués et blessés? Voulons-nous devenir un quiet Koweït au centre de l'Europe, autre face ou revers de la médaille? Et pouvons-nous croire que nos proches voisins le désirent?