

Zeitschrift: Schweizer Soldat : Monatszeitschrift für Armee und Kader mit FHD-Zeitung

Herausgeber: Verlagsgenossenschaft Schweizer Soldat

Band: 3 (1928)

Heft: 1

Artikel: Le Colonel de Sprecher

Autor: [s.n.]

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-704415>

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: 18.01.2026

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

sind bedingt einerseits durch grossen Flüssigkeitsverlust (Schwitzen), anderseits durch Verbrauch der Körperfressen an Nährstoffen, in erster Linie durch Verbrauch der Zuckerreserven, denn der Zucker dient bei der Muskelarbeit als Brennstoff und gibt den Muskeln die Kraft.

Diese Art des Gewichtsverlustes wird wieder sehr rasch ausgeglichen durch Flüssigkeits- und Nahrungszufluss.

Aus dem hier Niedergelegten können wir wichtige Schlüsse für die Ernährung vor, während und nach einer körperlichen Dauerleistung ableiten.

Auf Befragen, wie sich einzelne Marathonläufer ernährt haben, teilte uns einer mit, er habe 1 Stunde vor dem Lauf ein Beestea mit Rösti und 3 Spiegeleier zu sich genommen, ein anderer, er habe 3 Limonaden, 2 Sirup, 1 Bier, 2 Kaffee ohne und 1 mit Kirsch während des Laufes genommen. Das sind zwei Beispiele der Ernährungspflege während und vor dem Marathonlauf 1927. Abgesehen davon, dass diese Ernährungsweise ganz falsch ist, ist sie ganz besonders dazu geeignet, um recht unangenehme Magenbeschwerden während des Laufes hervorzurufen, und den Magen zur Herausgabe seines Inhaltes zu zwingen. In der Tat «streikte» auch der Magen bei nicht wenigen unserer Läufer. Magenkrämpfe, selbst Erbrechen haben verschiedene Läufer stark am Lauf behindert.

Alle diese Erscheinungen sind durch richtige Wahl der Ernährungsart zu vermeiden. Eine richtige Ernährung als Vorbereitung zu anstrengenden Dauerleistungen scheint uns folgende: zirka 3 Stunden vor dem Lauf zwei kräftige Teller stark gezuckertes Hafermus mit gut gezuckertem Apfelmus, zirka 1 Stunde vor dem Lauf ein Glas Milch mit Ovomaltine und einige Minuten vor dem Lauf wenig hochkonzentriertes Zuckerwasser, während des Laufes, wenn überhaupt nötig, nur warmes, stark gezuckertes Wasser und am Ziel 1—2 Tassen kräftig gezuckerten Kaffee, und zwar nicht Kaffee Hag, sondern richtigen koffeinhaltigen Kaffee, da das Koffein eine das Herz unterstützende Wirkung besitzt, welche allen nicht koffeinhaltigen Kaffee-Ersatzpräparaten fehlt.

(Fortsetzung folgt.)

L'École et la Paix.

Depuis 2 semaines une polémique violente occupe les colonnes des grands journaux suisses. L'Union des Instituteurs primaires genevois dans une récente assemblée convoquée pour préparer le future congrès de Porrentruy a décidé de demander le désarmement de notre pays et de refuser le budget de l'armée!!! Ce fut un scandale dans le public quand on connut cette décision extraordinaire; mais on fut soulagé d'apprendre que l'Union qui compte 200 membres avait voté avec 29 sociétaires présents, on dira que les absents ont eu tort; c'est entendu; mais sait on que nombre de maîtres n'ont pas été orientés suffisamment sur l'importance de la fameuse séance et que certains d'entre eux l'ont même ignorée? Des protestations jaillirent de tous côtés et hier encore une mise au point signée de près de 80 membres a paru dans les journaux et il est évident que tous les intéressés n'ont pas pu être atteints immédiatement. Nous relevons les noms dans cette liste de patriotes de tous nos amis de l'armée; mais nous avons le regret de voir le sergent Claret, président de l'Union à la tête des tristes défaitistes dont il est ici question.

Certes tous les gens intelligents sont aujourd'hui pour la paix. La Suisse n'a jamais été imperialiste; mais il faudrait être fou pour desarmer quand nos voisins ont une armée bien organisée.

Le Conseil d'Etat de Genève a publiquement blâmé les instituteurs révolutionnaires; la mise au point signée de la grande majorité du corps enseignant a rassuré la population. Nos enfants pourront aller à l'école. On leur enseignera comme par le passé l'amour de la justice et l'amour de notre cher pays! D.

Le Colonel de Sprecher.

Il vient de mourir à l'hôpital de Wallenstadt où, on l'avait transporté pour y subir une douloureuse opération. Tous les journaux ont rendu hommage à notre ancien chef d'état-major et ont publié une biographie complète de ce grand citoyen qui fut un soldat dans toute l'acceptation du terme; nous n'y reviendrons pas. Nous rappellerons seulement que né en 1850 il commanda la 10e brigade d'infanterie, les fortifications du Gotthard, la 8e division et le 4e corps d'armée. En 1905 il est chef de l'état-major général et doit bientôt mettre en pratique la nouvelle organisation militaire, tâche immense et bien faite, pour tenter le travailleur acharné que fut le colonel de Sprecher (elle date de 1907). Le règlement sur l'organisation des troupes est de 1912 seulement, c'est-à-dire deux ans avant la guerre.

En août 1914 la Suisse mobilise. C'est au chef d'état-major général qu'incombe l'effrayante responsabilité de sauver le pays. Si l'armée est prête, tout va bien; souvenons-nous qu'à la veille de la catastrophe de 1870 on avait assuré Napoléon III qu'il ne manquait pas un bouton de guêtres aux soldats français. Et les fantassins qui entrèrent avec Bourbaki aux Verrières n'avaient même pas de manteaux en plein hiver! Si l'armée est mal préparée, c'est la débâcle!

Dieu merci, nous n'avons pas eu besoin de combattre en 1914, nous ne pouvons donc pas vérifier en détail si tout avait été minutieusement prévu comme le veut la prudence, mais nous pouvons carrément reconnaître que notre mobilisation «joua» dans tous ses multiples rouages. Et voilà qui fut l'œuvre de Sprecher von Bernegg. Et voilà qui vaudra au regretté officier général la reconnaissance profonde de tout notre peuple.

Des biographes bien informés ont déjà parlé de l'homme, du chrétien, du magistrat, du Soldat.

Souvenons-nous qu'en Suisse romande on regrettait toujours que le colonel Wille lui ait été préféré dans le commandement de l'armée.

Nous voulions A u d é o u d; la politique qui ne perd jamais ses droits et peut-être certaines considérations d'ordre international (nous voulons parler des attaches personnelles du général avec de grandes familles allemandes) en décidèrent autrement.

Ce fut une grosse déception chez les Welsches; mais disons qu'on aurait mieux admis Sprecher à la tête de l'armée.

Civiquement, loyalement, les colonels A u d é o u d et Sprecher se mirent au service du général. Et ce fut la longue période de 1914 à 1918, ce fut la guerre... puis la paix.

Aujourd'hui les principaux chefs de notre armée ne sont plus de ce monde. La tourmente a passé sur nous sans nous atteindre.

Malgré les critiques multiples dont ils furent l'objet, les grands Suisses dont nous venons d'évoquer les noms restèrent à leur poste

Rendons-leur aujourd'hui un hommage reconnaissant.

Avec abnégation, malgré les erreurs que commettent hélas! tous les hommes, ils travaillèrent pour l'armée, pour le pays.

Parmi eux, la noble et hieratique figure de Sprecher de Bernegg, se détache lumineuse et noble. Au moment où l'ancien chef de notre état-major général descend dans la tombe avec la gravité et la dignité tragiques de la mort, nous nous inclinons avec respect devant son œuvre qui fut féconde et devant son esprit qui fut tout de droiture! D.



Nos concours de Ski.

Dans un des derniers numéros du « Soldat Suisse », une flèche m'est adressée par mon ami Gargousse qui me remet en mémoire un article dû à sa plume paru dans le n° 24 de notre organe central. Cet article, très bien intentionné, relatait les divers concours militaires de ski organisés par nos sections, concours d'une conception très différente, il est vrai, mais ayant tout de même, à mon avis, leur but et leur valeur.

L'organisation, par nos sections, de concours de ski a le don de procurer à nos soldats skieurs le moyen de s'entraîner, de maintenir cet entraînement pendant toute la période d'hiver; la variété de ces concours les intéresse, les attire et les stimule! Il me semble que dans un pays comme le nôtre, où pendant une bonne partie de l'année une ou deux régions sont couvertes de neige, il est de toute utilité de développer le ski et la connaissance de ce beau sport dans notre armée afin d'avoir, en cas de besoin, le moyen de former et de doter celle-ci de groupes skieurs qualifiés et bien entraînés. La variété de nos concours y contribue largement et à sa raison d'être.

L'article intitulé « L'école de ski », qu'a bien voulu reproduire notre dévoué rédacteur, nous montre ce qui se fait dans ce domaine dans d'autres pays. Nous ne devons nullement rester en arrière, au contraire. Il est vrai que nos Autorités militaires ont voué déjà tous leurs soins à cette question puisque des unités complètes pratiquent le ski dans les cours de répétition en montagne, et que d'autres associations organisent également des concours militaires de ski. Il est de notre devoir à

nous, sous-officiers, qui aimons notre armée et désirons la sentir forte, de chercher à développer de ce côté-là nos membres skieurs.

Je dis qu'un concours militaire de ski, organisé de quelle façon que ce soit, a sa valeur; pas toujours peut-être au point de vue tactique militaire, mais en tous cas au point de vue développement et connaissance du ski. Laissons les sections organiser les concours qui leur plaisent, elles ont certainement des motifs très valables pour le faire (question financière et affaire de participation). Ne tuons pas l'initiative et la vitalité d'une section en réglementant abusivement! Réservons plutôt à nos concours fédéraux le moyen de développer de façon intense la connaissance des tâches militaires et tout spécialement dans les concours de patrouilles.

Mon ami Gargousse termine son article en demandant d'établir un règlement intelligemment pour nos concours fédéraux. Je lui dirai, s'il ne l'a pas lu encore, que ce règlement existe déjà puisqu'il a servi de base aux concours de Nyon et surtout à notre 1er concours militaire de ski, à La Chaux-de-Fonds. Je suis certain que ceux qui l'ont conçu l'ont fait le plus intelligemment possible vu qu'il a été adopté à l'assemblée de délégués de 1924 par la majorité des représentants de nos sections.

Il se peut que, après l'organisation de quelques concours fédéraux, l'expérience nous relate certains changements à apporter au règlement déjà en vigueur, — changements qui devront alors être proposés suffisamment tôt pour être pris en considération et approuvés par une assemblée de délégués. Mais avant d'y apporter des changements, mettons ce règlement à l'épreuve et ayons la bonne volonté de s'y conformer plutôt que de vouloir, par parti pris, le saper et cela sans connaissance de cause. Les concours de La Chaux-de-Fonds ont fait leur preuve, qu'il s'agisse des 40 km ou des courses de patrouilles, et j'ai la certitude qu'il en sera de même lors des concours de Montreux, pour autant bien entendu que nos amis du Léman ne chargent pas trop l'organisation de notre 2ème concours en y ajoutant des épreuves ne rentrant pas dans le cadre de notre belle manifestation, ce qui pourrait en entraver la bonne réussite!



Les bonnes intentions seront toujours comprises tant qu'elles auront une base sérieuse et étudiée, mais ne lassons pas les bonnes volontés par des critiques faites à la légère ou par parti pris.

Gérald Etienne, sergt.

Einsendungen sind stets mit Tinte und nur auf einer Seite zu beschreiben!