

**Zeitschrift:** Die Schweiz = Suisse = Svizzera = Switzerland : offizielle Reisezeitschrift der Schweiz. Verkehrszentrale, der Schweizerischen Bundesbahnen, Privatbahnen ... [et al.]

**Herausgeber:** Schweizerische Verkehrszentrale

**Band:** - (1943)

**Heft:** 12

  

**Artikel:** Ski de tourisme

**Autor:** Schnaidt, Paul

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-773486>

### **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:** 17.04.2026

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



Ober-Iberg, Suisse centrale.\*

## SKI DE TOURISME

Par Paul Schnaidt

Le ski de tourisme actuel est l'enfant aîné des quatre grands précurseurs du ski dans notre pays: Christof Iselin, A. von Steiger, Dr Næf et O. Kjelsberg. Il y a eu 50 ans cette année, les 28/29 janvier 1893, que Ch. Iselin et ses trois compagnons franchissaient le col du Pragel à ski et, par cet exploit, bouleversèrent toutes les conceptions de l'époque sur les possibilités de parcourir les montagnes en hiver.

Ce fut une véritable révolution. Les débuts du «père du ski en Suisse», M. Iselin, furent difficiles. Sarcasmes, rires, moqueries!

Quelle évolution dans les idées et les réalisations depuis lors! Les années ont passé; d'abord, le ski fut pratiqué par les alpinistes; depuis une douzaine d'années, il a pris un essor et une vogue fantastiques. Que de gens sont venus à la montagne par le ski! Au début du siècle, les skieurs n'attachaient pas une valeur spéciale au style; savoir se débrouiller pour faire une excursion était le principal. Insensiblement cependant, les skieurs cherchèrent à skier mieux, ils apprirent à skier! Il y a dix ans, on créa les Ecoles suisses de ski, ce furent alors des progrès rapides. On désirait skier avec style et vitesse. Ce fut une nouvelle époque pour le ski. Le résultat de cette évolution, ce furent les téléfériques, les monte-pente, les ski-luges, les funi-ski, qui, à leur tour, entraînèrent la création des pistes.

Le ski de piste doit être un moyen et non un but en soi. N'est pas un skieur celui qui ne fait que de la piste, celui qui ignore l'emploi des peaux de phoque, celui qui ne sait pas ce que c'est qu'une montée!

Par crainte, par apathie, par manque d'initiative, de trop nombreux skieurs suivent la foule vers des endroits connus, archi-connus! Quel dommage! Quoi de plus merveilleux, quoi de plus émouvant que d'aller à la découverte, de chercher son propre chemin, de faire sa trace, au lieu de suivre celle que vous impose un troupeau de skieurs anonymes. L'appréhension de la qualité de la neige, du terrain inconnu, des obstacles, le manque de technique peut-être, peuvent être une des causes du relâchement de l'intérêt pour le ski de tourisme. Mais celui qui aura tâté de quelques belles courses

ne pourra pas facilement oublier les mille plaisirs qu'elles lui auront procurés, et il ne regrettera jamais l'effort qu'il aura dû déployer pour les mériter. Tout en découvrant la montagne, le skieur se découvrira lui-même!

Ecole d'endurance, d'efforts, de camaraderie, de caractère, de lutte; école d'observation, de sensibilité, de joie et de bonheur, tel se révèle le ski de tourisme.

Les très nombreuses possibilités qu'offre notre pays permettent à tout skieur de trouver la course qui lui convient, selon sa force de skieur et selon le temps ou les moyens dont il dispose.

Les écoles suisses de ski font actuellement un grand effort pour orienter leurs élèves vers le ski de tourisme et pour leur en faire apprécier le charme. Des classes spéciales sont organisées à cet effet. Contrairement à ce que d'aucuns croient, il n'y a pas une technique spéciale du ski pour le tourisme ou pour le ski de haute montagne.

Si le ski dans les préalpes exige de la part du skieur moins de connaissances de la montagne que le ski de printemps dans les alpes, il faut cependant que le touriste possède un minimum de savoir. Le skieur de tourisme doit savoir lire une carte, manier une boussole, connaître les diverses neiges, être au courant de toutes les questions intéressant les avalanches, avoir des notions de premiers secours. Tout doit être mis en œuvre afin que la course se fasse dans les meilleures conditions possibles et harmonieusement, et qu'elle laisse un grand et beau souvenir et surtout qu'elle crée le désir intense de persévérer.

Le ski de tourisme hivernal mène tout naturellement le skieur au ski de printemps dans les alpes. C'est le couronnement de la «carrière»! Mais le ski de haute montagne exige davantage de connaissances tant au point de vue technique du ski que de l'alpinisme en général. Il demande beaucoup d'endurance, de volonté et de courage. S'aventurer en haute montagne à skis sans ces qualités essentielles et primordiales est pure folie; c'est s'exposer à des déboires, voire à des catastrophes.

Mais pour celui qui sait, la récompense est grande. Toutes les

heures de montée, tout le poids des sacs, toutes les descentes par mauvaise neige même, sont largement payés par l'intensité et la puissance des émotions et des souvenirs que le skieur glâne au cours de ses randonnées. Aucune sensation ne peut dépasser celle que donne la conquête d'une montagne et l'arrivée au sommet. Jeunes skieurs et skieuses, laissez-vous tenter par l'appel de la montagne, ne recherchez pas seulement votre joie au ski sur les pistes, que la vitesse ne soit pas votre seul idéal, sachez skier sans chronographe et sans balises, sans tracé établi; laissez-vous aller au gré de votre fantaisie. Sachez porter votre sac et monter durant de nombreuses heures, vous en serez magnifiquement récompensés.

Et toi, skieur touriste moins jeune, mon frère, avec moi continue à gravir les beaux sommets de nos montagnes et de nos alpes; laissons-nous aller à la douce émotion que mille fois déjà nous avons ressentie, retrempons-nous chaque hiver et chaque printemps à cette source de joie. De nombreuses et belles courses sont encore à faire ou à refaire, de beaux sommets nous attendent. Que notre enthousiasme et notre volonté continuent à nous porter toujours plus haut pour contempler le ciel, le soleil et la vie!

## Skilauf, wohl der beglückendste Sport überhaupt!

Dieses Wort fiel am 3. sportärztlichen Zentralkurs in Bern, der allein dem Frauensport gewidmet war. Wahrhaftig! Wie verschieden auch die Menschen sein mögen in Alter, Körperbau, Temperament und geistigem Niveau: Der Skisport hat für jeden seine besondere Lockung, der die ersten Anfangsschwierigkeiten überwunden hat. Den einen bezaubert er durch geruhsame Wanderfahrten unter Stille des föhnblauen Himmels, durch selbstvergessenes Schwingen in glitzerndem Pulver und rauschendem Sulz; dem zweiten bringt er das atemraubende Erlebnis der eigenen Schnelligkeit auf glasharter Piste, den dritten fordert er heraus zum vollen Kräfteinsatz im winterlichen Hochgebirge. Tausende erleben heiterste Kameradschaft in der frohen Geselligkeit einer Skischule, eines Lagers.

Aus dieser Fülle soll auch die Frau schöpfen gemäß ihrer geschlechtsbedingten Eigenart. Rennfahrerin kann nicht jede sein; aber so gut wie dem Manne ist es ihr vergönnt, die Gewandtheit und Geschmeidigkeit ihres Körpers zu fördern und auszukosten, ihre Geistesgegenwart, Reaktions- und Entschlußkraft zu erproben. Hinausziehen soll auch sie, den Nebel des Tieflands hinter sich lassend, Schritt halten mit Mann und Kindern oder ihrem Kameraden, ohne deren Geduld allzu hart auf die Probe zu stellen. Tumeln soll sie sich auf den weiten, glitzernden Spielplätzen der Erwachsenen, für Stunden und Tage untertauchen in kindliche Gegenwartsfreude, um völlig umgestimmt, neu aufnahmebereit zum Tagewerk zurückzukehren.

Die Stimmen, die den Skilauf als unweiblich verschrien haben, sind längst verstummt. Immerhin wird ihm noch da und dort Einseitigkeit und übermäßige Beanspruchung der weiblichen Kräfte vorgeworfen. Dies mag bis zu einem gewissen Grade zutreffen für technisch falsches Fahren, wo jede Richtungsänderung mit Ach und Krach erzwungen wird, statt daß sie sich im rhythmischen Spiel mit dem Eigengewicht mühelos von selbst vollzieht. Dies ermüdet natürlich die physisch schwächere Frau mehr als den Mann und steht ihr, wie alles Mühselige und Krampfhafte, besonders schlecht an. Eine gewisse technische Schulung ist also für die Frau Notwendigkeit. Dann wird sie mit wachsendem Genuß fühlen, wie Glied um Glied bis zum harmonischen Zusammenspiel sämtlicher Muskelgruppen in den Bewegungsablauf einbezogen wird und wie die ängstliche Verkrampfung einem herrlichen Gefühl schwerelosen Sich-gehen-Lassens weicht.

Zum Kapitel «Einseitigkeit» soll noch gesagt sein, daß kaum ein Sport so allgemeine Anforderungen an den Organismus stellt wie der Skilauf, wenn er — eben nicht einseitig betrieben wird! Weder soll Lift und Bähnchen ostentativ gemieden und damit wertvolle Zeit zum Fahrenlernen vergeudet werden, noch darf man jedem Aufstieg aus dem Wege gehen und sich selbst dabei um prächtige Schulter-, Arm- und Atemübungen prellen. Wie viele von unseren skifahrenden Frauen kennen übrigens den Hochgenuß des Gehens auf Ski oder gar des Gleitens, das zum Harmonischsten gehört, was ein Bewegungsablauf überhaupt bieten kann? Dazu genügen schon Wälder und Wiesen des Tieflands im ersten Schnee, und eine bessere Vorbereitung für Unternehmungen in höheren Regionen läßt sich gar nicht denken.

Skilauf, der beglückendste Sport — auch für uns Frauen! Ein Minimum von Technik, kluge Geländewahl, dem Können angemessene Anforderungen, ein bißchen Energie — und keiner von uns braucht dieser Quell körperlicher Gesundheit und schönster Lebensfreude verschlossen zu bleiben. Dr. med. Anna Schönholzer.

