

Vaud : 5000 sportifs à Avenches

Autor(en): **Dentan, Jacques**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Généralions : aînés**

Band (Jahr): **25 (1995)**

Heft 5: **Spécial Sion**

PDF erstellt am: **02.06.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-828944>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern. Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Vaud: 5000 sportifs à Avenches

Le 31 mai prochain, des retraités sportifs venus de toute la Suisse se retrouveront dans les arènes d'Avenches. Près de 450 membres de la Fédération vaudoise de gymnastique du 3^e âge se produiront pour des milliers de retraités venus de divers endroits lors d'une marche en étoile de plusieurs kilomètres.

Les Romains, dont l'espérance de vie atteignait la moitié de la nôtre, entretenaient une double relation avec leur corps. D'une part, ils cherchaient à l'endurcir pour satisfaire d'impérieux objectifs militaires, d'autre part, ils lui vouaient un soin assidu dans les plaisirs partagés des bains publics (thermes).

Ces préoccupations n'habiteront guère les 5000 sportifs qui, le 31 mai prochain, marcheront de di-

verses localités voisines pour gagner l'amphithéâtre romain d'Avenches. Cette marche en étoile, suivie des démonstrations de plusieurs groupes sportifs d'ainé(e)s dans les arènes, aura pour principal objectif de permettre aux adeptes d'«ânés+sport» venus de toute la Suisse de se rencontrer dans la fête.

Les milliers de membres de groupes sportifs, qui s'entraînent régulièrement à leur discipline, qui dans leur salle de gymnastique, qui sur leurs skis de fond ou à vélo, qui dans leur piscine, ressentent le besoin de se tenir les coudes dans une grande fête. Après leur rendez-vous avec l'histoire helvétique au Rütli en 1991, ils se retrouvent quatre ans plus tard sur cette terre broyarde, aux confins de deux cultures.

80000 adeptes

Vers la fin des années soixante, Pro Senectute s'est préoccupé d'améliorer la condition physique et l'état de santé de la population âgée, dont la Fondation avait à s'occuper par ailleurs. Le besoin était

réel, puisque le mouvement «ânés+sport» ne tarde pas à essaimer dans toutes les régions du pays. Il réunit maintenant quelque 80'000 adeptes de la gymnastique, de la natation, du ski de fond, de la marche, du vélo et de la danse.

La gymnastique des aînés a même fait son entrée dans les homes, après que l'on eût mis au point des exercices appropriés. On n'imagine guère le développement d'un mouvement aussi ample sans un encadrement adéquat.

Des centaines de bénévoles se sont formés et continuent de se perfectionner non seulement dans la pratique de leur discipline, mais aussi dans l'approche psychologique de ces aîné(e)s avides de mouvement, mais qui ne peuvent prétendre aux performances des «actifs».

Avec l'arrivée d'une population âgée en meilleure condition physique et plus autonome, certains groupes peinent à renouveler leurs effectifs. Aussi, «ânés+sport» est-il à la recherche de nouvelles disciplines: tennis, mini-tennis, jogging, camps multisports et gym 60 pour améliorer la forme.

Mais les objectifs restent fondamentalement les mêmes, car toute activité physique permet d'éprouver le plaisir du mouvement, de mieux percevoir son corps, d'améliorer la qualité de la vie (par des contacts réguliers) et d'entretenir ses facultés intellectuelles et de coordination motrice.

Le 31 mai prochain à Avenches, les vieilles pierres de l'amphithéâtre vibreront à nouveau sous les vivats du public, car le sport a toujours fait bon ménage avec la fête.

Jacques Dentan



Un groupe de l'Ouest lausannois répète sous la direction de Charlotte Sins

Photo Y. D.

**Avenches, le 31 mai.
Deux représentations: pour le public à 10 h 15 et pour les marcheurs à 13 h 30.**