Zeitschrift: Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport

Herausgeber: École fédérale de sport de Macolin

Band: 45 (1988)

Heft: 7

Artikel: Harry Mahon et le nouveau "Centre d'aviron" de Sarnen

Autor: Lörtscher, Hugo

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-998481

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: 08.07.2025

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

Harry Mahon et le nouveau «Centre d'aviron» de Sarnen

Hugo Lörtscher, EFGS
Traduction: Yves Jeannotat

Il y a plus d'une année déjà que le nouveau centre d'entraînement de la Fédération suisse des sociétés d'aviron (FSSA) a été inauguré à Wilen, tout près de Sarnen. Sa situation le met en contact direct avec l'hôtel Waldheim. Un contrat de collaboration a pu être signé avec le propriétaire de ce dernier, lequel a accepté, en particulier, de mettre la maison «Britannia», une dépendance, à la disposition des rameurs. Ceux-ci, avec l'aide des entraîneurs, l'ont transformée à leur convenance. On y trouve, maintenant, une salle de séjour, une autre de théorie, un cabinet de consultation médicale avec laboratoire, un local de musculation et de tests ergométriques, une cuisine, un bureau, 12 chambres meublées de 30 lits et un vaste dépôt de matériel. En outre, une annexe a été construite pour abriter les embarcations de la FSSA (1 «huit», 2 «quatre», 4 «deux en pointe», et 2 skiffs). Si l'on ajoute les deux canots à moteur nécessaires pour accompagner les rameurs, ce matériel a coûté quelque 130 000 francs. Le reste des installations (escalier d'embarquement, etc.) n'a pas exigé de grandes dépenses, de sorte que le complexe a requis, jusqu'à présent et sans tenir compte de la location, un investissement de 200 000 francs environ. La Fédération a ainsi prouvé qu'il était possible, aujourd'hui encore, de réaliser des choses utiles, pratiques et fonctionnelles sans tomber dans le gigantisme à outrance. Mais c'est le temps qui va démontrer, par contre, si l'activité sportive et celle de l'hôtel sont compatibles. Les rameurs y prennent la pension complète, le maître queux acceptant de concocter, pour eux, les menus qui lui sont demandés.

Le «Centre d'aviron» de Sarnen: au fond à droite, la maison «Britannia».

Un choix réfléchi

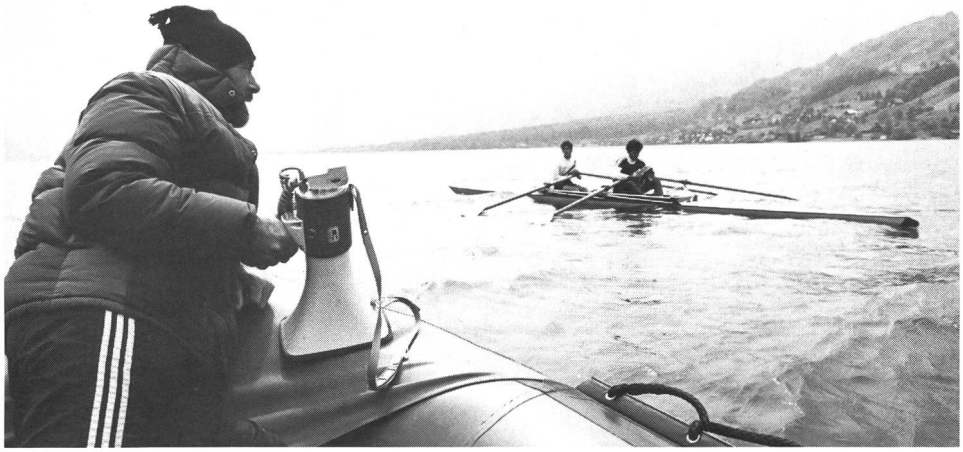
Le choix de Wilen, pour la création d'un centre d'entraînement, n'est pas dû au hasard. Il y a longtemps que Suisses et étrangers (USA, Nouvelle-Zélande, Canada et Danemark en particulier) savent que le lac de Sarnen offre des conditions idéales à la pratique de l'aviron en raison, notamment, d'une absence relative de vent, d'une grande tranquillité et d'une beauté naturelle unique en son genre. Depuis à peine un an que la station est ouverte, de nombreuses autres nations (Angleterre, Tchécoslovaquie, Espagne et Australie) ont demandé à pouvoir y séjourner.

L'entraîneur Harry Mahon

Il n'était pas pensable que la Fédération suisse des sociétés d'aviron ouvre un centre d'entraînement de l'envergure de celui de Wilen sans engager un entraîneur à plein temps. Après une prospection longue et minutieuse, on a finalement pu s'attacher les services de Harry Mahon, un Néo-Zélandais de 46 ans qui, depuis 1978, a réussi à placer les spécialistes de son pays (en «quatre» et en «huit» en particulier) parmi les meilleurs rameurs du monde avec, à la clé, de nombreuses médailles d'or, d'argent et de bronze aux Championnats du monde et aux Jeux olympiques.

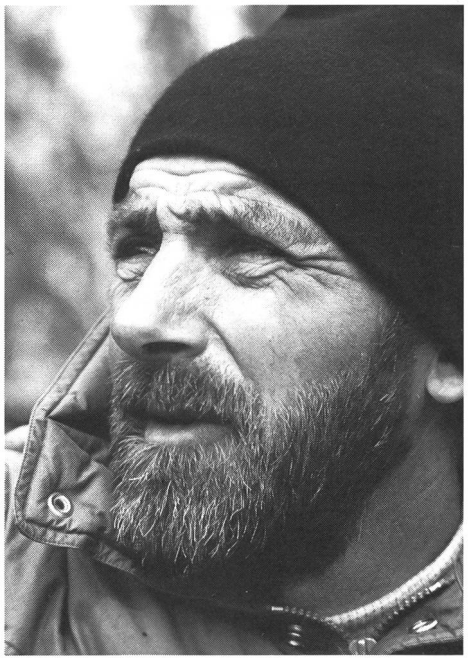
Embarcadère simple, mais fonctionnel.

Travail ergométrique dans les combles aménagés en un local ad hoc.



Entraînement sous la direction de Harry Mahon.

Ancien professeur d'histoire et de géographie, Harry Mahon a maintenant la tâche difficile d'essayer, à l'aide d'un nouveau programme d'entraînement réfléchi et bien adapté, de faire suivre le même itinéraire aux rameurs helvétiques. En outre, il a pour mission de populariser l'aviron. Mahon, dont le visage barbu et un peu sauvage fait penser à ceux des hommes de Suisse centrale, a d'ores et déjà rendu visite à tous les clubs d'aviron du pays, de même qu'à de nombreuses écoles, prêchant les beautés de son sport à la jeunesse aussi bien qu'au corps enseignant.



Harry Mahon.

Pour mener à bien son travail, Harry Mahon peut compter sur l'aide d'un certain nombre d'entraîneurs adjoints: Martin Dumermuth (vétérans B), Anatole Du Fresne (rameurs en pointe de la catégorie des légers), Daniel Okle et Roland Sticker (juniors), de telle sorte qu'il peut lui-même se concentrer sur les problèmes les plus épineux et assurer une bonne coordination de l'ensemble. Dans le domaine de l'entraînement proprement dit, il a entrepris de faire subir, à ses rameurs, une série de tests ergométriques dont l'évaluation est assurée par un système électronique très fiable, et les résultats analysés par le laboratoire de biomécanique de l'Ecole polytechnique fédérale de Zurich et par l'Institut de recherches de l'Ecole fédérale de sport de Macolin. Les limites fixées par la fédération ont déjà été atteintes par 33 rameurs et rameuses sans que la progression espérée par Harry Mahon entre les deux tests se soit toutefois concrétisée.

Condition physique fragile

Voici ce que pense l'entraîneur de la condition physique de ses protégés: «Elle me donne pas mal de soucis, surtout si on la juge sous son aspect général. La récupération cardiaque, lors des tests ergométriques, est trop lente et il n'y a qu'un travail d'endurance soutenu qui puisse l'améliorer. Et ceci est nécessaire pour permettre à la technique d'être efficace et pour obtenir un bon transfert de la force qui, elle, est excellente.»

En résumé, on peut dire que la méthode d'entraînement imposée par Mahon devrait ouvrir de nouveaux horizons à l'aviron de ce pays. En faisant appel à l'aide des milieux scientifiques, le Néo-Zélandais ne cherche pas seulement à tirer le meilleur parti de chaque situation et de chaque geste, mais à enthousiasmer, également, celles et ceux qui peuvent lui être d'un réel secours dans son entreprise difficile. Au cours des innombrables réunions d'entraînement destinées aux meilleurs et aux espoirs de toutes les catégories, il est aussi parvenu à familiariser bon nombre d'entraîneurs de clubs, déjà, avec son système et ses théories. Il s'agit d'attendre, maintenant, avant de dire si cette façon de faire aura, à moyen et à long terme, des effets favorables sur l'amélioration de la performance. ■

Séoul en point de mire

Il y a une année à peine que Harry Mahon a pris en main les destinées de l'aviron helvétique. Il serait donc faux d'attendre des miracles, après si peu de temps, aux prochains Jeux olympiques de Séoul. Mais, même s'il s'est fixé, pour objectif concret, les Jeux de 1992, il sait fort bien qu'on le jugera une première fois, et malgré ce qui vient d'être dit, aux résultats obtenus par les embarcations suisses en Corée, tant soit-il qu'il y en ait à se qualifier!