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

Herausgeber: École fédérale de sport de Macolin

Band: 51 (1994)

Heft: 3

Artikel: Le télémark

Autor: Krattiger, Alex

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-998251

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

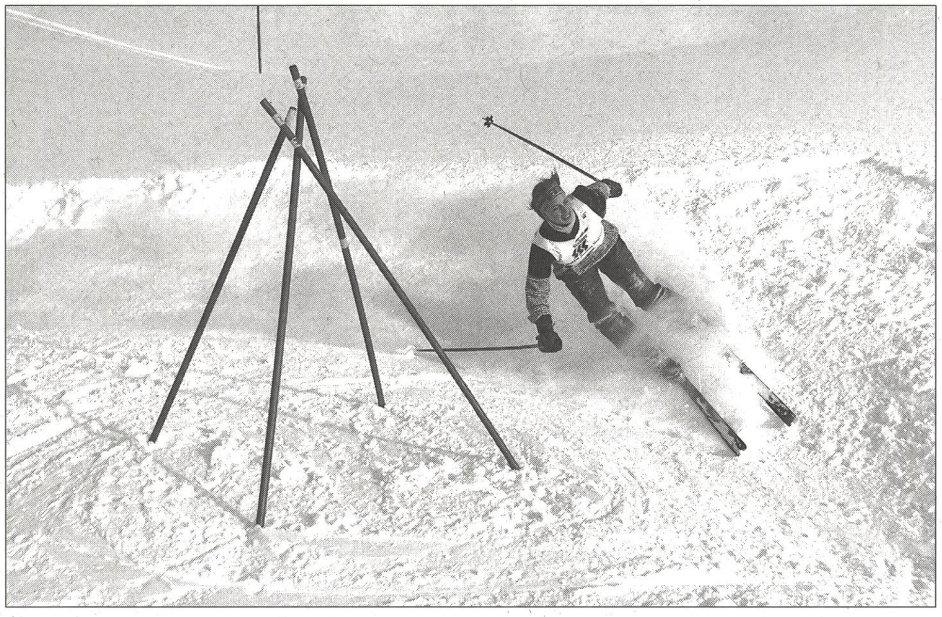
Download PDF: 04.07.2025

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

Le tél

Alex Krattiger, maître d
Adaptation franç

Lors de la «génuflexion», le talon de la chaussure du ski intérieur est visiblement décollé.



Contournement de l'obstacle sur neige non préparée.

En saut, celui qui atterrit en zone dite «interdite» est pénalisé.

C'est dans un petit village norvégien du nom de Morgedal, situé à 250 km d'Oslo dans la province de Telemark, que prit forme la plus formidable épopée du ski. Né en 1825 dans une famille de paysans, Sondre Norheim mettait progressivement au point, vers les années 1860, une technique spécifique du virage et de la réception consécutive à un saut. Il l'appliqua pour la première fois avec succès lors d'une compétition à Iverslokken (actuelle ville d'Oslo), en 1868. L'élégance et l'assurance démontrées par Sondre fascinèrent littéralement ses adversaires tout comme le public.

Le matériel utilisé par Sondre était également porteur d'innovations: skis plus étroits au milieu qu'aux extrémités et dotés de fixations formées d'un étrier et laissant, au talon, la possibilité de se lever lors de la «génuflexion». Il remporta aussi bien le saut que le slalom. Il avait 42 ans.

Sa technique se répandit rapidement dans les pays limitrophes. Elle connut un grand succès, mais de courte durée, victime du Christiania qui «fixait» le talon au ski et permettait au skieur de faire des virages plus courts et plus efficaces, les skis restant parallèles.

C'est dans les années 1970, à Crested Butte dans le Colorado, que cinq instructeurs de ski nostalgiques redonnèrent vie à la technique de Sondre Norheim, sous une forme toutefois plus dynamique, plus agressive.

Le matériel

Le télémark moderne exige un matériel très spécifique et en pleine évolution.

Skis: compromis entre les skis alpins et nordiques. Taillés, ils ont moins de carres métalliques et leur fabrication est du type sandwich.
Largeur : 75 mm aux spatules et 62 mm aux patins;
Longueur: de 1,90 m à 2,05 m pour les femmes; de 2 m à 2,15 m pour les hommes.

Fixations: construites selon la norme nordique 75, mais renforcées. Il en existe plusieurs modèles:
- Fixation à rail de guidage (système Rottefella NNN);
- Fixation à câbles (système Riva);
- Fixation à 3 ergots (système Rottefella);
- Fixation de sécurité par déclenchement en torsion (système voilé).

Chaussures: généralement en cuir souple, au niveau des orteils notamment. De type Vibram, la semelle assure une bonne flexibilité transversale et une parfaite résistance à la torsion. Trois trous pratiqués à l'avant correspondent aux ergots de maintien de la fixation. On trouve également des modèles plus récents de conception hybride (cuir et coque) ou monocoque (en plastique).

mark

ort diplômé de l'EFSM
: Yves Jeannotat

.es chaussures de compétition sont montan-es et pourvues de boucles à serrage rapide.)'autres modèles, plus bas et plus légers, se erment par laçage.

Bâtons: de longueur ajustable et munis de arges rondelles. Pour la compétition, ils sont le type alpin (slalom) ou nordique (épreuve ombinée avec parcours de fond).

Les règles

L'«International Comitee of Telemark» a dé-ini une série de points destinés à harmoniser a pratique de ce style au plan international:

- ski intérieur en retrait: fente d'au moins une longueur de chaussure ;
- talon de la chaussure du ski intérieur visiblement décollé ;
- passage du ski arrière vers l'avant, pour un nouveau virage, à la fois continu (pas d'arrêt) et harmonieux.

La compétition

Slalom

Type slalom géant, disputé en deux man-hes. Il comprend de 20 à 40 portes et un saut lans le deuxième tiers pour une durée de ourse de 2 à 3 minutes. La réception du saut 20 mètres environ) s'effectue en style télé-nark. Elle est précédée de zones dites «inter-lites» entraînant des pénalités. Des juges, ré-artis le long du parcours, contrôlent le pas-age correct des portes et sanctionnent les oncurrents qui ne les passent pas en style té-émark.

Slalom parallèle

Type habituel: deux tracés identiques sont iquetés l'un à côté de l'autre. Les concurrents artent deux par deux: le premier arrivé reste n lice, le perdant est éliminé. Pour le reste, la ompétition suit les mêmes règles que le sla-om ordinaire.

Classique

La «classique» est un concours multiple:

- descente sur neige non préparée
- champ de bosses
- parcours de fond (style libre)
- parcours d'obstacles
- virage à 360 degrés
- slalom géant avec un ou deux sauts

)urée normale: 5 minutes, dont un tiers ré-ervé au parcours de fond.

Du 27 mars au 2 avril, à La Clusaz (France) se disputeront les Championnats du monde style télémark.

Des participants norvégiens en habits d'époque.

La montée en ciseaux coûte de l'énergie et coupe le rythme.

Adresses à connaître

Télémark Club Fribourg:
Isabelle Baeriswyl
Rue d'Or 16
1700 Fribourg
Tél. 037 23 15 78

Télémark Club Verbier:
Franziska Witmer-Shapiro
Case postale 378
1936 Verbier
Tél. 026 31 63 18

Fédération suisse
de télémark:
Case postale 532
6390 Engelberg

L'œil averti du juge contrôle le passage correct des portes dans le style télémark.