Zeitschrift: Jeunesse forte, peuple libre : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin

Herausgeber: École fédérale de gymnastique et de sport Macolin

Band: 22 (1965)

Heft: 11

Rubrik: Échos de Macolin

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: 16.07.2025

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

Fartage

Farts

Marques principales : REX, RODE, SWIK, TOKO.
Chacun de ces assortiments comprend :

— Farts durs (petites boîtes)
  vert : = très froid
  bleu : = froid
  violet : = 0°, neige humide (légèrement)
  jaune : = 0°, neige humide, neige mélangée de pluie
  rouge : = au-dessus de 0°, tout particulièrement neige fraîche, humide.

— Klisters (liquides) (visqueux, en tubes)
  rouge : = neige mouillée et vieille neige granuleuse
  bleu : = neige dure, croûtée, glacée.

Il ne s'agit pas de préconiser ici tel ou tel assortiment. Bien que la gradation des couleurs soit la même pour les différents assortiments, la latitude d'application (échelle de température) ne concorde pas toujours. Aussi le tableau de la page 140 ne concerne-t-il qu'un assortiment déterminé (TOKO).

Neige

Pour simplifier, nous avons subdivisé en deux groupes les très nombreuses sortes de neige :

Nouvelle neige
chute de neige ou neige fraîchement tombée (depuis deux jours tout au plus)

Vieille neige
vieille de plus de deux jours, granuleuse.

Temps

Le temps influant sur la constitution de la neige, il convient de l'observer constamment.
Si l'air est plus froid que la neige, celle-ci se refroidira encore ; si l'air est plus chaud, la température de la neige augmentera (neige humide).

Farts

Appliquer les farts secs uniformément et directement à partir des tubes, puis égaliser au moyen d'un bouchon. Plusieurs couches minces, chacune bien appliquée, rendent les skis rapides ; des couches épaisses facilitent la montée, mais les skis glissent alors plus lentement.
Les farts secs peuvent également être égalisés à chaud au moyen d'un fer à repasser, d'un appareil à méta ou encore d'une lampe à souder.
Quant aux « klisters », on peut les égaliser à la main (chaude) ou au moyen d'un grattoir (évent. chauffer préalablement au moyen d'une lampe à souder).

Attention :

— Avant le fartage nettoyer les surfaces de course (le mieux : brûler au moyen de la lampe à souder).

— Sécher les surfaces de course.

— On aura avantage à prendre les températures de l'air et de la neige au moyen d'un thermomètre.

— Considérer et apprécier la neige avec précision.

— Les farts sont conçus pour une trace dure ; ils adhèrent moins en grosse neige.

— Par neige fraîche, ne pas recourir aux klisters.

— En cas de doute, polir le fart plutôt trop que trop peu ; farter après coup avec un fart très adhérent est plus simple que de racler des surfaces glacées.

— Roder le ski ; après 10 minutes environ, on connaît la qualité du fartage.

— Après fartage dans un local chauffé, laisser tout d'abord les skis se refroidir à l'air ; ensuite seulement les poser dans la neige (danger de condensation et de formation de glace).

Entretien du matériel

Skis, souliers et bâtons doivent être soigneusement entretenus. Enduire de temps à autre d'un vernis transparent la partie supérieure des skis utilisés, cela afin que la neige n'y reste pas collée.
Après usage, attacher les skis ensemble, les maintenir tendus en leur milieu pour que leur suspension ne diminue pas. Toutefois, ne pas les tendre excessivement, ce qui n'améliorerait pas l'état d'un ski « déficient ». Les bouts de bois, éventuellement les tubes de fart, intercalés doivent produire une tension d'environ 4 cm, mais pas davantage.
Tendre les souliers au moyen d'une forme, ou bien les bourrer de papier ; les maintenir toujours bien cirés et brillants. Traiter de temps en temps la semelle au moyen d'un produit imperméabilisateur.
Contrôler régulièrement bâtons et courroies.
Envelopper les parties faibles des bâtons de bandes collantes.

Traduction : N. Tamini et A. Metzener

Echos de Macolin

Prochains cours

1. Cours de l'EFGS

13.—18. 12. Ski I (20 participants)

19.—24. 12. Ski IIa et IIb (20 participants)

Ski I : instruction de base
Ski IIa: formation de moniteurs pour disciplines alpines (slalom spécial, slalom géant, descente)
Ski IIb : formation de moniteurs de ski de fond.

2. Cours des associations

29. 11.— 2. 12. Cours d'instruction pour jeunes tireurs (100 part.)

4.— 5. 12. Cours de boxe pour entraîneurs et moniteurs de juniors (35 part.)

4.— 5. 12. Cours préparatoire aux championnats du monde de gymnastique artistique (25 part.)

6.— 9. 12. Cours d'instruction pour jeunes tireurs (70 part.)

11.—12. 12. Cours de perfectionnement pour athlètes d'élite (85 part.)

17.—19. 12. Cours de basketball pour équipe nationale masculine junior (15 part.)