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

Herausgeber: École fédérale de gymnastique et de sport Macolin

Band: 26 (1969)

Heft: 12: Numéro spécial de ski

Rubrik: Nos équipes nationales se préparent

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: 14.07.2025

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

Il s'agit là d'un problème de génération, car, lorsque certaines moeurs auront disparu avec la retraite des plus anciens coureurs du moment, le système qui fonctionne à la perfection en France, sera également valable en Suisse, en Allemagne, en Autriche ou en Italie.

C'est l'Italie, qui, avec un bel accent de sincérité, pose un autre problème. Sous l'impulsion de son directeur sportif Jean Vuarnet, la Fédération italienne a créé un «pool». Or, pour payer les coureurs, tout en les intéressant matériellement à leurs performances, les dirigeants italiens ont eu l'idée d'indexer leur traitement mensuel à leur classement FIS et à leur ancienneté. C'est ainsi que l'on a pu lire dans le bulletin de la Fédération que Claudio de Tassis toucherait dorénavant 272 000 lires par mois, Clataud 146 000, de Nicolo 114 000.

L'avenir: le fonds social

Une solution aussi hardie — d'autant plus hardie que les dirigeants italiens ont eu le tort de l'exposer sur la place publique — ne pouvait franchir la censure de la FIS.

«Pas question pour nous d'entériner le système italien, m'a dit le président Marc Hodler. Il s'agit là d'une forme de prime. C'est du professionnalisme, donc un système que nous ne pouvons accepter.»

Mais comment, en fait, le système doit-il fonctionner?

M. Marc Hodler, après nous avoir annoncé qu'il tiendrait prochainement une réunion d'information avec les présidents des fédérations concernées — les «alpins» en un premier temps, les «nordiques» en un second — répond sur ce point:

«Compte tenu de la situation particulière du ski, que nous avons réussi à faire admettre par le CIO, nous voulons placer tous les skieurs sur un plan d'égalité dans le domaine de leurs préoccupations matérielles. Nous ne voulons pas qu'un coureur soit obligé de renoncer à courir parce que son activité sportive constitue une charge pour sa famille. Chacun doit pouvoir courir aussi longtemps qu'il s'en sent capable et sans préjudice pour les siens ou pour son avenir.

«De ce fait, nous sommes d'accord pour que les fédérations remboursent, même sous la forme de forfaits très généreusement alloués, un ensemble de frais: voiture personnelle, massages, soins médicaux. En plus, le manque à gagner réel pour le temps de l'entraînement et des compétitions. A ce régime, les champions et les championnes ne peuvent et ne doivent pas s'enrichir puisqu'il n'est pas question d'en faire des professionnels.

«Ce qui est beaucoup plus important, c'est d'assurer leur avenir. Et en ce point notre souci rejoint les préoccupations, mais aussi les idées que l'on discute au niveau du CIO où une réforme des règles est également étudiée en commission.

«C'est l'idée du «fonds social» dont la mise en place nous a été suggérée par un membre éminent du CIO. Elle me paraît d'autant plus intéressante que l'origine de l'impulsion qui nous a été donnée nous permet de penser que le CIO lui-même pourrait un jour s'orienter dans cette voie. Il s'agirait de créer au sein de chaque fédération un fonds spécial alimenté par des sources diverses — et dans le cas du ski elles seraient très nombreuses. Chaque coureur, sa carrière terminée, pourrait toucher de ce fonds une somme à fixer de cas en cas, compte tenu de sa situation, mais aussi de son orientation future.

«Bref, ce fonds devrait permettre à des garçons et à des filles qui consacrent parfois vingt ans de leur vie au ski et qui n'ont pu apprendre aucun métier, ni amorcer aucun début de carrière extra-sportive, de se recycler dans les meilleures conditions dans un nouveau domaine professionnel.»

S. L.

Nos équipes nationales se préparent

Les nordiques: ça marche très fort. 6000 km dans les jambes !

Leonhard Beeli, ches des nordiques, trace en quelques mots la situation des fondeurs:

«Nous nous sommes réunis au mois de mai à Worblaufen avec l'équipe nationale, les candidats, les juniors et les gardes-frontières, au total environ 40 personnes. Il s'agissait d'un cours d'instruction pour l'entraînement de la condition physique. Les 5 et 6 juillet, nous nous sommes retrouvés à Einsiedeln pour voir le terrain d'entraînement, discuter de la saison et faire le point de la situation. Nous avons pu nous rendre compte que tous s'étaient préparés avec sérieux et en suivant les instructions reçues au printemps. Du 7 au 10 août, les fondeurs ont pratiqué la course en forêt à Tête de Ran, au régime de 6 heures par jour. Dès le 3 septembre et durant une semaine, ils ont été à St-Moritz pour un nouveau cours sur sec. Marches en montagne, courses, dont le but est de renforcer les poumons et le coeur à une certaine altitude et à un rythme plus soutenu. Fin septembre, début octobre, une nouvelle semaine, soit sur glacier à ski soit encore sur sec. Dès le mois de novembre, cours sur neige à St-Moritz d'abord de 15 jours, puis en décembre de 3 semaines. Enfin, deux fois une semaine en janvier et en février. Ces derniers cours dépendront du calendrier des manifestations. Au total, environ 10 semaines. Ceci ne tient pas compte de l'entraînement individuel quasi quotidien, qui est la principale partie de notre programme. On peut estimer que les fondeurs couvrent à pied environ 2500 à 3000 km, entre les mois de mai et novembre et de 3000 km à ski jusqu'au début des courses.

«Pour l'instant, nous pouvons être très satisfaits de la condition de nos hommes. Il est évident que Stussi et Koch qui sont guides n'ont peut-être pas tout à fait la même préparation que leurs camarades, car ils pratiquent leur métier en été. Pour Koch, le problème est presque insoluble. Vous savez que Olsson ne revient pas, Denis Mast, Aloïs Kaelin et Sepp Haas sont chargés de la préparation technique alors qu'Uli Wenger fonctionne comme coach. Cette formule nous paraît très valable.

«Certes, nous aurions aimé revoir le Suédois, mais n'oublions pas que son absence n'est pas une catastro-

phe. L'an passé, il n'était venu que deux semaines. Enfin, je vous signale que Haas a reçu des propositions d'entraîner les Français et Kaelin les Allemands, ils sont donc bien chez nous ! Vous voyez que cela marche fort et que nous sommes très confiants dans l'avenir. Il reste à régler encore certains problèmes financiers, nos hommes ne touchent pas de manque à gagner et perdent au moins 5000 à 6000 fr. par an. C'est beaucoup, mais j'ai confiance, nous trouverons la solution.»

Les alpins: les 100 jours ou la forme précoce

Pour la première fois dans l'histoire de notre ski alpin, l'équipe nationale et les candidats subissent un entraînement d'une rare intensité. La nouvelle organisation du ski de compétition de la FSS a adopté un système moderne de «participation». C'est ainsi que certains «anciens» coureurs de l'équipe nationale (Giovanoli, Bruggmann, Minsch, Daetwyler, etc.) participent à l'édification du programme d'entraînement et ont le droit à la parole dans la mise sur pied des entraînements.

Ils forment avec Urs Weber, les entraîneurs Gruenenfelder, Berlinger, Zenklusen, Besson et Schweingruber, le «brain trust» du ski alpin suisse. Cette formule se révèle parfaite et l'entente n'a jamais été aussi bonne; en outre, nous avons gagné la confiance. Lors de chaque cours sur neige, Urs Weber fait appel à des candidats entraîneurs des diverses associations régionales et peut ainsi offrir aux coureurs un entraînement impeccable et permettre à ces jeunes de connaître mieux les méthodes de l'équipe qu'ils pourront appliquer dans leur région. Ce contact est salutaire.

Les jours d'entraînement sont fort nombreux et jusqu'à fin août nos alpins avaient déjà 4 semaines de neige dans les jambes. Dès le 14 juillet, ils se sont rendus 15 jours à St-Moritz. Il a été décidé dès ce moment que la FSS organiserait un stage tous les 15 jours, ce fut donc ensuite Zermatt (2 fois 7 jours), puis 6 jours pour les filles à Zermatt et pour les garçons à St-Moritz. En octobre, 5 jours et du 20 au 25 test physique à Macolin. Nous avons ainsi terminé la première étape de notre préparation. Dès le mois de novembre, les entraîneurs établirent définitivement leur camp dans une station et les coureurs peuvent y aller et y rester comme ils le désirent. Nous pensons qu'ils y passeront une semaine, rentreront 3 ou 4 jours et reviendront une semaine. Cela se passera ainsi jusqu'à Noël. Au total environ 100 jours de ski avant la fin de l'année. N'oublions toutefois pas entre-temps les courses de St-Moritz, de Val d'Isère, de Lienz et de Cortina.

«Je me suis aperçu que pour réussir à Val Gardena, nous dit Urs Weber, chef des alpins, qu'il était indispensable d'intensifier l'entraînement sur neige. Jamais nos coureurs n'en ont fait autant. En ce qui concerne la préparation physique, ils ont un programme individuel à suivre à domicile. Nous avons dû toutefois changer un peu notre projet. En effet, le dernier cours de Zermatt (fin août) nous a prouvé que nos skieurs étaient déjà très forts à ski mais qu'ils n'avaient pas tout à fait suivi l'entraînement physique que nous avions prescrit. Plusieurs d'entre eux estiment aujourd'hui déjà tenir la forme qu'ils avaient en janvier 1969, ils nous faut donc freiner un peu et c'est la raison pour laquelle le stage de St-Moritz se fera sur «le sec». Le but en sera: entraînement de réactions, de réflexes, d'assouplissement et non d'endurance, ce qu'ils font chez eux. Vous voyez donc que les entraînements de condition physique à Macolin ont disparu. Nous avons constaté que les cours sur neige en été permettent aux skieurs de se préparer tranquillement, individuellement et surtout de travailler cet automatisme des mouvements que nous recherchons avant tout. Il est indispensable que lorsque nous attaquerons la seconde étape, c'est-à-dire la phase d'entraînement de compétition, que les coureurs puissent réagir automatiquement dans n'importe quelle situation. Bruggman prétend aujourd'hui déjà pouvoir contrôler complètement son slalom, freiner, accélérer, doser comme il le veut. Nos alpins doivent parvenir à skier par instinct, voilà notre but.»

En ce qui concerne l'équipe féminine, relevons que J.-P. Besson fait un travail magnifique. La technique imparfaite de nos skieuses s'améliore déjà. Malheureusement, Anneroesli Zryd n'a pas encore pu s'entraîner. Blessée au dos lors d'exercices aux anneaux en juillet, elle suit encore un traitement. D'autre part, elle souffre d'un ménisque et il sera peut-être nécessaire de l'opérer.

Enfin, je puis dire aujourd'hui que nous sommes très satisfaits de la situation. Grâce à notre système de dialogue avec les coureurs, nous avons créé un climat de confiance et de sympathie extraordinaire. Nous avons même réussi à obtenir pour la première fois un masseur pour les entraînements. En outre, l'aide des assistants-entraîneurs, que les associations régionales mettent à notre disposition (en prenant à leur charge les indemnités), celle de certains jeunes venus nous aider à piqueter les slaloms, nous permet de faire un travail remarquable.

Vous voyez qu'il y a lieu d'être optimiste.

«Le Fribourgeois»

Le Lauberhorn... sans y aller!

Sur le plan technique, la visite de Macolin a permis à ceux qui avaient fait le déplacement de découvrir une nouvelle machine destinée à l'entraînement des descendeurs. Il s'agit d'un système rotatif qui imprime à deux planches mises au sommet de la mécanique des mouvements qui sont, paraît-il, ceux que connaît un skieur sur le tracé du Lauberhorn, du Hahnenkamm ou de Val Gardena. S'entraîner sur ces pistes fameuses sans y aller et sans bouger d'un seul mètre, que voilà une heureuse trouvaille!

Apparemment, vous et moi nous serions éjectés en un seul passage sur cette précieuse mécanique. Les champions, eux, y adoptent le plus longtemps possible la fameuse position de recherche de vitesse, et leurs jambes attestent que l'illusion de foncer à 100 km est parfaite. Les devers, les bosses y sont transcrits avec une redoutable fidélité. Sera-ce le motif d'une amélioration d'ensemble de nos descendeurs lorsqu'il s'agira de fouler la neige? On veut l'espérer.

Tiré de «Tribune de Genève»