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: 27 (1970)

Heft: 6

Rubrik: Les pratiquants

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

l'A. C. M. N. E. P., association des maîtres de gymnastique).

2. **Manifestations:**

a) Championnat neuchâtelois individuel (év. plus tard relais ou autre concours cantonal).
b) Journées neuchâteloises d'orientation par région (avec la collaboration des groupes sportifs).
c) Eventuellement marche ou course d'orientation à ski.
d) Finale scolaire de course d'orientation.
e) Ev. championnats suisses et courses nationales.

3. **Elaboration de cartes d'orientation.**

4. **Pose de pistes fixes** dans les centres sportifs Le Chanet, Kappel, Les Cernets.

5. **Création de groupes d'orientation** qui seraient soutenus par l'A. N. C. O. financièrement et techniquement.

6. **Aide aux organisateurs:**

a) Mise à disposition de la cartothèque d'adresses.
b) Mise à disposition de matériel, év. cartes.
c) Ev. pose et contrôle des parcours.
d) Etablissement d'un calendrier des courses dans le canton.

7. **Aide aux coureurs de pointe:**

a) Former des équipes pour les championnats suisses de relais ou par équipes.
b) Indemniser les coureurs qui participent aux courses nationales et championnats suisses.

8. **Presse et propagande:**

a) Par les journaux (articles sur la course d'orientation en général).
b) Par la radio.
c) Par la T. V.
d) Ev. création d'un bulletin de l'A. N. C. O.

Les pratiquants

par Noël Tamini

Epreuves d'endurance

L'an dernier, le Britannique John Tarrant a remporté les 100 miles (160,9 km) de Walton, en 12 h. 31' 10". Près de 4 marathons d'affilée, ou plus précisément... 402 tours de piste. Car c'est sur piste que cela se passait. Alors, inconscience? folie? Autrement dit: qu'est-ce qui fait courir un Tarrant?
Dans son livre «Histoire mondiale du sport» («Weltgeschichte des Sports»), l'inoubliable Carl Diem a dit notamment des performances d'endurance: «Les grandes marches d'endurance de la fin du siècle dernier (quelque 578 km de Vienne à Berlin, en 1893), étaient des preuves de résistance de grande et enrichissante valeur. Nous en sommes aujourd'hui conscients; nous sommes bien obligés de convenir que ces utiles exercices d'endurance sont le garant d'une vie longue et saine. Je regrette que cette page de l'athlétisme soit actuellement négligée. Le marathon ultérieurement cultivé ne fait pas tout à fait oublier ce qui a disparu.»
De tous temps, les hommes ont aimé mesurer leur endurance en des courses de longue distance. Les hommes de la préhistoire traquaient souvent le gibier des jours entiers jusqu'à le faire périr d'épuisement. Au Mexique, une tribu d'Indiens — les Tarahularas, littéralement: «coureurs à pied» — qui, sur le plan culturel, vivent encore à l'âge de la pierre, continuent de pratiquer un jeu de course d'inspiration religieuse. Se nourrissant alors d'un aliment légèrement excitant, ils courent parfois 72 heures d'affilée en faisant rouler de leurs pieds une petite boule de bois symbolisant la terre.
On se souvient qu'en 1968 Bruce Tulloh fit à pied la traversée du continent américain, suivi en voiture par sa femme. Passons sur la campagne de presse animée par une firme d'eau minérale qui assumait les frais de l'entreprise. L'exploit de Tulloh nous remémore ceux des grands coureurs professionnels qui, avant lui, avaient accompli la même épreuve, mais sans le concours de leur femme, ni le confort moderne après chaque étape.
Somme toute, le maillot d'un John Tarrant ranime le souvenir d'un autre coureur britannique au prestige intact. Il s'agit plus précisément d'un Gallois, Guto Nythbran, dont le maillot portait ces mots «Nos Galan». Et «Nos Galan» est devenu le nom de la course qui se déroule chaque année à la St-Sylvestre à Mountain Ash, au Pays de Galles.
Du Guto Morgan entré dans l'histoire de la course à pied sous le nom de Guto Nythbran (Nythbran était son village d'origine), on rapporte qu'il pouvait «capturer les oiseaux au vol», qu'un jour il alla à Pontypridd et en revint — un trajet de 7 miles — avant que l'eau d'une casserole n'ait eu le temps de commencer à bouillir. On raconte qu'après une course de 13 miles il s'écroula sans vie, sa femme l'ayant accueilli d'une puissante frappe dans le dos. Car telle était la joie de cette femme dont le mari venait de vaincre nettement, à 37 ans, un adversaire bien plus jeune.
Epreuves d'endurance, pratique de la course à pied et coureurs professionnels, tout cela semble ne faire qu'un. Il est vrai que beaucoup de coureurs amateurs actuels ne prisent guère les longues distances. Faute de motivation suffisante, ou parce qu'ils n'ont vraiment pas le temps de rester plusieurs jours en course.
D'autre part, dans certaines longues épreuves d'endurance le nombre des participants l'emporte encore de loin sur la qualité athlétique: à Bienne, en Suisse, une course de 100 km a lieu chaque année, qui réunit bien plus de mille coureurs. Point de noms connus, mais des «mordus» désireux de se mettre à l'épreuve d'une véritable course d'endurance. En Allemagne, les 100 km «Rund um Unna» sont une épreuve analogue quoique toute récente.
En Grande-Bretagne, des courses du même genre jouissent d'une grande popularité... sauf lorsqu'elles se déroulent sur piste. La course annuelle de Londes à Brighton — environ 180 km — est tout particulièrement prisée. Dans ce pays, les relais sur route font également fureur. Il y faut beaucoup de coureurs, chacun n'ayant que 5 à 8 km à parcourir d'affilée. Notons en premier lieu celle qui part de John O'Groat (pointe nord de l'Ecosse) et qui s'achève à Landshend (pointe sud des Cornouailles), au total 1300 km. Il s'agit d'une course par équipes de dix coureurs se relayant aussi

Suite à la page 159

Lueur d'espoir pour sportifs handicapés par des blessures

Dr van Aaken

J'avais moi-même remarqué que des vaporisations de Volon-A-Spray donnaient de bons résultats en cas de périostites et de blessures aux tendons. Or, un confrère, le docteur Karl Christ, de Reichenbach (Allemagne), vient de remporter une série de succès sensationnels contre des accès de rhumatisme douloureux. Selon un communiqué paru à ce sujet dans la «Therapische Woche», le docteur Christ a obtenu des succès grâce à des injections dont voici la composition: 1 ampoule de Volon-A-40 1 ml + 1 ampoule de Butazolidine 3ml + 1 ampoule de Zytobion 1000 Gamma 1 ml. Le docteur Christ estime que ce médicament mixte est plus efficace que chacun de ses composants pris séparément, et cela dans les cas d'affections aiguës (inflammations musculaires, lumbagos), ainsi que de sciatique aiguë. Après 1—2 jours déjà, environ 90 pour cent des patients ainsi traités ressentent une nette amélioration, qu'il s'agisse d'affections chroniques ou aiguës du système musculaire ou du squelette. De même, dans le cas d'une poussée aiguë de polyarthrite, cette injection s'est révélée nettement plus efficace qu'un traitement antirhumatismal usuel. Voici d'ailleurs ce qu'en dit mon confrère de Reichenbach:
«Il s'agit d'un mélange que m'avait recommandé la firme von Heyden, de Munich, à laquelle j'ai ensuite rendu compte des succès obtenus. Un médecin sportif a chaque jour affaire à des cas de sciatique, de périostite, d'épicondylite, d'arthrite et de polyarthrite rhumatismale. Des 18 cas ainsi traités, et avec succès, mentionnons-en quelques-uns. Pour éviter le danger d'un abcès fessier, ces injections mixtes furent appliquées sous forme un peu modifiée, soit seulement le Volon-A-40 et le Zytobion 100 Gamma, mais en plus 3—6 comprimés d'Irgapyrine par jour.

(...) Un maître de sport connu, naguère bon décathlonien, frappé de sciatique depuis 3 ans; ne peut même plus guère courir. Le lendemain de l'injection, la douleur a disparu; le surlendemain, il gagne la hauteur (170 cm) et la longueur (6 m 48) des championnats de district.
(...) Un coureur de fond de 58 ans: depuis deux ans, douleurs aiguës aux deux talons alternativement; symptômes d'ostéomalacie (ramollissement de l'os) à ces parties, avec ruptures de fatigue. Deux jours après l'injection, il court une longue distance sans douleur, et reprend son entraînement. L'amélioration persiste ainsi durant trois semaines.
(...) Un entraîneur de football (28 ans). Depuis trois ans, très grave inflammation du tendon d'Achille, qui fut même opéré. Deux jours après l'injection, la douleur avait si bien disparu que le patient put parcourir 10 km au trot.
Ces exemples paraissent suffisamment explicites. Je les ai relevés parce que j'estime qu'ils ne doivent pas rester cachés dans des revues médicales, mais permettre à tous les sportifs qui souffrent de blessures analogues d'attirer là-dessus l'attention de leur médecin traitant.

Quant aux confrères — et tout particulièrement les médecins sportifs et les orthopédistes — je leur signale que l'article du docteur Christ peut être obtenu à l'adresse suivante: Verlag G. Braun, 75-Karlsruhe, Karl-Friedrich-Strasse 14—18 («Therapische Woche» 17, 13 A 53, 1967).
(De: «Interessengemeinschaft älterer Langstreckenläufer». Adaptation française: N. T.).

(suite de la page 146)

souvent qu'ils le désirent. Ils courent ainsi jour et nuit. Trajets plus courts le jour, plus longs la nuit, et l'on se ménage un peu de temps pour dormir. C'est là une épreuve d'endurance comparable à une course de Six-Jours cycliste.
Le marathonien allemand Manfred Steffny — moins de 2 h. 18' en 1968 — qui a déjà couru plus de 60 km d'affilée à l'entraînement, a proposé qu'à titre de propagande en faveur des Jeux olympiques de Munich l'on organise une course par étapes reliant en une semaine Francfort (siège du Comité olympique national) à Munich. Pour notre part, avec une équipe de dix coureurs de Leverkusen, nous voulions relier Klein Walsertal à Flensburg, soit tout au plus 1000 km. Mais jusqu'ici nous n'avons pas réussi à trouver une autre équipe concurrente et un organisateur. Le patronage de tel ou tel journal important fera peut-être qu'un jour ce rêve deviendra réalité. Un journal qui accepterait de contribuer à populariser — une fois n'est pas coutume — une épreuve d'endurance.
Et nous revoici à notre point de départ: il n'est pas étonnant que c'est précisément en Grande-Bretagne, le pays d'Europe qui produit les meilleurs crossmen, les meilleurs coureurs de 10 000 m et les meilleurs marathoniens, que l'on s'intéresse à des courses plus longues encore. Se pourrait-il donc qu'en popularisant davantage les très longues épreuves on réussisse du même coup, chez nous aussi, à améliorer la qualité des performances sur 10 000 m et en marathon? Quoi qu'il en soit, n'est-ce pas en fortifitant la base de la pyramide qu'on parvient avec le temps à rendre son sommet plus solide? D'après un article d'Arnd Krüger

Bulletin de Tenero

Josef Grun
Trad.: DL

Finalement, le printemps s'est installé. A l'heure où je rédige ce rapport (15 avril), tout est en fleurs. Il fait très beau (à quelques exceptions près) et 400 personnes ont déjà profité du droit d'hospitalité du centre sportif de la jeunesse. Beaucoup d'entre-elles étaient surprises des excellentes possibilités d'entraînement qu'offre le centre sportif de Tenero et de la grande pelouse verte. Une fois encore, le Tessin s'est montré l'endroit idéal pour les camps d'entraînement printaniers. Les cyclistes, les athlètes et les footballeurs étaient enthousiasmés. Un cours a même dressé ses tentes. Eux aussi, ont trouvé ça formidable; ils n'ont même pas recouru aux sacs de couchage réservés pour les cas de nécessités. En somme, le centre sportif de la jeunesse a bien commencé la saison 1970.

Il semble que le mauvais temps au nord des Alpes ait attiré de nombreuses hautes personnalités dans le sud. Ainsi, nous avons pu accueillir vers la fin de mars le directeur de l'administration militaire, Monsieur Kaech, accompagné de ses directeurs civils (MM. Wolf, Huber, Ziegler et Bienz). En général, les installations et l'activité du centre sportif de Tenero ont laissé une excellente impression. Les chefs des offices cantonaux E. P. G. S. romands sont également venus jeter un coup