

# À Macolin, une "finlandaise" revue et corrigée!

Autor(en): **Jeannotat, Yves**

Objekttyp: **Article**

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

Band (Jahr): **38 (1981)**

Heft 9

PDF erstellt am: **06.08.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-997316>

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern. Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

## A Macolin, une «finlandaise» revue et corrigée!

Texte: Yves Jeannotat  
Photos: Hugo Lörtcher

«Quand on court sur une piste finlandaise de bonne qualité, on a l'impression d'avoir des ailes. Par sa souplesse, elle exerce sur la musculature une action en profondeur qui équivaut à un véritable massage. J'insiste sur le fait qu'elle doit être de bonne qualité, c'est-à-dire assez large (de 1,50 m à 2,00 m), afin qu'elle ne se creuse pas en son milieu. Quant à sa longueur, elle dépend des possibilités offertes par le terrain. En Finlande, certaines pistes mesurent plusieurs kilomètres: c'est un luxe! Celles que nous connaissons, chez nous, ont généralement entre 600 et 1500 m.»<sup>1</sup>

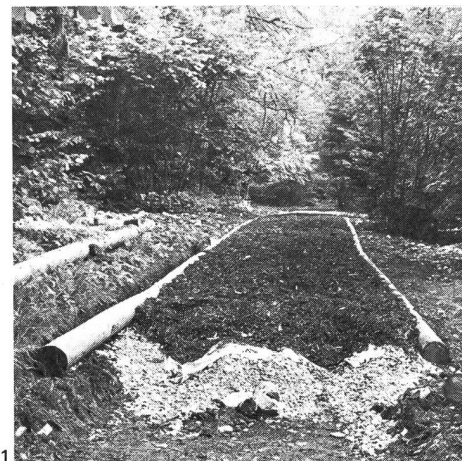
La piste finlandaise de Macolin fut une des premières, sinon la première de Suisse. Au cours de ses 30 ans d'existence, elle a pris des rides et, depuis pas mal de temps déjà, elle ressemblait plus à un mauvais sentier qu'à un parcours de course à pied. Depuis quelques semaines, les choses ont changé: après deux mois de travaux, on l'a retrouvée rajeunie, rafraîchie, en tout point revue et corrigée. Sa largeur a été portée à 2,00 m. En plus de l'ancienne distance de 600 m, toujours existante, sa boucle a été prolongée à un peu plus de 1 km. Comme cela doit se faire, on a d'abord creusé un fossé à une profondeur d'environ 50 cm, puis on y a déposé des couches superposées de gravier et d'autres matériaux assurant une grande souplesse au parcours tout en étant parfaitement perméable à l'eau. La partie supérieure n'est plus formée de sciure pure comme c'était le cas auparavant, car celle-ci cède par trop aux foulées des coureurs, se creusant en trous et en sillons. Un mélange a donc été trouvé, mélange de sciure et d'écorce d'arbres. Aussi la piste, tout en gardant une remarquable élasticité, reste stable et

consistante. On peut maintenant y courir lentement ou vite sans crainte de se blesser et tout en éprouvant un plaisir indiscutable.

### Ouverte à tous

Tous ceux et toutes celles qui viennent visiter Macolin font un petit pas de course sur la piste finlandaise. Telle qu'elle se présente actuellement, elle permet à tous les sportifs de travailler leur condition physique de base et elle se présente sous la forme d'un parcours d'entraînement idéal pour les spécialistes de la course à pied. Ces derniers peuvent y faire des séances à rythme continu et régulier, du fractionné, des montées de colline. Très variée dans son profil, elle offre véritablement une gamme de possibilités très large, à une altitude «efficace» (1000 m), au cœur d'une nature extrêmement accueillante et vivifiante. Les dépassements n'y posant plus de problèmes, les amateurs devraient se multiplier: champions, espoirs, populaires, simples «citoyens» soucieux de leur santé et de leur bien-être!

<sup>1</sup> Tiré de «La course à pied pour tous», par Tamini, Jeannotat et Turblin, aux éditions Amphora.



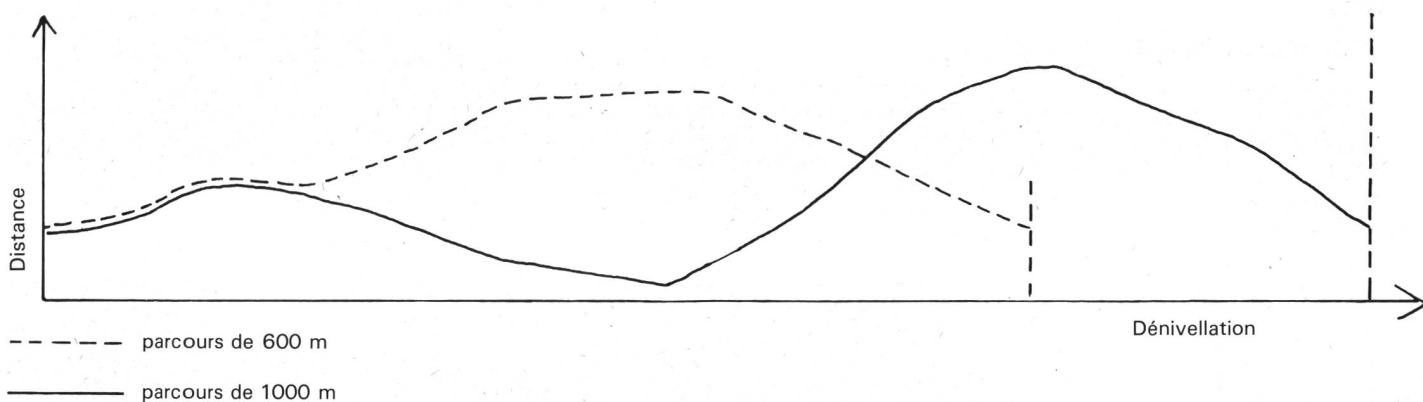
1 La nouvelle piste finlandaise revue (longueur) et corrigée (largeur et matériaux) en construction

2 Préparation de l'ancienne piste finlandaise, en 1951, par des participants à des cours de moniteurs et terrassiers volontaires et bénévoles pour l'occasion

3 En 1981, la pelle mécanique a remplacé le pique et la pelle à bras!



**Profil de la piste finlandaise de Macolin**



Un tour de piste pour inaugurer cette «finlandaise». Au premier plan, les directeurs K. Wolf (Ecole fédérale de sport, à gauche) et H. Schaerer (arrond. 3 de l'Office des constructions fédérales, à droite) à quelques mètres de l'arrivée... après un fabuleux effort!