

Page du lecteur

Objektyp: **Group**

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

Band (Jahr): **46 (1989)**

Heft 11

PDF erstellt am: **12.07.2024**

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.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

<http://www.e-periodica.ch>



L'altitude encore

Dr Christian Benezis
Centre externe de rééducation motrice
4, avenue d'Assas
F - 34000 Montpellier

Je suis depuis fort longtemps un fervent lecteur de votre revue et je suis arrêté par votre titre de: «*L'entraînement en altitude contesté*», paru dans le numéro d'août 1989.

Sans vouloir polémiquer sur les théories et arguments de Sue Frederick et Igor Gamow, je vous adresse le résumé de mes travaux sur Font-Romeu (Centre national d'entraînement en altitude): vous y trouverez les bases physiologiques, biologiques et psychologiques théoriques sur l'altitude.

Depuis 20 ans, je me bats pour que soient reconnus les bienfaits de l'entraînement en altitude, surtout en vue de la préparation des grandes échéances de compétition en plaine.

Nos collègues anglais, tchécoslovaques, belges, espagnols, canadiens et nous-mêmes avons essayé, depuis 1977, de connaître les mécanismes intimes de l'adaptation de l'organisme à l'altitude moyenne de 1800 à 2500 m.

Le 26 juillet 1989, sous la présidence de Roger Bambuck, Ministre de la Jeunesse et des Sports, ont été réunis à Font-Romeu, médecins, physiologistes, biologistes français et tchécoslovaques, et un protocole expérimental, permettant d'étudier plusieurs populations d'athlètes à l'entraînement, en plaine et en altitude, nous permettra de mieux cerner les mécanismes intimes d'adaptation qui se situent, non pas au niveau de l'augmentation du nombre des globules rouges, comme signalé dans l'article que vous avez publié, mais plutôt à celui des enzymes intraglobulaires et aussi à celui de substances comme l'erythropoïèse ou autres hormones comme le cortisol, qui

interviennent dans ces mécanismes. Ce protocole, réalisé dès 1990 si les pouvoirs publics en supportent le financement, permettra enfin, je l'espère, une reconnaissance scientifique de l'entraînement en altitude.

L'entraînement en altitude moyenne, en vue de l'amélioration des performances en plaine, n'a donc pas seulement acquis ses lettres de noblesse avec les seules médailles obtenues lors des quatre dernières olympiades et autres championnats du monde d'athlétisme, de volleyball, de football ou de cyclisme par les multiples athlètes qui s'y sont préparés.

Je serais heureux que vous puissiez publier ce courrier dans votre revue et surtout le texte qui l'accompagne: il y va de la crédibilité de notre travail depuis 20 ans..., et du vôtre, comme organisme d'information...

Réponse

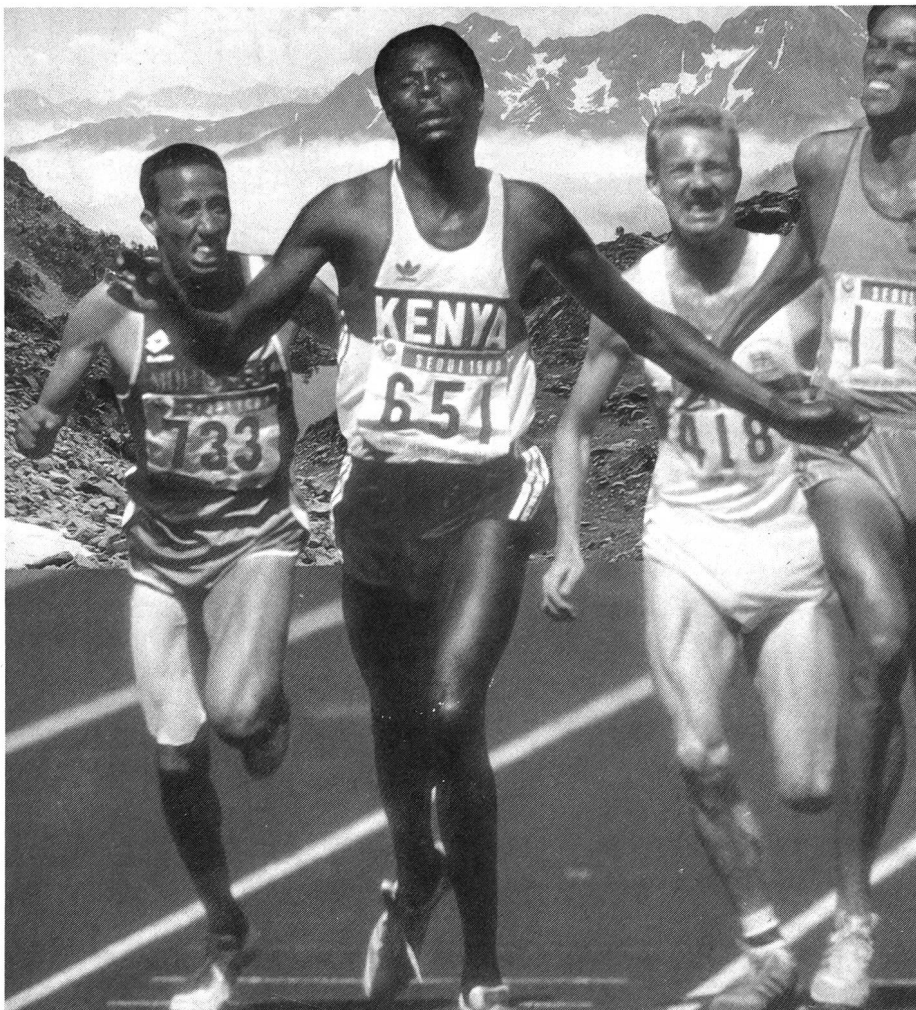
Sachez, tout d'abord, que la revue MACOLIN apprécie à sa juste valeur l'honneur que vous lui faites en la lisant et, surtout, que vous ayez pris la peine de vous exprimer au sujet d'un de ses articles. C'est avec un grand plaisir que j'y publierai votre étude «La préparation en altitude; entraînement en moyenne altitude: Font-Romeu, 1800 m», et ceci dans le numéro du mois de décembre. Entre-temps, vous aurez pu prendre connaissance des remarques du Dr Jean-Paul Brulé. Si elles appellent d'autres prises de position de votre part, n'hésitez pas à nous écrire: la «Page du lecteur» est faite pour cela. (Y.J.)

A qui puis-je être utile?

Cyril Borel
Union 10, 2502 Bienne
Tél. 032 23 39 49 (privé)
032 21 02 66 (prof.)

Il y a, en toute chose, le «pour» et le «contre»: dès juillet 1988, j'ai fait le tour du monde! Dix mois hallucinants, mais qui m'ont fait «sauter» la saison de ski! Cela n'a pas empêché mon amour pour la neige de rester ce qu'il est: grand et fort. Il faut donc que je rattrape le temps perdu, si j'ose dire. Je suis moniteur J+S 2 Ski alpin. Les écoles, sociétés diverses et même les privés qui pourraient utiliser mes services peuvent faire appel à moi; je suis disponible du 8 janvier 1990 jusqu'à la fin de la saison. Toutes les propositions qui pourraient m'être faites seront les bienvenues (camps de ski, etc.), même celles qui ne toucheraient pas directement à l'enseignement ou à l'encadrement.

Merci d'avance, et à bientôt «sur les lattes»! ■



Les «grands» à l'entraînement à Font-Romeu.