

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

**Herausgeber:** École fédérale de sport de Macolin

**Band:** 47 (1990)

**Heft:** 2

**Rubrik:** Jeunesse + Sport

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 26.11.2024

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



## Gymnastique + Fitness

(voir aussi MACOLIN 10/1989)

Barbara Bechter, nouvelle responsable de la branche

Traduction: Michel Burnand

La discussion au sein du groupe de travail constitué a révélé deux tendances principales:

- Le besoin de la FSG de mieux cerner la gymnastique au sein de la formation des moniteurs, et ce en mettant l'accent sur différents points: gymnastique de section (hommes), gymnastique de société (femmes), gymnastique de jeunes gymnastes, jeux et gymnastique.
- L'intérêt imminent des petites fédérations et de la plupart des cantons à conserver la structure actuelle, vu qu'une différenciation précise serait contraire à leurs objectifs ou entraînerait un surcroît de travail.

En août 1989, on s'est mis d'accord sur la proposition suivante, proposition acceptée à la mi-octobre à la fois par l'EFSM et par la FSG:

Gymnastique + Fitness restent dans la même branche, qui se voit alors subdivisée en trois orientations:

- A Gymnastique
- D Entraînement de la condition physique
- F Fitness

### Orientation A (Gymnastique)

L'accent de l'orientation A est mis principalement, au niveau du contenu



et de la méthodologie, sur les activités de la fédération/des sociétés. En outre, on a renoncé volontairement à subdiviser de nouveau cette orientation. A noter néanmoins qu'au sein de la fédération, elle peut, selon les besoins, être organisée de manière différenciée. Surtout appliquée dans la formation des moniteurs, elle sera précisée lors de la publication des cours.

### Orientation D (Condition physique)

Cette orientation permet aux moniteurs de toutes les branches de se perfectionner et de se spécialiser de manière pratique et théorique au niveau des principes d'entraînement.

### Orientation F (Fitness)

L'orientation F vise une formation polysportive qui s'adresserait à toutes les fédérations et les institutions moins tournées vers la compétition.

La structure de la formation des moniteurs comprend toujours les étapes suivantes:

CM 1 → CM 2 → CM 3/Fo → E. Seule l'orientation D commence au CM 2.

### Conditions d'admission

CM 2A/2F: tous les moniteurs 1 de toutes les orientations, ainsi que les moniteurs 2 d'autres branches sportives.

CM 2D: tous les moniteurs 1 de toutes les branches sportives, quelle que soit l'orientation.

CM 3/Fo A: pour ceux organisés par la FSG, être reconnu moniteur 2, conformément aux subdivisions propres à la fédération.

CM 3/Fo D: être reconnu moniteur 2D. L'EFSM se charge de l'organisation de ces cours.

CM 3/Fo F: tous les moniteurs 2, quelle que soit l'orientation.

Le nom *Gymnastique + Fitness* justifie ainsi le fait que  $\frac{2}{3}$  des activités se déroulent en gymnastique.

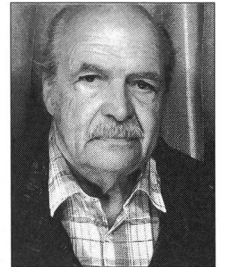
Les modifications d'ordre structurel (nom, orientation) verront le jour avec J+S 1991.

Les problèmes spécifiques ultérieurs seront traités par la future commission de la branche.

Attention: afin de permettre une application pratique rapide des innovations, le cours central fédéral de février 1991 est réservé aux cadres des cours cantonaux de moniteurs.

J'espère que ce nouveau pas en avant contribuera à une collaboration satisfaisante de toute part et je tiens encore une fois à remercier les personnes du groupe de travail de leur efficacité.

## Au revoir Maurice

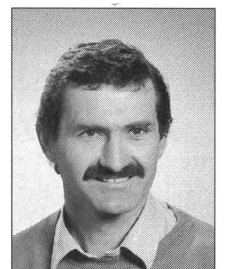


Après plusieurs années d'activité comme inspecteur fédéral J+S, Maurice Payot a passé le témoin, souhaitant avoir plus de temps libre pour mieux profiter de son jardin sis sur les hauteurs de La Chaux-de-Fonds. En homme actif, il n'a d'ailleurs pas conservé longtemps cette disponibilité puisque, depuis, il a repris la présidence de son club d'athlétisme, le SEP Olympique.

Lors de la dernière assemblée des délégués de l'Association neuchâteloise de gymnastique, il s'est à nouveau mis en évidence. En effet, le comité cantonal ne trouvant pas d'organisateur pour la fête cantonale des pupilles, en 1990, il a simplement proposé que, sous sa houlette, les vétérans gymnastes de sa ville organisent ces journées pour la jeunesse.

Voilà quelques attitudes qui retracent l'activité de Maurice Payot. Les sportifs chaux-de-fonniers et neuchâtelois, ainsi que le Mouvement J+S ont beaucoup profité de son dynamisme.

## Bonjour Jacques



Le relais a été pris par Jacques Balmer, autant connu dans les milieux sportifs que politiques. Fondateur du club sportif Les Caballeros de Boudevilliers, le nouvel inspecteur a été moniteur EPGs et, dès le début de J+S, il s'est engagé comme moniteur dans les branches Condition physique, Alpinisme, Course d'orientation, et il est aussi expert Ski.

En tant qu'ancien président du Grand Conseil, connaissant bien son canton, gageons qu'il saura soutenir le Service des sports et assurer le lien avec l'EFSM et la CFS. (Roger Miserez)



## Des camps pour la jeunesse

Roger Miserez, Chef du Service des sports du canton de Neuchâtel

Depuis longtemps déjà, le canton de Neuchâtel donne la possibilité aux jeunes de participer à des camps. A l'époque de l'IP, puis de l'EPGS, seuls les camps de ski étaient ouverts aux jeunes gens à Montana, Andermatt, puis à Anzère. Durant la phase expérimentale de J+S, de 1970 à 1972, les jeunes filles furent également invitées à participer à ces activités à Veysonnaz et Thyon. L'offre s'est rapidement étoffée: en effet, durant cette période déjà, les premiers camps polysportifs étaient mis sur pied, à Sion et Wallisellen notamment, et ceci avec grand succès.

Afin d'offrir aux jeunes une palette d'activités plus attrayante et correspondant à leurs aspirations actuelles, les cantons de l'«Arc jurassien»: Jura, Berne (Jura bernois) et Neuchâtel, collaborent depuis plusieurs années en organisant, en plus des activités réservées exclusivement aux jeunes des cantons respectifs, des camps intercantonaux pour la jeunesse. Le Jura prend en charge, dans ce contexte, le cyclisme et le canoë, Berne (Jura bernois) des semaines d'escalade et d'excursions dans les Alpes, Neuchâtel, enfin, de par sa situation, des camps polysportifs «lac» avec, au programme: aviron, planche à voile, voile, canoë, rame et jeux (baseball, jonglage, volleyball, etc.)

La finance d'inscription se situe entre 180 et 250 francs par semaine selon les activités proposées, les cantons respectifs assumant le complément nécessaire.

Ci-après, Janique et Séverine racontent la semaine qu'ils ont passée à Saint-Blaise où était organisé, récemment, un camp polysportif «lac».

## Vive l'eau!

Janique et Séverine

*Saint-Blaise: tout le monde descend! Nous voici arrivés, 18 filles et garçons, âgés de 14 à 19 ans, annoncés au camp polysportif organisé sur les bords du lac de Neuchâtel. Nous y resterons une semaine...*

*Sans tarder, nous nous installons au «Réverbère», un endroit calme et isolé situé dans le vignoble, avec vue imprenable sur le Bas-Lac. Nous allons loger dans de superbes maisonnettes en bois. M. Haussener, propriétaire des lieux, semble les avoir fabriquées sur mesure pour nous. Nous faisons alors connaissance avec le chef de camp, M. Kohler, avec le chef technique, M. Haussener justement, et avec Ariane et Ilan, les moniteurs qui vont essayer de nous faire apprécier et découvrir les*

*différentes activités aquatiques prévues au programme: surf-fish (dériveur léger avec un poisson dessiné en effigie sur sa voile), planche à voile, canoë-kayak, surf, skiff, galère (ancien bateau de sauvetage à douze rameurs), etc.*

*A l'aide de ces différentes sortes de «véhicules aquatiques», nous avons longé la rive jusqu'à La Tène, endroit connu pour les objets de l'âge de la pierre taillée et du bronze qu'on y a découverts. Lors d'une sortie, nous nous sommes avancés jusqu'au port de Neuchâtel, distant d'environ 7 kilomètres. Une autre fois, nous avons entrepris la traversée du lac jusqu'à Cudrefin avec, en prime, de douloureuses ampoules aux mains pour ceux qui avaient choisi de ramer... Et puis, il y eut aussi une régata pour les mordus de la voile, l'apprentissage des nœuds lorsque le vent était absent au rendez-vous, les baignades pour se rafraîchir...*

*Le soir, nous pouvions nous éclater en pratiquant le baseball, le volleyball ou le basketball. Nous avons également essayé le jonglage avec de petites balles, de même que le jeu du «diabolo» dans lequel M. Haussener et Ilan sont absolument imbattables.*

*Au cours d'un pique-nique, nous avons eu la joie de découvrir Chaumont (mille mètres). La descente de nuit à travers forêts et pâturages restera mémorable! Mémorable d'ailleurs l'ensemble du camp avec, en plus de tout ce que nous venons de raconter, une chaleureuse «torrée» au lieu-dit La Ramée, réserve naturelle d'où nous avons pu admirer un coucher de soleil féérique!*

*Et pourquoi ne pas souligner aussi que la cuisine fut excellente: taboulé, poulet au citron, émincé au curry, crème maison et ainsi de suite... C'était exquis! L'ambiance aussi d'ailleurs, toujours très sympathique. En bref, le groupe tout entier dit un grand merci aux chefs, aux moniteurs et animateurs, aux cuisiniers et aux secrétaires, en deux mots: à toutes celles et à tous ceux qui ont aidé à ce que ce camp soit une vraie réussite. ■*

