

**Zeitschrift:** Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport  
**Herausgeber:** École fédérale de sport de Macolin  
**Band:** 51 (1994)  
**Heft:** 1

**Artikel:** Macolin : du rêve à la réalité  
**Autor:** Jeannotat, Yves  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-998238>

### **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:** 30.03.2025

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

# Macolin: du rêve à la réalité

Yves Jeannotat

Le nom de Macolin, lié à l'expression d'École fédérale de gymnastique et de sport, a commencé à résonner à mes oreilles alors que j'avais 15 ans. C'était au cours de l'été 1944. Le dîner-choucroute du dimanche commençait à s'étirer dans la moiteur d'une après-midi chaude et ennuyeuse. J'avais quitté la table depuis belle lurette. Il était 15 h et je savais que c'était le moment du reportage sportif à la TSF. Je l'allumai sans attirer l'attention de mes parents et, aussitôt, je me mis à respirer au rythme des envolées de Vico Rigassi. Il narrait les championnats suisses d'athlétisme. Juste à cet instant, Jean Studer venait de franchir 7 mètres en longueur: *La classe de cet athlète est exceptionnelle!*, roucoulait Vico. *Déjà fort glorieux, puisqu'il a participé, en 1936, aux Jeux olympiques de Berlin, on se demande où il va s'arrêter, car nous savons que, dès l'année prochaine, il œuvrera à Macolin, la nouvelle Mecque du sport helvétique...*

Dès cet instant, Macolin n'a plus quitté mon esprit, ni la distance de 7 mètres qu'il était possible de franchir d'un seul bond. Pour voir, après le reportage, j'essayai de faire sept grands pas dans la chambre. Partant de la fenêtre, je butai à la sixième enjambée contre la table où l'on en était au café: distance impossible...

De fait, le nom de Macolin revenait sans cesse à mes oreilles. A l'heure de la «gym» surtout. Notre instituteur, qui n'aimait guère ça, nous disait: *Allez! Partie de chasse au renard! Mais n'oubliez pas de sauter un peu et de lancer quelques pierres: il paraît que c'est ce que vous devrez faire la semaine prochaine, à St-Ursanne, à l'examen EPGs... L'inspecteur de gym a écrit qu'il serait là! Il présente Macolin...* Dès ce mot prononcé, les images d'un paradis de sport se remirent à tourner dans ma tête. Quant à la journée EPGs, je suis loin de l'oublier. A peine arrivés sur la place, nous reçûmes l'ordre de nous mettre en

tenue de gym... Presque aussitôt, l'inspecteur – un homme sec et froid en habit militaire – se mit à hurler: *Lancement du poids! A vous Jeannotat! Comment, pas de tenue de gym? Drôle de lascar!*

Transi, je soulevai avec peine l'énorme boulet de fonte que je voyais pour la première fois. Le résultat? Pitoyable! Mais déjà, on m'appela au saut en longueur...

– *Et vos savates, Jeannotat?*

– *J'en ai pas m'sieur...*

– *Bon Dieu! Vous ne faites pas de gym à l'école?*

– *Si, m'sieur! La chasse au renard...*

– *J'veis vous en donner, du renard! Sauttez Jeannotat!*

Les larmes aux yeux, tremblant comme une feuille morte, ce n'est qu'avec l'aide d'un magistral coup de pied au derrière que j'atteignis la fosse de réception, au terme du bond sans doute le plus long de toute ma carrière sportive...

Dès cet instant, je ne me rendis plus compte de rien. Les événements me véhiculaient et c'est dans une inconscience presque totale que je me trouvai sur la ligne de départ de la «course d'endurance»: *Jusque tout là-bas au fond, et re-*



*C'est du sérieux, les amis: courir, sauter, lancer... Ce pourrait être à St-Ursanne...*

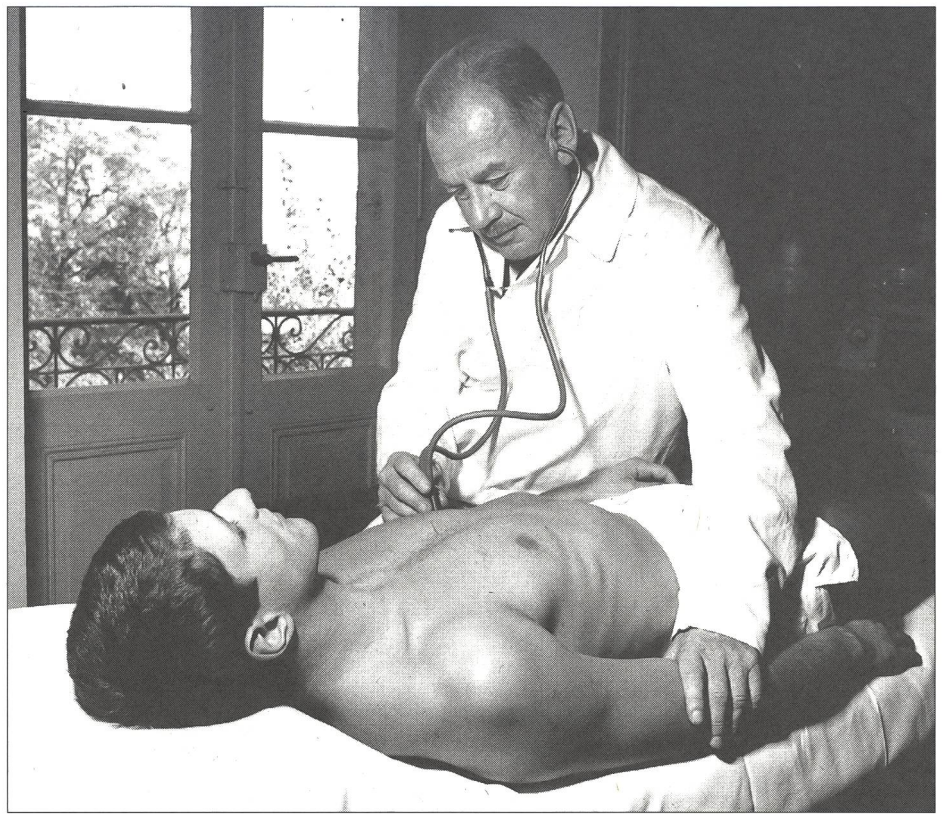
tour!... Là, dès que la bousculade du départ fut passée, ma seconde nature reprit immédiatement le dessus. J'avais comme dans un rêve. C'est à peine si je sentais le poids de mes godasses montantes. J'étais aux anges... Tout seul!... Devant!... La ligne passée, je m'écrasai contre le manteau de cuir de l'inspecteur. Plaçant ses deux grosses mains sur mes épaules, je l'entendis marteler: *Alors, Jeannotat, vous voyez bien... Quand on veut, on peut...* Dès ce jour, je n'eus plus qu'une idée en tête: courir, courir et... courir un jour à Macolin...

## Pour une histoire de cœur...

Il n'y a pas si longtemps, dans cette même revue, j'ai écrit une sorte de plainte du cœur: *Le cœur... Mon cœur, mon amour... Jolie comme un cœur... Au cœur de la forêt... Un accroche-cœur... Un cœur de pierre... Si le cœur vous en dit... Avoir le cœur gros... Un cœur gros comme ça... Un cœur de sportif!* C'est à ce dernier que je dois d'avoir connu Macolin...

\*

C'était au début de l'hiver. Je ne me sentais pas malade et je n'imaginai pas, alors, qu'on pût consulter un médecin si l'on est en bonne santé. Comme je m'en-



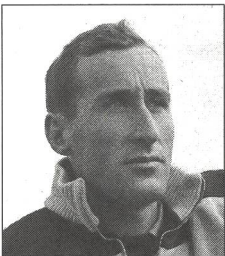
Le Dr Schönholzer, pionnier de la médecine du sport.

traînais très durement et qu'un ami m'avait dit: *ce serait bien...*, j'y allai tout de même. Je lui expliquai ce que je fai-

sais, depuis quand je courais. Il me tâta du haut en bas et plus il m'auscultait, plus ses yeux s'écarquillaient: le cœur,

## J'y étais...

Jean-Claude Gilliéron



*C'est en 1950, lors d'un cours pour jeunes athlètes de l'Association fédérale des gymnastes athlètes (AFAL) que j'ai découvert le site idyllique de Macolin. Taio Eusebio, pédagogue poète, et Armin Scheurer, maître de sport à la polyvalence inégalée, furent mes deux premiers maîtres. Et quels maîtres... Rétrospectivement, je pense que ces deux pionniers ont*

*été pour beaucoup dans le choix que j'ai alors fait d'une profession qui m'a passionné. L'athlétisme connaissait, à l'époque, un amateurisme de bon aloi. Sa disparition hélas m'amène, aujourd'hui, à m'engager contre le sport de haute compétition...*

*Enseignant à l'EFGS au cours des années 1960-1970, j'ai eu le privilège de côtoyer un corps enseignant fort de 12 maîtres qui s'appréciaient, se respectaient et formaient une équipe très soudée, insufflant aux élèves ce fameux esprit de Macolin dont il est encore question aujourd'hui.*

*A l'époque déjà, nous disposions d'installations sportives très sophistiquées et d'avant-garde, ce qui nous permettait de «bluffer» un brin, nos élèves ne disposant généralement, chez eux, que d'infrastructures rudimentaires. L'enseignement était facile; trop facile peut-être, la jeunesse à laquelle nous nous adressions étant toujours très motivée et relativement peu critique.*

*C'est l'enseignement de l'athlétisme, du ski et du football que je donnais aux élèves du stage d'études des futurs maîtres de sport ainsi que les cours de culture générale destinés*

*aux étudiants romands qui m'ont laissé les meilleurs souvenirs. Le rôle de maître-conseiller pour les travaux de diplôme nous permettait aussi de découvrir des personnalités, de les aider et de les aimer.*

*En ce temps-là, le maître de sport de Macolin connaissait tous les collaborateurs de l'Ecole et tous formaient ensemble une équipe soudée et forte. Concierges, cuisiniers, comptable, gardiens et hommes d'entretien des terrains étaient régulièrement présentés aux participants aux cours.*

*Nous assistions généralement au lever du jour lors d'une course matinale au cours de laquelle nous méditons sur le sens d'un proverbe ou d'un poème. Une fois par semaine, cette sortie était réservée au ramassage des déchets et autres papiers qui entachaient le site: application d'un comportement écologique avant la lettre en quelque sorte... L'harmonie régnait, car l'institution avait encore une dimension humaine!*

*La nouvelle législation fédérale en matière de sport m'a permis de vivre, vers la fin des années 60, une époque charnière au cours de laquelle l'EFGS, tout comme l'ensemble du sport suisse, ont connu une évolution fabuleuse. Loi, ordonnances et règlements ont généré des progrès remarquables dans tous les domaines du sport. J'ai pu le mesurer dans le cadre du développement de la formation universitaire des maîtres d'éducation physique en Suisse, et plus particulièrement à Lausanne. La qualité du sport scolaire en est une retombée manifeste. Mais toute médaille a son revers. Pour la fréquenter régulièrement encore, je me demande si l'EFSM maîtrise toujours bien son développement et soigne suffisamment les relations humaines au niveau de l'enseignement... ■*

c'était le cœur qui l'intéressait. La sentence tomba net comme un couperet: *Mon ami, vous avez un cœur énorme, et il me semble entendre comme un souffle. Je ne voudrais pas vous faire peur mais, si vous tenez à devenir vieux, vous n'avez plus le choix: évitez tout effort; fini la course à pied; il n'y a pas d'autre solution...* Lorsque je rentrais chez moi, j'étais blanc comme un linge. Trente ans à peine, pensais-je, et déjà au bout du rouleau! Moi qui croyais que le sport était sain et recommandable... Et moi qui me réjouissais de monter pour la première fois à Macolin, où j'étais convoqué avec le cadre national de course à pied! Waldemar Gerschler, le célèbre entraîneur allemand, devait d'abord nous parler, puis diriger une séance d'entraînement «par l'intervalle». *Courir à Macolin...*, fallait-il que mon obsession de gamin avorte dans l'œuf?... Non! J'irais!...

Quel mélange de joie et de douleur en foulant, à pas prudents, la cendrée de la Fin du Monde... J'expliquai à Gerschler ce qui m'arrivait. Il sourit et me dit: *Venez passer vos vacances de Pâques chez moi, à Fribourg-en-Brisgau, et faites-vous le plaisir de courir ici aujourd'hui; vous ne risquez rien...* Ce fut grandiose, et personne pour rester dans ma foulée...

A Pâques, Gerschler m'introduisit dans l'entraînement biquotidien: jeu de course léger le matin, intervalles l'après-midi. Après une semaine de ce régime, il m'emmena chez le Prof. Reindell, cardiologue de réputation mondiale, pour le

### Experts et moniteurs J+S!

L'expédition des nouveaux guides J+S 1994 étant en partie effectuée mécaniquement, il est possible que, si vous possédez plus d'une reconnaissance J+S, vous en receviez plusieurs exemplaires.

Les documents dont vous n'auriez pas l'emploi, peuvent être renvoyés au service cantonal J+S. Merci de votre compréhension!

«test-vérité». Verdict: comparativement à celui des champions, mon «gros cœur» ressemblait plutôt à un cœur de poule! Me voilà rassuré et motivé. De retour en Suisse, ma première visite fut pour Macolin. Accueilli par Francis Pellaud, alors rédacteur de «Jeunesse forte – Peuple libre», je passai, dans «mon paradis», trois jours d'entraînement idylliques. Lors d'une séance (80 fois 100 m en 14/15 sec et 40 sec de récupération au petit trot), je vis s'avancer vers moi un petit homme habillé en gilet-veston et portant blouse blanche, yeux vifs et tête légèrement rentrée dans les épaules. Il resta planté longtemps, là, sur le bord de mon parcours, mains dans les poches. Après 40 répétitions alors que, couché, je contrôlais mes pulsations, il me demanda presque timidement:

– *Excusez-moi, jeune homme, qu'est-ce que vous faites?...*

– *Intervalltraining nach Freiburger Art*, répondis-je en me redressant.  
– *Wunderbar*, murmura-t-il en s'en allant...

C'était le Dr Schönholzer, véritable pionnier de la médecine du sport... Un mois plus tard, j'étais champion suisse du 10 000 m et, le premier dimanche d'octobre, je remportais mon premier Morat-Fribourg après avoir dû, toutefois, signer une décharge au médecin de service (ce fut le dernier contrôle de ce type, alors obligatoire, avant le départ) parce que, pour lui, avec mes 38 pulsations/minute, mon cœur battait beaucoup, beaucoup trop lentement...

Aujourd'hui, à peine un peu plus de 30 ans plus tard, ces historiettes provoquent l'hilarité générale. La médecine du sport a démarré en flèche et elle est devenue une science à part entière. A tel point même que, comme la médecine générale, elle se préoccupe plus de l'objet que de l'homme, qu'elle oublie trop que l'être qu'elle accompagne est un grand enfant fragile mais en bonne santé, qu'il a avant tout besoin d'affection, de compréhension et de réconfort. Elle néglige l'observation globale pour la partie, durcit souvent ses diagnostics, occulte même, parfois, l'effet réel de ses traitements; elle repousse aussi, avec politesse et un brin d'ironie, tout recours aux médecines parallèles, plus humaines pourtant, donc plus efficaces souvent... Pourquoi donc, dans ce domaine aussi, l'union ne ferait-elle pas la force?... ■



Champion suisse du 10 000 m à Bâle (147) quelques mois après avoir été... condamné à l'immobilité pour cœur trop gros.