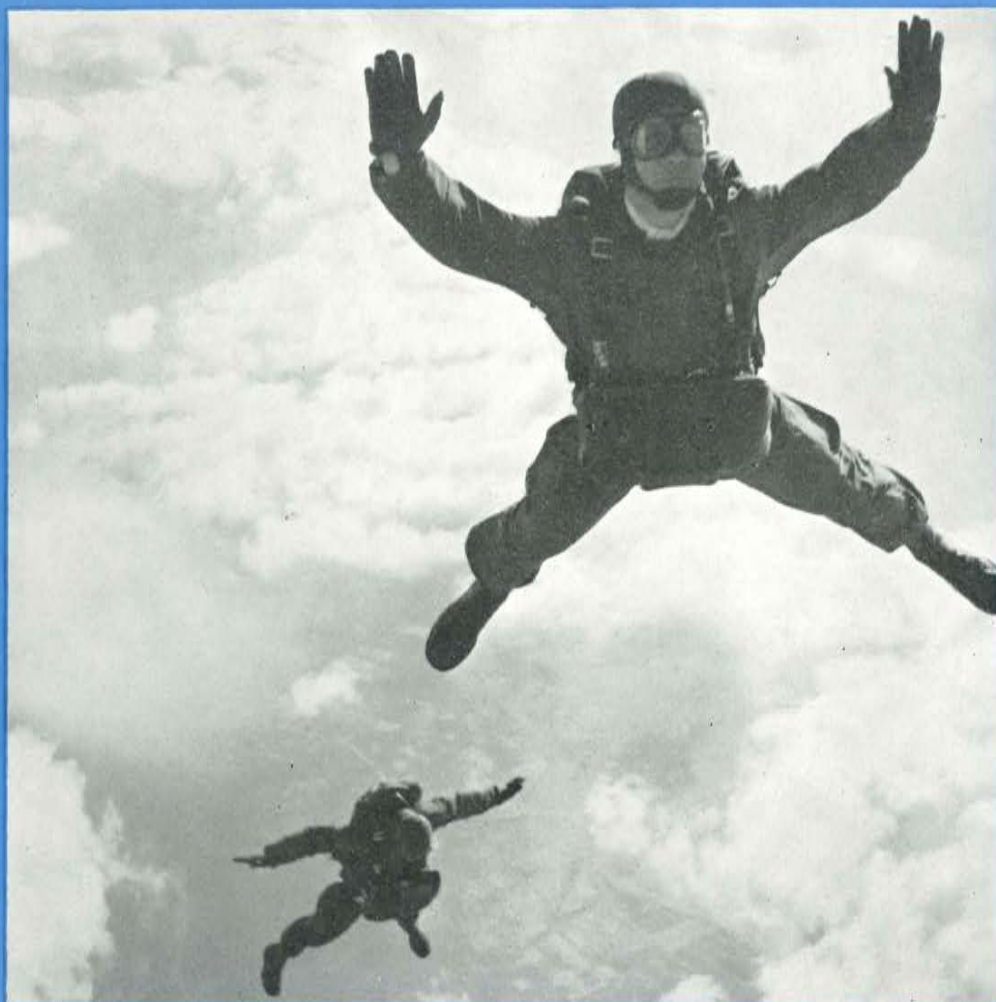


CISM  
magazine

NUMERO 20  
NUMBER

1 9 6 3



SPORT *international*

# SPORT international

ORGANE OFFICIEL DU CONSEIL  
INTERNATIONAL DU SPORT  
MILITAIRE

Rédaction. — Abonnement : Secrétariat-Général du C. I. S. M., 34, Bd Général Jacques, Bruxelles 5, Tél. : 48.03.92. Adr. télégr. : CISMILITAIR-BRUXELLES.

La reproduction même partielle des articles portant la mention « copyright » est sujette à l'autorisation du Secrétariat-Général. Les autres textes peuvent être reproduits en mentionnant l'origine et le nom de l'auteur.

PRIX DE VENTE : Le numéro : 25 francs belges. Abonnement (6 numéros) : 100 francs belges. Compte n° 427,885 du C. I. S. M., Banque de Commerce. — Place Royale, 6, Bruxelles.

OFFICIAL PUBLICATION OF THE  
INTERNATIONAL MILITARY  
SPORTS COUNCIL

Editorial staff — Subscription : General Secretariat, C. I. S. M., 34, Bd Général Jacques, Bruxelles 5. Telephone : 48.03.92. Teleg. address : CISMILITAIR-BRUSSELS.

Whole or part reproduction of an article with the mention « Copyright » is subject to the General Secretary's authorization. The other articles can be reproduced and distributed if their origin and author's name are mentioned.

SUBSCRIPTION RATES : Current copy : 25 Belgian francs. Per year, (6 vol.) : 100 Belgian francs (\$ 2,00) Ac. N° 427,885, C. I. S. M., Banque de Commerce — Place Royale, 6, Brussels, Belgium.



Photo de couverture : En plein vol ces deux « plongeurs du ciel » nous enseignent que le parachutisme sportif est une école admirable.

Cover photo : Trained parachutists demonstrate various maneuvers while in « free fall ».

5<sup>e</sup> ANNÉE **20** 5th YEAR

Juillet/July

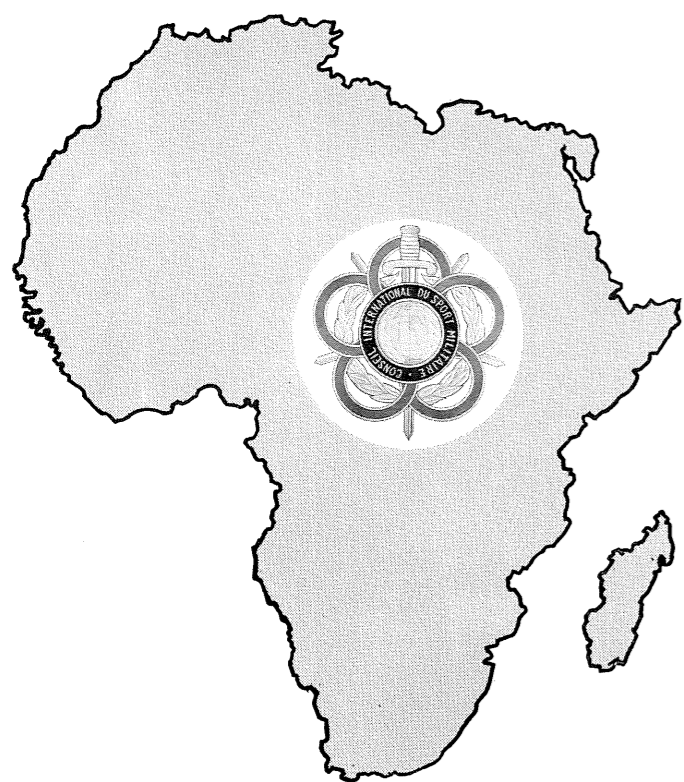
—

Numéro/Number 3

<b>Editorial</b>	2
<i>Afrique et C. I. S. M. — C. I. S. M. and Africa</i>	
<b>Doctrine</b>	4
<i>Physical fitness program of the U. S. Navy</i> Captain J. L. Counihan, USN	
<b>Technique</b>	9
<i>L'aviron allemand et ses méthodes d'entraînement</i> <i>The German Rowing</i> Major F. F. Benary (Allemagne)	
<b>Doctrine</b>	13
<i>Le parachutisme — Parachuting</i> Colonel F. Pottier (France)	
<b>Jeunes Ambassadeurs — Juniors Olympic</b>	18
<b>Soldier keep fit — Soyez en forme</b>	20
<i>Isometric exercises — Exercices isométriques</i>	
<b>Information</b>	22
<i>Le costume de lumière — Bull fighting</i> Lt-Colonel Garcia Riveras (Espagne)	
<b>Technique</b>	27
<i>Escrime — Fencing</i> Maître G. Piedfer (France)	
<b>Flashes</b>	31
<b>Académie — Academy</b>	32
<i>Doping et sport de compétition</i> <i>Competitive sport and Doping</i> Médecin Commandant Thiebault (France) Dr A. Dirix (Belgique)	
<b>La vie au C. I. S. M. — Life at the C. I. S. M.</b>	37

COMITE DE REDACTION — EDITORIAL STAFF

<i>Direction</i>	R. Mollet	Belgique
<i>Académie du C. I. S. M.</i> <i>C. I. S. M. Academy</i>	M. A. Bianco	USA
<i>Illustrations</i> <i>Drawings</i>	W. Schleusner	Belgique
<i>Membres correspondants</i> <i>Corresponding members</i>	Captain Rolv Hoiland Mr. Warren, H. Goldman Mr. Uhl	Norway USA Deutschland



# Editorial

## *Afrique et C.I.S.M.*

*Deux événements récents sont à noter.*

*Sport : Les Jeux de l'Amitié, organisés à Dakar par le Sénégal ont réuni la majorité des nations africaines.*

*Du 11 au 21 avril 1963, 2 500 participants appartenant à 25 pays ont consacré la réussite de ces premiers Jeux Africains pleins de couleur, de joie et de gentillesse.*

*Politique : Le 25 mai, à Addis Abeba, 30 Chefs d'Etat ont signé la charte historique créant une Assemblée Commune Africaine.*

*Ces deux rassemblements sont significatifs car ils consacrent définitivement la prise de conscience des peuples de ce continent.*

*Mais dans le domaine qui nous est cher il y a plus...*

*Les jeunes nations africaines, pour la plupart, ont compris tout le bien qu'elles peuvent tirer du sport militaire comme moyen d'enrichissement du potentiel sportif de la nation.*

*A l'image de la France, elles ont créé à l'échelon national un Service Central des Sports Militaires qui collabore étroitement avec la Direction de la Jeunesse et des Sports (secteur civil).*

*Dans de nombreux pays un Centre Sportif Militaire similaire à Joinville — groupe les meilleurs athlètes et développe les talents prometteurs.*

*Ce mouvement sportif militaire doit éveiller l'attention et l'intérêt du Conseil International du Sport Militaire.*

*Le succès des récentes manifestations organisées par la Tunisie, l'organisation prochaine de notre Assemblée Générale au Maroc devraient servir de soutien et d'occasion à une étude sérieuse et urgente d'une extension prochaine des activités du C.I.S.M. vers le cœur du grand continent africain.*

## *Africa and C.I.S.M.*

*Two recent events should be noted.*

*Sports : The friendship games organized at Dakar by Senegal brought together the majority of African nations.*

*From 11 till 21 April 1963, 2 500 participants belonging to 25 countries brought about the success of these first African games which were full of color, joy, and good feeling.*

*Politics : 25 May, at Addis Abeba, thirty Chiefs of State signed the historic charter creating a common African assembly.*

*These two meetings are significant since they definitely indicate the « coming of age » of the peoples of this continent.*

*But, in the area which is most important to us there is more.*

*The young African nations, for the most part, recognize all the good which they can get out of Military Sports as a means of enriching the sport potential of the nation. In the French image, they have created, on a national level, a Central Service of Military Sports, which collaborates with the Direction of Youth and Sports (civilian sector).*

*In many countries a military sports center conducted after Joinville brings together the best athletes and develops promising talents.*

*This Military Sports movement should arouse the interest and the attention of the International Military Sports Council.*

*The success of recent events organized by Tunisia and the coming organization of our General Assembly in Morocco should serve for support and also a serious and urgent study of an extension of C.I.S.M. activities into the heart of the great African continent.*

R. MOLLET, Permanent Secretary General.



# Physical fitness program of the U. S. Navy

by Captain J. L. COUNIHAN  
*U. S. Navy, Chairman  
Interservice Sports Council  
United States of America, Armed Forces*



Reading left to right : Seated : Colonel Wyatt B. Carneal Jr., USMC; Colonel Guy N. Blair, USAF; Captain J. L. Counihan, USN; Colonel Robert D. Montondo, USA. 1st row standing left to right : Lt Commander William C. Earl, USN; Lt Colonel Joe B. Stribling, USMC; Lt Colonel Mark T. Mooty, USAF; Commander C. E. Johnson, USN; Lt Colonel Gene Myers, UAS. Back row standing left to right : Mr Benny G. Lewis, USN; Major Sheton D. Kem, USAF; Mr W. Waller, USN; Mr George M. Wilson, USA.

*(U. S. Navy Photo)*

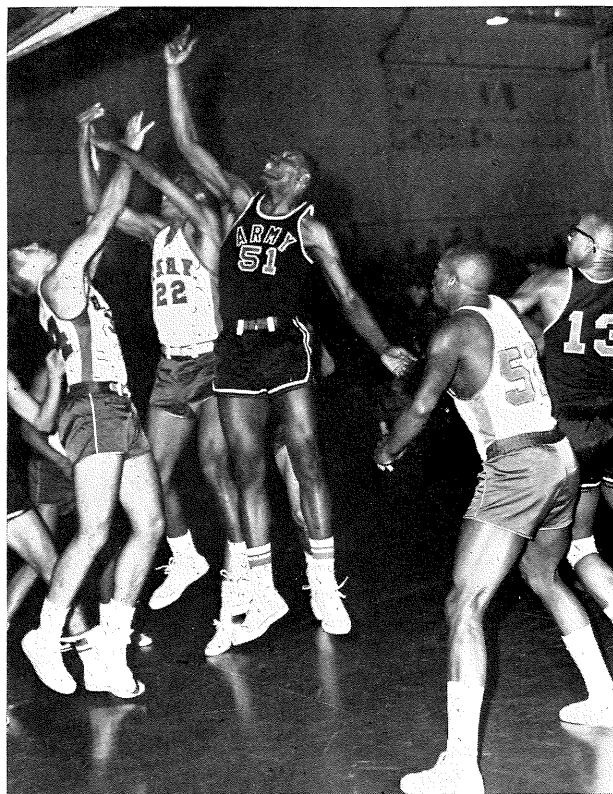
**Physical fitness** is a prime objective of the Navy's program for its personnel. Not only is good physical fitness required to carry out many strenuous duties of the modern Navy but it provides a basis for better spirit, efficiency and competition. From this basic physical fitness program, the Navy Sports program develops in order to add enjoyment and more competition between individuals and units of the Navy.

In the Armed Forces of the United States, there are approximately 3,000,000 men and women stationed all over the world. In the Navy Department alone there are approximately 665,000 officers and men in the Navy and approximately 190,000 officers and men in the U. S. Marine Corps.

The Marines have a splendid physical fitness program designed to maintain their combat efficiency and is separate from the program carried out by the Navy. Certain restrictions imposed by operating environment require a basic Navy program that is adaptable ashore and at sea. The United States Navy is functionally organized and its interests range over a wide spectrum of interest such as space, aviation, ships at sea and submarines under the sea. It has ships on survey duty, ships on research duty, and ships on guard duty. Therefore, due to the varying environments and in the imperative need for physical fitness, the Under Secretary of the Navy, the Honorable Paul B. Fay, is personally interested and has directed the development of physical fitness programs that will maintain Navy personnel at a high level of physical efficiency. Responsibility for the execution of the prescribed program rests with the military commanders of the personnel concerned.

Two keynotes to the physical fitness program are first a series of physical fitness tests for strength and muscle tone and secondly, increased emphasis on proper diet and weight control. Much research went into the development of the basic program. It was recognized that it had to be simple and carried out with a minimum of equipment, and adaptable to small spaces for conditioning and testing.

Studies were made of the physical fitness programs of other countries and our own physical fitness councils' recommendations. The program was developed in close coordination with the Navy Medical Corps to be sure that undue hardships did not result from over-enthusiasm and lack of proper conditioning. A series of pilot programs were



A scrambling melee of arms go after a rebound during the Army-Air Force games of the Armed Forces Trials at Lowry Air Force Base, Colo. Shown are Ken Pichette (34), Lee McKnight '22) and Larry Reed (53) of Air Force, and Army's Ed Smallwood (51) and Bunk Adams (13). Army won the game 91-79, going through the round-robin tournament undefeated.

carried out to develop standards for each exercise by age groups. The result today has been a stimulation of each individual toward good physical fitness and improved competition between units and ships of the fleet. The physical fitness tests are only one part of the Navy over-all program but they are building blocks for the Sports and Recreation program that is carried out in the service. Physical fitness tests are carried out periodically to insure that each individual is maintaining his physical fitness but all hands are encouraged to engage voluntarily in other vigorous sports and athletics to enhance their physical fitness and improve their competitive spirit.

The Navy has a series of sports in which formal competition is held. These include basketball, volleyball, boxing, softball, tennis and golf. About to be introduced are wrestling, and water sports, including swimming, rowing and sailing. The United States Navy entered the C. I. S. M. competition last year for Sea Week held at Athens and this participation has resulted in much stimulation

of interest in competitive water sports throughout the Navy. Teams are working hard today developing skills that will be used when C. I. S. M. Sea Week is held this August in Sweden. The heavy operating schedule of many of our deployed units preclude many formal athletic contests. However, increased emphasis is being given to development of interest in soccer and field hockey. Many of our friends in Europe, Africa, and Asia have already competed against teams from the various fleet units visiting in their parts of the world, especially in basketball, and the Navy encourages these individual challenge matches between our Navy athletes and the host countries in which they are visiting.

The Navy sports program is part of the coordinated effort of the Defense Department carried out and monitored by the Interservice Sports Council, presently chaired by Captain J. L. Counihan, U. S. Navy. After our All-Navy competition, the winners then go forward to compete against teams from the Army, Air Force and Marine Corps. At the same time, as amateurs athletes, they are invited to participate in A. A. U. competitions. From these competitions are selected the members of our U. S. National teams for competitions in C. I. S. M. and the Olympic Games.

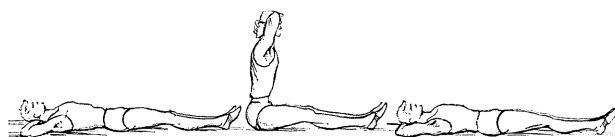
The minimum physical achievement tests for various age-groups of male personnel are :

Category	Minimum Performance		
	Ages 17-25	Ages 26-33	Ages 34-39
I. Arm and Shoulder Strength Push Ups or Pull Ups	20 4	18 4	15 3
II. Abdominal and Trunk Strength Sit Ups	30	27	25
III. Explosive Leg Power Jump and Reach or Standing Broad Jump	15'' 6'8''	14'' 6'6''	13'' 6'4''
IV. Endurance 300 Yard Shuttle Run or Stationary Run	60 secs 200 counts in 3 mins	62 secs 200 counts in 3 mins	64 secs 200 counts in 3 mins

FAILURE TO PERFORM ANY ONE OF THE MINIMUM REQUIREMENTS CONSTITUTES AN UNSATISFACTORY PERFORMANCE FOR THE ENTIRE TEST

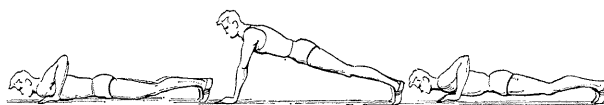
### Sit Ups

1. Lying on back, arms clasped behind head.
2. Sit up to vertical position or beyond, keeping legs straight and both feet on floor. Have feet held if necessary.
3. Return to back-lying position, touching both elbows to floor. This completes one full count.
4. Repeat exercise for 60 seconds.



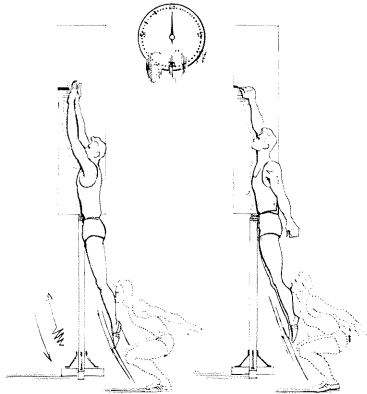
### Push Ups

1. Lying on front, hands under shoulders, palms flat on floor.
2. Straighten arms to lift body with arms fully extended and only toes and palms touching floor. Keep back and legs straight.
3. Lower body until chest touches floor. This completes one full count.
4. Repeat exercise for 60 seconds.



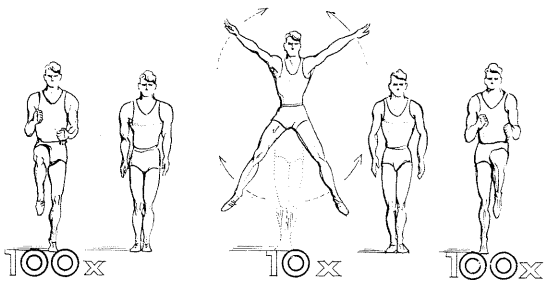
## Sustained Jumping

1. Determine jumping ability by making a mark on wall at highest point individual can jump and touch. Determine mark at start of each session.
2. For period of 60 seconds make continued jumps attempting to equal mark or go higher.
3. Measure of performance is in the number of times mark can be equaled or bettered.
4. No standards available at present. Standards will be promulgated as derived.



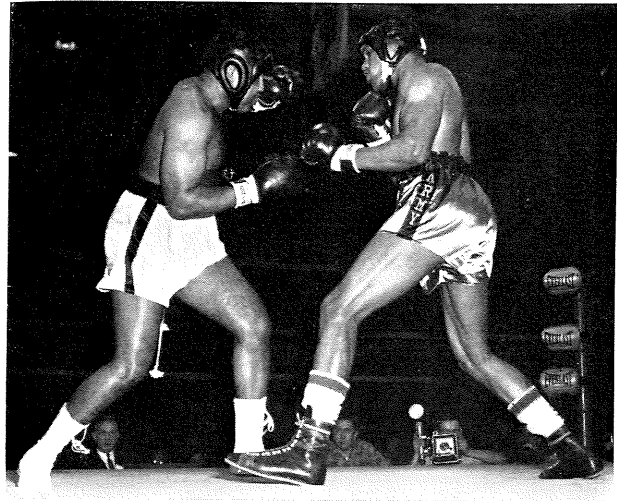
## Stationary Run

1. Run in place with each foot being lifted approximately 4 inches on each step.
2. One full count each time right foot hits floor.
3. After 100 full counts execute 10 astride jumps; then repeat process. Count only running steps and not astride jumps.
4. Astride Jumps. — Start with feet together, arms at side, jump to astride position swinging arms to side above head, return to starting position with jump. This completes one full count.



## Duplication of Effort

It is not intended that personnel shall be required to participate in conditioning programs when their



1963 Interservice Boxing Championships at Fort Myer, Va. Winner of the Heavyweight class at left is Lee Carr, US Army, opponent is Richard Pettigrew, US Navy.

normal assigned duties provide for conditioning of the desired level. Conditioning should be tied in with execution of normal duties whenever possible. However, conditioning should be required in areas not covered by normal duties, such as explosive leg power and endurance. It may be necessary to require only such activities as walking, running, or the stationary run where warranted.

Commanding officers are required to conduct periodic testing to insure that the minimum require-



The Air Force Color Guard snaps to «present arms» at the colorful Opening Ceremonies to the 1961 Interservice Basketball Championship. Color Guards from the Army, Navy and Marine Corps also participated in this impressive ceremony.

ments are being maintained. All personnel are subject to surprise checks by an official inspecting party.

Graduated achievement Standards — the following standards are furnished with the particular intent of providing guidance for commanding officers in measuring the overall level of physical fitness. As the overall level of physical fitness improves Navy-wide, it is anticipated that the following standards will be revised to reflect this improvement.

As a means of motivating personnel to further im-

prove their own individual physical fitness, commanding officers are encouraged to sponsor competitions within their commands based on the following graduated standards. Recognition for individuals achieving high scores is also recommended. We are increasing our effort in physical fitness and international sports competition. For this fine type of competition conducted under proper international auspices, such as C. I. S. M., can only foster a feeling of good will and better understanding among the peoples of the world.

Event	Satisfactory	Good	Excellent	Outstanding
<b>Pull Ups</b>				
Ages 17-25	4-8	9-12	13-17	18 or above
Ages 26-33	4-6	7-9	10-13	14 or above
Ages 34-39	3-5	6-8	9-11	12 or above
<b>Push Ups</b>				
Ages 17-25	20-25	26-31	32-39	40 or above
Ages 26-33	18-23	24-28	29-34	35 or above
Ages 34-39	15-18	19-26	27-31	32 or above
<b>Sit Ups</b>				
Ages 17-25	30-37	38-50	51-81	82 or above
Ages 26-33	27-33	34-45	46-69	70 or above
Ages 34-39	25-30	31-40	41-59	60 or above
<b>Jump and Reach</b>				
Ages 17-25	15-17	18-21	22-26	27 or above
Ages 26-33	14-16	17-20	21-24	25 or above
Ages 34-39	13-15	16-18	19-22	23 or above
<b>Standing Broad Jump</b>				
Ages 17-25	6'8"-6'11"	7'0"-7'8"	7'9"-8'5"	8'6" or above
Ages 26-33	6'6"-6'8"	6'9"-7'4"	7'5"-8'0"	8'1" or above
Ages 34-39	6'4"-6'7"	6'8"-7'0"	7'1"-7'10"	7'11" or above
<b>300 Yard Shuttle Run</b> (Time in seconds)				
Ages 17-25	60-56	55-53	52-47	46 or under
Ages 26-33	62-58	57-55	54-51	50 or under
Ages 34-39	64-60	59-56	55-52	51 or under
<b>Stationary Run</b> (Full counts in 3 mins)				
Ages 17-39	200-260	261-295	296-360	361 or over

\* \* \*

## BILAN C. I. S. M.

- 29 000 jeunes gens appartenant à
- 36 nations se sont rencontrés à l'occasion de
- 189 compétitions qui ont rassemblé
- 1 684 équipes nationales militaires devant plus de
- 2 000 000 de spectateurs sans compter
- 14 réunions d'études, congrès médico-sportifs et stages d'entraînement
- 5 créations originales sous forme de compétitions nouvelles (Pentathlon Militaire, Pentathlon Aéronautique, Pentathlon Naval, Ski Militaire) et d'une Académie Internationale
- 10 publications importantes intéressant la technique sportive et l'entraînement
- 20 numéros du Magazine International, voilà ce qui a été réalisé par
- 60 délégués qui sont tous des spécialistes enthousiastes, en
- 15 ans d'activité; tel est le bilan du
- **Conseil International du Sport Militaire,**
- mais ce qui ne peut se chiffrer, c'est la somme d'
- **amitié** que tout cela représente.



# L'aviron allemand et ses méthodes d'entraînement

par le Major F. F. BENARY

C'est en 1836 que fut créée, à Hambourg, la première société d'aviron allemande : le « Hamburger Ruderclub ». Des commerçants hambourgeois qui avaient des rapports professionnels étroits avec l'Angleterre, le berceau de l'aviron, importèrent ce sport en Allemagne. Pendant des dizaines d'années, l'aviron allemand fut dirigé par son rival anglais. D'éminents entraîneurs britanniques formèrent des équipes allemandes. C'est ainsi que se produisit ce fait assez remarquable que les rameurs allemands de l'époque n'apprirent pas seulement de leurs entraîneurs anglais les moindres finesses du sport, mais acquirent aussi une connaissance parfaite de la langue anglaise. La course d'étudiants en huit Oxford-Cambridge, tout comme les régates de Henley sont encore suivies aujourd'hui avec beaucoup d'intérêt par le monde de l'aviron allemand. Bien entendu, c'est maintenant Lucerne, avec son champ de cour-

La brillante équipe de huit du « Berliner R. C. ». (Photo Bretschneider.)



se idéal, qui a détrôné Henley. En 1844 eurent lieu les premières régates allemandes, à Hambourg. Mais ce n'est qu'en 1865 que l'aviron allemand sortit de son berceau de Hambourg-Kiel pour aller s'implanter tout d'abord à Franckfort. Ensuite ce fut au tour de Berlin de fonder son « Berliner Ruderverein von 1876 ». Et ce n'est qu'alors que se traça, trait après trait, l'image de la fédération nautique allemande. L'Allemagne, avec ses lacs et ses fleuves, avait tout pour favoriser cette expansion. En 1900, à l'occasion des premières régates olympiques, le « Germania RC » de Hambourg offre à l'Allemagne une médaille d'or en quatre barré, tandis que le « Ludwigshafener RC » s'adjuge la médaille de bronze.

La guerre mondiale 1914-1918 interrompt soudain cette carrière naissante et déjà si prometteuse. Mais les années suivantes on voit l'aviron obtenir de brillants résultats. Le sommet est atteint lors des Jeux olympiques, à Berlin, où les Allemands se réservent, dans les sept catégories olympiques, cinq médailles d'or, une d'argent et une de bronze. Mais l'aviron allemand est encore une fois fauché et détruit par la seconde guerre mondiale de 1939-1945, qui coûta tant de vies humaines. Une part importante de ses clubs et bateaux et ce que fut le travail de cent ans sont détruits. De très beaux plans d'eau de l'Est sont maintenant perdus pour une période indéterminée. Par des sacrifices de temps et d'argent, les « rescapés » balayèrent les décombres, soutenus par de jeunes enthousiastes. De nouveaux bateaux furent commandés et les clubs furent reconstruits. Ce travail titanique fut couronné et confirmé lors des Jeux olympiques, à Rome, où l'Allemagne remporta trois médailles d'or et une d'argent. Ce résultat fut cependant surpassé à l'occasion des premiers Championnats du Monde à Lucerne en 1962. Elle se tailla ici la part du lion avec, dans les sept catégories olympiques, cinq médailles d'or et une de bronze. Comment ce « miracle de l'aviron allemand » fut-il possible après la défaite totale de la guerre ? C'est là ce que les spécialiste se demandent. Ce sera le sujet de mon article.

Nous avons 392 clubs, sociétés, écoles et groupements de jeunesse, auxquels sont affiliés 65 923 membres, dont : 47 318 hommes, 8 918 femmes, 7 631 jeunes-gens, 2 056 jeunes-filles.

Tout ce monde s'astreint à un travail de base intense. Rameurs et rameuses de 14 à 80 ans écumant nos lacs et nos fleuves, à l'occasion de régates ou de promenades. D'immenses club-houses ne se contentent pas d'offrir l'endroit rêvé pour pratiquer un sport, ils offrent aussi un terrain d'entente sociale. Ainsi, les rameurs sont unis par des liens de camaraderie étroits. Cela donne aux jeunes gens la sûreté et la confiance en soi pour les compétitions. Des promenades nautiques et des régates à l'étranger étendent et raffermissent cette unité au-

delà des frontières. Lorsqu'en plus de cela, il se trouve encore des gens pour conseiller les jeunes techniquement et pour les rendre capables de s'enthousiasmer, on doit obtenir des résultats. Les dirigeants consentent de gros sacrifices. Bien souvent ils doivent couvrir les frais de déplacement de leurs propres deniers. En été on rame tous les soirs, tandis qu'en hiver on alterne deux à trois séances de bac à ramer avec l'entraînement aux haltères et l'interval training. Il va de soi que l'alcool et la nicotine sont à proscrire pendant la période d'été. Les méthodes d'entraînement ont changé énormément ces quinze dernières années. L'entraînement aux haltères et l'interval training, ajoutés aux concepts cybernétiques de la technique, en sont les composantes importantes. Des entraîneurs comme Karl Adam, Theo Cohnen, Alfred Trimper, Walter Volle et beaucoup d'autres travaillent en rapport étroit avec les médecins, et d'après les dernières données de la médecine sportive. On travaille aussi à l'amélioration technique des bateaux et des avirons de pointe et de couple.

Contrairement à ce que l'on faisait auparavant, on permet maintenant aux jeunes de 14 ans de monter dans un skiff. C'est précisément lorsqu'on est jeune que l'on acquiert, en jouant, les mouvements et le sens de ce bateau qui est considéré comme le plus difficile. On alterne régulièrement les séances de couple et de pointe. Les petits bateaux, notamment le pair-oar, sont à conseiller particulièrement. On obtiendra ainsi, grâce à des essais systématiques, le meilleur mouvement. C'est là ce que nous appelons le concept cybernétique de la technique. L'optique actuelle est que l'entraînement n'est pas un dressage et que l'on ne peut imposer au débutant un schéma de mouvement qui ne peut que limiter ses capacités. Même des équipes de huit vont jusqu'à consacrer 60 % de leur entraînement au skiff et au pair-oar. Autre considération importante : le plan d'eau. Celui-ci devrait se situer dans une zone abritée du vent et être indépendant en quelque sorte du courant. Il y a aussi, pour beaucoup de sociétés, le problème financier : tous les clubs ne peuvent se permettre de ramer dans beaucoup de petits bateaux. Des bateaux et des garages, qui coûtent beaucoup d'argent, doivent être disponibles en suffisance.

J'en reviens maintenant à l'interval training. Les rameurs se sont inspirés tout d'abord des coureurs, mais ils étaient proportionnellement en retard sur ceux-ci, qui comprennent par interval training le fait de parcourir des distances beaucoup plus courtes que celles de la compétition normale.

Transposé sur le plan de l'aviron cela donne à peu près ceci :

1. Echauffement : ramer quelques minutes à l'aise.
2. Dix coups en pleine puissance et à la vitesse maximale (38 à 44 coups/min.).
3. Dix coups à l'aise, à puissance réduite. Et ainsi de suite, sans s'arrêter.

Le nombre total de coups donnés à pleine puissance ne devra cependant pas dépasser 600 (attention pour les jeunes; la moitié seulement !). Après quatre ou cinq jours d'entraînement on porte le nombre de coups, aussi bien en pleine puissance qu'à l'aise, à 15, 20 et même 35. Le nombre total de coups donnés pendant l'effort, 400-600, reste cependant inchangé. Le parcours jalonné idéal a 500-600 m de long. On le couvrira huit à dix fois, mais ici non plus il n'y a pas de schéma bien déterminé. Le complément de l'interval training est l'entraînement de puissance. L'entraîneur des étudiants de Ratzeburg, Karl Adam, appliqua cette pratique aux rameurs, alors qu'elle n'avait été jusqu'ici que l'apanage des athlètes lourds. Il est certain que, par la traction des deux bras, la charge la plus importante du travail est supportée par les groupes musculaires principaux, notamment les jambes. Il faut avoir dans le bateau le sentiment de se déplacer, et s'appliquer à faire appel aux groupes musculaires les plus vastes et les plus puissants pour exécuter le travail le plus important. La poussée rapide et puissante des jambes sur la planche de pieds est un facteur prédominant de la transposition de force. L'entraînement de puissance est pratiqué principalement en hiver. Le travail aux haltères doit être contrôlé le plus minutieusement possible et le programme sera préparé en tenant compte de la taille et du poids de chaque rameur en particulier. L'avis du médecin sportif reste déterminant. Des arrachés avec 60-65 kg et des épaulés avec 85 kg constituent une moyenne. Les arrachés et les rotations sont entrecoupés d'exercices de décontraction comme la danse à la corde. Le grimper aux cordes et le travail aux espaliers ne sera pas négligé. L'entraînement au bac à ramer ne sert plus maintenant qu'à améliorer la technique. Plusieurs entraîneurs renoncent à cet entraînement pendant l'hiver, pour se consacrer uniquement à la puissance et à

l'interval training. Il ne faut toutefois pas passer sous silence le fait que l'influence du club, et principalement celle de l'entraîneur, est un facteur essentiel. Il faut rompre la monotonie de l'entraînement par des préoccupations plus intellectuelles. Karl Adam entretient même avec ses rameurs des discussions philosophiques. Il y a beaucoup de variantes possibles : réunions culturelles, visites, représentations théâtrales. L'entraîneur doit être un ami pour les rameurs, être toujours disposé à écouter la confiance de leurs soucis, les assister non seulement de ses conseils, mais aussi de ses actes. Les équipes doivent être intellectuellement homogènes. On n'obtient pas seulement des résultats à l'entraînement ou en compétition par la mise en commun de la force et de la technique. L'esprit, la camaraderie et le goût du sacrifice sont également nécessaires.

Pour terminer, je voudrais insister sur le fait que les résultats obtenus par les rameurs allemands lors des Championnats d'Europe (au total : 28 médailles d'or, 22 d'argent et 1 de bronze) ou aux Jeux Olympiques (au total : 13 médailles d'or, 5 d'argent et 1 de bronze) furent le fait de simples amateurs. Près de 65 % de nos rameurs champions sont des étudiants qui poursuivent leurs études, bien conscients de leurs responsabilités, tandis que les 35 % restant sont composés de commerçants et d'ouvriers qui se sont inscrits de leur propre initiative au club de leur choix. Le sport ne doit pas être exercé au détriment des occupations professionnelles. Il doit plutôt donner à ses adeptes la joie et la force d'exercer ces occupations. Qu'il s'agisse de promenade ou de compétition, de jeunes gens ou de vétérans, de jeunes filles ou de dames plus âgées, tout se résume en une formule : l'amour de l'aviron. Ce n'est que dans cet esprit et avec l'idée de consentir quelques sacrifices, que l'on peut envisager de grands résultats.



« La fameuse équipe du Ratzeburger R. C. » le club qui applique les plus modernes méthodes d'entraînement.

(photo Bretschneider)

Rectangle clair de Paysage mouvant  
 Vert en bas, bleu en haut  
 Bruit des moteurs  
 Bout de l'aile  
 T sur la drop-zone  
 Vide,  
 Vide avec ses pièges invisibles  
 Qui retournent nos voilures comme les crêpes de la  
 Chandeleur  
 Et inventent les doubles coupoles comme l'eau les nœuds  
 impossibles aux lignes des pêcheurs.

Tentation du parachutiste debout dans la carlingue  
 Tentation toujours renouvelée  
 Soif devant ce vide absurde  
 Ce paysage comme une vitrine de jouets  
 Ces quatre cents mètres à perdre pied.

Refus des lendemains semblables  
 Du plancher des vaches  
 Tu nous a créés dans un ordre où domine la peur  
 Où chaque saut est une victoire.  
 Cette peur  
 Rectangle clair  
 Porte  
 Nous te franchirons non pas en automates  
 Mais avec une joie violemment humaine  
 Dans ce défi  
 De poser notre pied droit sur quatre cents mètres de  
 vide

Cette porte trop basse avait un air innocent  
 Avec son échelle qui la reliait au sol comme un cordon  
 ombilical

Nous avons rompu les amarres  
 Et la terre oscille sous nos pieds,  
 Balancier géant d'une horloge de l'infini  
 Cadence des cœurs des hommes  
 Qui rient devant la peur.

Porte trop basse  
 Rectangle clair dans le tumulte des moteurs  
 Pourquoi éveiller cette tentation de dépassement  
 Ce désir d'au delà des limites ?

Poème de Paul Stebel, extrait de «Heures de vol»,  
 par Edmond Petit, Editions Emile Paul, Paris.

# Le Parachutisme

apport  
 au développement  
 des qualités physiques  
 et sportives  
 de la jeunesse

par le Colonel F. POTTIER  
 Chef du S. I. E. P. S. des Armées Françaises

Le nombre annuel croissant des brevetés parachutistes tant à titre civil que pré-militaire et militaire, ajouté à celui des compétitions parachutistes, témoigne du très grand intérêt que le public et la jeunesse, en particulier, portent à ce sport qui, depuis quelques années, a pris rang de sport de masse grâce surtout aux Armées.

Le but de cette étude n'est pas de présenter le saut en parachute comme une panacée, il n'en demeure pas moins qu'il rassemble, dans son exécution parfaite, toutes les qualités psychiques et sportives qui honorent la race et qu'aucun sport, fût-ce l'équitation, le ski ou l'alpinisme, ne possède autant que lui. En cela le parachutiste fait figure d'élite. Il le sait d'ailleurs, lui reprochent les esprits chagrins. Qu'importe, soyons honnêtes et cherchons plutôt à justifier ses titres et qualités.

Il n'est pour cela que de suivre le candidat parachutiste dans son premier vol.

## Qualités psychiques et physiques

### Altitude 400 m

Un homme, parfois encore un enfant est là, au bord du vide, pour lequel il ne se sent aucune attirance naturelle, pas même ce paysage qui s'inscrit au bas de la porte et qui, paisible et souriant il y a quelques instants se présente maintenant couvert d'obstacles redoutables : arbres, fossés, maisons, lignes à haute tension.

Certes, il y a la zone de saut; mais est-il absolument certain de s'y poser ? et le parachute ? est-il bien persuadé qu'il s'ouvrira dans de bonnes conditions ? et ces torches fatales ?... et d'autres accidents qui défilent dans le kaléidoscope de ses souvenirs. Pourtant cette « épreuve » c'est bien lui qui l'a voulue, qui a désiré sentir cette barre au ventre que procurent la peur, l'angoisse, mais qu'il est bon de vaincre, de dompter pour soi d'abord et puis aussi vis-à-vis des autres... les autres ? Parmi eux il en est avec lui, dans l'avion. Il regarde ses camarades... leur visage est sévère, leurs lèvres sèches, leurs yeux inquiets fixés sur la porte de l'avion, leur esprit, comme le sien, obsédé par l'inconnue du saut, pourvu qu'il ait la volonté, le courage, le cran d'en percer le secret... Cependant le chapelet de secondes s'est égrené de plus en plus rapidement lui semble-t-il. Une sonnerie retentit, du rouge la petite lampe est maintenant au vert... Ciel, que les pieds sont lourds ! sa mâchoire se crispe, sa poitrine se bloque... sortira, sortira pas... Mais déjà le corps de l'homme a jailli volontairement de son trou d'ombre, arrachant son corset de peur et se livrant en vainqueur à l'espace. Pourtant, notre novice n'en a pas pour autant terminé avec les difficultés. A peine a-t-il abandonné le plancher de l'avion, qu'entraîné par le tourbillon du vent des hélices il lui faut continuer de penser et de vouloir les gestes qui lui assureront le succès complet des opérations correspondant aux phases successives de la descente. Celles-ci exigeront de lui sang-froid, acuité sensorielle, tonicité des muscles, souplesse articulaire, qualités neuro-motrices; autrement dit, tout un potentiel de qualités physiques

qu'il aura développées dans la période d'entraînement dit « au sol » et dont il appréciera les effets bienfaisants au moins jusqu'au moment précis où son corps aura repris contact avec la terre et que l'immense corolle de soie se sera fanée à ses côtés. En effet, dès la sortie de l'avion, notre jeune parachutiste a pris la position qui permet à l'organisme de supporter sans risques le choc à l'ouverture du parachute. Agissant volontairement sur ses muscles fléchisseurs des bras, des jambes, de la tête et du tronc, il a rassemblé ses segments et par la contraction de ses muscles abdominaux il s'efforce de protéger ses organes contre les effets de la secousse. Simultanément, il surveille l'ouverture de son parachute dorsal et se tient prêt à utiliser le parachute ventral de secours, si besoin est. Le choc s'est produit, l'ouverture s'est effectuée normalement. Tranquillisé de ce côté, il lui faut ensuite connaître la place de ses voisins pour éviter les rencontres et le mélange des voilures dont les conséquences peuvent être dangereuses. La dérive et le choix de l'emplacement de sa chute le préoccupent également. Il doit naviguer pour éviter les obstacles au sol. Les tractions l'obligent à des efforts musculaires qui mettent en œuvre la musculature des bras et du tronc et qui, dans certains cas, peuvent être intenses et soutenus pendant toute la durée de la descente : en moyenne une minute pour l'altitude normale de largage. Puis, c'est l'arrivée au sol et le contact avec ce dernier va encore exiger puissance, souplesse et coordination neuro-musculaire de l'appareil locomoteur du jeune parachutiste. De fait, en cours de descente le corps du parachutiste a accumulé une force vive importante qu'il doit complètement restituer en touchant le sol et aux moindres frais pour son organisme. Ce travail, ce sont les muscles extenseurs du tronc et des membres inférieurs qui auront à charge d'en exécuter tout ou en partie selon la qualité d'élasticité du terrain et celle de la position d'atterrissage qu'aura prise l'intéressé. C'est au moment précis où le parachute prend contact avec le sol qu'intervient la seconde grande difficulté du saut. La première, rappelons-le, s'est déroulée à la porte de l'avion, elle était d'ordre psychique. La seconde est d'ordre physique. Le parachutiste, s'il commet une faute grave au moment de l'atterrissage, risque de signer son billet d'hospitalisation. Mais ces « petits inconvénients » sont heureusement très rares grâce



à l'entraînement physique orienté, complété par une position classique dite « d'atterrissage » ayant pour objet le libre jeu de toutes les articulations, en particulier celles des membres inférieurs, du bassin, et celui de la colonne vertébrale; jeu soutenu par l'action des muscles extenseurs intéressés.

L'ensemble de ce travail musculaire, par ailleurs synchronisé avec l'action finale du « roulé-boulé », mettant en œuvre le système neuro-musculaire éduqué en cours d'entraînement jusqu'à l'état de réflexe quasi instantané.

La plupart des qualités d'ordre physique qui viennent d'être énumérées font l'objet de tests médicaux dont les résultats sont consignés dans

l'EVASIFX de l'homme (catégorisation médicale des recrues). D'autres tests, appelés « tests synthèses », auxquels le postulant est soumis avant l'entraînement au sol, permettent de vérifier, en intensité cette fois, les qualités physiques intrinsèques du candidat au brevet de parachutiste.

### **Qualités sportives**

Si les sauts dits de brevet ont permis à l'homme d'acquérir les éléments pratiques indispensables à la bonne exécution du saut, notre jeune breveté n'est pas pour autant un champion du parachu-

tisme. Cependant, il a déjà pu apprécier les difficultés de ce sport et il lui appartient de se prononcer ou non en faveur du « parachutisme sportif ». Ce choix procèdera de ses dons particuliers soulignés en cours de brevet et aussi de son instinct ou désir d'individualisation. Jusqu'alors notre athlète a pu mesurer ses propres qualités, mais il ne s'est pas encore comparé — son idée de progrès ne peut être associée qu'à celle de rivalité. Ainsi la compétition parachutiste rejoint-elle toutes les autres par son esprit. La voie est donc libre à notre candidat d'atteindre avec beaucoup de travail et de risques la forme et le style qui lui permettront de rejoindre la magnifique phalange des champions du parachutisme dans ce merveilleux et inégalable stade que constitue le ciel.

Cette étude sur le parachutisme, sport qui doit tant à l'Armée, serait incomplète si on ne lui ajoutait les éléments d'information et les considérations que voici :

Se limitant aux seules difficultés du saut, les qualités requises pour le parachutisme, et à fortiori pour le champion, sont celles d'une élite. Elles

deviennent celles d'une véritable aristocratie quand le titre de parachutiste se double de celui de combattant. A partir de ce moment, l'homme qui en est le bénéficiaire ne doit plus considérer le saut comme « une fin en soi ». En effet, à peine a-t-il quitté l'avion que le combattant parachutiste risque de se heurter déjà à deux adversaires beaucoup plus dangereux : d'une part, le terrain de combat avec ses nombreux obstacles naturels et artificiels, d'autre part l'homme, l'ennemi et ses moyens de défense propre. D'où cet entraînement poussé et rude auquel il est soumis : parcours du combattant et du risque, longues marches de jour et de nuit en terrains difficiles, exercices de corps à corps, tirs instinctifs, épreuves de natation utilitaire, opérations de survie, etc...

En CONCLUSION de cette étude, il est donc possible d'affirmer que le parachutisme peut être considéré à l'image d'un polariseur des qualités physiques foncières et sportives auxquelles il ajoute celles plus nobles du civisme et du patriotisme. Il constitue l'un des hauts-lieux de la Jeunesse.



from page

**9**

## German Rowing and its training methods

At the Olympic Games, at the European Championships and in all the important rowing events German crews are extremely successful.

In 1962, at Lucerne, in the World Championship, Germany conquered 5 gold medals. This year the team of the Ratzeburg Club — mind you a mere club! — is touring the States and returns undefeated.

What are the reasons for this «miracle»?

N° 1. the 392 clubs count 65,923 members .....

N° 2. advanced training methods outlined hereafter :

### Winter training

Alternatively : — weight training (average snatch : 60-65 kg, press 85 kg)  
— dry rowing (indoor, special implement)  
— interval training.

### Summer training

- Interval training is applied to rowing :
  - warming up : a few minutes of easy rowing
  - ten strokes full speed (38-44/mn)
  - ten strokes relaxed ..... and so on.
- Progressively 15 strokes, 20, up to 35. The total number of strokes amounts to 400-600 for one training session.  
The distance covered is 500-600 m long, repeated 8-10 times.
- 65 % of the athletes are students. 35 % workers.
- High amateurism and spirit prevail.

from page

**27**

## Modern trend in Fencing

Recently the world championships for fencers under 20 years of age have been organized by the Belgian Fencing Association.

The sponsoring was assumed by the oldest Fencing Club existing in Belgium and founded in Gent in 1613.

The article describes ancient fencing bouts as well as the fancy receptions and honours bestowed upon the champions.

The second part deals with the actual training methods in fencing and the reasons for the increasing success of this sport :

They are listed hereunder by Fencing master Guy Piedfer from France :

1. The direct elimination system which follows two «round robin» tours favors versatile fencers with a good technique and a «strong head».
2. Actual technique calls for efficacy and simplicity.
3. Good physical condition is a must. It is based upon :
  - running (cross promenade)
  - Power Training
  - Interval Training.

from page

**32**

## Doping and competitive sport

In Europe, doctors, sports leaders and public authorities are more and more concerned with the problem of doping.

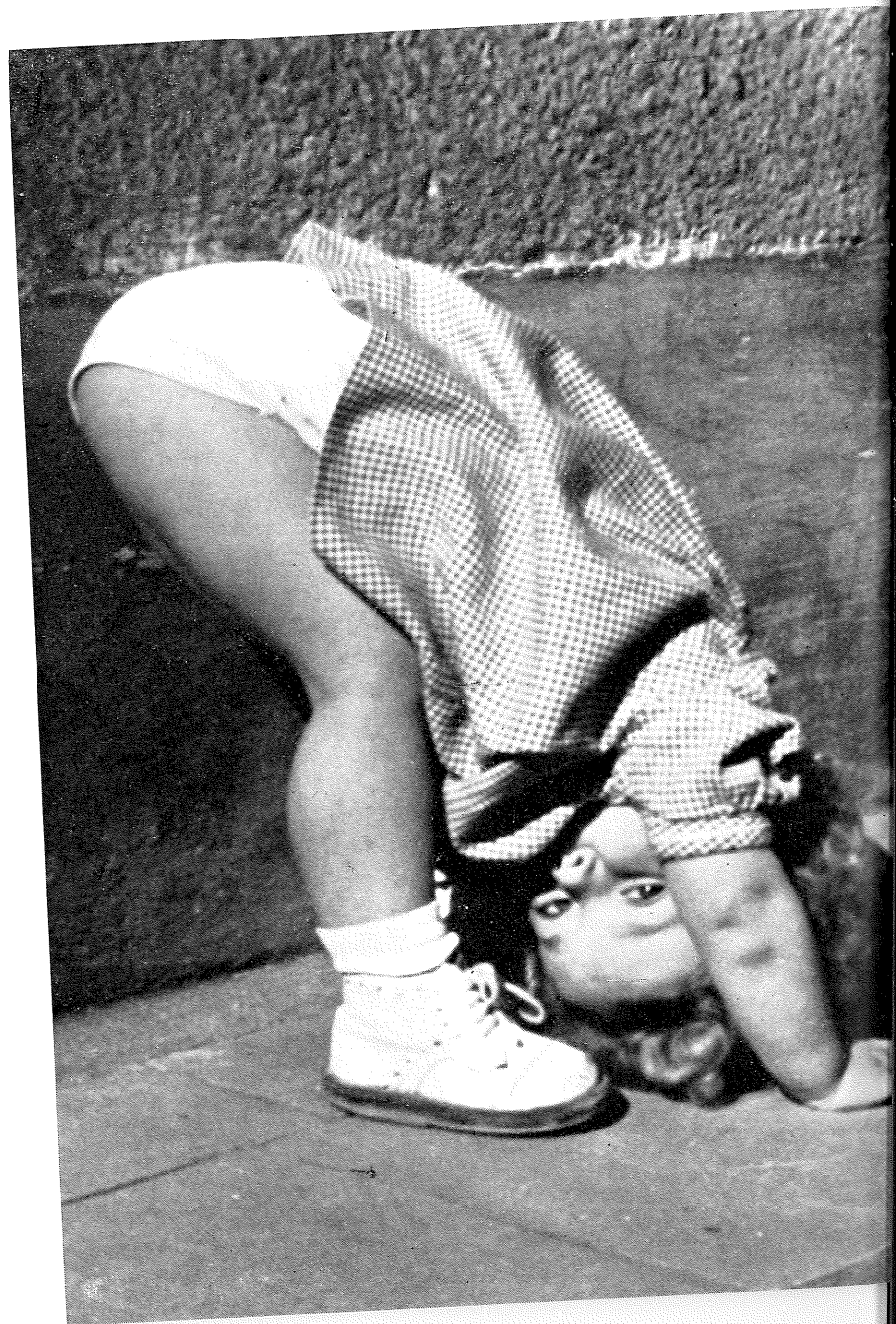
Recently a large congress has been reunited at Uriage (France) to study the measures to be taken to stop the increasing use of the doping among top athletes.

The report on this congress gives all details on the proposed measures and resolutions.

An english copy of this report is available upon request and will be forwarded by the C.I.S.M. General Secretary.



*Une fois n'est pas coutume...  
Nous avons remplacé nos « Jolies Ambassadrices »  
par de charmants ambassadeurs fort appliqués  
à devenir équilibrés, grands et beaux...  
souples ils le sont déjà... naturellement.*



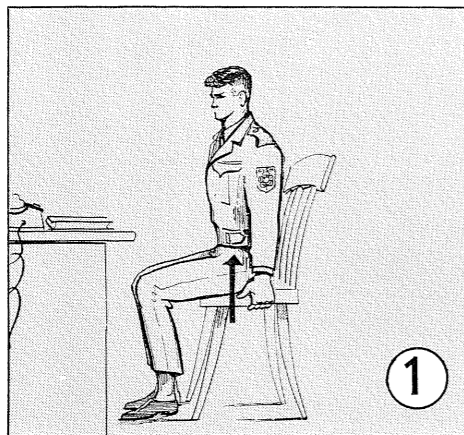


*For once, we replaced our « Pretty Persuaders »  
by « Juniors Olympic ».  
Never forget that your sons and daughters  
deserve a regular physical training,  
well balanced and funny.*

# SOYEZ EN FORME

# EXERCICES ISOMETRIQUES

# SOLDIER KEEP FIT

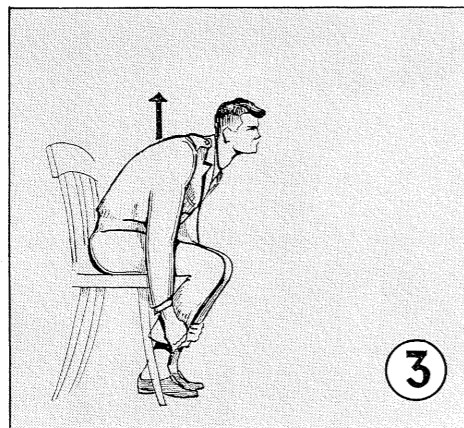
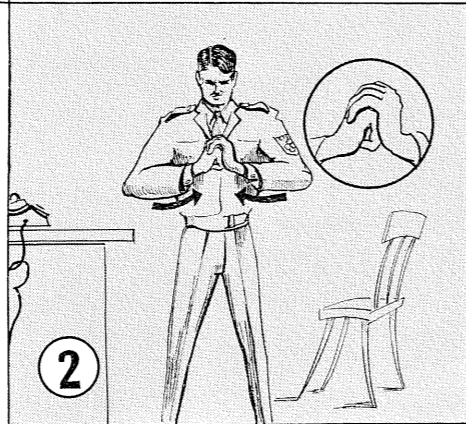


**BRAS ET EPAULES :** Assis, très droit, saisir le siège des deux mains. Tirer vers le haut, le plus énergiquement possible.

**THE PULL-UP** (for arms and shoulders) : Sit straight, grasp the sides of the chair tightly with both hands and pull up as hard as possible.

**BRAS - EPAULES :** Position debout, station écartée. Placer un poing à l'intérieur de la paume de l'autre main. Pousser fortement.

**THE HAND PRESS** (for arms, chest, and shoulders) : Sit straight with chest out and arms held across chest, place one fist inside the other. Press together using all the strength of the arms and the shoulders.

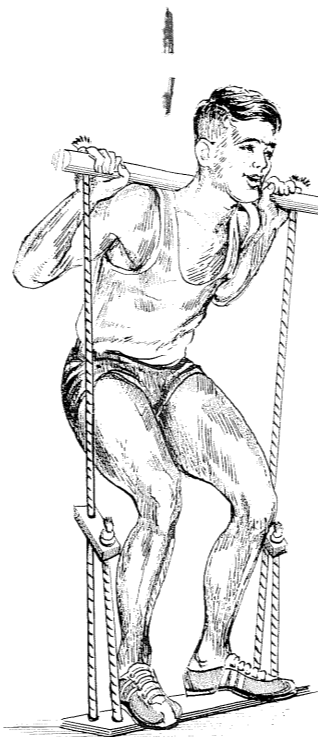
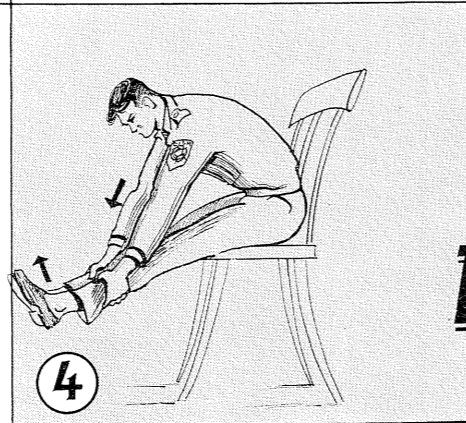


**DOS :** En se penchant en avant, le dos plat, saisir les jambes, tirer vers le haut en utilisant les seuls muscles du dos.

**THE BACK PULL** (for the back) : Keep back straight and lean forward until you can grasp your legs or braces of chair. Pull straight up using back muscles only.

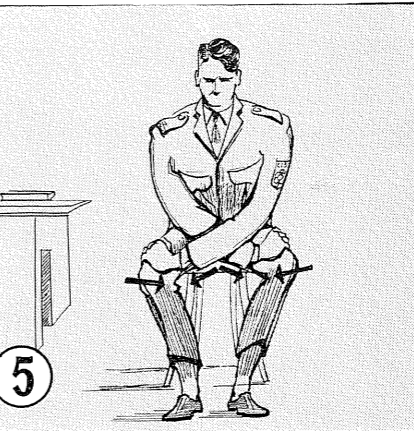
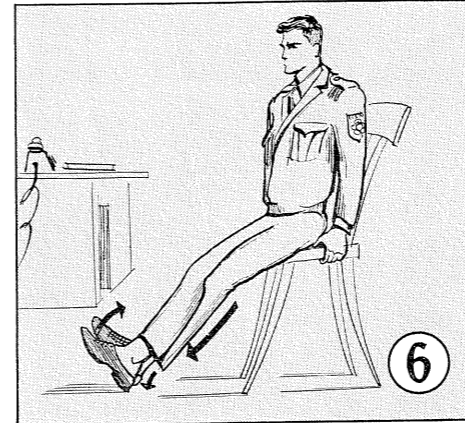
**ABDOMINAL :** Assis, saisir sous les genoux les jambes étendues. Les mains poussent vers le bas, les jambes vers le haut.

**TUMMY TIGHTENER** (for waist and abdomen) : Sitting with legs together straight out, bend forward and grasp the legs just below the knees. Press down with the hands, at the same time press up against the hands with both legs.



**JAMBES - POITRINE :** Pieds écartés (10 cm), croiser les mains à l'intérieur des genoux. Résister à la pression des genoux.

**THE CRISS-CROSS** (for chest and legs) : Placing the feet about 4 inches apart, bend forward and place hands against inside of opposite knees. Attempt to press knees together while at the same time, holding them apart with the hands.

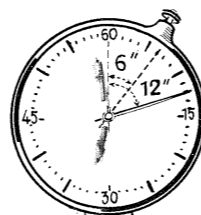
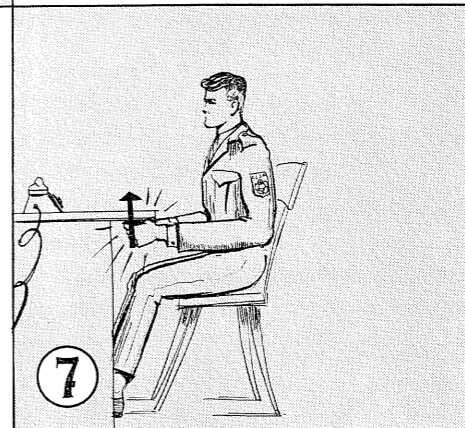


**JAMBES :** Assis au bord de la chaise. Croiser les jambes, accrocher les pieds. Résister à l'écartement des jambes.

**THE LEG SQUEEZER :** While sitting forward on the edge of a chair, lean back, hold legs straight out. Hook one foot over the other and hold tightly. Rest feet on floor, keep legs straight, then try to pull the feet apart.

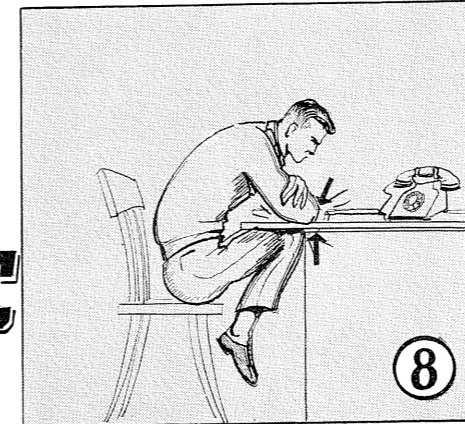
**BRAS - EPAULES :** Placer les poings sous le bord du bureau ou le saisir, les avant-bras parallèles. Pousser vigoureusement vers le haut.

**THE ARM CURL** (for the upper arms) : Sit straight, grasp the underside of a heavy desk or table, forearms parallel to desk. Push up as hard as possible.



6-12"

# ISOMETRIC EXERCISES



**ABDOMINAL :** Assis, croiser les bras sur le bureau, remonter les genoux. Simultanément pousser vers le bas et le haut.

**TUMMY AGAIN :** Sitting with knees together and forearms lying on desk. Push up with knees and press down with forearms.

## ACKNOWLEDGEMENT TO THE PHYSICAL SECTION OF THE U. S. NAVY.

The majority of the exercises given above are extracted from « Shape up » a new program of exercises to build fitness right at one's desk.

The secret of isometrics is in using one set of muscles to exercise against another.

- Perform the exercises every day
- Hold your breath while you do each exercise and do each one for six seconds, then,
- Relax completely for a few seconds
- For the first week apply only about 50 % maximum effort
- Increase tension gradually up to 12" and 100 %.

The only equipment needed is a chair, a desk... and DESIRE. A low cost, do-it-yourself, piece of equipment is suggested by the central drawing.

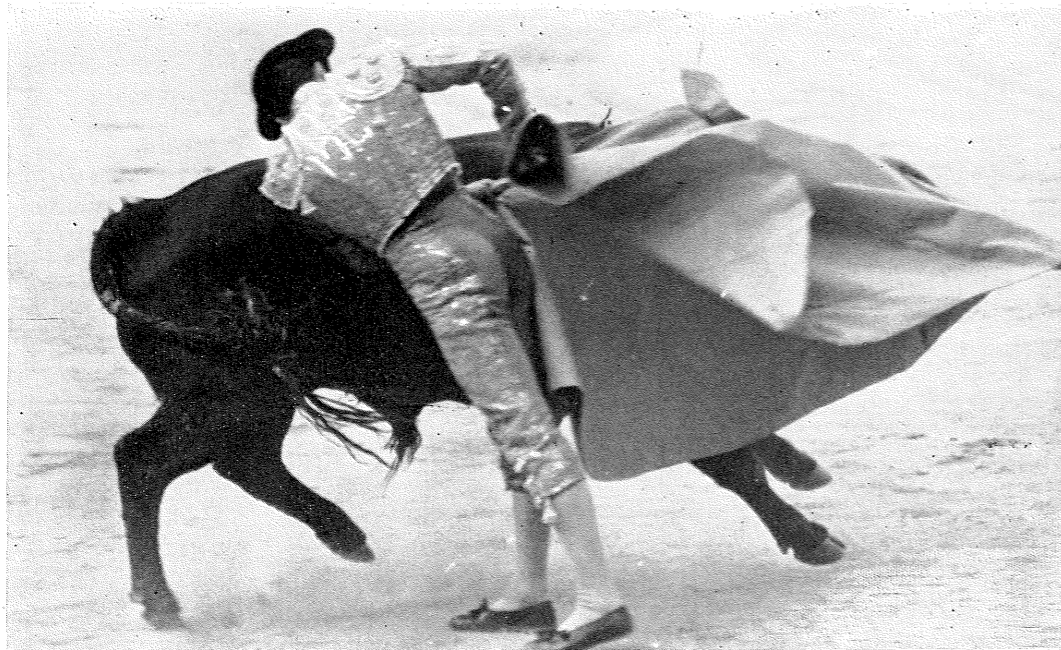
It permits all isometric exercises, standing or lying down. A portable Power-Rack!



# Le costume de lumière

*Reflexions au sujet  
des courses de taureaux*

par le Lt Colonel RIVERAS  
Chef de la Délégation Espagnole  
au C. I. S. M.



A l'occasion de la visite de notre Secrétaire Général, venu diriger un Stage d'Information sur le P. A. I. M., j'ai eu le plaisir de l'accompagner à un spectacle tauromachique typique à « La Plaza de Toros » (Les Arènes) de Madrid et à « el apartado » (l'isolement) des taureaux pour « la corrida » (la course) de l'après-midi.

Cet « apartado » dont je parlerai plus loin, fût précédé de la visite au « Museo Taurino », une annexe des Arènes.

La musée contient de véritables trésors de l'histoire de la Tauromachie, l'art de tuer les taureaux en harmonisant le sens esthétique, l'efficacité, et le mépris du danger pour obtenir la beauté des attitudes et provoquer l'émotion des spectateurs. En défilant devant les innombrables souvenirs des fameux « toreros » qui à leurs époques respectives furent glorieux (Lagartijo, Frascuelo, Machaquito, Guerrita, Bombita, « El Gallo », Joselito, Belmonte, Manolete), j'eus l'opportunité de discuter avec mes amis de la philosophie du « torero ». Notre S. G. P. me suggéra d'exposer mes idées pour les lecteurs de « Sport International » en me disant qu'il est toujours intéressant pour notre organisation d'augmenter, parmi tous les pays membres, la connaissance réciproque des mœurs, coutumes, habitudes et goûts particuliers à chacun.

Tout en n'étant pas un grand spécialiste de Courses de Taureaux j'ai accepté cette suggestion avec plaisir et je ferai de mon mieux pour expliquer aux lecteurs les nuances les moins connues de cet art difficile, et donner une idée plus juste de l'ambiance d'une « corrida ».

## El Apartado

« El apartado » est précédé d'une petite cérémonie, presque privée, organisée par le concessionnaire de « la Plaza » en vue de faire la répartition des taureaux qu'on « lidiara » (combattrà et tuera) dans la soirée. D'abord, en présence des représentants des « matadors » (les tueurs) et du « ganadero » (éleveur de taureaux) on constitue des lots de deux animaux, de façon à équilibrer dans chaque couple et dans les différentes paires entre elles les qualités apparentes des taureaux (poids, cornes, taille, etc.). Ensuite a lieu le tirage au sort qui assigne un couple à chaque « matador ». Le représentant de celui-ci est ordinairement « el apoderado » (le mandataire) accompagné par le « péon de confianza » (l'homme de confiance). Pendant ce temps le « matador » se concentre dans sa chambre d'hôtel, songeant à la gloire mais aussi traversé d'inquiétude, non seulement à cause du risque physique mais surtout de la crainte de ne pas conquérir le faveur du public, ou pour mieux dire « de l'opinion ». Cette « opinion » est féminine et partant assez mobile, capable de changer en une minute. Toujours cependant elle s'appuie sur une base réaliste, pratique, en jugeant les moindres actions du « torero ». Les applaudissements et les sifflets peuvent se succéder à très courts intervalles.

A l'« apartado » le public peut voir, de très près, les six taureaux de la même « ganaderia » (élevage). Il s'étonne de constater combien ils sont tranquilles. On peut les voir du haut du balcon qui surplombe la cour où ils sont parqués. Il est difficile de s'imaginer que ces animaux puissent devenir si sauvages, si dangereux au moment de la « corrida » : c'est que le taureau espagnol peut être considéré comme le pur sang de son espèce.

Il est très intéressant de voir comment on manœuvre les taureaux avec l'aide



L'énorme puissance  
du taureau.

des « cabestros » (bœufs tranquilles, bien dressés) pour les faire passer de l'une à l'autre des petites cours, pour les isoler de façon progressive et arriver finalement à enfermer chaque animal dans son « chiquero » (son box) où il attendra le moment d'entrer dans l'arène, y montrer ses qualités de puissance, de vitesse, de résistance et de noblesse qui permettront au « matador » de réaliser une « faena » (plan d'action) brillante.

### El traje de luces

Le moment psychologique du « torero », celui où il souffre le plus, est celui où il s'habille pour la « corrida », où il endosse son « Costume de Lumière ». Il est aidé à ce moment impressionnant par son « mozo de estoques » (valet d'épées) qui est à la fois l'ami, le valet de chambre et le conseiller du « matador », qui représente pour celui-ci, beaucoup plus qu'on ne pourrait l'imaginer en le voyant dans l'arène tendre au « matador » ses instruments de travail. On peut observer qu'en certaines occasions, pendant la « corrida » le « mozo de estoques » parle au « matador » pour l'informer des particularités du taureau, en vue du succès de la « lidia » et plus spécialement pour diminuer le risque excessif que le « torero » est généralement prêt à braver pour conquérir l'opinion et la gloire.

### Lidia

Dès que le taureau est entré dans l'arène, le « torero » reprend son aisance malgré l'impressionnante vitesse des démarrages de l'animal, de la

sauvagerie qu'il montre et de sa puissance colossale.

Les membres de la quadrille et parmi eux le « péon de confianza » commencent à fixer le taureau, c'est-à-dire, à lui faire prêter attention au « capote » (la cape). Ils étudient la façon d'attaquer de l'animal et diminuent sa force, en faisant en même temps les premières déductions sur les particularités de l'animal pour engager la « lidia » (le combat). Dès ce moment, le « matador » a constamment l'esprit en éveil, il observe soigneusement l'animal en concevant « la faena » le plan d'action qu'il pourra appliquer pour éblouir le public. Malgré ses bonnes intentions tout le contraire se produit parfois car... il faut compter sur le taureau — et celui-ci « n'est pas toujours d'accord » —. Le vent, qui souffle fréquemment sur la « Plaza de las Ventas », à Madrid constitue aussi un gros inconvénient qui empêche les bonnes « faenas » et implique un danger constant.

Le « torero » est soumis à deux impulsions contradictoires : son art et son instinct de conservation. A l'honneur de la vérité il faut dire que le « torero » méprise le péril, comme tout le monde peut le constater et comme en témoignent les terribles blessures reçues dans « les arènes sanglantes ». Parfois la mort impitoyable vient interrompre les rêves de triomphe et de gloire.

Il sied de conseiller aux « toreros » comme aux sportifs : « d'être modestes dans le triomphe et sereins dans la défaite », car dans leur carrière ils connaîtront l'un et l'autre.

Quand j'étais enfant, les chevaux des picadors ne portaient pas de protection, comme à présent.

Je me souviens encore d'une « corrida » à Bilbao au cours de laquelle un taureau « bravo » tua sept chevaux, dont les cadavres restèrent sur place, en attendant d'être enlevés par « las mulillas » l'attelage de 4 mules, qui traînent le taureau mort. Heureusement, aujourd'hui, les chevaux, malheureux participants à la « fiesta », ne souffrent guère et il est très rare qu'ils meurent, surtout sur place, ce qui délivre les spectateurs des horribles visions d'autrefois.

J'ai entendu dire à quelques-uns de mes amis « toreros », que la pose des « banderillas » malgré son éclat spectaculaire où l'homme se présente devant le taureau sans la protection de la cape, ne comporte pas, en général, de danger excessif.

Par contre, l'acte final, appelé « le geste suprême », comporte beaucoup plus de risques qu'il n'en a l'air, malgré la protection de la « muleta » (cape pliée sur un bâton). L'histoire le confirme; de nombreux « phénomènes » ont été tués au bout de la « faena » en attaquant à l'épée. Rappelons le fameux Manolète, tué à Linares (Jean) en 1947, dans une petite « Plaza » peu digne de sa très grande classe, victime de son extraordinaire point d'honneur, de son amour propre de Cordouan, d'un sens peut être excessif de la responsabilité professionnelle, victime aussi des exigences du public. Car l'opinion ne comprend pas toujours qu'il y a des taureaux presque impossibles à combattre et qu'il faudrait tuer en oubliant le sens esthétique, d'une manière pratique et sûre. La terrible blessure de Manolète au fatidique « triangle de Scarpa » des anatomistes, ne l'empêcha pas d'ailleurs de tuer le taureau dont l'oreille lui fut envoyée à l'infirmerie de la « Plaza »

où il perdait son sang... Mais son destin fatal était déjà écrit !

\* \* \*

En cette après-midi de Madrid, dans le tiède soleil du printemps nous eûmes droit à une cérémonie et à quelques incidents.

Nous vîmes franchir la barrière, d'un bond incroyable pour un animal de 500 kg...

Un jeune homme, esquivant la surveillance des gendarmes, sauta dans l'arène pour saisir l'occasion de réaliser ses rêves de gloire...

La cérémonie de « la alternativa » au cours de laquelle le « novillero » devient « torero » et acquiert le droit de tuer les taureaux âgés de 5 ans, au faite de leur puissance. Par respect du public et pour marquer son humilité, le « novillero » entre nu-tête dans l'arène...

Et soudain... ce fut le drame. Alors que jusque là il avait été très brillant, le petit et brave Ortiguita à peine consacré « torero » fut gravement blessé au début de sa « faena de muleto »... Car le taureau est un fauve.

A la sixième corrida des fêtes de San Isidro, le patron de Madrid, qui s'est déroulée le 19 mai 1963, un acte de courage exceptionnel fut posé. Après avoir exécuté quatre magnifiques « pases naturales » le torero Jaima Ostos s'éloigne de quelques pas et tourne le dos au taureau.

D'un démarrage puissant et imprévu celui-ci l'attaque et l'écorne.

Pendant 3 à 4 secondes angoissantes le torero demeure suspendu à l'une des cornes, pour être finalement jeté au sol avec violence.

Et hop !  
500 kg de muscles et d'os  
sautent la barrière de 1 m 80 !





Le torero se lève rapidement. Plein de bravoure et sans même prêter attention à la blessure qu'il vient de recevoir, il reprend la « muleta », il poursuit sa « faena », il attaque avec l'épée, réussit une « estocado » (coup d'épée) excellente, et... s'évanouit. Emmené à l'infirmerie on lui apporte l'oreille du taureau... honneur mérité. La petite histoire du grand geste, du code d'honneur, du courage des « toreros » qui aiment leur art, une fois encore s'était répétée.

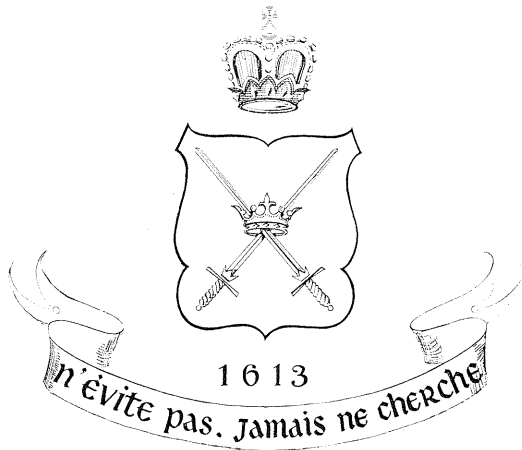
J'ai peur de ne pas avoir réussi à dire des choses bien nouvelles au sujet des Courses de Taureaux. Je terminerai en traduisant un adage espagnol : « chez le forgeron, les couteaux sont en bois ». Par analogie, moi, qui suis espagnol et qui ai vécu presque toute ma vie à Madrid, j'apprends tous les jours à connaître la Tauromachie.

Je m'en excuse par avance et compte sur votre indulgence. Comme le dit l'auteur latin : « Feci quod potui, faciant meliora potentes », j'ai fait ce que j'ai pu, que d'autres plus capables que moi fassent mieux...

Le taureau n'est pas toujours d'accord.



Le geste suprême.  
L'épée s'est enfoncée  
jusqu'à la garde.  
Le taureau  
dangereusement  
proche,  
va tomber  
foudroyé.



# Escrime

la gilde souveraine  
et chevalière  
des escrimeurs de Gand

LE PRÉSENT SORT DU PASSÉ, COMME LA FLEUR DE LA GRAINE...

En 1613, il y a 300 ans, les archiducs ALBERT ET ISABELLE octroyaient à la GILDE DES ESRIMEURS DE GAND une charte lui permettant, entre autres privilèges, de disposer à perpétuité d'une salle d'armes.

En 1963, la « Confrérie Royale et Chevalière de Saint-Michel », installée en vertu de ses droits, dans la Halle aux Draps de la Ville de Gand, a brillamment organisé le « Critérium Mondial des Jeunes ».

Il nous a semblé que cette continuité rare et ce maintien de nobles traditions constituaient pour tous les escrimeurs du monde un exemple magnifique.

Grâce à l'amabilité de M. Gino Delori, greffier de la Confrérie, l'histoire de la Gilde vous est racontée. Par ailleurs, le rassemblement de nombreux jeunes talents permet de dégager les tendances actuelles du sport des armes. C'est Guy Piedfer, Professeur à Gand, qui nous en présente une claire synthèse.



L'Archange Saint-Michel  
statuette d'Egbert van Zyl  
(1621)

La couverture brodée du livre d'or de la Confrérie royale et chevalière de Saint-Michel porte que la gilde a été créée en 1042.

Cette date est fantaisiste et ne repose ni sur un document, ni même sur une tradition. Il est bien certain néanmoins, que l'escrime était pratiquée à Gand avant l'institution officielle de la confrérie en 1613, et que ses fervents se réunissaient périodiquement pour se livrer à l'exercice de ce noble sport.

Les documents officiels révèlent l'existence de nombreux maîtres d'armes antérieurs au XVII<sup>e</sup> siècle, et les termes mêmes de l'ordonnance de 1613 indiquent qu'il ne s'agit pas de la création d'une association entièrement nouvelle, mais de la reconnaissance d'un Serment (en flamand Eedt) déjà existant, et qui groupait des escrimeurs sous la direction d'un doyen et de suppôts.

C'est précisément en vue d'attirer des membres plus nombreux, recrutés surtout parmi la noblesse gantoise, que le Serment demanda en 1612 au Gouvernement de pouvoir former, en l'honneur et sous la protection de l'archange saint Michel, une véritable gilde ou confrérie, analogue à celles des tireurs à l'arc (Saint-Sébastien), à l'arbalète (Saint-Georges) et à l'arquebuse (Saint-Antoine), et jouissant de certains privilèges.

Les Archiducs Albert et Isabelle accueillirent favorablement la requête des escrimeurs gantois. Durant la Trêve de douze ans, ils tâchèrent, en effet, de développer de toute façon l'esprit militaire parmi les bourgeois des villes belges.

Par une charte du 26 mars 1613, ils autorisèrent l'érection de la « gilde et confrérie de Saint-Michel », et lui concédèrent, à titre perpétuel, des faveurs importantes.

La principale était l'exemption de guet et de garde pour cent membres privilégiés, à charge pour ceux-ci de former un corps d'élite qui se tiendrait à la disposition du Magistrat gantois pour le maintien de l'ordre public.

La charte archiduciale stipule que tous les membres doivent être bourgeois de Gand, d'une honorabilité parfaite. A leur entrée dans la gilde, ils sont tenus de prêter serment de fidélité au souverain en tant que comte de Flandre, et à la Ville de Gand; ils s'engagent à favoriser l'Eglise et la religion romaines et à secourir leurs confrères.

Les membres ont aussi l'obligation d'être constamment pourvus d'armes offensives et défensives. Outre l'épée et la rapière, chacun d'eux doit avoir une armure composée d'un corselet, d'un gorgerin et d'un heaume et posséder une pique, une pertuisane ou une halebarde. Une inspection sera faite deux fois par an au domicile de chaque confrère.



Ils sont autorisés à se livrer à l'exercice de l'escrime tous les dimanches et jours de fête après avoir fait le service dans la chapelle de la confrérie, sauf toutefois pendant la grand'messe. En cas de blessures, au cours des assauts, ils ne seront passibles d'aucune autre pénalité que de l'amende éventuelle appliquée par les douze proviseurs de la confrérie, mais ceux-ci pourront, s'il le faut, réclamer l'intervention de la Ville ou du Conseil de Flandre pour le paiement des amendes.

Les proviseurs connaîtront de tous les différends qui surviendraient dans la confrérie, sauf appel devant les échevins de la Keure.

Ce n'est pas sans peine que les promoteurs de la confrérie obtinrent l'important octroi des Archiducs; de nombreuses démarches furent nécessaires auprès des échevins et de diverses commissions spécialement instituées pour l'examen de la requête, auprès du Conseil de Flandre, auprès des membres influents du clergé, de dignitaires de la cour, etc.

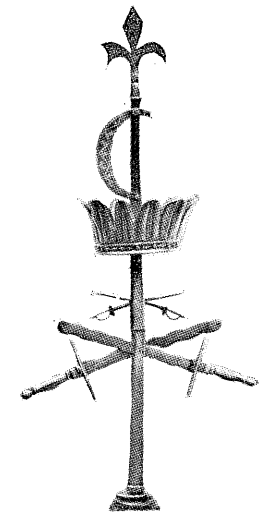
Cadeaux et banquets furent prodigués. Depuis le messager de la confrérie des escrimeurs de Bruxelles, qui reçut une paire de souliers, jusqu'aux demoiselles d'honneur de l'archiduchesse Isabelle, à qui l'on offre des friandises, depuis le plus modeste scribe qui a grossi une lettre jusqu'au président du Conseil privé, personne n'est oublié. Aussi le compte des dépenses, qui s'élève à un chiffre énorme, est-il un document des plus piquants pour l'histoire des mœurs.

Aussitôt constituée, la nouvelle gilde s'installa à l'étage de la Halle aux draps construite en 1425 par l'architecte Simon van Assche, c'est-à-dire dans le local qu'elle occupe encore actuellement.

À la suite des guerres religieuses du XVI<sup>e</sup> siècle, la draperie gantoise avait été mortellement frappée, et la Halle se trouvait occupée au début du XVII<sup>e</sup> siècle. La confrérie en obtint la jouissance à titre gratuit, mais à condition de restaurer complètement le bâtiment qui était assez délabré et qui nécessita des frais considérables.

La Ville n'en évinça pas moins la confrérie en 1703, lorsqu'elle eût obtenu du roi Philippe V, sous des prétextes spécieux, la suppression des quatre chef-confréries, afin de s'approprier leurs superbes locaux et d'être dispensée de construire les nouvelles casernes que l'état de guerre permanent et la présence continuelle de garnisons étrangères rendaient indispensables.

Le décret de suppression ne fut pas de longue durée, du moins pour la chef-confrérie Saint-Michel, car il fut levé pour elle,



Masse du Bailli

au bout de trois ans, et, le 7 septembre 1706, un décret royal la rétablit avec tous ses droits et prérogatives. Saint-Georges ne fut rétabli qu'en 1727, Saint-Sébastien en 1731 et Saint-Antoine en 1752.

Deux fois encore, en 1709 et en 1745, des troupes françaises occupèrent le local, mais à titre momentané.

Rien n'est plus impressionnant que l'aspect de ces salles, conservées à travers les siècles, avec les meubles anciens et les objets divers de la confrérie : armoires aux armes de la gilde, et décorées des portraits sculptés d'Albert et d'Isabelle; bahuts et chaises, portraits des doyens depuis l'origine jusqu'à nos jours, costumes, masque du diable qui accompagnait l'archange saint Michel dans les cortèges et les cérémonies officielles, armures et armes, grands drapeaux, etc.

Dans le trésor de la confrérie sont précieusement gardés le collier du roi, le plateau et les burettes ainsi que le baiser de paix servant aux offices célébrés en la chapelle spéciale que la confrérie possédait à l'église Saint-Nicolas, des coupes en vermeil, la masse du bailli, des médailles, etc.

Le Serment ou conseil d'administration était composé du Roi, du Chef-doyen, faisant fonction de président, du Doyen, auquel incombait la gestion financière, et de douze proviseurs ou conseillers.

Les proviseurs désignaient comme Chef-doyen un des échevins de la ville et choisissaient parmi eux le Doyen.

La dignité de Roi appartenait au confrère victorieux du concours spécialement institué à cet effet, et appelé *le jeu de la royauté* (*Spel nae het coninckschap*).

Prosper Claeys, le principal historiographe de la gilde, a décrit le concours de 1754, d'après le procès-verbal officiel de la fête :

« A deux heures de l'après-midi viennent se ranger devant le local de Saint-Michel, les membres des trois chef-confréries de Saint-Georges, de Saint-Sébastien et de Saint-Antoine. Tous sont couverts de leurs insignes et de leurs décorations, et munis de leurs armes Les porte-étendards et les porte-drapeaux à cheval, précédés des fifres, des tambours et des trompettes, se trouvent à la tête de chaque confrérie. A la même heure arrive également une députation des échevins, escortés par les hallesbardiers de la ville.

» Le cortège se met en marche et est ouvert, comme dans toutes les circonstances solennelles, par les timbaliers et les trompettes de la ville en grand uniforme et à cheval. Vient ensuite les trois chef-confréries, la députation des échevins et la confrérie Saint-Michel. Les hallesbardiers ferment la marche. Arrivés au marché du Vendredi, les arbalétriers, les archers et les arquebusiers des trois chef-confréries se rangent autour du théâtre sur lequel prennent place les serments, les échevins et les autorités invitées à la fête. Toutes ces autorités, telles que le grand-bailli, le gouverneur militaire, l'abbé de Saint-Pierre, l'abbé de Baudeloo et d'autres encore, sont accompagnées d'escortes qui viennent à leur tour se ranger sur le marché du Vendredi.

» La place est noire de monde; toutes les fenêtres sont garnies de spectateurs, il y en a même, et en grand nombre, sur les toits des maisons. L'assaut commence, plusieurs champions se succèdent et, après un certain temps de lutte, on proclame Roi des escrimeurs de Saint-Michel le confrère Petrus Baes. La nouvelle se répand immédiatement et est accueillie avec d'autant plus de faveur que le vainqueur, qui appartient à une des premières familles de la ville, jouit d'une grande considération et est très populaire à Gand. Le *Memorieboek* mentionne, en effet, différents membres de la famille Baes qui remplirent les fonctions d'échevin, de receveur et de doyen de métier.

» C'est l'abbé de Baudeloo qui sur l'estrade, et au milieu des acclamations de la foule, remet à Petrus Baes le collier d'or de la confrérie, insigne de sa nouvelle dignité. Le vainqueur, accompagné du cortège que nous avons décrit tantôt, parcourt les principales rues de la ville, en s'arrêtant chaque fois devant le local des trois chef-confréries pour y recevoir le vin d'honneur. Le cortège arrive enfin au *Gildecamer* de Saint-Michel, où un banquet réunit tous les confrères et les nombreux invités.

» Le lendemain, le concours pour les autres prix continue sur l'estrade du marché du Vendredi. Ce concours terminé, le Roi Petrus Baes, le chef-doyen, le doyen et les proviseurs se rendent, en carrosse, et entourés des hallesbardiers de la ville, au théâtre de la confrérie Saint-Sébastien où l'on donne une représentation italienne. Après le spectacle le Roi retourne chez lui, précédé des timbaliers et des trompettes de la ville et escorté de tous les membres de la gilde et des serments des trois autres chef-confréries. Tout le quartier, où se trouve l'habitation de Petrus Baes est brillamment illuminé et un feu d'artifice est tiré devant sa demeure. On lui donne également une sérénade à laquelle prennent part les meilleures artistes et amateurs de la ville. Et, afin que personne ne soit oublié, on met en percé pour le public une pièce de vin rouge. »

Les concours publics avaient lieu sur un luxueux théâtre dressé en plein air, au marché du Vendredi, et dans le plus grand appareil. L'administration communale offrait des prix

sous forme de pièces d'argenterie et intervenait généreusement dans les dépenses au moyen de subsides en espèces. Les escrimeurs se rendaient en cortège au marché du Vendredi, au son du carillon et de la grosse cloche du Beffroi. Une foule d'autorités, civiles et religieuses, assistaient aux joutes qui revêtaient pour la ville le caractère de véritables festivités publiques; elles ne duraient habituellement pas moins de trois jours et correspondaient à autant de banquets.

Le plus magnifique concours de l'Ancien Régime fut celui de 1767, organisé à l'occasion des fêtes du millénaire de saint Macaire, et qui eut lieu à la place d'Armes. Saint-Michel y

avait invité les tireurs des autres grandes villes flamandes. La note amusante des concours était donnée par les *Batteurs de fléau* ou *Vlegelmannen*. C'étaient des gens aux gages de la Confrérie, recrutés parmi les membres de la corporation des portefaix ou *Pynders*. Tout de blanc habillés, coiffés d'un chapeau à larges bords et armés d'un fléau, ils allongeaient force horions au figurant chargé de personnifier le Diable, et que tenait en respect, de la pointe de son épée, un jeune garçon, vêtu de bleu, et représentant l'archange Michel. Le Musée d'archéologie de Gand conserve le bizarre masque en fer du diable, décoré de cornes bigarrées et d'une huppe peinte.

## **ESCRIME — Facteurs primordiaux de réussite :**

**Précision, Simplicité dans la technique, Condition physique parfaite**

**Le Maître Guy-Claude PIEDFER  
nous donne le point de vue du technicien  
sur le Critérium Mondial des Jeunes**

Créé à l'initiative du toujours jeune Commandant Louis Bon-temps, Président de la Fédération Française d'Escrime, le Critérium Mondial des Jeunes a connu à Gand une réussite qui peut être qualifiée de totale. Tous les records de présence ont en effet été largement battus puisqu'il y avait 27 nations représentées par 215 participants à Pâques 1963, en la capitale de la Flandre Orientale. D'autre part, il n'est pas exagéré de dire que l'organisation de cette grande confrontation internationale restera gravée dans les mémoires comme une modèle du genre. Remerciements doivent en être rendus en tout premier lieu à l'infatigable Gino Delori, qui, avec le concours de sa dynamique équipe de la Confrérie St-Michel de Gand, assura à la perfection la délicate organisation matérielle. Techniquement la Fédération Royale Belge des Cercles d'Escrime, Messieurs Charles Debeur et Léon Kullman en tête, eut le mérite de faire respecter scrupuleusement un horaire souvent « chahuté » dans le monde de l'escrime.

La Belgique a donc toutes les raisons de se féliciter d'avoir accueilli ces XIV Critériums Mondiaux des Jeunes d'autant plus que l'un de ces juniors y a réalisé une performance vraiment remarquable.

### *Ce que représente le Critérium Mondial des Jeunes*

Depuis le lancement de ces épreuves, qui remonte à 1950 nous avons pu assister à cinq d'entre eux, y compris les trois derniers en date qui se déroulèrent successivement à Duisbourg, au Caire et à Gand, ayant préalablement vu ceux de Budapest (1955) et ceux de Paris (1959). Nous avons ainsi « visionné » l'évolution de la jeune classe internationale, caté-

gorie que les initiés appellent non sans raison : « le baromètre de l'état de l'escrime de chaque nation ».

Incontestablement, le palmarès de ces épreuves pour moins de vingt et un ans (jusqu'en 1959) puis pour moins de vingt ans, prouve que l'élite junior d'une fédération traduit assez fidèlement ce que sera l'escrime senior de ces mêmes fédérations quelques années plus tard. L'évolution de l'escrime dans la catégorie des moins de vingt ans mérite donc d'être examinée et ne manquera pas d'intéresser tous ceux qui sont à la recherche du progrès et du succès.

### *Une meilleure formule de compétition, à la base d'une amélioration générale*

En tout premier lieu nous pensons que l'importante modification de la formule, qui régit le déroulement des compétitions n'aura pas manqué d'être bénéfique. L'adaptation de l'élimination directe après deux tours par poule et l'entrée en vigueur du calcul des indices pour l'établissement du tableau d'E. D. qui évite toutes les « combines » plaie du système total par poule, semblent bien avoir libéré les concurrents des anxiétés passées qui souvent les paralysaient.

Si l'élimination directe intégrale nous semble un non-sens en escrime individuelle, nous sommes par contre intimement persuadés que la formule mixte, appliquée pour la première fois par le Maître Raoul Clery alors organisateur responsable des Championnats de France Militaires, permet à elle seule un épanouissement des qualités respectives des participants à une grande joute nationale ou internationale.

Nous ferons seulement des réserves quant au retour aux matches en 4 ou 5 touches pour la poule finale de quatre tireurs. Il y a là quelque chose qui choque et qui paraît

comme un net handicap pour les finalistes, qui comme on dit : « ont de la tête ». La formule semble donc bien au point, qu'elle se termine jusqu'à la fin par E.D. ou en poule de quatre. Dans ce dernier cas il faut souhaiter que le match long en 8 ou 10 touches soit conservé pour les dix derniers assauts et les éventuels barrages.

### *Coup d'œil sur les quatre disciplines vues à Gand*

Au fleuret masculin, les quatre finalistes classés dans l'ordre : Andriadze (U. R. S. S.), Drimba (Roumanie), Courtillat (France) et Losert (Autriche) ont étalé une technique déjà fort complète qui alliait la simplicité à l'efficacité. Attaques, ripostes, contre-ripostes (un peu plus rares) alternèrent avec bonheur nous démontrant une fois pour toutes que le fleuret électrique avait terminé sa crise de jeunesse. Le temps est révolu où un titre de Champion du Monde senior fut perdu par des ripostes qui n'allumaient pas sur des reprises conventionnellement fausses, effectuées par un tireur qui se « couchait » littéralement après l'attaque.

Au fleuret féminin, très agréable surprise, car les finalistes restèrent maîtresses de leurs nerfs, ce qui autorisait les actions classiques à l'arme dite d'étude. Merci à M<sup>l</sup>es Ene (Roumanie), Berger (Sud-Afrique), Rousselet (France), Mikheeva (U. R. S. S.) ainsi classées. Elles nous ont largement reconcilié avec le fleuret féminin.

A l'épée victoire d'un escrimeur complet : l'autrichien Losert (4<sup>e</sup> au fleuret, 1<sup>er</sup> à l'épée, 5<sup>e</sup> ex-aequo au sabre), fils du réputé maître viennois, devant le tenant du titre, le jeune français J. Brodin, l'athlétique transalpin Pavese et le soviétique Modzelewski, victime d'une malencontreuse entorse de la cheville.

Enfin le sabre termina en feu d'artifice ces XIV Critériums Mondiaux. Nous avons assisté à la confirmation d'un futur très grand champion, le géorgien Lordkipanidze, en même temps que le public se réjouissait de l'éclosion d'un jeune sabreur belge, le gantois Yves Brasseur, qui donna à son pays une médaille d'argent d'autant plus appréciée que cela n'était plus arrivé depuis 1947.

Disons tout nettement qu'au sabre la méthode hongroise a fait tache d'huile avec des variantes particulières au tempérament propre à chaque race.

### *Seule une préparation physique bien conduite permet l'épanouissement technique et tactique*

Aussi bien au fleuret féminin et masculin, qu'à l'épée et au sabre nous avons donc constaté une tangible amélioration technique complétée d'un sens tactique dont la précoce maturité surprend agréablement chez des concurrents juniors. Précisons que cette évolution technique est orientée toute entière vers la simplicité, la sobriété dans les mouvements et l'efficacité dans le style. C'est là une transformation lente mais perceptible qui d'ailleurs est déjà plus ou moins largement amorcée dans tous les autres sports. Répétons-le, au risque de froisser certains retardataires : l'escrime « de papa » est définitivement révolue, du moins sur des pistes de compétition. D'ailleurs tous les grands champions des années et des lustres passés n'étaient-ils pas à leur époque des précurseurs trop souvent injustement critiqués ! Mais, ce qui frappe le plus ceux qui assistent régulièrement aux grandes confrontations d'escrime, c'est l'évolution décisive de la préparation physique de l'escrimeur. La majorité des jeunes concurrents présents à Gand ont fait preuve d'une condition physique exceptionnelle due à une préparation particulièrement bien conduite.

Pas d'effondrements spectaculaires comme on en enregistrait il n'y a pas si longtemps encore ! Les contreperformances constatées en 1953 le sont en général par insuffisance technique ou fautes tactiques importantes, mais non plus, ou rarement, par manque de préparation physique. Power-Training, Interval Training, Cross Promenade, Carnets d'entraînement sont entrés dans les mœurs des escrimeurs de compétition.

Seul revers de la médaille, et nous en avons eu un exemple typique, le surentraînement guette parfois l'escrimeur soigneusement entraîné : l'homme n'est pas et ne sera jamais une machine.

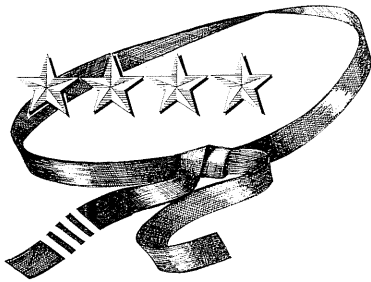
Le cas d'un escrimeur en pleine forme un mois et demi avant les Critériums Mondiaux et se trouvant totalement « à plat », le jour H, nous rappelle que toute étude et recherche nouvelle se paie parfois d'erreurs que seuls ceux qui essayent quelque chose risquent de trouver sur leur chemin.

Succès et échec passent parfois par la même porte !!!

Maître Guy-Claude PIEDFER.



**U. S. A.** 4 stars - 4 dans — General Thomas S. Power, Chief of Strategic Air Command, earned his fourth degree black belt for Judo proficiency. A four-star man once more.



4 étoiles - 4 dans — General Thomas S. Power, Commandant le Strategic Air Command, ceinture noire de Judo, vient de recevoir son quatrième dan.

**ESPAÑA** La Marine Espagnole vient d'inaugurer un splendide Centre Sportif très bien équipé (piste d'athlétisme, bassin de natation couvert, terrains de sport, salle de Power Training, etc.). Bravo, Commandant Gonzalez Aller!

The Spanish Navy has just inaugurated a magnificent sports center very well equipped (track, indoor swimming pool, playing-fields, Power Training room, etc.). Congratulations to Commander Gonzalez Aller!

**MAROC** L'équipe de football des Forces Armées Royales a brillamment remporté le Championnat du Maroc de 1<sup>re</sup> division.

The soccer team of the Royal Armed Forces walked away with the Championship of Morocco in the 1st Division.

**FINLAND** Similar to the Sports Battalions of Joinville and Pau, the Italian Military Sports Center, the Company of Norwegian Athletes and the Tunisian Military Sports Center, Finland, too, has just opened four sports platoons. Outstanding athletes will serve their military obligation there. A special fund has been raised to help the soldier athletes.

Après les Bataillons sportifs de Joinville et de Pau, le Centre Sportif Militaire Italien, la Compagnie des Athlètes Norvégiens, le Centre Sportif Militaire Tunisien, la Finlande à son tour vient de constituer « quatre pelotons sportifs ». Les athlètes de classe y effectuent leur service militaire. Un fond spécial a été créé pour aider les soldats athlètes.

# FLASHES

**TUNISIE** Succès des militaires Tunisiens aux « Jeux de l'Amitié » à Dakar avec en vedette Gamoudi (5 000 m) qui a fait grosse impression

The Tunisian military athletes achieved great success at the « Friendship Games » in Dakar with their star Gamoudi (5 000 m) who made an excellent impression.

**C. I. S. M.** Le Sénégal a manifesté l'intention d'adhérer au C. I. S. M. Ses points forts : football, boxe, athlétisme.

Senegal expressed their intention to join C. I. S. M. Their strong areas : soccer, boxing, track and field.

**JAPAN** For the first time in the history of the Olympic Games, a « Minister of the Games » has been appointed by the Government. He will automatically cease to serve at the end of 1964.

Pour la première fois dans l'histoire des Jeux Olympiques un « Ministre des Jeux » a été nommé par le Gouvernement. Ses fonctions cesseront d'elles mêmes, fin 1964.

**C. I. S. M.** Il semble de plus en plus probable que deux nouveaux championnats seront bientôt inclus dans le Calendrier du C. I. S. M. Judo et parachutisme ont le vent en poupe.

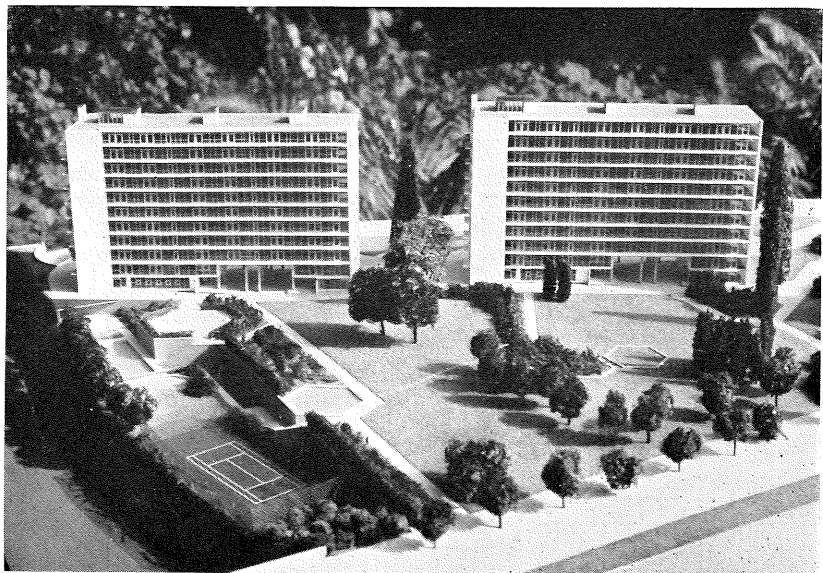
It seems more and more likely that two new championships will be included in the C. I. S. M. Calendar. Judo and parachute jumping appear to be most favorite.

**ESPAÑA** Le stage d'entraînement physique et sportif mis sur pied par l'Aéronautique Militaire Espagnole et dirigé par le Secrétaire Général Permanent du C. I. S. M. a remporté un vif succès. En 1964 une équipe espagnole participera certainement au P. A. I. M.

The Physical and Athletic Training Clinic sponsored by the Spanish Air Force and run by the Permanent Secretary General of C. I. S. M. was very successful. Spain will no doubt enter a team in Paim next year.

**C. I. S. M.** « La Maison du C. I. S. M. » sera située avenue Franklin Roosevelt, à Bruxelles, au premier étage du « Palais des Nations ». dont voici la maquette. Outre le hall d'honneur, la salle du Comité Exécutif, le centre de documentation, les salles de l'Académie et du Magazine, la Maison du C. I. S. M. abritera le Secrétariat Général Permanent. La Maison du C. I. S. M. sera officiellement inaugurée en 1964.

Small-scale model of the « C. I. S. M. House » which will be located on the 1st floor of the beautiful « Palais des Nations », Avenue Franklin Roosevelt, Brussels. Besides the Hall of Honor, the room of the Executive Committee, the Documentation Center, the rooms of the Academy and of the Magazine, the C. I. S. M. House will be the seat of the Permanent Secretariat General. The C. I. S. M. House will be officially inaugurated in 1964.



# DOPING

## et sport de compétition

*Le 1<sup>er</sup> Colloque européen sur le doping et la préparation biologique du sportif de compétition a connu un succès certain. La presse mondiale lui a consacré de nombreux échos. Nous avons demandé l'opinion d'un des organisateurs, le Médecin Cdt Thiébault, du Service Interarmées de l'Entraînement Physique et des Sports, membre de l'Académie du C. I. S. M.*

### POURQUOI CE COLLOQUE A-T-IL ÉTÉ MIS SUR PIED ?

« Bien souvent, en parlant avec mon ami le Docteur Dumas, Médecin-Chef de l'E. N. E. S. E. P., nous avons remué de pénibles perspectives d'avenir en voyant les jeunes s'adonner de plus en plus à cette véritable autodestruction qu'est le Doping. Déjà, rentrant des Jeux Olympiques et discutant avec nos amis Andrivet et Leclerc de l'Institut National des Sports, nous étions frappés et inquiets de voir la technocratie s'installer dans ce qui aurait dû rester grand et désintéressé, c'est-à-dire le Sport. Il était évident pour nous que l'efficacité primant toute autre considération, pronée pour un drapeau, une idéologie, voire tout simplement pour la gloire quand ce n'était pour l'argent, ne pouvait qu'amener à la recherche de la pilule miracle, concentré hypothétique de force et d'invincibilité. D'une tricherie, le doping s'installait peu à peu dans la routine de l'habitude. Naturel-

lement le médecin s'insurgeant contre de telles pratiques était écouté distraitemment quand on ne le regardait pas avec commisération !

Survint la lamentable histoire du procès de Liège et nos craintes furent en quelque sorte cristallisées, nous ne pouvions plus nous taire, les derniers excès du Tour de France étaient là pour attester des dangers que couraient nos sportifs qui, ignorant les secrets de la pharmacologie, ne pouvaient que s'intoxiquer en toute innocence. Et pourtant les nombreux contacts que nous avions avec nos champions nous dévoilaient qu'ils avaient peur des médicaments et qu'ils n'en prenaient que parce que les autres en usaient !!

Dès lors, le Colloque était dans l'air et c'est grâce à l'énergie des Docteurs Maigre et Dumas qu'il se réalisa petit à petit; nous nous retrouvâmes un petit groupe décidé à décanter ce problème et le projeter sous les feux de l'actualité pour obtenir surtout une prise de conscience du Sportif lui-même.

Une chose est certaine, c'est qu'en cinq ans en tant que médecin au Bataillon de Joinville nous avons vu le doping gagner du terrain et s'installer progressivement dans la plupart des sports.

Cependant vouloir détruire en un coup « cette pilule » était impensable. Pour deux raisons : la première et non des moindres est que depuis longtemps déjà ce problème a été évoqué par nos anciens qui comptaient en leur rang les plus éminentes sommités de la médecine, il fallait donc faire œuvre d'humilité dès le début et « rester les pieds au sol »; la seconde est psychologique, on ne détruit une habitude qu'en la remplaçant par une autre et c'est là que la notion de préparation biologique du sportif prend toute sa signification. Il s'agit en effet de mettre les connaissances médicales au service du champion, elles comprennent entre autres : la surveillance médico-sportive, les conseils médicaux relatifs à l'entraînement, la diététique sportive, la lutte contre la fatigue, en bref cette préparation, c'est la médecine sportive, toute la prophylaxie « médecine de l'homme sain ».

Il était donc évident qu'il fallait trouver une formule nouvelle qui relance l'intérêt; pour ce faire il fut décidé de réunir un éventail représentatif du Sport Européen et non de rester entre médecins. Aussi avons-nous contacté des médecins, des juristes, des entraîneurs, des sportifs et des journalistes. Nous n'avons pas rencontré d'indifférents, mais soit des enthousiastes, soit des méfiants ou incrédules; rarement l'hostilité s'est faite jour. Pourtant certains ayant accepté leur participation se sont « curieusement » rétractés au dernier moment.

*Par ailleurs, nous avons sollicité l'opinion d'un participant, M. le Docteur A. Dirix, Médecin-conseil du Comité Olympique Belge.*

**DES FAITS**

Le doping ou emploi de stimulants artificiels est une plaie qui s'étend de jour en jour.

Nous avons vécu personnellement quelques cas :

Un de nos grands espoirs cyclistes, à l'arrivée d'une importante course, est pris subitement de rictus, c'est-à-dire d'une forte crampe des muscles qui entourent la bouche; quelques secondes plus tard il hurle de douleur, est pris de crampes dans le dos, telles que tout son corps s'arqueboute, se raidi comme une planche, il tombe par terre en proie à de violentes douleurs : nous le soignons énergiquement, mais il met un temps assez long à récupérer; un an plus tard il abandonne toute activité sportive; raison officielle : il souffre du foie.

Un autre coureur est en état de dépression, geint et pleure pendant des heures après l'arrivée. Sans pouvoir fournir les preuves de laboratoire nous avons la certitude morale que ces coureurs étaient dopés.

Autre histoire vécue : un grand champion fait une contre-performance. Le lendemain nous l'examinons et constatons un gonflement prononcé du foie : il avoue avoir mis dans une pochette intérieure six produits différents, conseillés par son entourage et devant être pris à des distances différentes.

Dois-je rappeler la mort du coureur danois aux Jeux Olympiques de Rome. Le Prince Albert, Président d'Honneur du C. O. B., présent à Rome, fut à tel point impressionné qu'il nous demanda des renseignements au sujet du doping.

Autre fait significatif :

Au cours de la dernière guerre, les amphétamines ont été administrées aux pilotes d'avions, aussi bien alliés qu'allemands, afin de combattre la fatigue et la somnolence, particulièrement au cours des vols de nuit. Les pilotes des

« Stuka » prenaient du Pervitin. En 1943, les produits furent formellement défendus par les autorités médicales alliées : en effet, l'on avait remarqué que le jugement pouvait être obnubilé durant la phase d'excitation qui suit l'ingestion du produit. Ce fait est d'une gravité exceptionnelle lorsqu'il s'agit de prendre une décision rapide et avait provoqué des accidents à l'atterrissage et des décisions fautives pendant le retour aux bases de départ. De plus la phase de dépression qui suit la phase d'excitation augmente la fatigue au lieu de la diminuer.

Le mal sévit partout.

Le médecin de l'équipe olympique de la Rhodésie du Nord et du Nyassaland raconta que les membres de son équipe vinrent lui demander des amphétamines.

Au Congrès de Médecine Sportive en mai 1962 à Santiago de Chili, notre exposé sur la lutte contre le Doping en Belgique suscita l'intérêt de la Radio, des journaux et de l'Associated Press : l'opinion publique était sensibilisée par les sanctions prises en Italie, contre des joueurs de football qui s'étaient dopés.

Au cours du Congrès Médical, qui s'est tenu à São Paulo en avril dernier à l'occasion des Jeux Panaméricains, le sujet principal a été le doping.

Au Japon, les coureurs cyclistes reçoivent des injections intraveineuses avant le départ.

Enfin, au dernier Tour de France, le scandale éclata au grand jour après l'étape contre la montre menant à Superbagnères : certains participants ne parvenaient pas à sortir du lit, d'autres se présentaient malades au départ et abandonnaient après quelques kilomètres. Le Docteur Dumas, suite à son intervention courageuse, eut beaucoup de difficultés : il y eut menaces de procès et des menaces de grève et il nous fit part de son désir de voir à l'avenir chaque équipe accompagnée d'un médecin avec qui il pourrait rester en collaboration étroite pour combattre le mal. Le scandale fut

certainement à l'origine de l'organisation du Congrès d'Uriage par les Français et par le docteur Maigre.

**REACTION**

Le premier Colloque Européen sur le Doping et la Préparation Biologique du Sportif de Compétition a été organisé à Uriage-les-Bains, Isère, France, les 26 et 27 janvier 1963 par la Société Médicale Française de Sport et d'Education Physique sous le Patronage de M. Maurice Herzog, Haut Commissaire à la Jeunesse et aux Sports.

Parmi les participants, au nombre de 118, il y avait, à part des médecins dont plusieurs professeurs de la Faculté de médecine de Paris, des juristes, des toxicologues, des pharmacologues, des éducateurs, des dirigeants de fédérations, des entraîneurs et des sportifs, ainsi que le président de l'Association Internationale de la Police.

Les pays suivants étaient représentés : France, Italie, Allemagne, Suisse, Pays-Bas, Grèce, Espagne, Roumanie et Belgique. En outre, la Fédération de Médecine Sportive de l'U. R. S. S. et le Comité Olympique Danois avaient donné leur adhésion morale au colloque et désiraient collaborer aux travaux ultérieurs.

Le Comité Olympique International était également représenté.

Les participants au Congrès ont d'emblée été frappés par la volonté d'aboutir à des solutions concrètes. Bien sûr, l'aspect scientifique du problème et l'étude des cas graves, voire mortels, est nécessaire, mais cette fois il s'agissait de prendre ses responsabilités et d'agir. C'est pourquoi le colonel Crespin, responsable de la préparation olympique et qui présida les débats, annonça en ouvrant la séance : « Cette réunion sera celle du courage et de la vérité ». Il ajouta : « Nous ne voulons pas dans notre pays des champions qui seraient amenés à des résultats et à des succès dans une compétition internationale, autrement que par la préparation biologique, l'entraînement physique, le sens de l'effort, la foi en leur tentative. »

Le Docteur Dumas lut un certain nombre de lettres que de jeunes sportifs lui ont adressées.

Un garçon de vingt ans écrit :

« Les vitamines et les fortifiants sont nécessaires pour pouvoir tenir dans une course cycliste. Je connais de nombreuses sortes de vitamines, car on m'a donné beaucoup de conseils. Mais je n'ai pas les moyens de consulter un médecin assez souvent. Pouvez-vous m'indiquer quelles sont les bonnes vitamines ? Quand un coureur doit-il se purger ? Que doit-il prendre pour le souffle ? »

Un sportif de 19 ans :

« Je suis spécialiste de l'effort contre la montre. Pouvez-vous m'indiquer le bon médicament pour les courses sur route, spécialement en fin de parcours ? J'ai essayé le café, le porto-flip, le thé. Comment peut-on composer un petit bidon ? »

Un autre :

« Quels médicaments dois-je absorber avant de reprendre l'entraînement ? »

Un autre encore :

« Je suis contre la cocaïne, l'héroïne, et ses dérivés. Trop de médecins sportifs gonflent les athlètes. Mais les soigneurs ont souvent des trucs mystérieux et épantants ».

Le Docteur Boissier, Professeur à la Faculté de médecine de Paris, présenta l'exposé de pharmacologie. On a tant parlé de la Thalidomide (Softenon) dit-il, mais on parle peu des drames causés par le doping qui est un problème beaucoup plus grave. On emploie actuellement des produits dont on ne connaît pas encore tous les effets.

Les derniers venus sont des inhibiteurs de la mono-amino-oxydase (I. M. A. O.), dont les dangers ont déjà été signalés. Ils peuvent provoquer une hypotension, pouvant aller jusqu'aux vertiges et peuvent même, secondairement, diminuer le flux coronarien.

Les amphétamines ont des actions très variables : souvent elles diminuent la performance et la possibilité de récupération, ceci est aussi prouvé expérimentalement chez le rat.

Il est démentiel de prendre du Palfium employé en médecine comme analgésique. Le produit a certes une action euphorisante, mais il a en même temps une action dépressive respiratoire et cardiaque.

Les aspartates facilitent la récupération à condition d'être donnés pendant une longue période, mais n'augmentent jamais la performance. Citons également la virilisation de la femme par les hormones mâles : la voix devient plus grave, la peau pileuse, et il y a dérèglement des menstruations; celles-ci sont parfois retardées artificiellement en vue d'une compétition.

En conséquence, il est nécessaire d'informer les sportifs des dangers qu'ils courent.

L'exposé le plus émouvant et aussi le plus applaudi fut celui de l'ancien coureur cycliste Pierre Molinérès, qui exposa « le point de vue du sportif », non seulement comme il l'avait annoncé en « laissant parler son cœur » mais en faisant preuve de lucidité et de courage. Il fut en quelque sorte le porte-parole de Roussau, Graczyk, Gérardin,

Oubron et Speicher, présents au colloque.

Il expliqua franchement comment le jeune garçon qui veut devenir coureur cycliste est pris dans l'engrenage du doping. Il dénonça « les personnages louches » qui « donnent des pilules à la jeunesse sportive »; il se plaignit de l'absence de contrôles sérieux; il montra le candidat, sorti souvent d'une famille pauvre, avide de triompher pour gagner couronnes et argent; il stigmatisa « la difficulté de plus en plus grande des épreuves, allant même jusqu'à demander aux juristes : « Les officiels et les parents qui sont témoins de pratiques de doping ne devraient-ils pas être poursuivis pour non-assistance à des personnes en danger ». Il conclut enfin par un appel émouvant en faveur des jeunes sportifs d'aujourd'hui et de demain :

« Aidez-les à devenir des hommes ».

## *L'organisation du Colloque nous est décrite par le Médecin Commandant Thiébault.*

Chaque futur participant avait reçu un questionnaire qu'il devait renvoyer, ce qui permit à l'arrivée à Uriage de préparer à chacun « un exposé des motifs » que nous livrions à sa réflexion.

Les 118 participants comprenaient des Belges, des Hollandais, des Espagnols, des Suisses, des Allemands, des Grecs, des Roumains et des Français.

Faire discuter ensemble 118 personnes était quasi impossible, aussi dès l'arrivée avons-nous créé différentes commissions qui se sont autodéterminées : 3 commissions médicales, 1 commission scientifique, 1 commission médico-légale, 1 commission des dirigeants et entraîneurs, 1 commission d'athlètes, 1 commission de journalistes sportifs.

Il y eut ainsi le premier matin une Assemblée Générale Publique permettant aux différents rapporteurs d'exposer l'état du problème dans les différents pays.

Le rapport de M. Boissier, professeur de Pharmacologie de Paris, fut particulièrement saisissant et rappela que l'usage immodéré de certains médica-

ments peuvent occasionner des désordres insoupçonnés et de la plus extrême gravité. Ce rapport fut étayé par M. Lemarchands, professeur de physiologie à la Faculté de Grenoble, qui dressa un tableau rapide des dangers du doping.

Enfin l'état de la lutte antidoping en Italie démontra une avance certaine de ce pays dans ce domaine. Un aspect curieux de cette mise au point fut de démontrer que les Français se « chargent » avec des produits italiens ou suisses etc... bref il existe une sorte de noria européenne des produits dopants au-dessus des frontières.

À la fin de cette matinée, un questionnaire fut établi et confié pour une partie à chaque commission eu égard à sa vocation et aux possibilités de ses membres. Les réunions de ces commissions furent secrètes et il faut le dire donnèrent lieu à de « belles bagarres »!!

Le travail de ces commissions fut rapporté en séance publique et amena tout naturellement à la rédaction de la motion finale rédigée dans le secret et votée publiquement par 115 voix contre 3.

## Les résultats sont commentés pour nous par le Docteur Dirix.

### MOTION GENERALE

Le premier Colloque Européen réuni à Uriage les 26 et 27 janvier propose la motion suivante :

I. — Le doping n'est pas la préparation physiologique de l'athlète. Cette préparation est essentielle et doit rester sous contrôle médical.

Est considéré comme doping l'utilisation de substances et de tous moyens destinés à augmenter artificiellement le rendement en vue ou à l'occasion de la compétition, et qui peut porter préjudice à l'éthique sportive et à l'intégrité physique et psychique de l'athlète.

Le Colloque Européen condamne à l'unanimité le doping tel qu'il est défini ci-dessus.

*Commentaire :* En commençant par dire ce que le doping n'est pas, l'on a voulu

insister sur le fait que l'action entreprise n'est pas seulement destructrice mais au contraire constructive et que les sportifs peuvent vraiment s'attendre à un apport réel et bénéfique de la science et du progrès.

Le terme « physiologique » remplace le terme « biologique » afin que le grand public ne voie pas dans ce dernier terme une chose mystérieuse à moitié cachée qui pourrait être une sorte de doping mitigé.

« Tous les moyens » englobe donc la cure de sommeil hypnotique comme elle est employée en Australie.

II. — Le Colloque considère que le recours au doping constitue une infraction ou un délit sportif, justifiable de la juridiction disciplinaire de chaque Fédération ou organisme sportif, sans préjudice des poursuites pénales en vertu des législations en vigueur.

*Commentaire :* Une première fois l'attention est tirée sur le rôle capital et déterminant des Fédérations.

III. — Le Colloque constate qu'il est urgent et indispensable qu'une Instance internationale étudie et normalise les règles sportives dans les différents pays. En attendant cette unification, les règlements sportifs d'un pays seraient applicables au même titre que la loi, à tout compétiteur.

*Commentaire :* « d'un pays » : en effet il est impensable qu'au cours de confrontations internationales les sportifs d'un pays soient soumis à des règlements et que les sportifs d'un autre pays n'y soient pas soumis.

IV. — Le Colloque souhaite la création d'une Commission Internationale avec mission :

- a) d'attirer l'attention des sportifs, du milieu médical, des éducateurs et de l'opinion publique sur la nocivité du doping;
- b) d'étudier le comportement du sportif dans les conditions de compétition et





promouvoir les principes d'une préparation rationnelle de l'athlète;  
c) de dresser et de mettre à jour régulièrement par une Commission permanente une liste de moyens employés pour le doping et des méthodes utilisables pour leur dépistage : les résultats des travaux de cette commission seront transmis aux organismes responsables de chaque pays.

V. — Le Colloque demande l'insertion dans le Statut de chaque Fédération ou d'organisme sportif d'une clause aux termes de laquelle le licencié s'interdit d'avoir recours au doping et s'engage à se prêter à toutes vérifications, mêmes inopinées, notamment à des examens médicaux, cliniques et biologiques, sur sa personne.

Toutes précautions seront prises pour que ce contrôle ne nuise pas à la compétition.

*Commentaire* : « Inopinées ». Ceci pourrait faire croire qu'on puisse examiner un coureur cycliste sprinter au départ ou que l'on pourrait interrompre un match de tennis. Il n'en est évidemment

pas question. Toutefois pour calmer les appréhensions l'on ajoute : « toutes précautions ».

*Commentaire* : On annonce la préparation par le Haut Commissariat aux Sports en France d'un arrêté gouvernemental, qui comporterait l'engagement de tout sportif signant une licence de ne pas user du « doping » et l'acceptation de tout contrôle après une épreuve, les sanctions découlant de chaque infraction pouvant aller du non-classement, non-homologation à la radiation. Les soigneurs, entraîneurs et dirigeants seraient tenus pour responsables au même titre que les athlètes eux-mêmes.

VI. — Le Colloque demande que la Commission se réunisse dans moins d'un mois.

VII. — D'ores et déjà le Colloque signale que tous les agents de doping sont dangereux pour l'organisme, que des moyens efficaces de détection sont connus pour savoir s'il en a été fait usage (en particulier les psychamines et les autres excitants du système nerveux, les opiacés et leurs analogues de synthèse,

les tranquillisants, les modificateurs cardio-vasculaires et respiratoires, les hormones, etc.)

Une étude physio-pathologique doit être poursuivie en ce qui concerne les substances qui pourraient être utilisées dans la préparation physiologique du sportif.

*Commentaires* : Les moyens efficaces de détection sont l'analyse des urines et de la salive à l'exclusion du sang. Psychamines = Amphétamines.

VII. — Le Colloque constate que l'un des moyens les plus importants de lutte contre le doping est la préparation rationnelle, c'est-à-dire l'étude des principes d'hygiène corporelle, alimentaire, d'entraînement physique, psychologique et moral et par conséquent l'encouragement à la formation de plus en plus nombreuses de cadres médico-sportifs compétents.

Le Colloque affirme sa volonté de contribuer par le sport à l'amélioration de la santé, de lui garder son caractère hautement éducatif.

*Commentaire* : La motion fut adoptée par 115 voix contre 3.

## Des conclusions

### Commandant Thiebault :

*Ce Colloque débutant sous le signe d'un scepticisme curieux c'est terminé dans l'enthousiasme d'une famille qui se créait. C'est ainsi que nous avons assisté à une discussion serrée entre un éminent professeur et un grand sportif dans le plus pur esprit égalitaire, chacun découvrant à l'autre des choses insoupçonnées (le doping au palñium a « sidéré » beaucoup de médecins).*

*En tout état de cause, cette méthode de travail a prouvé une certaine efficacité, elle a posé clairement un problème et proposé une méthode afin de le résoudre.*

### Docteur Dirix :

*Pour terminer, voyons ce qui a été fait.*

*En Italie, un accord a été conclu entre la Fédération de Football et la Société Médicale.*

*A la suite d'une enquête faite il y a quelques années, un nombre important de joueurs de division supérieure avouaient spontanément prendre des amphétamines et aussi des analeptiques.*

*Ensuite, défense fut faite d'employer le doping et des contrôles furent organisés régulièrement. En 1961, plusieurs cas furent diagnostiqués et des sanctions furent prises. En 1962, il n'y eut plus aucun cas. Nous félicitons nos amis italiens pour leur courage, leur dynamisme et leur clairvoyance : leur travail de précurseur a montré que des résultats peuvent être obtenus, et que des organismes privés peuvent prendre des mesures propres à extirper le mal : s'ils ne le faisaient pas, il est probable que l'Etat sera obligé de le faire.*



LA VIE AU  
LIFE AT THE

C. I. S. M.

XIV<sup>mes</sup> Championnats d'Escrime — XIVth Fencing Championship  
(Autriche — Vienna — Austria)

Du 13 au 20 mai les XIV<sup>mes</sup> Championnats Internationaux Militaires d'Escrime du C. I. S. M. se sont disputés dans la salle de sport de la Caserne Fasangarten à Vienne, sous la Présidence d'Honneur de Monsieur le Ministre Fédéral de la Défense Nationale qui prit la parole aux Cérémonies d'ouverture et de clôture. Encouragés par les plus hautes Autorités Militaires et Civiles, ces Championnats ont connu un très grand succès et ont été une magnifique propagande pour les sports militaires.

La République Fédérale d'Allemagne, Belgique, Danemark, Etats-Unis, France, Liban, Luxembourg, Norvège, Pays-Bas, Suède et Autriche participèrent à ces joutes où l'on vit triompher les habitués ténors de l'Escrime et parfois de nouveaux venus à cette grande fête des armes.

Pour la première fois on utilisa à Vienne un immense tableau couvrant tout le fond de la salle et donnant en permanence les résultats des assauts pour les trois armes.

Succès d'organisation, succès sportif et de propagande ces Championnats 1963, grâce au Colonel Lütgendorf, Chef de la Délégation Autrichienne au C. I. S. M. et à son excellente équipe, ont été une nouvelle étape brillante dans notre année sportive internationale.



RESULTATS

RESULTS

*Classement — Classification*

FLEURET

FOIL

Individuel

Individuel

- |                         |       |
|-------------------------|-------|
| 1. COURTILLAT (France)  | 18 v. |
| 2. LINK (Luxembourg)    | 16 v. |
| 3. OLINGER (Luxembourg) | 15 v. |

Equipes

Teams

- |               |      |
|---------------|------|
| 1. LUXEMBOURG | 6 v. |
| 2. FRANCE     | 5 v. |
| 3. ETATS-UNIS | 3 v. |

EPEE

EPEE

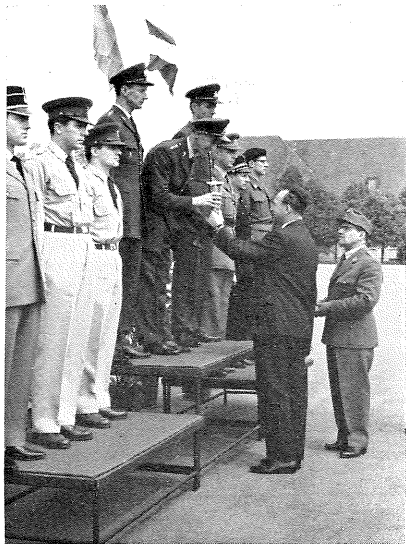
Individuel

Individuel

- |                      |       |
|----------------------|-------|
| 1. LAGERWALL (Suède) | 28 v. |
| 2. TROST (Autriche)  | 23 v. |
| 3. DEBEUR (Belgique) | 22 v. |



Equipes	Teams
1. SUEDE	8 v.
2. LUXEMBOURG	8 v.
3. BELGIQUE	8 v.



SABRE	SABEL
<b>Individuel</b>	<b>Individuel</b>
1. DASARO (Etats-Unis)	15 v.
2. WANETSCHEK (Autriche)	14 v.
3. SAGOT (France)	13 v.
<b>Equipes</b>	<b>Teams</b>
1. ETATS-UNIS	5 v.
2. BELGIQUE	3 v.
3. AUTRICHE	3 v.



## Lutte — Wrestling (République Arabe Unie — Cairo — United Arab Republic)

### RESULTATS

#### *Classement — Classification*

<b>MOUCHE</b>	<b>FLYWEIGHT</b>
1. Graig SIMMONS (U. S. A.)	
2. Abdel WAHAB (Iraq)	
3. Ibrahim SARKIS (Lebanon).	
<b>COQ</b>	<b>BANTAMWEIGHT</b>
1. Abdel LATIF (R. A. U.)	
2. Harry LAUGHLE (U. S. A.)	
3. Karim RACHID (Iraq).	
<b>PLUME</b>	<b>FEATHERWEIGHT</b>
1. Nadil SEOUDI (U. A. R.)	
2. William BERRY (U. S. A.)	
3. Razek YASSINE (Iraq).	
<b>LEGERS</b>	<b>LIGHTWEIGHT</b>
1. Abdel RAHIM (U. A. R.)	
2. Heyer TAHER (Lebanon)	
3. Bahaa TAOUFIK (Iraq).	

### RESULTS

<b>MI-MOYENS</b>	<b>WELTERWEIGHT</b>
1. Gregg RUTH (U. S. A.)	
2. Ibrahim MOUSTAPHA (U. A. R.)	
3. Salah RAZZAK (Iraq).	
<b>MOYENS</b>	<b>MIDDLEWEIGHT</b>
1. Rous CAMILLIERI (U. S. A.)	
2. Mohammed EIDAROSS (U. A. R.)	
3. Rahoumi GASSEM (Iraq).	
<b>LOURDS-LEGERS</b>	<b>LIGHT HEAVYWEIGHT</b>
1. Robert McDERMOTT (U. S. A.)	
2. El Sayed FARGHALL ((R. A. U.)	
3. Afif BOUTROS (Lebanon).	
<b>LOURDS</b>	<b>HEAVYWEIGHT</b>
1. Mike FACILIO (U. S. A.)	
2. Amouri ISMAIL (Iraq)	
3. Abdou HUSSEIN (R. A. U.).	

#### **Le C. I. S. M. Club a pris un bon départ.**

Après quatre mois d'existence le Club compte plus de 500 membres. Parmi eux nous sommes heureux de compter d'éminentes personnalités, plusieurs anciens délégués du C. I. S. M., de nombreux athlètes.  
Objectif 1963 : 1.000 membres.

#### **The C. I. S. M. Club took a very good start.**

After the 4 months of its existency the C. I. S. M. Club has more than 500 members. We are happy to found among them high personalities, several former delegates to C. I. S. M., and many athletes.  
Target 1963 : 1.000 members.

## Football — 1963 — Soccer

### RESULTATS

#### Poule 1 - Pool 1

U. A. R. - USA.  
GRECE - USA  
U. A. R. - GREECE  
GREECE - U. A. R.  
USA - U. A. R.  
USA - GREECE

1 - 3	}	GREECE
3 - 1		
1 - 2		
0 - 0		
2 - 3		
0 - 1		

#### Poule 2 - Pool 2

LUXEMBOURG - NETHERLANDS  
NETHERLANDS - LUXEMBOURG  
TURKEY - NETHERLANDS  
TURKEY - LUXEMBOURG  
NETHERLANDS - TURKEY  
LUXEMBOURG - TURKEY

1 - 3	}	TURKEY
5 - 1		
0 - 0		
4 - 2		
0 - 1		
0 - 2		

#### Poule 3 - Pool 3

IRAQ - BELGIUM  
BELGIUM - IRAQ

0 - 1	}	BELGIUM
4 - 1		

#### Poule 4 - Pool 4

FRANCE - MOROCCO  
MOROCCO - FRANCE

2 - 0	}	FRANCE
0 - 0		

### RESULTS

#### FINALE

(Athènes, 3 juillet 1963)

#### FINAL

(Athens, 3 July 1963)

FRANCE - TURQUIE	2 - 2
GRECE - BELGIQUE	2 - 1
FRANCE - BELGIQUE	1 - 2
GRECE - TURQUIE	0 - 0
BELGIQUE - TURQUIE	3 - 2
FRANCE - GRECE	1 - 1

#### CLASSEMENT CLASSIFICATION

1. GRECE	4 Pts
2. BELGIQUE	4 Pts
3. TURQUIE	2 Pts
4. FRANCE	2 Pts

## *La saison du C. I. S. M. bat son plein*

#### Athènes - Thessaloniki

XVIII<sup>me</sup> Championnat de Football du C. I. S. M. (du 24 juin au 4 juillet).

#### Thessaloniki

XI<sup>me</sup> Championnat de Basketball du C. I. S. M. (du 9 au 20 juillet).

#### Rome

XV<sup>me</sup> Championnat de Pentathlon Militaire du C. I. S. M. (du 8 au 17 juillet).

#### Helsinki - Lahti

VII<sup>me</sup> Championnat de Tir du C. I. S. M. (du 8 au 15 août).

#### Bruxelles

XVIII<sup>me</sup> Championnat d'Athlétisme du C. I. S. M. (du 20 au 27 août).

#### Stockholm - Karlskrona

IX<sup>me</sup> Semaine de la Mer du C. I. S. M. (du 25 au 31 août).

#### Rome

Premier Championnat de Pentathlon Moderne du C. I. S. M. (du 5 au 13 septembre).

#### Barcelone

XVII<sup>me</sup> Championnat de Natation du C. I. S. M. (du 29 septembre au 7 octobre).

#### Francfort

III<sup>me</sup> Championnat de Volley-Ball du C. I. S. M.  
et  
XV<sup>me</sup> Championnat de Boxe du C. I. S. M. (du 21 au 29 juillet).



Fest Halle — Francfort (Allemagne).  
Capacité : 9 000 spectateurs.  
(Photo : Tribunenbau M. O. A. H.)