



**SPORT
INTERNATIONAL**



CISM MAGAZINE n. 60

AOUT 1983

MILITARY MILITAIRE MILITÄR

SPORT international

ORGANE OFFICIEL DU
CONSEIL INTERNATIONAL DU SPORT MILITAIRE

OFFICIAL PUBLICATION OF THE
INTERNATIONAL MILITARY SPORTS COUNCIL

SOMMAIRE – CONTENTS

N° 60

Aout – August

● 6 La 38e Assemblée Générale à Zürich Zürich – 38th General Assembly
Philosophie sportive Sports Philosophy
● 10 La Violence déshonore le Sport Violence spoils Sport
Technique Sportive Sports and Technology
● 12 Jogging ● 14 Swimming Pool for Military Pentathlon
Médecine et Science Sportives Sports Science and Medicine
● 17 Strength Means Success on the Wrestling Mat ● 21 La Pubalgie et sa Prévention ● 24 Les Arts Martiaux Chinois
Le Sport dans le Monde Sport in the World
● 20 1984 Olympic Scientific Congress
● 32 Know Your Champions! Connaissez Vos Champions!
LA VIE AU C.I.S.M. LIFE IN CISM
● 34 12th Volleyball Championship = Pakistan ● 36 25th Ski-Week = Norway ● 39 32e Championnat de Cross-Country = Algérie

EDITEUR:

Secrétariat Général du C.I.S.M.
CISM General Secretariat

ABONNEMENTS – SUBSCRIPTION:

Secrétariat Général du C.I.S.M.
Avenue des Abeilles, 2
B-1050 Bruxelles
Téléphone: 647.90.47
Adresse Télégr.: CISMILITAIR – BRUXELLES
Telex: FOCISM 24691

PRIX DE VENTE – SUBSCRIPTION RATES:

Quatre numéros: 300 Francs Belges
Four issues: 300 Belgian Francs
Compte n° – Ac. Nr: 611-4875620-82, CISM
Banque de Commerce,
Avenue des Arts, 51-52
B-1040 Bruxelles – Belgique

REDACTION:

Reherstrasse 24
CH-9016 St. Gallen
Téléphone: 071 35 51 35

IMPRESSION – PRINTING

H. Harrer, Buch- Offset- und Siebdruck AG
Werkstrasse 5a
CH-9000 St.Gallen
Téléphone: 071/24.50.33

PHOTOS:

- Département fédéral de la Défense (Berne) Suisse
- Guillaume Baré (Anderlecht) Belgique
- U.S. Naval Academy – Mr J. Diange (Annapolis/Maryland) U.S.A.
- Editions Zhaohua (Beijing) Chine
- United States Olympic Committee University of Oregon (Eugene) U.S.A.
- Försvarmaken Krigflygskolan (Ljungbyhed) Sweden
- Stato-Maggiore della Difesa Ufficio Addestramento (Roma) Italie
- Pakistan Services Sports Control Board (Peshawar) Pakistan
- Forsvarets Overkommando HQS. (Oslo) Norway
- Ministère de la Défense (Alger) Algérie



Session Plénière de la 38e A.G.
Plenary Session of the 38th G.A.



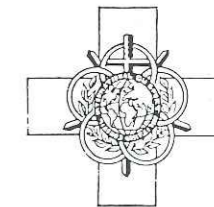
Aux applaudissements de l'Assemblée, Monsieur le Conseiller Fédéral G.A. CHEVALLAZ, reçoit des mains du Président M.S. MOKKADDEM, la Médaille d'honneur du C.I.S.M.



Lors de la dernière Session Plénière, les Nouveaux Elus du Comité Exécutif prennent fonction.
At the last Plenary Session, the newly-elected Executive Committee Members take their seats.

38e ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

ZÜRICH – SUISSE • DU 25 AU 29 AVRIL 1983



AMITIE PAR LE SPORT

S'il est une organisation dont la composition de l'Assemblée est représentative des activités sportives mondiales, c'est bien le Conseil International du Sport Militaire qui regroupe quatre-vingt-quatre pays appartenant à tous les continents, représentant toutes les idéologies, doctrines économiques, systèmes politiques.

Le monde actuel, plus que l'ancien, est écartelé entre des intérêts divergents, souvent antagonistes, et les soldats qui, par nature, ne peuvent témoigner que de la volonté de leur pays, vivent cette situation de conflit en première ligne.

Il est donc important de reconnaître les vertus de la compétition sportive qui permet aux quatre-vingt-quatre armées composant le CISM d'adhérer aux mêmes règles dans la recherche d'un même objectif, même s'il arrive parfois, par la force des choses, que la confrontation mondiale interfère au sein de notre organisation. Et il est également important de constater que, grâce à son dynamisme mais aussi à sa clairvoyance, le CISM a su contourner les difficultés et surmonter les obstacles et qu'il n'a cessé, malgré cela, de se développer et de diffuser ses buts et ses principes à travers le monde.

* * *

TEMOIGNAGES

Connaissant l'attachement profond de la SUISSE au maintien de la paix, il était réconfortant à ZÜRICH, pour les cinquante-sept Délégations présentes à la 38ème Assemblée Générale, d'entendre une haute personnalité helvétique – Monsieur CHEVALLAZ, Chef du Département Militaire Fédéral – louer le rôle du CISM.

S'adressant à notre Secrétaire Général en sa qualité de Membre Fondateur «qui a mis toute sa compétence au service des rencontres du sport militaire, que sa force de persuasion, son enthousiasme et son engagement remarquable ont conduit au succès», c'est l'ensemble des participants qui se sont sentis concernés par ce témoignage «à la contribution active à la paix et à la compréhension mutuelle des peuples...»

«Les contacts personnels au niveau international sont indispensables, "poursuit-il", ils sont à la base même du dialogue, du respect et de la tolérance... et lorsque les rencontres entre sportifs militaires permettent d'établir des contacts qui sont le point de départ du dialogue, votre organisation dessert une cause à laquelle la plupart des peuples sont attachés.»

* * *

En tant que Chef de l'Instruction de l'Armée, le Divisionnaire E. STETTLER, dans son allocution à la cérémonie d'ouverture de l'Assemblée, s'est félicité de l'appartenance de la SUISSE au Conseil International du Sport Militaire et il a montré dans quel esprit la Délégation Helvétique entendait prendre part aux compétitions.

«Nous sommes en effet de l'avis qu'une armée de milice ne peut participer que si elle se fixe des objectifs de haut niveau. Ceux-ci stimulent nos participants aux épreuves internationales et apportent la preuve évidente de la valeur de notre système de milice dans notre population.

Participer à des épreuves internationales est, pour l'athlète, pour le sportif militaire, une aventure, un challenge, une confirmation:

- aventure de se mesurer avec des camarades du monde entier,
- challenge de réussir une performance au sommet,
- confirmation, tant pour l'individu que pour l'équipe, de la valeur de l'entraînement.»

* * *

ORGANISATION ET PRINCIPALES DECISIONS

Sur le plan de l'organisation, la 38ème Assemblée Générale a constitué une expérience intéressante.

En l'absence d'un pays organisateur, le Secrétaire Général, la Délégation Suisse et la Fondation, avec l'aide de la Société Polytronic, Firme Privilégiée, ont pris l'affaire en main et l'ont menée à son terme avec succès. Mais il serait injuste de ne pas souligner l'appui sans réserve généreusement offert par la SUISSE et l'intérêt manifesté par ses plus hautes autorités pour la tenue de ces assises dans leur pays. ZÜRICH a été une ville d'accueil particulièrement agréable et le NOVA PARK HOTEL, un établissement parfaitement adapté aux besoins et au confort d'un congrès comme le nôtre.

Les résultats et les décisions de l'Assemblée Générale ont été relatées dans le CISM NEWS n° 4-83 et dans le Procès-Verbal diffusé en juin. Rappelons ici les points essentiels. Le calendrier 1984 avec seize grands championnats de niveau mondial et de nombreuses compétitions régionales est satisfaisant dans la mesure où les sports à caractère militaire ainsi que l'athlétisme y figurent en bonne place, en Europe mais aussi en Afrique et en Extrême-Orient. Il serait excellent si les disciplines telles que le volleyball, l'escrime, le handball et la natation trouvaient organisateurs.

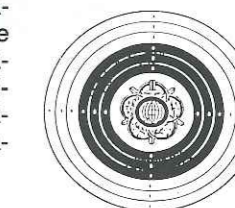
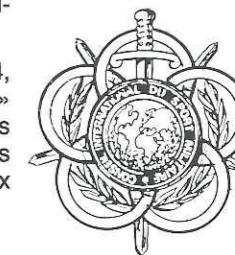
L'information devrait accéder dès 1984 à une nouvelle dimension grâce à la décision d'éditer SPORT INTERNATIONAL dans les principales langues du CISM. Aux versions existantes (français-anglais, allemand) viendraient s'ajouter l'arabe, l'espagnol, le portugais. Ainsi seraient intéressés à notre revue non seulement les dirigeants mais aussi l'ensemble des athlètes.

Grâce à la Délégation des Etats-Unis, 1984, année olympique, verra un «Village du CISM» offrir l'hospitalité à un prix très abordable, près de Los Angeles du 27 juillet au 13 août, à tous les délégués et athlètes désirant assister aux jeux.

L'ANNEE DE L'ASIE

Enfin, sur proposition du Comité Exécutif, l'Assemblée a appuyé l'idée de placer 1984 sous le signe de l'«Année de l'Asie» avec une série d'actions destinées à promouvoir nos activités sportives dans cette grande région et aussi à faire connaître le CISM aux pays susceptibles d'adhérer à notre organisation.

En formulant le vœu de se réunir tous à SINGAPOUR, grande capitale de l'Extrême-Orient qui a hérité de son histoire et de sa situation géographique privilégiée une position unique dans le domaine des relations humaines au plan international, l'Assemblée Générale ne pouvait certainement exercer un choix plus judicieux. Rendez-vous donc du 10 au 13 avril 1984 à SINGAPOUR.



Agréable présentation folklorique lors du Banquet de clôture.

Folkloric atmosphere at the closing Banquet.



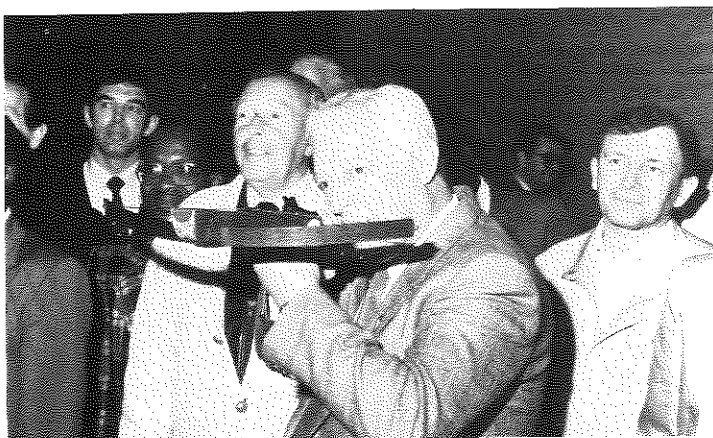
Le Général BRESSON, conseillé par le Colonel DEMANGEL est très concentré, soutenu par le sourire de son épouse.

General BRESSON, receiving advice from Colonel DEMANGEL and an encouraging smile from his wife, in full concentration.



Le Colonel Japonais NONAKA se classera 9ème au concours de Tir inter-délégués. Vainqueur le Colonel HERZOG – Autriche.

Colonel NONAKA from JAPAN came in ninth in the inter-delegates shooting contest which was won by Colonel HERZOG from Austria.



Sous l'oeil attentif de l'Amiral A. MASSARINI, past-président, le Général S. MOKADDEM s'essaie au tir à l'arbalète. Les chefs de délégation de Belgique et du Luxembourg semblent sceptiques.

While Admiral A. MASSARINI, past president, looks on attentively, General MOKADDEM tries out the cross-bow. The Chiefs of the Belgian and Luxembourg delegations watch with some scepticism.

FRIENDSHIP THROUGH SPORT

Thanks to its representative composition, it is the General Assembly of the International Military Sports Council which governs the worldwide sports activities of the 84 member countries of CISM with their many different ideologies, economic doctrines and political systems.

Today's world—more than ever before—is faced with diverging interests and antagonistic forces, bringing soldiers into opposition who by nature are only able to express their country's orientations and therefore endure this atmosphere of conflict in the forefront.

It is thus important to recognise the merits of sports competitions which are the occasion for any of our 84 armies to participate under the CISM flag where they uphold the same rules in the search for mutual goals, with world conflicts having little bearing on our organisation's activities. It must be realised that thanks to its vitality and its perspicacity, CISM is able not only to counter these obstacles but is constantly expanding and spreading its goals and philosophy throughout the world.

* * *

TESTIMONIES

In view of the well-known assiduity of Switzerland in the maintenance of Peace, it was fortifying for the fifty-seven delegations attending the 38th General Assembly in Zürich to hear Mr. CHEVALLAZ, Commander of the Federal Military Department, commend the role played by CISM in this respect.

Participants were touched by the reference made by Mr. Chevallaz to the Secretary General "who, in his capacity as Founder Member of CISM, has competently directed military sport with great success thanks to his deeprooted convictions, enthusiasm and his outstanding commitment to our organisation, thus actively contributing to mutual peace and understanding among peoples . . ."

"Personal contacts at international level are vital", he continued, "as they are in fact the groundwork for dialogue, respect and tolerance . . . and when military sports meetings are instrumental in setting the scene for such contacts—thus opening the door for future dialogue—your organisation serves a cause to which most nations are party."

* * *

For his part, Division Commander E. STETTLER, Chief of Instruction of the Swiss Armed Forces, addressed the Assembly at the Opening Ceremony. He expressed satisfaction that SWITZERLAND was a member of the International Military Sports Council and he explained in what frame of mind the Helvetian Delegation competed in our events: "We consider that militia troops can only compete if they set themselves demanding standards which become an incentive for our participants in international events and substantiate the merits of our system of militia in our population. For an athlete and military sportsman, to compete in international events is an adventure, a challenge and an opportunity to confirm performances:

- an adventure to compete against fellow athletes from the world over;
- a challenge to achieve a top-level performance;
- an opportunity to confirm the value of sports instruction and training – both for the individual competitors as well as for teams.”

ORGANISATION AND MAIN DECISIONS

From the organisational point of view, the 38th General Assembly constituted an interesting experience.

In the absence of a host nation, the General Secretariat, the Swiss Delegation and the Foundation with the assistance of the Privileged Firm Polytronic, took over the job of organising this event, which ran smoothly. But justice must be paid to the unlimited support afforded most generously by the SWISS and to the interest taken in the Assembly by their national high authorities. The city of ZÜRICH gave us a friendly welcome and the NOVA PARK HOTEL confirmed its reputation as an ideal convention centre.

The results and decisions of the General Assembly were set out in the CISM NEWS N° 4/83 and in the Minutes distributed in May.

The 1984 calendar, with sixteen big world championships and many regional competitions, can be considered as satisfactory taking into account the scheduling of the military sports events and Track & Field to be hosted in particular in Europe as well as Africa and the Far East. We should strive to get such disciplines as Volleyball, Fencing, Handball and Swimming organised also.

Information on our activities should be greatly enhanced as from 1984 by the decision to publish SPORT INTERNATIONAL in the official languages of CISM. In addition to the existing languages (English/French and German), our review will appear in Arabic as well as Spanish/Portuguese so that news of our organisation will now reach not only our sports leaders but our athletes also.

Thanks to the generosity of the American Delegation, an "Olympic Village" will be made available to delegates and athletes on the occasion of the Olympic Games in 1984, who will receive hospitality on the basis of a nominal financial contribution from 27th July to 13th August in two nine-day sessions.

THE YEAR FOR ASIA

Lastly, the Assembly endorsed the Executive Committee's proposal to dub 1984: "The Year for Asia" which it is hoped will succeed in generating sports activities in this large region of the world and in introducing CISM to those Asian countries yet to become members of our organisation.

Our wish has been fulfilled to hold the 39th General Assembly (10th to 13th April, 1984) in the Far East—SINGAPORE—judiciously selected by the General Assembly on the basis of its inheritance, its ideal geographical location and its unique excellence in the field of public relations on an international scale. This will indeed be a perfect setting for the 39th General Assembly within the framework of the CISM YEAR FOR ASIA.



Mr L. BAIYOKE, élu Président de la Fondation Solidarité du CISM, reçoit la décoration de l'Ordre du Mérite du CISM.

Mr L. BAIYOKE, the newly-elected President of the CISM Solidarity Foundation, receives the decoration of Commander of the CISM Order of Merit.

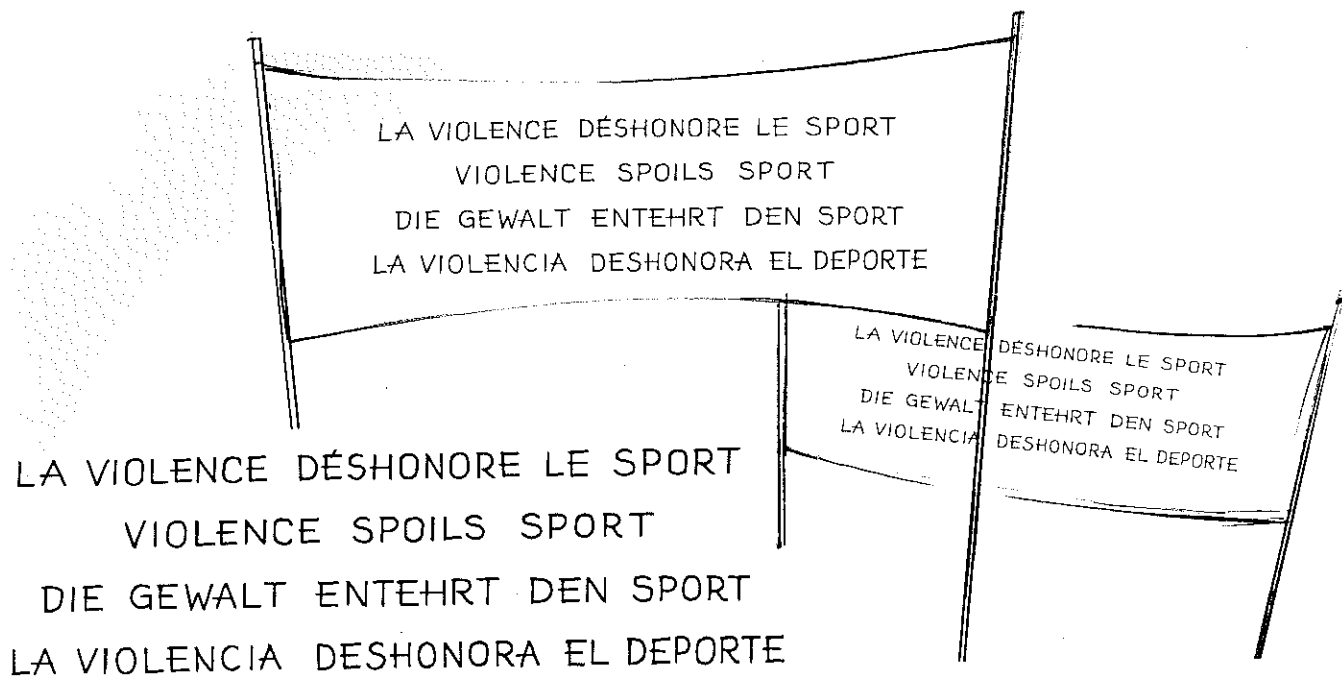


En remerciement de son assistance hautement appréciée, Mr Claude THALMANN, P.D.G. de la Firme Priviligée «POLYTRONIC» s.a. reçoit du Général M. S. MOKADDEM un souvenir du CISM.



Le Colonel EMG Hans HARTMANN, Chef de la Délégation Suisse, reçoit du Président du CISM une distinction bien méritée pour l'aide très appréciée de la part de la Délégation Helvétique.

Colonel EMG Hans HARTMANN, Chief of the Swiss Delegation, is presented with a commemorative plaque, in appreciation for his valuable assistance in the staging of this Assembly.



Par N. Paillou
 PRESIDENT DU COMITE OLYMPIQUE ET SPORTIF FRANÇAIS

Le Sport n'a jamais été aussi développé qu'aujourd'hui. Jamais les Etats, les collectivités publiques, le Mouvement Associatif Sportif (organisations non gouvernementales) n'ont déployé autant d'efforts pour accroître leur impact auprès des Jeunes.

Et paradoxalement, jamais le Sport n'a été aussi sérieusement menacé par les perversions qui le dénaturent. Aucune forme d'expression sportive qu'il s'agisse de Sport pour Tous, de Sport de Masse ou de Sport de Haut Niveau n'échappe à ces dangers.

Les valeurs qu'il est chargé de véhiculer sont en péril par des excès de toute nature, et notamment par le développement de la Violence sur, et hors, les terrains ou les salles de Sport.

* * *

Comment les Fédérations Nationales et Internationales peuvent-elles appréhender ce fléau?

Les premières mesures qu'elles sont amenées à prendre, pour parer au plus pressé, et pour éloigner des enceintes sportives les trublions les plus dangereux sont de nature coercitives.

Les sanctions sont d'abord prises sur le terrain par les arbitres (avertissement, exclusion).

Des mesures plus importantes (suspension temporaire ou définitive des joueurs, disqualification de terrains...) relèvent ensuite des Commissions compétentes des Fédérations chargées de mettre en application les règles édictées par le Législatif (Assemblée Générale).

Il est désormais de plus en plus fréquent que ces dispositions soient suivies de plaintes portées auprès des Tribunaux pour réparation par les sportifs, les dirigeants voire les instances fédérales.

* * *

Tout en approuvant les Fédérations qui, pour endiguer la Violence, font montre chaque jour davantage de rigueur et de sévérité, il nous faut reconnaître que le rôle dissuasif de la sanction, pour être souvent efficace, ne s'attaque pas aux racines du mal.

Les Fédérations doivent donc parallèlement avoir recours à des dispositions matérielles qui sont de nature à limiter le développement de situations conflictuelles.

Elles consistent essentiellement à avoir une influence auprès des promoteurs d'installations sportives (architecte ou collectivité locale ou Etat) au moment de leur conception:

Il s'agit par exemple de veiller à ce que soit prévu:

- la séparation des diverses catégories d'usagers,
- des voies d'accès spécifiques aux spectateurs,
- des accès spécifiques aux joueurs pour rejoindre le terrain ou regagner les vestiaires,
- des places bien particulières pour la Presse avec accès direct aux salles de Presse,
- la présence de générateurs en cas de panne pour éviter les paniques, etc. . . .

Les organisateurs Fédéraux jouent également un rôle important dans leur façon d'utiliser rationnellement ces installations.

Par exemple:

- en n'acceptant pas plus de public que les installations ne l'autorisent,
- en n'autorisant pas les spectateurs à se placer sur les passages ou les escaliers,
- en délimitant d'une manière précise l'emplacement des photographes,
- en n'acceptant des boissons que sous emballage plastique,
- en faisant en sorte que les lieux de compétition soient uniquement placés sous la compétence des arbitres et de leurs collaborateurs,
- en donnant des instructions précises aux forces de l'ordre pour qu'elles accroissent leur vigilance en cas de score serré, etc. . . .

Ces dispositions matérielles sont également très importantes, mais pas plus que les mesures coercitives, elles ne sont de nature à attaquer le problème quant au fond.

Mais les Fédérations doivent être convaincues qu'elles ne feront œuvre réellement durable pour le moyen ou long terme que dans la mesure où elles appréhenderont le grave problème qui nous préoccupe sous l'angle de l'Education. Bien évidemment, ce très vaste problème ne concerne pas que les Fédérations. Il relève de l'autorité de la famille, de l'école, des Pouvoirs Publics, de l'Etat, en un mot de la Société globale.

Mais dans le ressort de leur compétence, les Fédérations peuvent jouer un rôle éducatif déterminant dans la formation de leurs joueurs, la formation des dirigeants, la formation des arbitres (formation qu'il ne faut pas appréhender uniquement sous l'angle technique). Ces types de formation doivent sans doute prendre en considération la dimension technique, mais ne pas négliger les dimensions éducatives, psychologiques et psycho-sociologiques.

Les Fédérations doivent en outre mettre en place des structures d'accueil où pourraient être rassemblés en même temps, tous ceux qui, à un degré ou à un autre, peuvent jouer un rôle dans le développement de la violence: joueurs, entraîneurs, managers, Présidents de clubs, arbitres, journalistes, représentants des médias . . .).

* * *

En analysant les règles de leur Sport, précisément sous l'angle de la Violence, les Fédérations peuvent également jouer un rôle déterminant dans le combat que nous menons. Les récentes mesures prises dans ce domaine par la Fédération Internationale de Hand-Ball nous paraissent pouvoir constituer un exemple concret illustrant ce propos (Changement du Code d'arbitrage pour limiter la violence).

VIOLENCE SPOILS SPORT

by N. Paillou

President of the French Olympic Committee

Sport has never before been developed on such a wide scale as it is today. Governments, public authorities and non-governmental organisations have never done as much to increase their impact on the young generation.

And yet, paradoxically, sport has never been so seriously threatened by perversions which are unnatural to it. No form of sport, either sport for all, or mass sport, or top sport, is safe anymore against those dangers.

The values which sport is meant to convey are jeopardized by all sorts of excesses, and more particularly by the development of violence in and outside the sports fields and halls.

* * *

What can the national and international federations do to stamp out this scourge?

The first and most urgent measures they have to take, if they want to chase the most dangerous trouble-makers out of the venues, are of a coercive nature.

Sanctions are first imposed on the field by the referees (warnings, exclusions).

Harsher measures (temporary or definite suspension of players, disqualification of fields, . . .) then depend on the competent commissions of the federations, which have been charged with the application of the regulations adopted by the legislative or general assembly.

In future, it will be increasingly common for their decisions to be followed by complaints lodged with the law courts for indemnification by the sportsmen, coaches or even federal authorities.

However much we back the federations which, in order to quell violence, display more rigour and severity every day, we must admit that, no matter how dissuasive, sanctions are not effectual enough to kill the roots of the evil.

The federations must therefore at the same time take the necessary precautionary measures to forestall the development of conflictual situations.

This means that they should also be consulted by those responsible (architects or local authorities or governments) when sports facilities are designed.

Attention should be given, for example, to the following:

- separation of the various categories of users;
- separate entries for spectators;
- separate entries for the players to the field and the changing-rooms;
- separate seats for the press, with direct access to the press room;
- current generators, to avoid panic in case of electric failure.

The federal organizers can play an equally important part in the rational use of the facilities.

For example:

- by not admitting more people than the facilities can take;
- by not allowing spectators to stand or sit in the aisles or on the stairs;
- by carefully delimiting the places for photographers;
- by not allowing beverages in other than plastic containers;
- by seeing to it that the sports fields are within the sole competence of the referees and their assistants;
- by giving precise instructions to the officials responsible for order so that vigilance is sharpened in case of a tight score, and so on . . .

Even though those material arrangements are also very important, they do not attack the problem in a more decisive and devastating way than the coercive measures.

* * *

The federations must be aware, however, that they will not achieve any substantial medium or long-term results unless the fundamental problem by which we are preoccupied is dealt with at the level of education. Obviously, this problem does not only concern the federations. Much depends on the authority of the family, the school, the public authorities, the government, in a word society as a whole.

Still, even within their limited competence the federations can play a decisive educational part in the training of their players, the training of coaches, the training of referees—training which should not only be seen from a technical point of view. Those types of training obviously have to pay attention to the technical side, but the educational, psychological and psycho-sociological aspects should never be neglected.

Moreover, the federations should create the necessary structures to make it possible for all those who, somehow or other, could play a part in the development of violence, to be received together at the same time: players, coaches, managers, presidents of clubs, referees, newspaper men, . . . By analysing the rules of their sport, especially from the angle of violence, the federations can also play a decisive part in the crusade that we are carrying on. It seems to us that the measures recently taken by the International Handball Federation could serve as a concrete example in this respect (change of the arbitration code in order to curb violence).

JOGGING

SPORT INTERNATIONAL provides a new scientific approach to today's popular sport: JOGGING.

Demystifying this new phenomenon, which takes its origins from the marathon and cross country and is practised today by some 10 million Americans alone as well as a multitude of Europeans, a scientific programme has been set for the would-be jogger to follow based on the principles applied to cross country, taking into account the pulse rate (to be maintained at 80% its maximum), with a suggested 15-20 minutes' training three times a week.

The keynote of the article is that, provided they adopt a rational training programme, adepts of this new trend will be slowing down their biological ageing process by some 10 to 15 years . . .

Le bonheur en JOGGANT

Cet article est reproduit avec l'aimable permission de l'excellente revue ECOLE INTERARMEES DES SPORTS, E.I.S., France.

A n'importe quelle heure, chaque jour, ils courent, dix millions d'Américains et, depuis trois ans environ, de plus en plus de Français les imitent. Ils courent dans les rues, dans les bois, dans les prés . . . Ils s'essouffent, ils transpirent, ils souffrent, ils «joggent».

LE JOGGING . . .

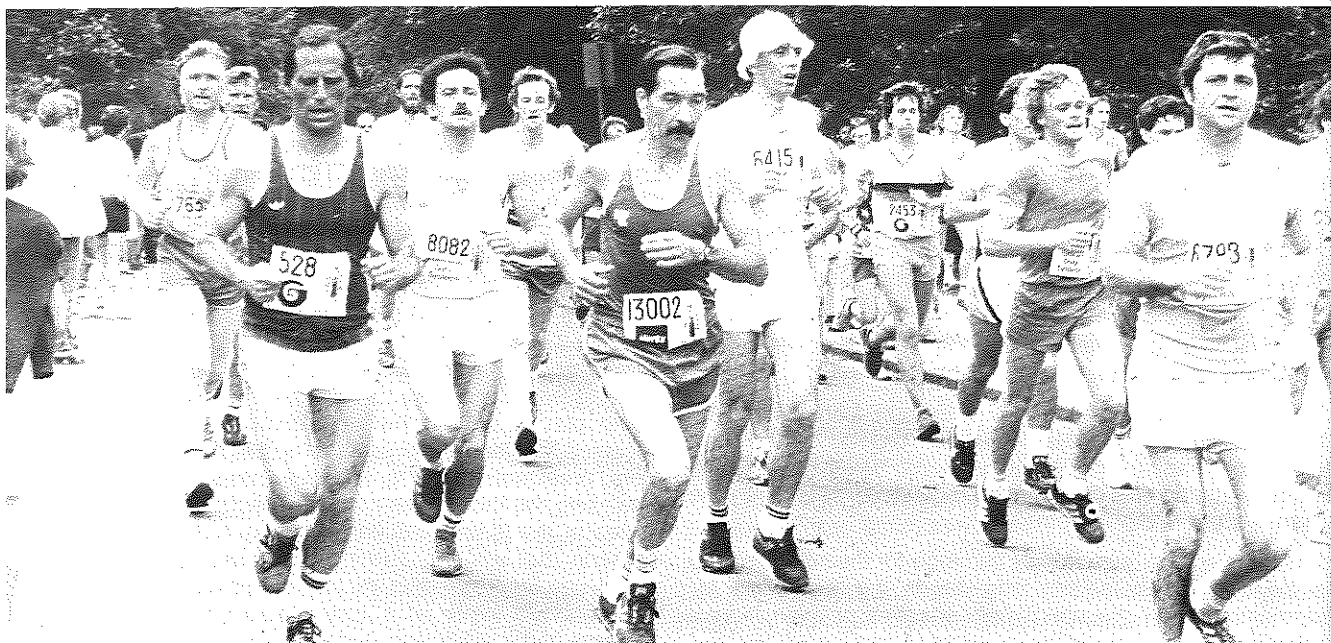
«Il vaudrait mieux, pour répondre aux souhaits de la commission technique, employer le terme: COURSE A PIED, mais les mass-média nous bousculent souvent, plus ou moins valablement d'ailleurs.

Eh oui!, la mode, le franglais. Au fait, le jogging, c'est quoi? - C'est un sport qui allie la marche à la course et qui fait fureur» peut-on lire dans Femmes d'aujourd'hui. Le verbe trotteur décrit parfaitement le mouvement du jogging, pour Eric LAMMY dans L'Equipe.

Notons au passage que le terme jogging appartient au vocabulaire suédois depuis 1923. Il y a 70 ans, un certain Jean BOUIN avait tenté de lancer ce qu'il appelait la «méthode naturelle» qui consistait à courir le plus longtemps possible dans les sous-bois.

Le jogging est un véritable phénomène de société. D'ailleurs n'a-t-il pas supplanté, dans notre vocabulaire sportif, les termes de footing ou de training?

QUELLES SONT LES MOTIVATIONS DE CES NOUVEAUX PASSIONNES DE LA «COURSE A PIED»?



Forme, santé, moral au beau fixe, rajeunir, figurent dans le tableau ...

- courir pour vivre: Michel LE ROYER,
- courir pour gagner: Guy ERIM,
- courir pour moins piétiner: Solange D. (coiffeuse),
- courir pour résister: Jean TAINURIER,
- courir pour faire du sport avec mes enfants,
- un contrat d'entretien: Thierry MAULNIER,
- courir pour le plaisir: Laurence BARDIN (Le Monde),
- Courir au rythme du coeur qui bat. Comme une musique venue du corps, traversant le corps de bas en haut, rajeunissant l'air et la vie,
- Courir sous la pluie fine, le visage comme une proue, avancer à travers l'air mouillé, le sentir déferler sur ses joues, le fendre, le tâter, le palper, se couvrir de sueur,
- courir, silencieux, dans le bruit des feuilles mortes à peine soulevées, courir sur le béton et appartenir à l'air, courir dans la neige et avoir chaud comme dans un lit.

POURQUOI JOGGER ?

Essentiellement pour se maintenir en bonne santé et les exercices véritablement profitables pour la santé sont ceux au cours desquels intervient un grand apport d'oxygène ... Avec, par voie de conséquence, une action positive sur le système cardio-vasculaire et sur le système respiratoire.

COMMENT JOGGER?

Tout se réduit à un petit nombre de règles faciles à observer: beaucoup d'air, d'exercices et de sommeil, des vêtements qui ne soient ni trop étroits, ni trop chauds; enfin et surtout, baigner les pieds dans l'eau froide.

Il nous semble utile de redire qu'il s'agit de «s'entraîner» en travaillant avec plaisir, de manière progressive, en vue d'acquérir une bonne «condition physique».

Le moyen de savoir si l'intensité de la course est atteinte (ou dépassée): il faut que le pouls batte à 80% de sa fréquence maximum. Cette dernière pouvant être calculée selon la formule:

$$210 - \text{l'âge en année} (- 10 \text{ pour les femmes}).$$

Exemple: une personne de 40 ans: $210 - 40 = 170$

$$80\% = \frac{170 \times 80}{100} = 136$$

il vaut mieux s'entraîner 3 fois par semaine à raison de 15 à 20 minutes. Au début, il faut se contenter d'une marche rapide, soutenue.

Enfin on pourra, au bout de 3 à 4 mois d'entraînement, courir plusieurs kilomètres sans s'arrêter et sans fatigue excessive.

RÈGLE D'OR:

L'allure ne dépasse pas les possibilités individuelles tant que la respiration permet de parler normalement, à haute voix. Si cela n'est plus possible, c'est que le rythme de déplacement est trop élevé, il faut le réduire.

PRÉCAUTIONS A PRENDRE:

- Eviter de courir sur la route (risques d'accidents, dureté du sol susceptible de causer des tendinites, des périostites).
- Préférer les sols souples: pelouses, sentiers forestiers.
- Passer une visite médicale de non «contre-indication» avant l'entraînement.
- Se méfier des «K-WAY» utiles cependant s'il brui-ne(on y transpire facilement).
- Ne pas faire un repas important dans les 30 minutes suivant l'entraînement, boire après l'effort pour compenser les pertes en eau; éviter l'eau trop froide, préférer les eaux riches en bicarbonate et en sodium.

ET SI?

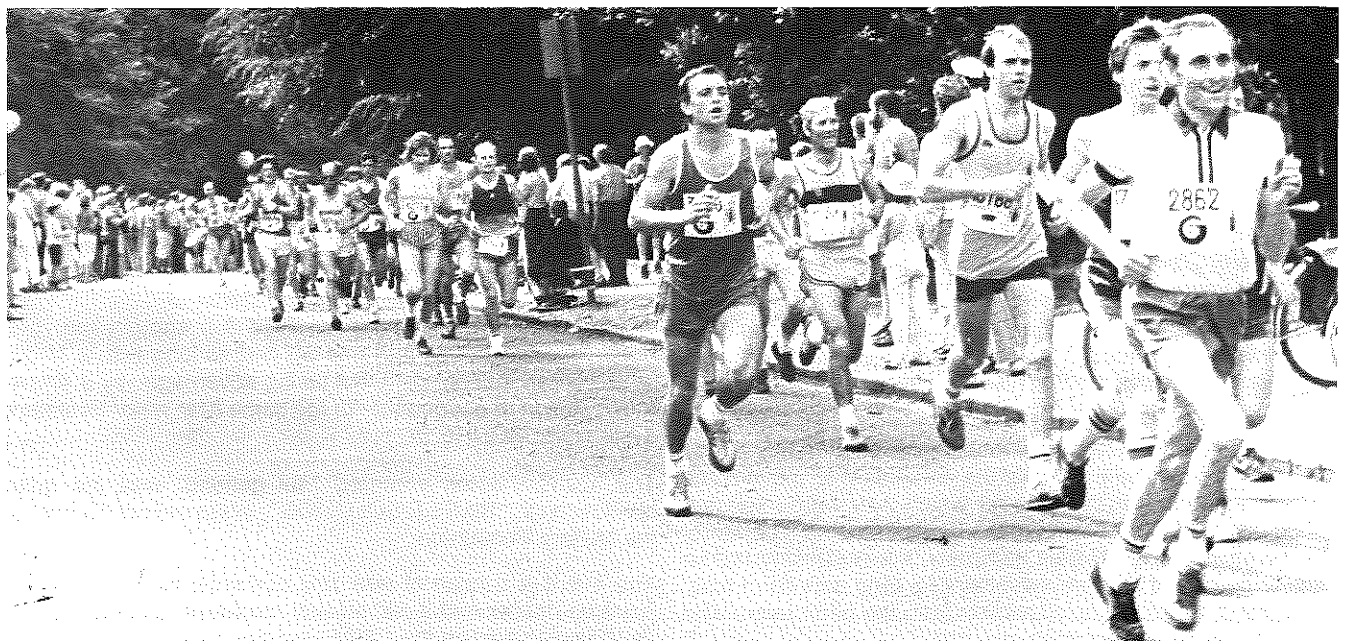
J'AI UN POINT DE COTE: marcher lentement, expirer profondément.

JE SUIS ESSOUFFLE: marcher lentement, insister sur l'expiration. La durée de l'expiration doit être plus longue que celle de l'inspiration.

J'AI DES TENDINITES: éviter de courir sur le dur et consulter votre médecin.

J'AI DES COURBATURES, DES CRAMPES: vous avez trop couru (mauvais dosage de l'entraînement); réduire vitesse ou distance.

N'OUBLIEZ PAS QU'UN ENTRAÎNEMENT RATIONNEL PEUT APPORTER 10 À 15 ANNÉES DE RAJEUNISSEMENT BIOLOGIQUE.



SWIMMING POOL FOR MILITARY PENTATHLON

by Colonel OSIRIS CARDOSO LABATUT RODRIGUES,
MEMBER OF THE CISM EXECUTIVE COMMITTEE.

A SIMPLE SOLUTION FOR THE SWIMMING POOL USED IN THE MILITARY PENTATHLON CHAMPIONSHIP.

By Colonel OSIRIS CARDOSO LABATUT RODRIGUES, BRAZIL, Member by the Executive Committee.

Thirty years ago, the International Military Sports Council (CISM) created a competition which is still considered to-day to be the most significant discipline on the CISM calendar, namely the Military Pentathlon.

This series of five competitions requires a high level of experience but, above all, demands a great deal of work and, as such the "swimming with obstacles" event is no exception.

Although a varied range of thoughtful ideas have been tested, we are forced to recognise that we have made little progress in the building of swimming pools.

The most important inhibiting factor precluding major advances in this field concerns the structure of the swimming pools.

The first problem is in the different levels of depth. The dominant profile is that of a tank with one part relatively deep and the other relatively shallow. There are also cases in which the same tank is used for swimming as well as for board and platform diving.

Such designs—irregular in nature—evidently generate difficulties in the support of obstacles on the bottom as well as cause difficulties in the construction of the supports.

Another problem, even more significant, is the question which involves the lateral supports of the obstacles. The two systems in use do not fulfil the necessary rigidity requirement in view of the forces transmitted by the thrust of the athletes above them. Either it is dependent upon only one of the lateral borders of the pool with resultant unequal fastening stays, or else the course is set up on one of the middle lanes, attaching the obstacles with steel cables, which makes it more difficult to maintain a stable course.

The adjustment of trunks, rafts and platforms, and the tension of cables are problems which have challenged the organisers for many years.

It is not rare that, after all the difficult work to set up the pool, simple training will loosen the cables and dislocate the obstacles, requiring frequent adjustments.

On the other hand, prepared pools have always been irresistible to the curious swimmer who uses the pool merely for his pleasure. This usually submits the equipment to movements in directions other than those for which they were intended, jeopardising them or changing the measurements. Therefore, for the athlete to really train efficiently, it is necessary for the pool to be closed to other swimmers for long periods of time, generating an undesirable reaction from the other users who view this as an unwarranted privilege.

The Airborne Brigade of Brazil, located in Rio de Janeiro, has, for many years, dreamed of having their own aquatic park.

At the end of 1982, hope finally emerged. However, the lack of available funds did not permit the provision of a 50-metre olympic size pool which was considered ideal for all of our objectives in the sector of military instruction, training, competition and pleasure. The natural alternative of 25 metres was proposed, thus imposing an inherent restraint on the objectives of the training teams, in particular those preparing for the Military Pentathlon events.

Consequently, a search began to find a key to the dilemma. Why not construct a swimming pool 25 metres long but with one lane extended to 50 metres? (cfr FIGURE 1)

This first idea had two negative aspects: The design was not pleasing to the eye. From the technical point of view, besides denying the obstacles the support of two lateral borders, it suffered from the possibility of different pressures in a single tank affecting the structure with the risk of splitting the base of the "pipe".

The second line of action would suggest two tanks almost completely separate but allowing the passage of water by making use of communicating channels and with the water treatment ejected into the 25-metre pool (cfr FIGURE 2).

There would in reality be two distinct pools. One 25 metres long with 5 or 6 lanes and the other with a single lane of 50 metres.

Technically this too was condemned because it would have been very difficult to achieve uniformity in the treatment of water (the indispensable system for water circulation would make its maintenance very expensive).

The third option presented received full approbation: two pools, one 25 metres and one 50 metres long with a single lane, entirely independent, but taking advantage—by a simple manipulation of a regulator—of the same filter water treatment system (cfr FIGURE 3).

The solution which emerged "sui generis" was the quite revolutionary, "SIMPLE SOLUTION", in the swimming pool of the Military Pentathlon.

The event is a case of new and authentic pioneering and I have no doubts that it will provide excellent opportunities for its utilisation among the CISM member countries.

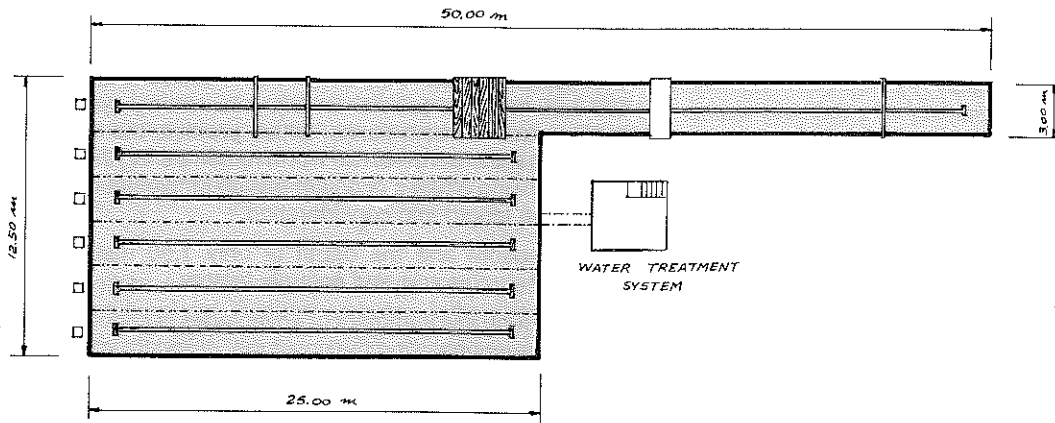


fig 1

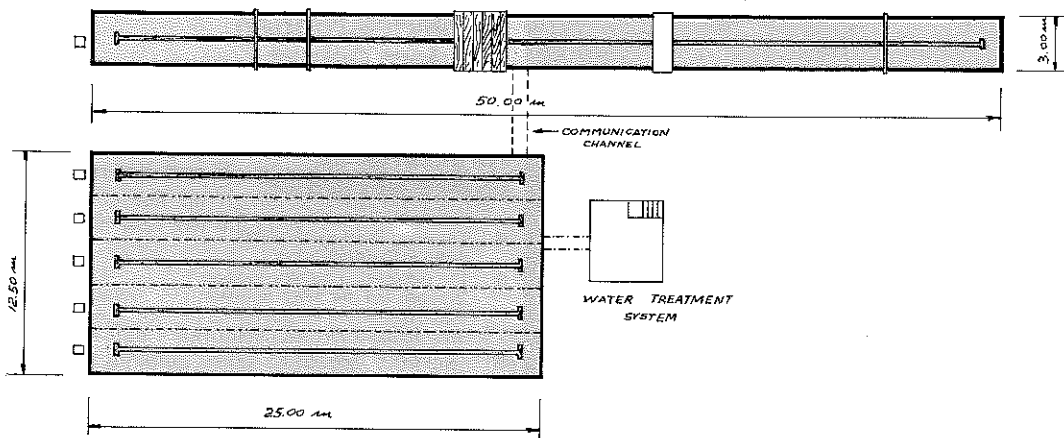


fig 2

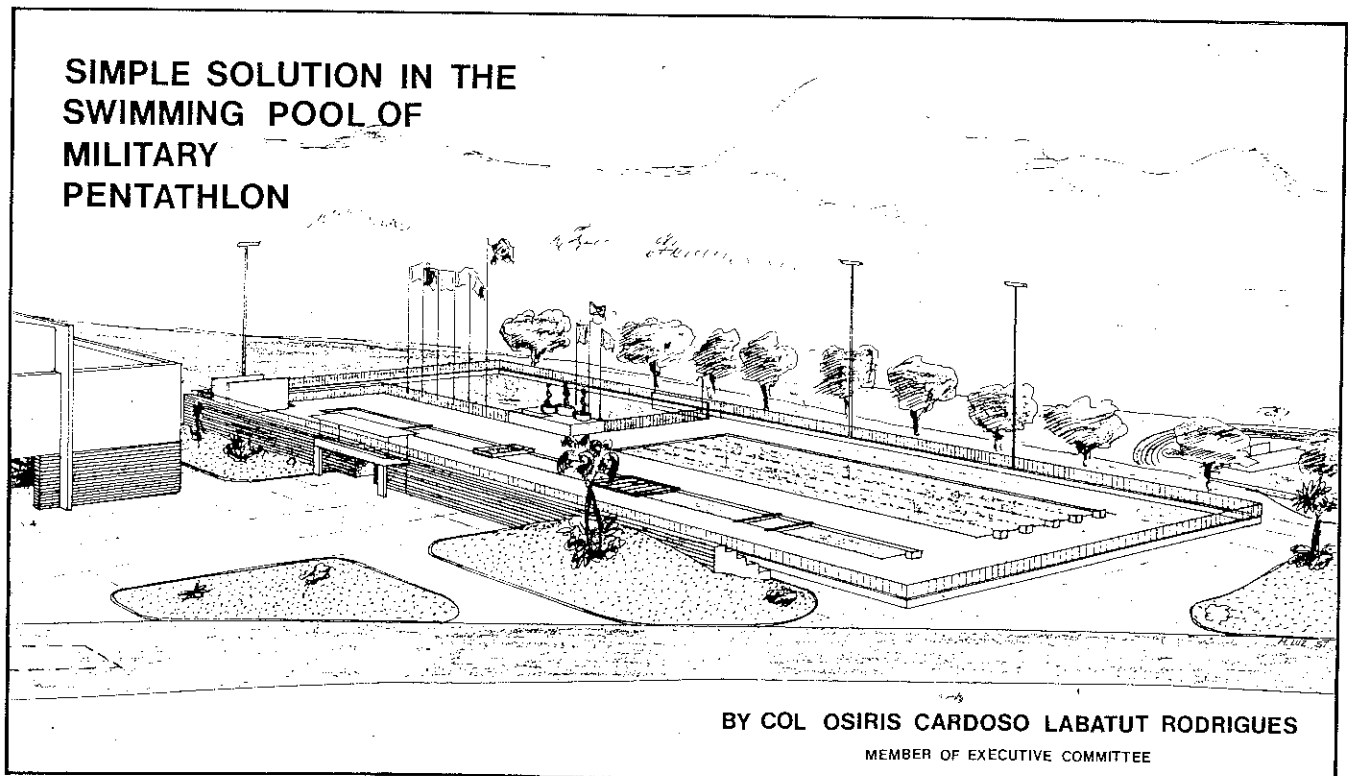


fig 3

With this simple design, many of the crucial problems were eliminated, allowing, among others, the following advantages:

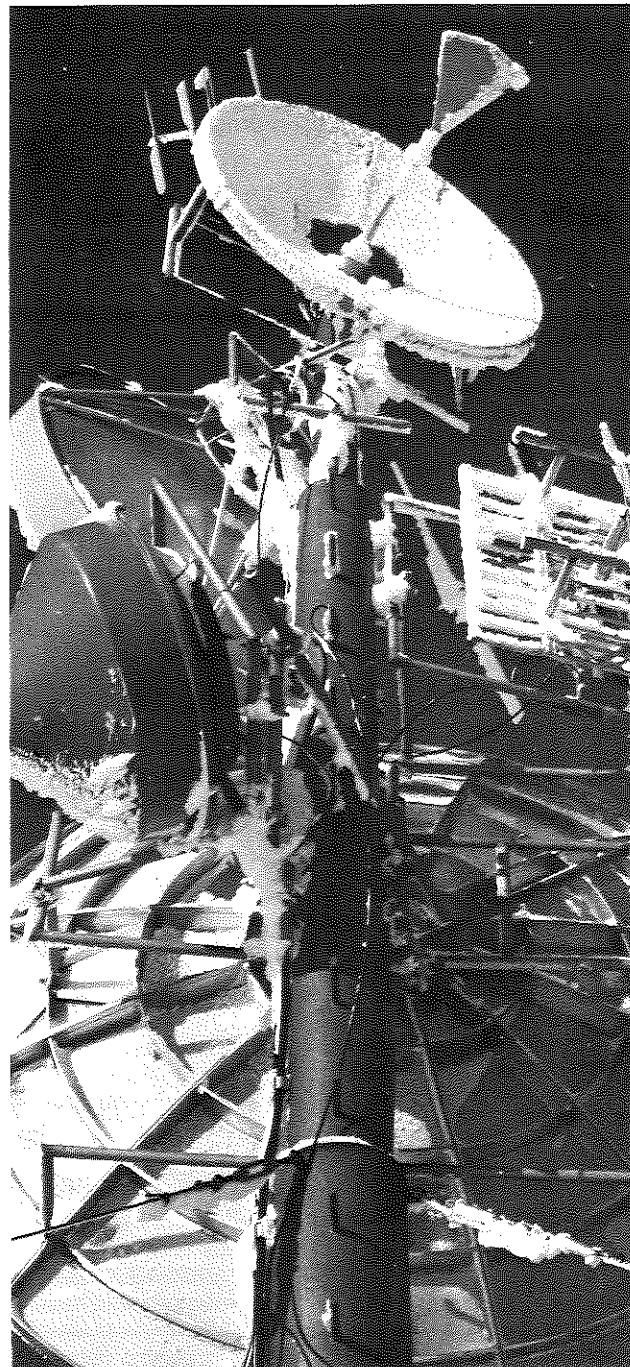
- Favorable conditions for the training of swimming teams and for Modern Pentathlon in lanes of 50 metres, as well as being excellent for training and evaluation tests within the framework of the swimming discipline of the Military Pentathlon;
- the setting up as well as the dismantling of the Pentathlon swimming pool is easy and rapid. Utilising both of the lateral borders for the fitting of the obstacles, the lane does not need readjustment and all the athletes compete under the same conditions;

- A width of 3 metres facilitates a number of criteria. It constitutes a security factor in the case of teaching or of instruction. It enables the demarcation cables to be located for 2,50 m lanes (official width), maintaining margins of 0,25 metres on both flanks, which protects the swimmer from hitting the borders. It is worth remembering that a pool 3 metres wide offers a good dimension for pleasure without taking the length into consideration.

The level bottom and the depth of only 1,60 metres also enhances the economic and security factors.

Finally, although this summary of advantages is important, it is also worth re-emphasising the possibility of installing only one water treatment system for the treatment of two pools.

Le Colonel OSIRIS CARDOSO LABATUT RODRIGUES présente une réalisation effectuée par la Brigade parachutiste de Rio de Janeiro destinée à concilier l'utilisation d'une piscine pour la simple natation avec les contraintes imposées par les obstacles de l'épreuve de natation du Pentathlon Militaire. La solution préconisée est d'adjoindre au bassin normal de 25 mètres un couloir aménagé de 50 mètres de long; les deux bassins utilisant le même système de traitement des eaux - voir Figure 3.



Pionierleistungen auf dem Gebiet Kabelfernsehen in Österreich, von Hirschmann. Einige Beispiele:

- Die erste Stadtverkabelung 1959 in Feldkirch/Vbg.
- Die extremste Empfangsanlage Europas auf der 2788 m hohen Fädnerspitze zur Programmversorgung von Galtür/Tirol.
- Die einzige hochalpine Empfangsstation auf der Hohen Munde, 2592 m, Telfs/Tirol, bei welcher mittels eines Gasgenerators die Stromversorgung gesichert wird (Bild)
- Entwicklung des bisher einzigen „Phase Locked Präzisions-Offset Umsetzers“ zum Einsatz im modernsten Kabelfernsehnetz Burgenland.

Hirschmann plant, liefert und baut, zusammen mit dem Fachhandel, komplette, zuverlässige Richtfunk- und Kabelfernsehsysteme und bietet für alle Probleme preiswerte Lösungen an.

**Antennen,
Steckverbinder,
Fernsehsendeanlagen,
Kabelfernsehsysteme
Video- u. Einbruch-
Meldesysteme**



Hirschmann

Richard Hirschmann Electric
Rankweil-Brederis
Wien, Linz, Graz, Salzburg,
Klagenfurt u. Wattens

In the sport of wrestling, strength will usually be the determining factor to the athlete's success. Think of it—any wrestler competing on the collegiate or olympic level has the same experience, knows the same wrestling techniques, has attended the same clinics and camps, and possesses the same bodyweight as his opponent. Therefore, it makes sense, with all factors being equal, the stronger wrestler will usually win.

To strengthen any muscle, two things are necessary—resistance and overload. Resistance is any form of stress placed on the muscle. Barbells, dumbbells, and progressive weight-training machines all provide resistance. If this equipment is not available, manual resistance exercises can be performed as an alternative. This implies that a partner applies the resistance throughout a muscle's full range of movement (photo #1&2). Overloading the muscle is accomplished by forcing the muscle to work harder than the previous workout. When performing any exercise, more repetitions should be performed or more weight used than in the previous workout.

Performing a set of an exercise that does not create overload is a waste of time. The muscles of the body are not stimulated to develop strength by the amount of work (exercise) that is performed. They are stimulated by the intensity of the exercise. If an exercise is performed with a high level of intensity, the results will be much greater than if the exercise was performed with low intensity.

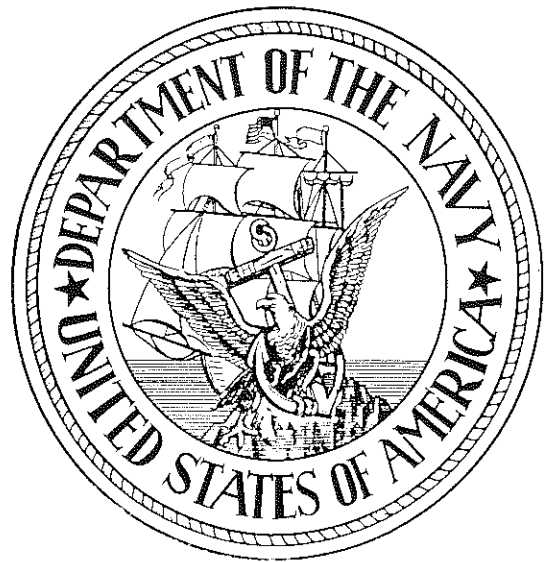
Although this information is no secret, most coaches insist that their athletes utilize outdated, inefficient methods of training. These methods usually consist of many low-intensity sets of various exercises. The majority of these sets are unproductive and, in-between, much time is spent resting. As a result, many hours are spent in the weightroom and certain body parts are frequently ignored.

At the U. S. Naval Academy, the goals of the strength training program are 1) protect the athlete from injury and 2) prepare him to wrestle. This is accomplished by utilizing efficient methods to strengthen the major muscles of the body, including the neck. The methods utilized are sound and scientific, developing maximum strength gains in the shortest period of time.

To stimulate maximum gains in strength, a maximum effort must be exerted in each exercise by the athlete. Anything less than a maximum effort will produce sub-maximum gains. A maximum effort is exerted only when the athlete can no longer perform another repetition.

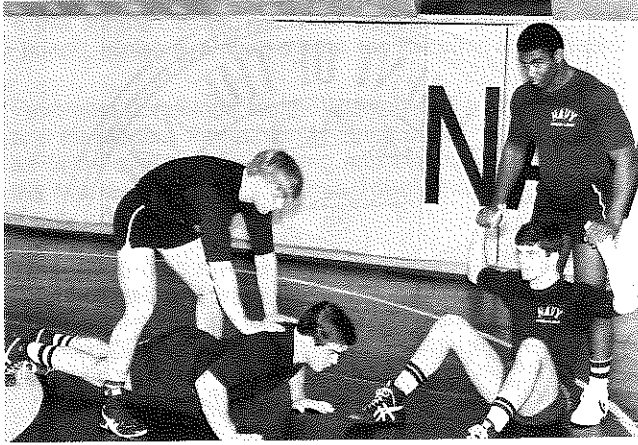
Most athletes do not know what composes high intensity exercise. Certain responsibilities must be strictly adhered to in order that high intensity is produced in the exercise.

Each exercise should be performed throughout the muscle's full range of movement. The weight should be raised completely up and lowered completely down. This is necessary to help prevent injury and strengthen the muscles through the full range of movement. A slight pause should occur in the contracted position. Pausing will control the speed at which the exercise is performed and guarantee the muscles work in that position.

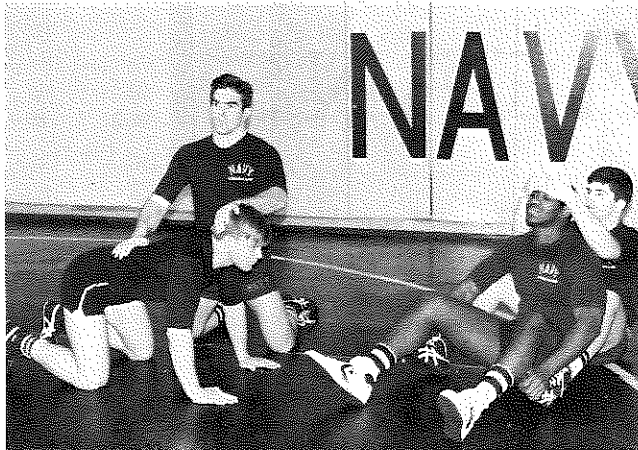


STRENGTH MEANS SUCCESS ON THE WRESTLING MAT

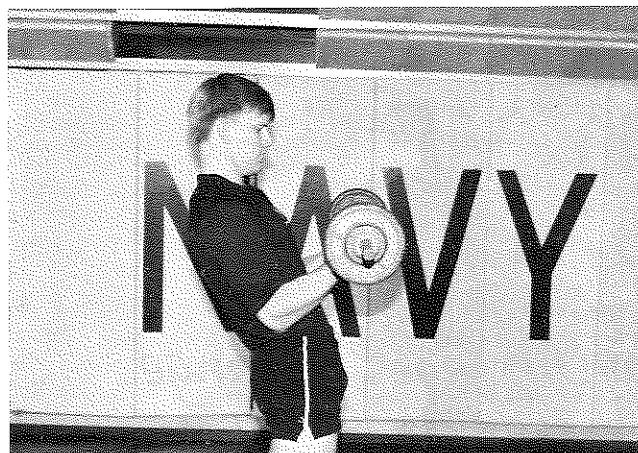
by Mr. Joe Diange
STRENGTH COACH
U. S. NAVAL ACADEMY



N° 1 Manual resistance exercises for the Chest and Shoulders.



N° 2 Manual resistance exercises for the neck.



N° 3 Avoid jerking movements that cause momentum.

When raising the weight, the muscles must perform all the work. Momentum, caused by jerking and throwing movements by the athlete, cannot occur (photo #3). Momentum will cause the weight to feel lighter than it is, therefore, the muscles will not perform all the work. Therefore, the lifter must raise the first few repetitions with a sub-maximum effort. He must slightly "hold back" when performing these reps. Raising the last few reps will demand an all-out effort. Time taken to raise the weight should be approximately 1–2 seconds.

The lowering of the exercise must be emphasized. The muscles used to raise the weight are the same muscles that lower the weight. The lowering is half the exercise. Because of gravity, it is easier to lower the weight. More weight can be lowered than raised; therefore, more time should be taken to lower the weight. Approximately four seconds is recommended.

Most athletes ignore the lowering of the exercise. Emphasizing the lowering makes the exercise harder to perform. As a result, less weight must be used. Proper form should not be sacrificed for more weight.

The lifter must perform as many repetitions as possible. Guidelines regarding repetitions, rather than a predetermined number of repetitions, should be followed. For the upper body, a total 7–12 reps should be performed. Ideally, a point of momentary muscular exhaustion (inability to perform another repetition) should be reached somewhere between 7–11 reps. For the legs and lower back, a total of 10–15 reps should be performed. Muscular exhaustion should occur between 10–12 reps.

Wrestling, as most sports, involves the anaerobic (without oxygen) muscular system. Studies indicate that this system is most effectively developed somewhere between 40–70 seconds. If each repetition takes approximately six seconds to perform (2 seconds up, 4 seconds down), then each exercise will be completed within this time period (7 reps \times 6 seconds = 42 seconds) and (12 reps \times 6 seconds = 72 seconds). Because the legs are bigger and stronger than the upper body, it is felt that they need more time (repetitions) to effectively exercise them.

Each workout must be supervised. Supervision is the key to maximum gains. A training partner must supervise each repetition of every set of every workout. An athlete cannot train to muscular exhaustion by himself. A partner is absolutely necessary to motivate the lifter to perform an all-out effort.

Wrestling practice is always performed under a coach's supervision to induce intensity; that same supervision is necessary in the weightroom facility to produce maximum results.

The partner supervising the workout has several responsibilities. He must encourage proper form and motivate the lifter to perform more than the previous workout. Any improperly performed reps must be discouraged. Once muscular exhaustion occurs, the partner should assist the lifter to perform a few additional reps (photo #4). Additional pressure can be applied during the lowering of the exercise while the lifter resists.

(photo #5). The spotter should record all workouts. The amount of weight and number of repetitions performed by the lifter himself should be recorded for each exercise on a workout card. This will allow the lifter to know exactly what must be done to overload the muscles the next workout. Recording can also be used by the coach to follow the progress of the athlete from one workout to the next.

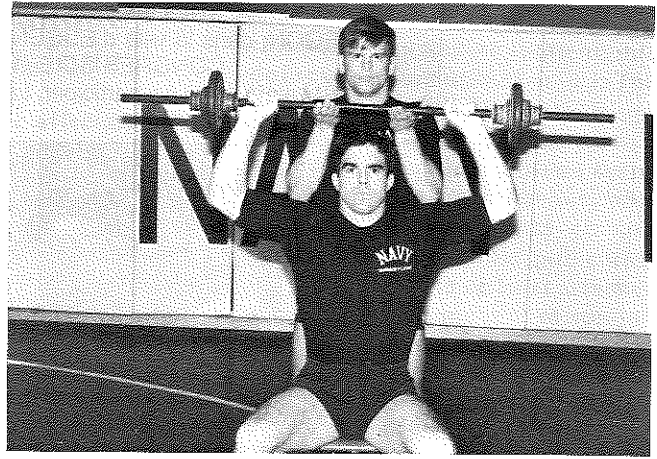
When organizing a strength training program for wrestlers, a total of 11-13 exercises, excluding the neck, should be performed. The upper body should consist of approximately 6-8 exercises. For each body part, at least two exercises should be performed. One exercise should isolate the muscle, whereas the other should be compound exercise (involving more than one muscle group). Approximately 4-6 exercises should be performed by the legs. As little time as necessary should be spent resting in-between exercises. Because each exercise is overloading the muscle, it is only necessary, and usually desirable, to perform it once. If an exercise can be performed a second time with the same intensity, it was not performed correctly the first time.

A wrestler must exert an all-out effort for eight consecutive minutes once he steps on the mat. There are no time-outs, half-times, nor substitutes to take his place. He must be properly prepared to endure eight, high intensity minutes against his opponent. This preparation can only result from high intensity exercise.

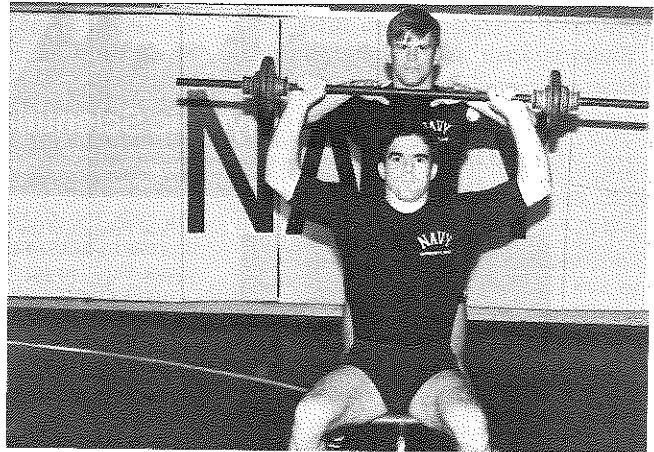
A plague currently affecting a rising number of soccer players is the phenomenon of tendon deterioration and in particular that of damage caused to abductors. This article recommends specific exercises to be included both in the pre-season training and in the pre-match warming-up sessions.

Readers wishing to receive more information or advice are kindly requested to contact the General Secretariat expert: General M. VRILLAC M.D.

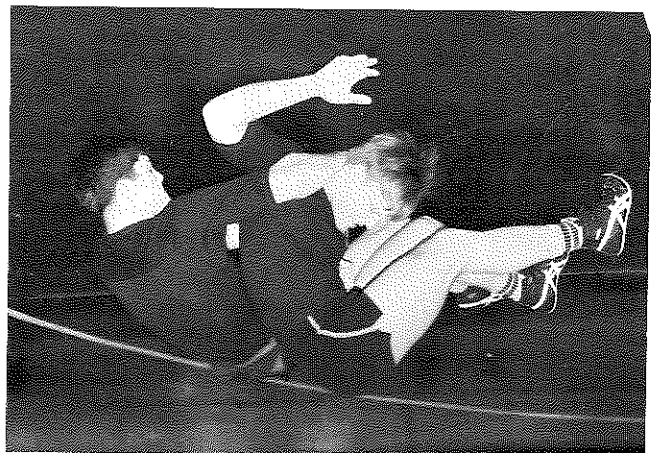
L'article de Monsieur Joe DIANGE entraîneur de muséulation à l'Académie Navale des Etats-Unis traite de l'entraînement du lutteur et de la méthode à employer pour développer avec efficacité et sans danger les principales masses musculaires du corps humain.



N° 4 Partner assists lifter to perform additional reps.

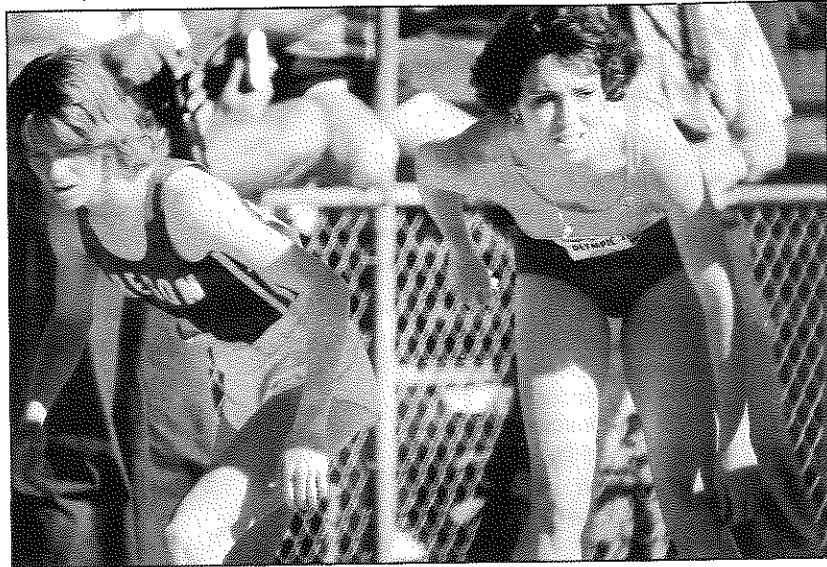


N° 5 Partner applies additional pressure.



N° 6 A dangerous wrestling position.

Immédiatement avant les Jeux Olympiques d'Été se tiendra à l'Université d'OREGON, dans la ville d'EUGENE, un
CONGRES SCIENTIFIQUE OLYMPIQUE
 Le CISM a été invité à y participer. La 38ème Assemblée Générale à Zürich a marqué son accord.

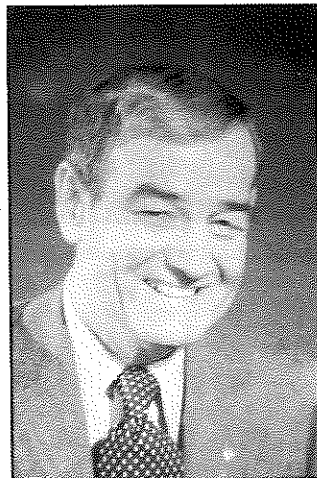


sport, health, & well-being

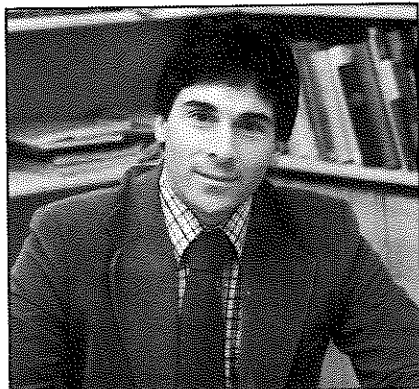
1984 Olympic Scientific Congress

July 19-26
 University of Oregon
 Eugene, Oregon

An international sport and scientific conference held in cooperation with the United States Olympic Committee and the 1984 Summer Olympic Games



F. Don Miller



Dan G. Tripps, Ph.D.

Dear Friends of the Olympic Games.

The United States Olympic Committee is tremendously proud of our athletes. Their efforts in world-wide competition and their behavior as genuine, caring individuals verify the important relationship between international sport and international understanding. The physical and mental process of becoming a successful international performer is based on the scientific principles of sport science, and on the principles embodied within the Olympic creed. The objective is clear: to advance human health and happiness in and through appropriately designed, well managed sports programs.

The 1984 Olympic Scientific Congress represents a state-of-the-art examination of the issues pertinent to the future of international sport and underlying topics critical to the sciences and disciplines which serve sport so well. In order to produce a most meaningful exchange of ideas, we are inviting leaders in sport science from all over the world to share in the week-long program of clinics, seminars and symposia.

It is important that scholars, coaches, scientists and governmental officials set aside time to meet, review and plan the strategies for sport, health and well-being which ultimately lead to the performances we will enjoy in the '84 Olympic Games and beyond.

Your participation in the 1984 Olympic Scientific Congress can provide an invaluable experience. On behalf of the United States Olympic Committee, I extend a warm invitation to join us in Eugene, Oregon.

Sincerely,

F. Don Miller
 Executive Director
 United States Olympic Committee

Dear Congress Delegates.

The initial preparations for an international conference affiliated with the 1984 Olympic Games began nearly five years ago. The subsequent months of effort have produced what we present to you today—the 1984 Olympic Scientific Congress, a rigorous scientific day program intertwined with a rich cultural festival and the social/recreational amenities of the Northwest.

In cooperation with the United States Olympic Committee, its executive leadership and the Education Council, the Organizing Committee has pulled together the collective expertise and energy of nearly 50 professional associations within sport science. Through the aid of our colleagues around the world we have identified issues of maximum importance to enhancing, through sport, the health and well-being of all whom we serve.

It is our hope that by offering a diverse forum appealing to the scientist, the practitioner and the growing number of sport enthusiasts we will provide the atmosphere needed for international dialogue, understanding and future planning. We are pleased with the design of a Congress that allows for specialization, interdisciplinary cooperation and thematic overview and is presented in a physical setting suitable for friendly interchange of ideas.

Finally, we have a commitment to the technologies of the future and have organized the program to include the computerization of laboratory facilities.

All the elements are in place. The success of the Olympic Scientific Congress rests now in the wealth of knowledge that you can bring to the programs we have planned. We encourage you to review this brochure to discover your place in the Olympic Scientific Congress and to join us in what we are confident will be one of the most significant international meetings in our profession and a highlight moment of the Olympic Festival for 1984.

Sincerely,

Dr. Dan G. Tripps
 President and Executive Director
 Olympic Scientific Congress



LA PUBALGIE ET SA PRÉVENTION

La Fédération Française de Football a chargé sa Commission Centrale Médicale d'établir un rapport sur la fréquence accrue des « Pubalgies » et des interventions pratiquées sur des joueurs de haut niveau.

Cet excellent rapport insiste sur deux points:

- Information des médecins, kinésithérapeutes, entraîneurs à tous les niveaux;
- Définition d'un programme de prévention:
 - à partir d'une réflexion commune,
 - dans le cadre d'une recherche permanente.

La multiplication des cas de « pubalgie », le nombre croissant de footballeurs professionnels contraints à l'intervention chirurgicale ont suscité depuis quelques mois la réflexion commune des Médecins et techniciens de la Fédération Française de Football.

Le médecin Fédéral National Dr. Boeda A. présentait le problème en ces termes:

« Existe-t-il un surmenage « sélectif » abdomino-pubien? La quantité de travail de la période formative est-elle suffisante, excessive ou mal dosée? Les aspects techniques du jeu moderne sont-ils des facteurs stressants supplémentaires? Le nombre, l'intensité des compétitions s'accroissant au niveau des clubs, leur calendrier est-il toujours compatible avec un plan de travail cohérent et une récupération valable? »

Les cadres et juniors, soumis aux charges de travail de la formation professionnelle sont également sollicités par les sélections nationales et parfois surutilisés dans les clubs par le biais du double surclassement, avec un risque accru de blessures. »

Aspect clinique et radiologique

La pubalgie est une affection sportive d'effort, créée par un hyperfonctionnement survenant sur un déséquilibre musculaire du carrefour pubien.

Le joueur atteint se plaint de douleurs de l'attache des adducteurs irradiant le long de la face interne de la cuisse.

L'évolution chronique, celles-ci résistent aux traitements habituels des tendinites, puis elles se bilatéralisent et souvent s'associent à des algies de la partie basse de l'abdomen.

Elles peuvent être exacerbées par la toux et l'éternuement et entraînent progressivement une impotence fonctionnelle totale. Des images radiologiques inquiétantes apparaissent de façon concomitantes sur les berges du pubis à type de grignotage en timbre poste.

L'évolution spontanée est longue, de plusieurs mois.

Pour en comprendre le mécanisme, il est nécessaire de connaître quelques éléments anatomiques.

Anatomie

Il est remarquable de noter que les muscles adducteurs (pectiné, moyen adducteur, petit adducteur, droit interne, grand adducteur) donnent relais au niveau du pubis à l'éventail musculaire abdominal formé des muscles grands droits et grands obliques, petits obliques, transverses. Ces trois derniers interviennent lors des mouvements de rotation du tronc pour le shoot.

L'attache pubienne et prépubienne des muscles obliques est constituée de fibres aponévrotiques qui s'entrelacent pour former l'orifice externe du canal inguinal, canal qui traverse la paroi abdominale pour aboutir dans la cavité abdominale.

Ces parois sont constituées par le petit oblique et le transverse qui se terminent par un tendon commun : le tendon conjoint, formant son plafond.

L'orifice postérieur est fermé par une membrane : le fascin transversalis.

Enfin, le pubis est une articulation juxtaposant les deux hémibassins. (Voir figure n° 2).

Etiologie

D'après les travaux du Docteur NESOVIC, l'origine de cette maladie se situe dans un déséquilibre de rapport de force entre les muscles adducteurs puissants et les muscles obliques de l'abdomen insuffisants.

Effectivement, les adducteurs, fléchisseur adducteur et rotateur interne de la cuisse, sont utilisés pour la frappe de balle et sont violemment étirés dans le tackle. Ils transmettent les vibrations vers le pubis qui subit ainsi un véritable pilonnage. Ces muscles surpuissants du footballeur n'ont pas en contrepartie dans la maladie pubienne une fixation suffisante de leurs attaches sur la région pubienne en raison d'une insuffisance des muscles obliques d'où la possibilité de disjonction du pubis.

Il existe souvent une déhiscence de l'aponévrose du grand oblique, associée à une distension du hiatus inguinal.

Prévention

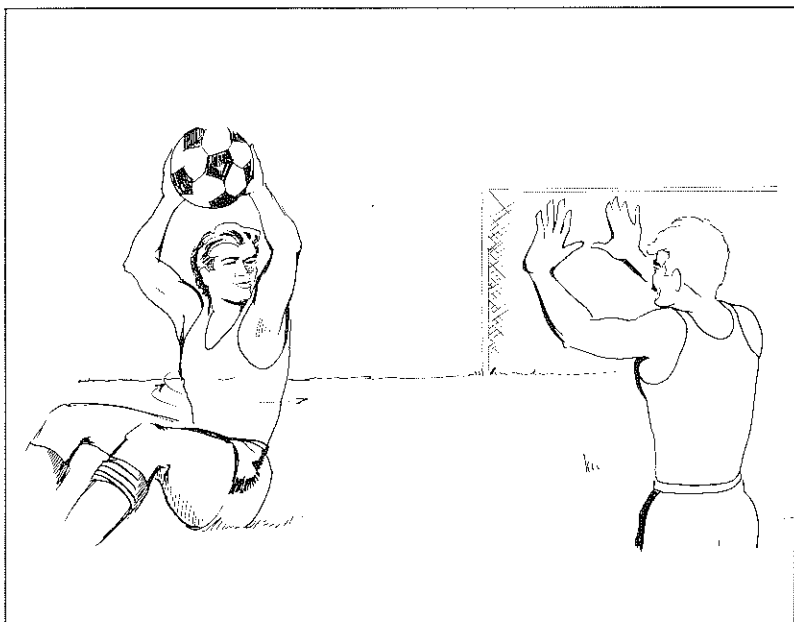
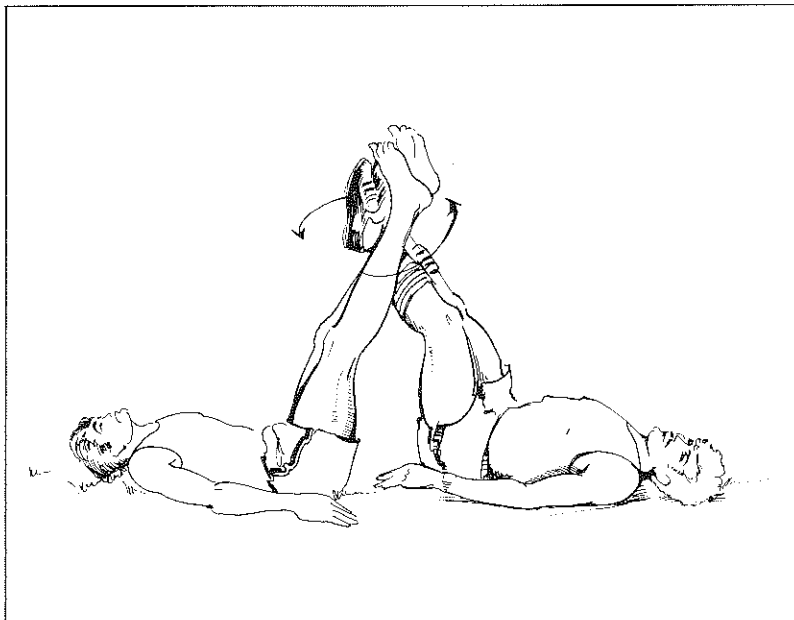
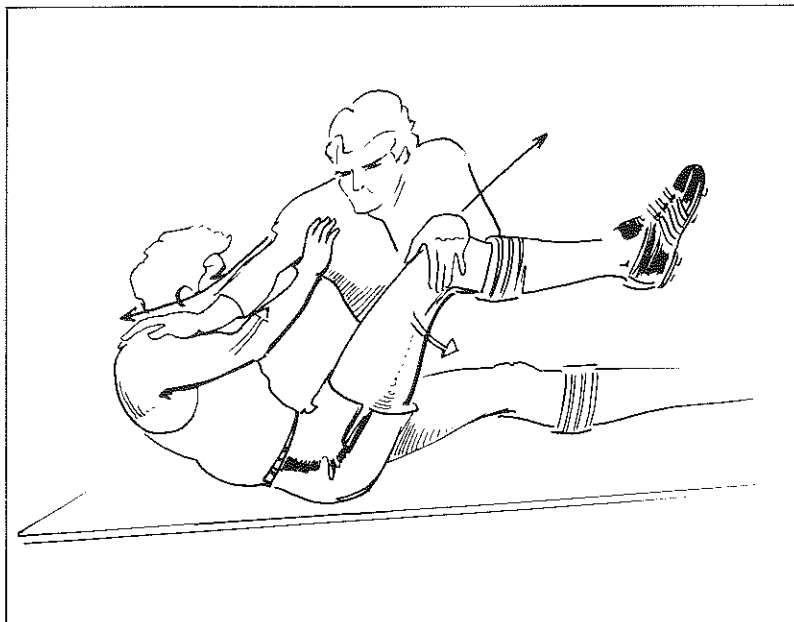
« Connaissant l'anatomie, les points de faiblesse de cette région, les lésions retrouvées et le bon résultat de leur réparation chirurgicale, on peut envisager une politique dite de prévention. Il faut honnêtement l'avouer et certains auteurs le pensent, cette prévention peut être illusoire si l'on imagine que la pubalgie ne peut survenir que sur un état de faiblesse constitutionnelle.

Traitement

L'intervention chirurgicale cherche à donner une meilleure stabilité de la région en fermant cette déhiscence et en obturant le canal inguinal par abaissement du plafond (tendon conjoint). Ces anomalies abdominales sont dues à l'hyperfonctionnement de ces muscles abdominaux obliques mal préparés et insuffisamment entretenus et pourtant si souvent utilisés dans les frappes croisées avec torsion du tronc par rapport à la direction de la balle ; l'hyperpression associée de la paroi abdominale survenant lors des efforts du shoot ou lors d'un tackle peut brusquement et accidentellement distendre et élargir l'orifice inguinal ou provoquer une brèche dans l'aponévrose des grands obliques.

Mais, ces anomalies peuvent être préexistantes et nous avons d'ailleurs l'occasion de retrouver des pubalgies chez des joueurs ayant été opérés dans leur enfance d'une hernie inguinale unilatérale. Cette faiblesse congénitale ne supporte pas, on le comprend, l'excès de travail et la décompensation pubienne est inévitable.

Enfin, beaucoup de joueurs se plaignant de douleurs pubiennes et des adducteurs présentent des algies lombaires ou des anomalies de courbure. Or, nous savons d'après les travaux de ROCHCONGAR que les tensions pubiennes augmentent avec l'importance de la lordose lombaire.



Cependant, ce pessimisme n'est pas de bon aloi et une prévention doit logiquement s'envisager, à tous les niveaux : médical, kinésithérapique et sportif.

Tout d'abord, l'origine de cette maladie étant en relation avec un état d'hyperfonctionnement, la prévention se situe au niveau du cahier des charges de l'entraînement, mais aussi dans la fréquence des matches, surtout à l'âge de la catégorie junior, à plus forte raison s'ils font partie de l'élite.

Les meilleurs Juniors subissent bien trop souvent et trop rapidement ce niveau de Première Division en dehors du fait qu'ils sont soumis au travail du Centre de Formation, qu'ils participent aux très nombreuses compétitions nationales et tournois internationaux parfois aux rencontres de Coupes Européennes.

Ceci est une affaire de calendrier remis au goût de l'âge physiologique de l'entraînement modeste, personnalisé, et équilibré.

Tout ce travail d'ailleurs ne peut s'envisager sans risque qu'à condition que le joueur suive impérativement les règles de l'hygiène sportive et en particulier le respect du repos réparateur. Les « pubalgiens âgés » sont souvent des joueurs désobéissants.

Cet aparté sportif étant précisé, qu'est-ce qu'on peut proposer comme prévention physique ?

Au niveau de la colonne vertébrale où il existe souvent des dérangements articulaires en rapport avec cette affection, il faut réduire les courbures excessives et protéger les articulations et le disque des joints inter-vertébraux par le travail abdominal mais aussi par le développement des muscles spinaux suivant les règles de la bonne kinésithérapie ; le joueur devant acquérir ces notions de verrouillage et de prophylaxie.

Les adducteurs peuvent être préparés en musculation analytique comme le quadriceps et les ischio-jambiers. Cependant, il ne faut pas oublier que le jeu du football développe tout naturellement les adducteurs et le travail demandé à ce niveau ne doit pas être excessif.

Comme nous l'avons remarqué, cette maladie pubienne survient chez des joueurs souvent agressifs utilisant le tackle avec excès et à leur niveau la kinésithérapie offre un intérêt dans leurs associations.

Point n'est besoin d'ajouter un excès de renforcement à plus forte raison si le groupe des abdominaux est négligé. La grande préoccupation vise à entretenir les grands droits de l'abdomen mais surtout à développer les muscles obliques et transverses dans un travail statique d'abord puis dynamique sans excès, afin d'éviter de voir les pubalgiques se présenter avec des « poignées d'amour » au niveau des crêtes iliaques laissant supposer une atonie des obliques (signe de Malgaigne).

Ce renforcement musculaire doit s'effectuer dans les conditions mêmes du geste sportif que représente la frappe de balle après une préparation musculaire analytique. Il permet de répondre à la violence du mouvement, de limiter l'excès de rotation néfaste pour la colonne dorso-lombaire.

L'action de cette musculation est surtout bénéfique pour les muscles grand droit, petit oblique et transverse. Elle paraît illusoire sur presque la totalité du grand oblique qui est formé comme on le sait de fibres aponévrotiques, mais peut-être qu'une bonne carcasse musculaire protège ces entrelacements aponévrotiques et limite l'aggravation des anomalies congénitales préexistantes.

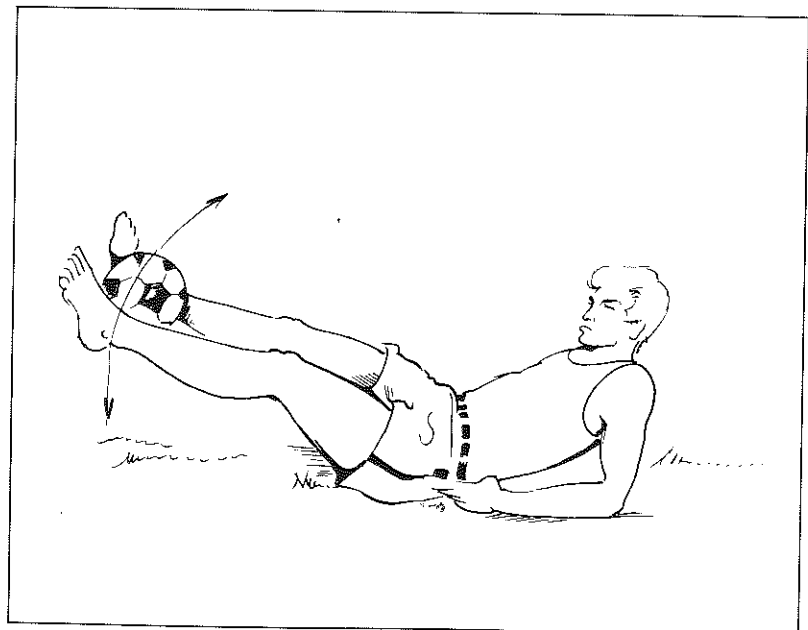
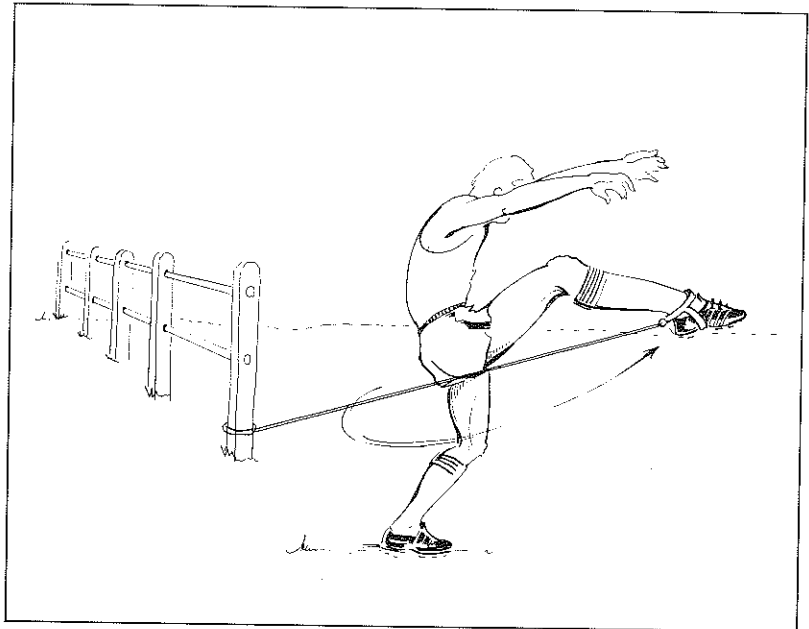
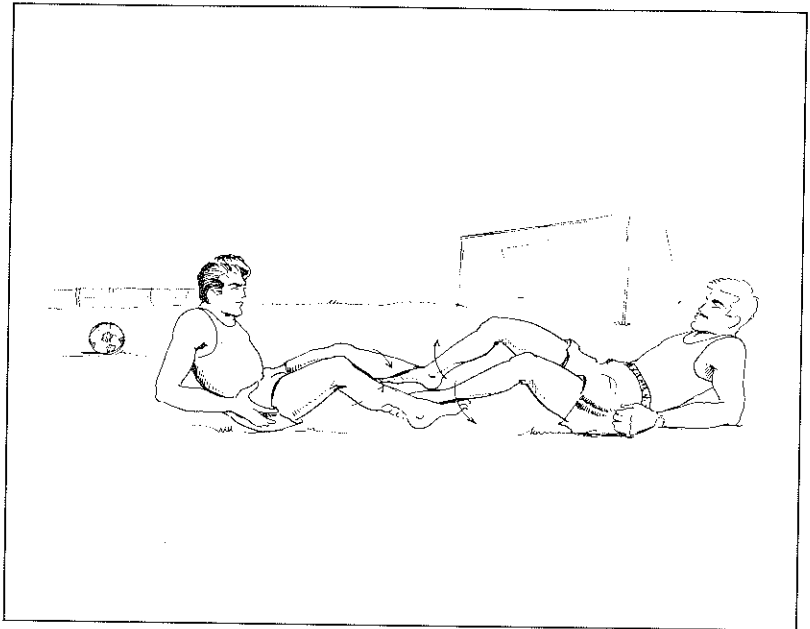
Les muscles adducteurs peuvent être travaillés en isométrie en course interne mais surtout en course externe, c'est-à-dire avec écartement de la cuisse.

Ce travail peut se faire en opposition, l'opposant neutralisant un mouvement qui s'effectue à 30° de flexion de hanche au-dessus de l'horizontal en allant vers l'adduction (intérieur) tout en réalisant une rotation interne du membre inférieur.

Ces muscles doivent être assouplis classiquement par le joueur, mais aussi par le kinésithérapeute. Cet assouplissement demande d'abord plusieurs contractions actives des adducteurs, puis une contraction statique de 6".

Au relâchement, afin d'atteindre l'effet rebond, il faut attendre 15" pour posturer en abduction (écartement) extension de hanche et rotation externe.

Texte et dessins réalisés par le Docteur Alain DUREY



LES ARTS MARTIAUX CHINOIS

Le *wushu*, arts martiaux traditionnels chinois, a suscité un intérêt sans cesse grandissant qui dépasse de loin les limites de la Chine. Il est aujourd'hui pratiqué par des millions de personnes de race, de culture et d'âge différents, et l'expérience a prouvé combien il est utile à la santé. Nombreux sont ceux qui aspirent à le connaître afin d'en bénéficier.



Malgré ses 94 ans, Liu Zhiqing manie toujours son lourd cimeterre avec aisance.

Le wushu hier et aujourd'hui

Sport traditionnel, le *wushu* fait partie de l'héritage culturel du peuple chinois. Enrichi d'apports nouveaux au cours de sa transmission de génération en génération, il attire une foule de gens par ses mouvements gracieux et ses effets salutaires sur la santé.

Les origines du *wushu* remontent à l'âge préhistorique, où nos ancêtres se servaient d'instruments de pierre et de gourdins pour chasser. Or, ils exerçaient cette activité non seulement pour assurer leur subsistance, mais aussi pour se défendre contre les fauves et les serpents venimeux. Dans les conflits tribaux, leurs outils de production devenaient des armes. L'expérience leur avait d'ailleurs appris que dans les batailles, pour écraser leurs ennemis, ils ne devaient pas se contenter d'avoir de bonnes armes, ils devaient aussi se maintenir en pleine forme et maîtriser l'art de la guerre. Ainsi, ils se rendaient compte qu'il leur fallait passer par un entraînement intensif en temps de paix.

Sous la dynastie des Zhou (11^e siècle — 256 av. J.-C.), une sorte de lutte nommée *jiaoli* était inscrite comme sport militaire, au même titre que le tir à l'arc et la course de chars.

Pendant la période des Etats Combattants (403-221 av. J.-C.), il y eut de nombreux stratégestes qui soulignèrent l'importance du *wushu* pour l'édification d'une armée puissante. Dans le *Sunzi*, le plus ancien livre sur l'art de la guerre qui existe encore en Chine, plusieurs chapitres traitent de l'art de "s'entraîner à la lutte et au combat armé, pour être sûr de vaincre en cas d'attaque ou de défense". Parmi les maîtres de l'épée qui s'étaient distingués à l'époque, il y avait un assez grand nombre de femmes. L'une d'elles, qui s'appelait Yuenü, avait été invitée par l'empereur Goujian à exposer ses théories sur le maniement de l'épée, lesquelles furent hautement appréciées à l'époque et par les générations futures.

Sous les dynasties des Qin (221-206 av. J.-C.) et des Han (206 av.-J.-C.-220 ap.J.-C.), des arts martiaux tels que le *shoubo* (lutte) et le *jiaodi* (où les adversaires luttent avec des cornes de bêtes sur la tête) ont vu le jour. De plus, il y avait dans les drames des danses à figures imposées, où l'on se servait d'armes variées, telles que sabres et hallebardes, tout comme aujourd'hui on le fait dans les exercices de *wushu*.

Sous la dynastie des Jin (265-439) et celles du Sud et du Nord (420-581), le *wushu* subit l'influence du bouddhisme et du taoïsme. Ge Hong (284-364), médecin et philosophe taoïste, intégra le *wushu* au *qigong* (exercices de respiration profonde), une branche importante de la médecine traditionnelle chinoise. Sa théorie de "l'habileté corporelle alliée à la maîtrise de la respiration" est généralement reconnue par les athlètes du *wushu* d'aujourd'hui.

Le système des examens d'admission à la Cour impériale, introduit sous la dynastie des Tang (618-907), donna une nouvelle impulsion à l'art martial. Les officiers et les soldats devaient passer quelques épreuves dans ce domaine avant de pouvoir recevoir une promotion. Les titres honoraires, tels que "Guerrier du Courage" et "Guerrier de l'Agilité" étaient décernés aux maîtres éminents du *wushu*.

Sous la dynastie des Song (960-1279), de nombreuses sociétés de *wushu* firent leur apparition. Pendant cette période, beaucoup d'athlètes adroits exécutaient des tours de force dans les rues; leur répertoire comprenait "l'épée contre le bouclier", "la lance contre le bouclier" et d'autres combats armés. D'après une chronique sur la vie de l'ancienne capitale, Kaifeng, ces spectacles de la rue "attiraient une foule de gens tout au long de l'année et par tous les temps".

Sous la dynastie des Ming (1368-1644), le *wushu* connut une prospérité sans égale. Qi Jiguang, un général bien connu, rédigea un ouvrage qui décrivait 16 styles différents d'exercices à main nue et 40 autres exercices à la lance et au gourdin, chaque exercice étant expliqué en détail et accompagné d'illustrations. Il y développait aussi tout un système de théories et de méthodes d'entraînement, apportant ainsi une contribution immense à l'art du *wushu*.

Sous la dynastie des Qing (1644-1911), malgré les ordres impériaux interdisant aux gens ordinaires de pratiquer le *wushu*, des groupes et des sociétés secrètes surgirent l'un après l'autre pour propager ce sport. C'est au cours de cette période que naquirent les écoles du *taiji*, du *pigua* et des *huit diagrammes*.

Depuis la fondation de la République populaire en 1949, on a beaucoup fait pour encourager le *wushu*. On a découvert d'anciennes méthodes, on en a créé de nouvelles. Des compétitions et des démonstrations sont aujourd'hui organisées de temps en temps au niveau national et local. Le *wushu* est inclus dans le programme d'éducation physique des écoles primaires et secondaires. Des classes spéciales ont été mises sur pied par les collèges d'éducation physique et les écoles de sports pour amateurs, destinées à la formation d'athlètes du *wushu*. Les centres d'entraînement créés dans les villes sont très fréquentés.

Le *wushu* se signale par sa richesse et sa variété. Il existe plusieurs dizaines d'écoles et des centaines de méthodes, chaque méthode comprenant des mouvements offensifs et défensifs réglés—coups de pied et de poing, accroupissements, sauts de côté, bonds et virevoltes. La pratique régulière du *wushu* produit des effets bénéfiques non seulement sur les muscles et les os, mais aussi sur les systèmes nerveux, respiratoire et cardio-vasculaire. C'est pourquoi le *wushu* est largement recommandé pour son efficacité à tous ceux qui désirent rester en forme ou guérir d'une maladie chronique.

Le *wushu* est aussi un art de représentation. On le pratique dans les scènes de bataille de l'Opéra chinois et dans les représentations acrobatiques. Beaucoup de mouvements du *wushu* sont aujourd'hui incorporés dans la gymnastique et le ballet, donnant ainsi un goût national très prononcé à l'art chorégraphique chinois.

WUSHI is a comprehensive programme of traditional Chinese martial arts. Its reputation and value as an aid to good health have travelled far beyond Chinese borders.

SPORT INTERNATIONAL describes the main aspects of WUSHU, namely:

- Chinese boxing
- Exercises using weapons – sword, spear, knife, etc.
- Combat exercises.

We owe our information on martial arts in CHINA illustrated with splendid photographs to the courtesy of Mrs SUN, Cultural Attaché at the Embassy of the People's Republic of CHINA in Brussels.

Le wushu et ses caractéristiques

On divise en général le *wushu* en trois catégories: (a) la boxe ou exercices à main nue; (b) les exercices avec armes; (c) les exercices de combat.

La boxe

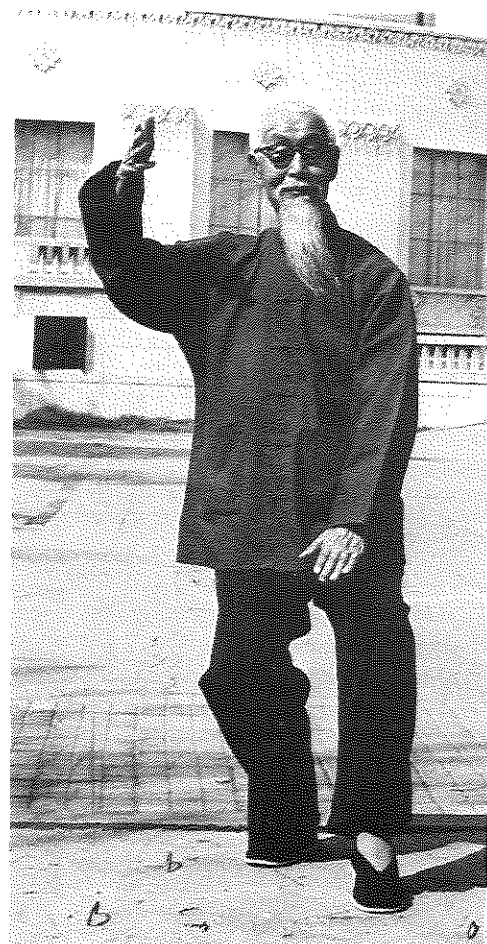
Selon les sources historiques, il existait sous la dynastie des Song des méthodes modèles d'exercices sans armes. Sous la dynastie des Ming, la boxe se divisait en deux écoles: l'école "nei" (interne), qui mettait l'accent sur la défensive, et l'école "wai" (externe) qui mettait l'accent sur l'attaque. Plus tard, une nouvelle évolution de ce sport amena la formation des écoles du Sud et du

Nord, avec le fleuve Chang-jiang comme ligne de démarcation. L'école du Nord se distinguait par des mouvements plus amples et exigeait un plus large espace pour ses exercices. Aujourd'hui, il existe des centaines de styles de la boxe, chacun ayant ses propres traits.

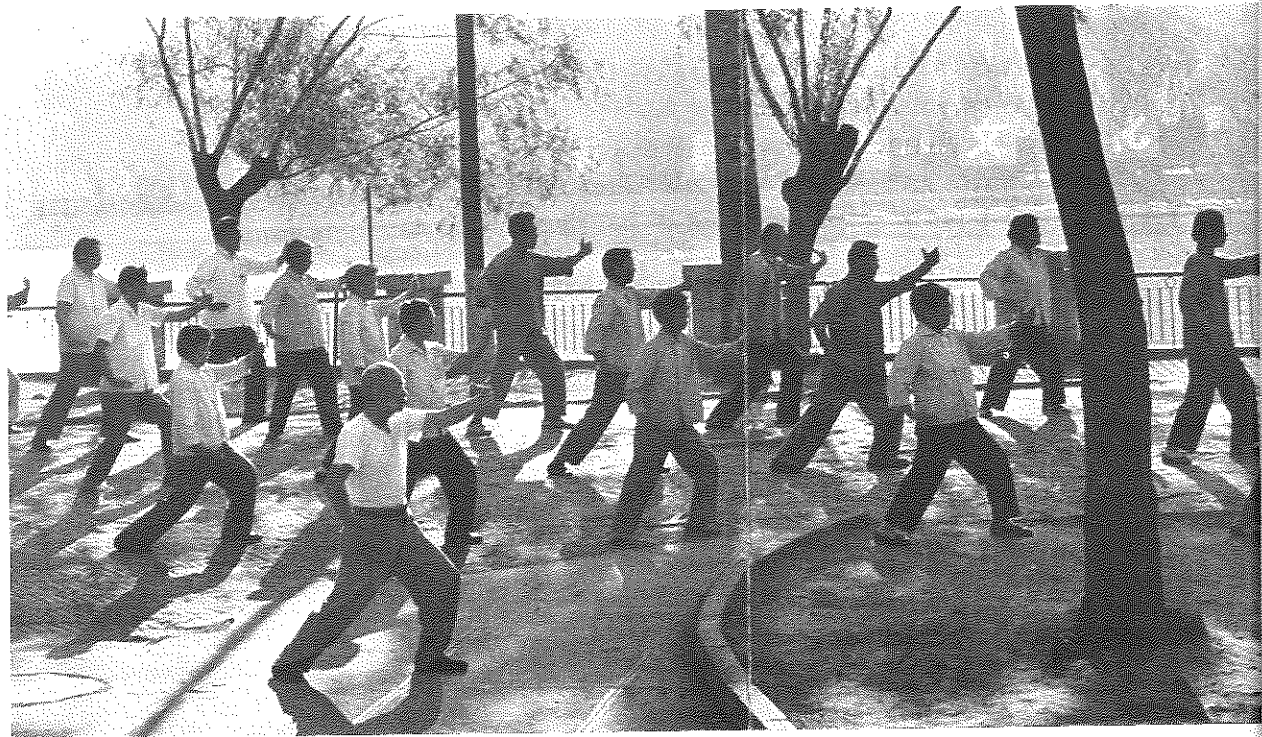


La boxe longue

Le *taijiquan* (boxe *taiji*). Elle vient du district de Wenxian (province du Henan), où elle a pris naissance il y a plus de trois siècles. Avec ses mouvements lents et souples, décrivant des courbes, elle convient aux personnes âgées ou faibles. Elle peut être pratiquée individuellement ou en groupe.



Wu Tunan, un vétéran du *taijiquan*.



Les exercices avec armes

Il existe des dizaines d'armes, surtout d'ancien type, utilisées dans le *wushu*. Bien que leur importance dans la guerre ait diminué avec l'apparition et le développement des armes à feu, leur place dans le *wushu* s'est maintenue.

a) Les armes longues comprennent la lance, le gourdin et le cimeterre (à lame courte et longue poignée, ou l'inverse).

b) Les armes courtes comprennent l'épée (décorée de glands longs ou courts), le sabre et le poignard.

Dans les milieux du *wushu*, tout le monde connaît ce vieil adage: "Le sabre est comme un tigre féroce; l'épée est comme un coup de vent". Avec n'importe laquelle de ces armes, on peut suivre des centaines de méthodes différentes. D'une manière générale, les exercices au sabre sont caractérisés par la force et la vivacité, tandis que ceux à l'épée, par la souplesse et la grâce.

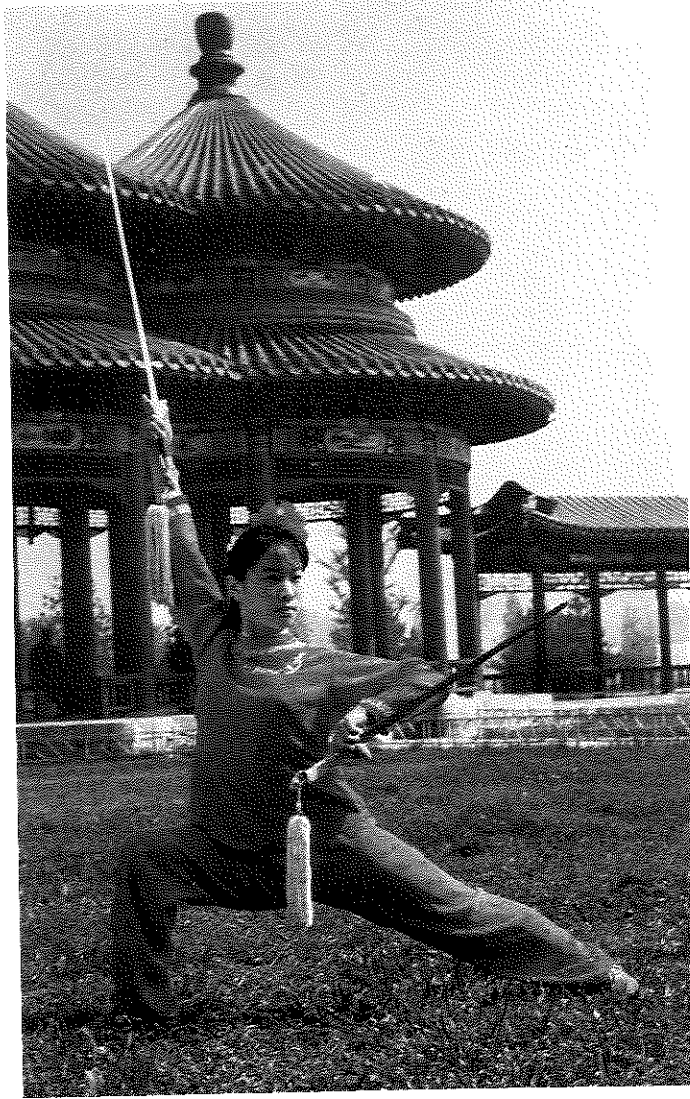




Malgré ses 94 ans, Liu Zhiqing manie toujours son lourd caractère avec aisance.



Démonstration de combat par deux vieux moines du Monastère de Shaolin, l'un armé d'une bêche, l'autre, de deux anneaux de fer.



c) Les armes doubles, telles qu'épées, crochets et poignards, appartiennent en général à la catégorie des armes courtes. Les exercices à deux armes peuvent être faits avec deux armes différentes, comme le sabre et le bouclier, l'un servant à attaquer, l'autre, à se défendre. Ces exercices exigent une parfaite coordination dans les mouvements des mains. Des glands ou des rubans de soie en couleur attachés aux armes rendent la démonstration plus agréable à l'œil.



Les exercices de combat

Les exercices de combat se déroulent entre deux ou plus de deux partenaires, suivant des règles fixes. Ils comprennent la lutte à main nue, le combat avec armes et la lutte à main nue contre un adversaire armé. Qu'ils s'agisse d'attaque ou de défense, les mouvements doivent être aussi naturels que possible et exécutés avec une précision mécanique ainsi qu'une collaboration sans faille entre les partenaires. La moindre erreur gâtera tout et causera de graves blessures. C'est pourquoi on assiste avec émoi aux exercices de combat.

Une autre victoire spectaculaire — un combattant non armé qui bat deux adversaires, l'un armé d'une lance et l'autre, d'un sabre et d'un bouclier.



KNOW YOUR CHAMPIONS



by Colonel P. WIDMARK, Sweden –
Chief, North European Liaison Office

Captain
LENNART PETTERSSON
(Sweden)



Captain Lennart PETTERSSON, born on February 1st, 1951, in Uppsala (40 miles east of Stockholm), a fighter pilot in the Swedish Air Force, has been 6 times CISM PAIM champion (International Military Aeronautical Pentathlon) and an Olympic Bronze medallist team classification in Modern Pentathlon.

He is now a steady familyman with a charming daughter of 8 and a lively son of 3. His clever, devoted and sports-interested pretty wife is called June.

At present PETTERSSON is going through the final conversion into pilot of the fighter version of the Viggen at the Fighter Wing at Norrköping.

He is an experienced fighter pilot with over 1,000 flight hours in the Dragonfighter and is now one of the leading members of his squadron, with prospects of becoming squadron leader in the future.

He has been committed to sports for as long as he can remember. In the beginning, at the age of 6–7, it was football that aroused his interest. As the years passed by he tried, not unsuccessfully, ice-hockey, bandy, skiing (cross-country), table tennis and orienteering. In 1965 as a 14-year-old boy, he came into contact with a successful coach at Uppsala who introduced him to Modern Pentathlon. Already a Jack-of-all-trades, this type of sport suited him well. At the Swedish Junior Championships in Modern Pentathlon the following year a victory in riding and acceptable results in the other branches gave great stimulus to the 15-year-old.

In the years that followed, he reached prominent positions and obtained fine results in many international and domestic competitions. His most creditable results is a bronze medal in the individual contest on the same occasion.

In 1968 he was approved for flying training by the Swedish Air Force.

He soon came into contact with Military Aeronautical Pentathlon. His skill in the different branches of Modern Pentathlon, Duel Shooting, Fencing, Swimming and his excellent general physical fitness soon brought him to the top also in PAIM. Through his interest in ball sports in younger years, he was a "natural" for the "ball-test"; interest and ability for Orienteering was also established in early boyhood. Already at the CISM PAIM Championships in Sweden in 1971 he managed to secure a second place. The following year in Norway he took a 3rd place behind the very distinguished Norwegian Air Force Captain MJELDE and the Swede Hans ANDERSSON, both very successful during the 1960s.

From 1973 until 1982 PETTERSSON has participated in 6 out of the 8 Championships held, winning them all. The victory that was most difficult to win and thus also the one giving most satisfaction was that obtained in Spain in 1980.

The competitions were excellent, the results very fine. The Spanish competitors were at the peak of their form and as a team unbeatable. When the last branch started, PETTERSSON was in 4th place after the Spanish top men PLAZA and LUENGO and the dangerous rival, the Brazilian Major da SILVA Jr. A Bull's Eye and a little more than that was needed to have a chance to win. PETTERSSON carried through the

Orienteering as never before—the will to win, concentration, coolheadedness, an optimal use of all resources—he made use of them all.

By a slight but valuable margin (6 points) he passed his fellow competitors and brought home the victory with a topscore of 4,954 points.

When asked if he will go on competing, he answers without hesitation:

"Probably a few more years. I have still got the ambition, the motivation and the fighting spirit. It is also stimulating that Military Aeronautical Pentathlon is making headway both as regards results and numbers of competitors. The entry of the US with competition practising observers in this year's Championship in Sweden as well as the budding interest in South America and the Middle-East are gratifying examples of this. The chances of meeting sportsmen from different countries with varying backgrounds in competition and during spare time, is both challenging and stimulating."

What is your normal dose of training per week during intense training periods to maintain your standard in Modern Pentathlon and Military Aeronautical Pentathlon?

"To train and train hard is not a 'must' with me, it has become a need that I have to satisfy. Roughly, weekly training includes:

Swimming: 20,000 m.—Shooting: 4×1h.—Running: 70 Kms.—Fencing: 2×2.5 hrs.

Riding: 1×1.5 hrs.—Orienteering: 1×1.5 hrs.—Ball training: 2×30 min."

Next goal?

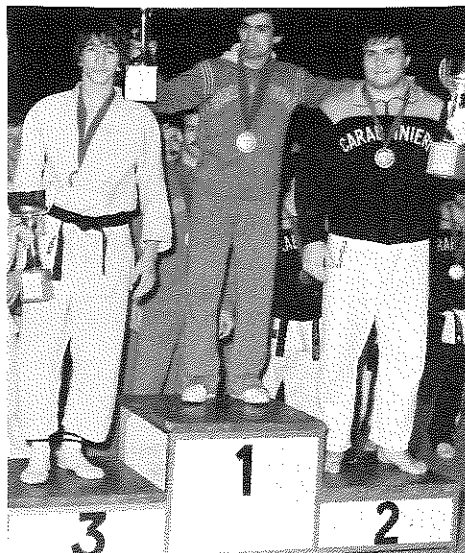
"The CISM PAIM Championship in 1983. A place in the Swedish World Championship Team in Modern Pentathlon in 1983. A place in the Swedish Olympic Team in Modern Pentathlon in 1984."

In connection with CISM PAIM Championship of 1983, the Commander-in-Chief of the Swedish Air Force will present Captain Lennart PETTERSSON with the Gold Star of Sport Merit—the distinguished honour awarded to him by the 38th CISM General Assembly.

L'entraînement rigoureux et absorbant, indispensable pour participer au Pentathlon Aéronautique Militaire International du CISM (P.A.I.M.) est-il compatible avec la vie quotidienne du pilote de chasse moderne? Cette question souvent débattue au sein des Etats-Majors des Forces Aériennes trouve une réponse éclatante dans la présentation du Colonel WIDMARK de la Suède, Chef de l'Office de Liaison de l'Europe du Nord, du Capitaine Aviateur PETTERSSON, six fois champion du CISM, médaille de bronze aux Jeux Olympiques de 1980 en Pentathlon Moderne.

Bravo capitaine Pettersson et bonne chance à Los Angeles dans le Pentathlon Moderne.

CONNAISSEZ VOS CHAMPIONS



Caporal-Chef
FELICE MARIANI
(Italie)



Sport International présente aujourd'hui le Caporal-Chef Felice MARIANI de la « GUARDIA DI FINANZA » – Italie.

Felice MARIANI est né à Rome, le 8 Juillet 1954, ville où il vit depuis toujours.

Il a le diplôme de Géomètre et vit avec ses parents et une plus jeune sœur.

Durant son adolescence, sa grande passion a été le football. Il aspirait à être un athlète de haut niveau. Les circonstances en ont décidé autrement. En 1967, à l'âge de 13 ans, il commença à fréquenter, avec un groupe d'amis, un gymnase de la ville pour pratiquer le culturisme. Mais il se laissa bientôt convaincre par les attraits du Judo: son premier vrai combat sur le tatami suffit à déclencher son enthousiasme pour ce sport.

Avec détermination et volonté, impressionnante pour un garçon aussi jeune, il se donna comme but de devenir le champion, s'entraînant sans arrêt au gymnase, ou en extérieur, avec l'espérance ancrée en lui de pouvoir un jour se rendre au Japon et d'y perfectionner les techniques apprises pendant des heures et des heures de concentration.

En 1969 il devient ceinture noire, gagnant avec régularité tous les championnats italiens. Néanmoins, l'Equipe Nationale lui demeure fermée en raison d'un poids inférieur de 3 kilos à la norme de 57 kilos.

En 1974, il s'enrôla dans le Corps de la « Guardia di Finanza », faisant ainsi partie du Groupe Sportif Militaire « Fiamme Gialle » où il fait du service aujourd'hui encore.

Très peu de temps après son incorporation, l'Agent de la « Guardia di Finanza » MARIANI se présenta aux Championnats Européens Juniors de Tel Aviv les 15 et 16 Novembre 1974 et gagna la Médaille d'Or.

Médaille de bronze en 1975 aux Championnats Mondiaux et en 1976 aux Jeux Olympiques de Montréal, il obtient, par trois fois et consécutivement, la Médaille d'Or aux Championnats Européens des années 1977, 78 et 1979. Exploit qu'il partagera d'ailleurs avec le français MOUNIER.

En 1976 et 1982 il sera réclaté comme Champion Mondial Militaire.

La non-participation aux Jeux Olympiques de Moscou en 1980 fut l'unique regret de cet athlète exemplaire mais sa ténacité n'a pas de limites et c'est avec une préparation athlétique sérieuse et constante qu'il se présentera (ou qu'il participera) aux Jeux Olympiques de LOS ANGELES. Prépa-

ration qu'il suit en étroite collaboration avec le Brigadier TOMMASI, Directeur Technique à la « Guardia di Finanza ».

Les principales techniques employées par le Champion Felice MARIANI sont:

- TAIOTOSHI
- OUCHIGARI
- TOMUENAGE
- IPPON SEONAGE

En outre, il s'est spécialisé dans la lutte à terre, particulièrement avec les techniques d'étouffement et de levier.

Ses principaux hobbies sont: la lecture d'essais de psychologie, et l'écoute de musique légère, en particulier italienne.

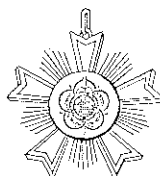
SPORT INTERNATIONAL today presents chief corporal Felice MARIANI of the "GUARDIA DI FINANZA" – Italy – CISM JUDO CHAMPION IN 1976 and 1982.

Born in 1954 in Rome, he turned to JUDO very young, gaining his black belt at the early age of 15, following which he regularly won all the national judo championships. However, he was denied a place in the Italian Judo Team due to his weight being 3 kilos under the reglementary 57 kgs.

Very soon after joining the "GUARDIA DI FINANZA", MARIANI won a gold medal at the European Junior Judo Championship in Tel Aviv in 1974.

The Olympic record of the reigning CISM judo champion is also impressive, including a bronze medal at the World Championship in 1976 and the Olympic Games of the same year as well as three consecutive wins at European championships in 1977, 78 and 79.

CISM champion MARIANI, whose main techniques include the Taiotoshi, Uchigari, Tomuenance and Ippon Seoinage, will be competing in the Olympic Games in 1984 with our best wishes for his success.



*Félicitations
Congratulazioni*





12th VOLLEYBALL Championship

PAKISTAN - LAHORE
DECEMBER, 9th - 20th 1982.



by Wing Commander M. TUFAIL BAJWA,
Secretary, Services Sports Control Board, Pakistan

The competitors form the nine visiting Armed Forces, namely CHINA P.R., EGYPT, JORDAN, IRAQ, TURKEY, SUDAN, LIBYA, PANAMA and KOREA P.R., started arriving in KARACHI on 8th December, 1982 where arrangements were duly made to receive the teams. After being transported to LAHORE and greeted by the Pakistani Armed Forces Reception Committee, they were escorted to the Hotel FALETTI's where their accommodation was organised during the course of the championship.

On the morning of 10th December, General LU TING, Permanent Technical Committee Chairman for Volleyball, led the CISM Chief Delegates in the ceremony of the laying of a wreath at the Tomb of ALLAMA IQBAL, the great philosopher, poet and founder of PAKISTAN. Soon after the preliminary meeting was held in the conference hall at the hotel, AIR COMMODORE RIAZ AHMED warmly greeted all the participants and explained the objectives of CISM. General LU TING also addressed the meeting.

The inauguration of the championship was performed by LT.-GENERAL GHULAM JILANI KHAN, Governor of Punjab, on 10th December to which a large number of civil and military high officials and notables were invited. Later the MAYOR OF LAHORE gave a civic reception in honour of the teams and presented souvenirs to the Chief Delegates.

The preliminary pool matches were played on 11th, 12th and 13th December, 1982. The teams securing 1st and 2nd positions in the preliminary round qualified for the super league. Super league matches were played from 14th to 18th December while during this period the remaining four teams competed for 7th position downwards.

The matches were conducted in a spirit of great cordiality and sportsmanship. The standard of umpiring was also very equitable. The teams displayed great skill and physical stamina and all the teams exhibited a great deal of interest in the contests.

The final was played on 18th December between the two leading teams, namely CHINA and KOREA. CHINA won the Championship Trophy and gold medal after a very keenly contested match. Chief of the Air Staff AIR CHIEF MARSHAL M. ANWAR SHAMIM who was present during the last match

gave away the trophy and medals to the teams. A large number of civil and military high officials and notables attended. Later in the evening, a farewell banquet was held at the hotel with the Chief of the Air Staff as the Chief Guest. The Chiefs of the delegations were introduced to the Chief Guest who later presented souvenirs to them.

The Championship was a great success. We were entertained to thrilling volleyball matches attended by crowds of enthusiastic spectators who readily applauded the teams of their skill. The matches were played in an atmosphere of great sportsmanship and cordiality. We learnt a lot from each other by the exchange of ideas and knowledge.

Also in the programme the competitors were taken on a conducted tour of historic places in and around Lahore and were invited by the Mayor and citizens of LAHORE to a luncheon hosted in their honour.

For a long time to come the spectators in LAHORE will remember the thrill-packed final game in which in an atmosphere of complete fairplay the brilliant skill and powerful smashing by the Koreans came up against the superior spiking ability, overall consistency and unrelentless onslaught of the Chinese. A match to be remembered indeed!

C'est avec un plaisir certain que les 10 équipes inscrites au championnat de VOLLEYBALL du CISM se sont rendues à LAHORE. Le PAKISTAN en effet renouait avec l'organisation d'un championnat. Sa délégation l'a fait dans la meilleure des traditions: organisation minutieuse, cérémonial précis, réception élégante et haute en couleur.

Bien qu'aucune équipe d'Europe ou d'Amérique ne participait, le championnat a connu un succès sportif et de foule extraordinaire, démontrant une nouvelle fois l'universalité du CISM.

La Finale R.P. Chine - R. de Corée a été superbe sous tous les aspects.

Classification:

1. People's Republic of CHINA
2. Republic of KOREA
3. Arab Republic of EGYPT
4. Republic of IRAQ
5. Republic of TURKEY

6. Islamic Republic of PAKISTAN
7. Hashemite Kingdom of JORDAN
8. Democratic Republic of SUDAN
9. Republic of PANAMA
10. LIBYAN Arab Socialist People's Jamahiriya





25th SKI WEEK

NORWAY JORSTADMOEN
MARCH, 14th - 19th 1983

The silver patrol from Norway.

PARTICIPATING NATIONS: 9

FR Germany, Austria, France, Italy, Netherlands, Sweden, Switherland, Finland and Norway.

CISM OFFICIAL REPRESENTATIVE:

Major General J C Pennington, USA, Executive Committee Member and Vice President of CISM

Le programme de la «Semaine du Ski» du CISM se complète d'année en année.
Actuellement il comprend:

Des épreuves Nordiques = ski de fond

1. 15 kilomètres – Course de fond individuelle
2. 20 kilomètres – BIATHLON.

Le Tir a lieu après:

les 4ème et 12ème kilomètres en position couchée (5 coups par poste),
les 8ème et 16ème kilomètres an position debout (5 coups par poste).

3. 25 kilomètres – Course de patrouille.

– Une patrouille est composée d'un officier ou d'un sous-officier (Chef de patrouille) et de trois coureurs.
– Le Tir a lieu après 16,6 Km. Les 3 membres de la patrouille tirent chacun 3 coups en position couchée.

Une épreuve Alpine

4. Slalom géant – 2 manches
Des points FIS sont attribués.

Une épreuve composée (Nordique–Alpine)

5. Combinaison de slalom géant et de 15 kilomètres de Biathlon. Tir après 5 et 10 Km (5 coups en position couchée)

Grâce à la délégation norvégienne et à son organisation exemplaire la Semaine du Ski 1983 a connu un succès total.

Angerer, Notz, Fischer, Schweiger (BRD).
Champion of 25 km biathlon patrol.



Peter Angerer,
BRD – Champion of 20 km biathlon.





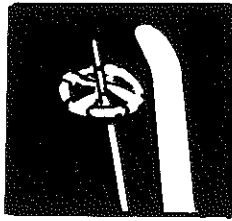
"The world best ski soldier", Serg F. Fischer, BRD.

RESULTS—25th CISM SKI-WEEK—NORWAY

1. BIATHLON 20 KM		Team classification	
Individual classification		1. Austria (Herzog, Riedelsberger, Kraml)	49.60
1. Serg P Angerer, BRD	1.10.23.8	2. Fr Germany (Felbinger, Pistor, Stuffer)	60.39
2. Own A Eder, AUT	1.11.54.0	3. Sweden (Neurlessner, Stenmark, Nilsson)	66.59
3. Serg A Schweiger, BRD	1.13.28.9	4. TRIATHLON	
4. Priv E Antila, FIN	1.13.46.5	Individual classification	
5. Corp E Reiter, BRD	1.14.31.3	1. Serg F Fischer, BRD	85.39
6. Segt E Tiitola, FIN	1.14.31.4	2. Gfr A Naepflin, SUI	108.12
Team classification		3. Fus W Siegfried, SUI	110.09
1. FR Germany (Angerer, Schweiger, Reiter)	3.38.24.0	4. Gfr B Heinzer, SUI	121.17
2. Finland (Antila, Tiitola, Mækkiryø)	3.43.25.4	5. Cch D Michaud, FRA	122.96
3. Norway (Storsveen, Skogseid, Tvinnereim)	4.00.19.6	6. Kpl H Muehibacher, AUT	135.61
2. CROSS COUNTRY 15 KM		Team classification	
Individual classification		1. Switzerland (Naepflin, Siegfried, Heizer)	339.38
1. Men P K Aaland, NOR	42.02.6	2. FR Germany (Fischer, Hoeck, Fischer)	423.09
2. Priv A Karvonen, FIN	42.10.2	3. Austria (Muehibacher, Klinger, Wieser)	434.97
3. Serg D Notz, BRD	43.05.0	5. 25 KM PATROL RACE	
4. Lt T Gullen, NOR	43.14.3	1. GR Germany I	
5. Priv H Torvi, FIN	43.17.1	(Notz, Angerer, Fischer, Schweiger)	
6. Corp S Mattson, SWE	43.45.8	2. Norway I	
Team classification		(Kolstad, Storsveen, Skogseid, Tvinnereim)	
1. Norway (Aaland, Gullen, Tvinnereim)	2.09.16.5	3. Norway II	
2. Finland (Karvonen, Torvi, Leinonen)	2.10.04.2	(Gullen, Aaland, Anmarkrud, Båsen)	
3. FR Germany (Notz, Schoebel, Zipfel)	2.11.34.3	4. FR Germany II	
3. GIANT SLALOM		(Zipfel, Pichler, Reiter, Hoeck)	
Individual classification		5. Finland I	
1. Gfr W Herzog, AUT	2.11.09	(Mækkiryø, Tiitola, Antila, Takala)	
2. Priv B Felbinger, BRD	2.11.23	6. Switzerland II	
3. Corp G Neurlessner, SWE	2.11.81	(Beaud, Brechbuhl, Ambuhl, Jacot)	
4. Fus J-L Furnier, SUI	2.12.06		
5. Gfr E Riedelsberger, AUT	2.12.85		
6. Corp C Gaidet, FRA	2.15.63		

The winner of 15 km cross country, P. K. Aaland, Norway, together with Maj Gen Bangstad, Norway, and Lt Col Ø. Brandzæg, Chief coordinator of the Organizing Committee.





For the fourth time in sports history, NORWAY hosted the CISM Military Ski Championship, and for the third time within 15 years the events were arranged by the Norwegian Army Signals School and Training Centre located at LILLEHAMMER.

Lillehammer, situated approximately 250 km north of OSLO, is a very popular tourist centre, and the town is the candidate venue for the 1992 winter Olympic Games.

Even with a winter of abnormally low levels of snow, the cross-country events were conducted on well-prepared courses.

Concerning the alpine events, we had to move from BRUMMUNDAL, near LILLEHAMMER, to HEMSEDAL, an alpine center in the mountain area approx. 250 Km. west of Lillehammer.

Of course this involved some complications, but with good sportsmanship by both the organizer and the participants, this extra trip through beautiful Norwegian nature will evoke good memories.

Many well-known skiers met in LILLEHAMMER. Coming straight from the Homenkollen Skifestival the week before with world cup competitions, both in Cross-Country and Biathlon.

From Federal Germany came the fresh winner of the World Cup, Peter ANGERER, together with Andreas SCHWEIGER, Fritz FISCHER and Peter ZIPFEL.

From Switzerland: Beat MEIER, from Sweden: Lars-Göran TORSTENSON and Stig MATTSON, from Finland: Erkki ANTILA, Aki KARVONEN and Erkki TIITOLA and from the home country: Per Knut AALAND, Tore GULLEN, Lars Erik ERIKSEN and Rolf STORSVEEN.

The opening ceremony took place on Tuesday in a simple but stylish way. Colonel Per SØRLIEN, the Commander of the Norwegian Army School and Training Centre welcomed the participants to JØRSTADMOEN in the hope of equal conditions for all.

The 25th CISM Ski Championship was officially opened by Major General Egil INGEBRIGTSEN, Inspector General of the Norwegian Army, in the presence, among others, of the CISM Official Representative, Major General J. C. PENNINGTON (U.S.A.).

The competitions started on Wednesday with the 20 Km Biathlon and the first event in Triathlon, 15 Km Biathlon, and this day was won by the Germans.

Nobody in the world could threaten the best Triathlete this winter, sports soldier Peter ANGERER.

Alfred EDER, from Austria, came in second, after leading the race for much of the time.

The achievement of the German team was further empha-

sized by the bronze medal won by Andreas SCHWEIGER.

For the 15 Km with shooting in Triathlon event, the winner was according to the programme, Fritz FISCHER (B.R.D.), the champion last year in Finland.

On Thursday the weather conditions were rather bad with snowfall and rain.

Fritz FISCHER redeemed in Triathlon, while the fastest runner in Giant Slalom in Triathlon was Karl WIESER, Austria.

The winner in Giant Slalom was another Austrian, Werner HERZOG.

The 15 Km Cross-Country developed into an exciting trial of strength between Asko KORVONEN from Finland and Per Knut AALAND from Norway. A very strong finish by AALAND was rewarded with gold medal.

One of the great veterans in Military Ski Sport as well as in civilian, and last year's champion, Lieutenant Tore GULLEN, Norway, came in fourth. In 1974 he had won the 15 Km at JØRSTADMOEN.

The patrol race, 25 Km Biathlon, which was formerly an Olympic event, also gave us a grand demonstration of military skiing this year.

As Mr. Kauko PALVALIN had warned us from the Championship results in Finland last year, Switzerland interrupted Nordic supremacy in this most appreciated discipline of military skiing by winning, for the first time, the Challenge Cup, a prize that from 1966 onwards has either been in the possession of Norway or Finland.

This year we witnessed a really fine fight between the patrols from Germany and Norway.

With four of the best Biathletes in the world, the German patrol took home the gold medal thanks to some excellent shooting. The two patrols from Norway won the silver and the bronze medals, and the second patrol from Germany was fourth.

A closing ceremony, with dinner and prize-giving, took place in the soldiers' mess at JØRSTADMOEN.

Chief of Staff/Headquarters Defence Command Norway, General Rolv EIOS, presented the prizes.

Major General J. C. PENNINGTON declared the games closed and handed over the CISM flag to the Representative of the Championship of next year in Sweden, Lt.-Colonel G. ANDERSSON.

The General stated: "In summary, this competition was arranged in an impressive and highly professional manner in keeping with the finest of CISM traditions and reflecting great credit on the Norwegian Armed Forces.

All participants demonstrated a high standard and sportsmanship, and were a credit to their countries and CISM."

by Lt. Colonel Per VEIBY
Secretary of the PTC for SKIING

البطولة العالمية العسكرية

32 للعدو الريفي

32^{ème} CHAMPIONNAT DU MONDE MILITAIRE DE CROSS COUNTRY

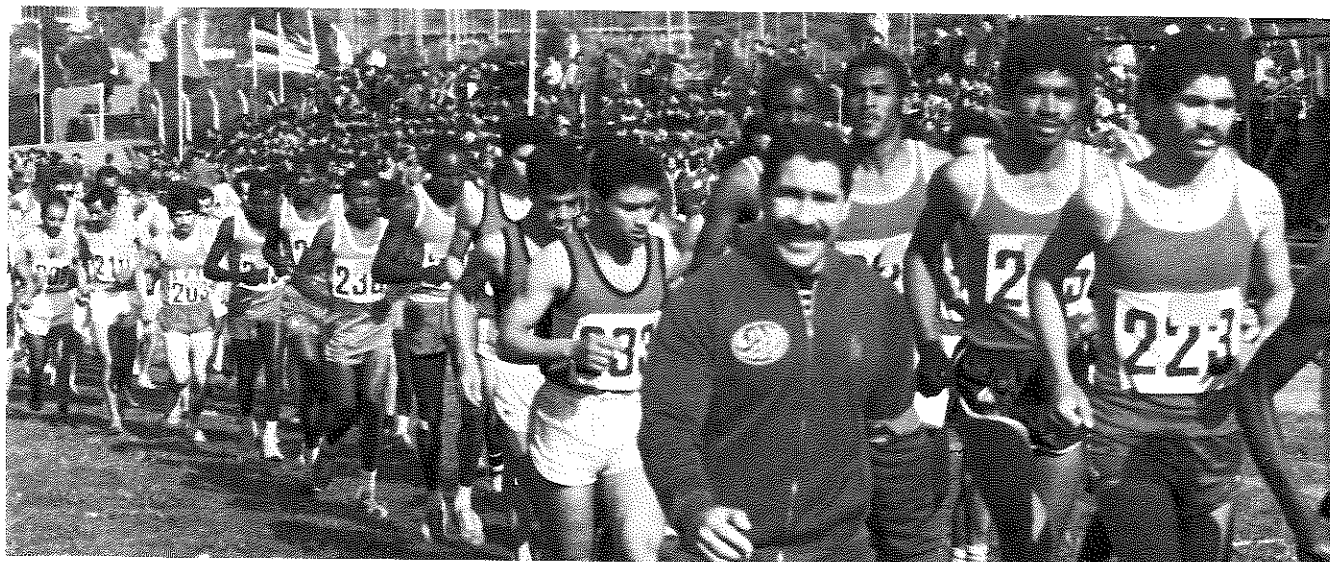
الجزائر من 4 إلى 9 أبريل 1983 / ALGER DU 4 AU 9 / 4



- PAYS HOTE: ALGERIE
- DATES: 4-9 Avril 1983
- REPRESENTANT OFFICIEL: Général de Division J. BRESSON – France, Membre du Comité Exécutif.
- COMITE D'ORGANISATION:
 - Lieutenant-Colonel ALI TOUNSI, Chef de la Délégation Algérienne, Membre du Comité Exécutif.
 - Commandant KHADARI ABDELLI, Président du Comité Technique Permanent du Cross-Country.
- Commission Technique:
 - Mr. Djamel SI-MOHAMED, Président de la Fédération Algérienne d'Athlétisme
- Jury Technique: Président: Capitaine M. GAMOUDI (Tunisie)
- PAYS PARTICIPANTS:
BAHREIN, BELGIQUE, DJIBOUTI, FRANCE, GABON, HOLLANDE, ITALIE, IRAN, JORDANIE, KOWEIT, LIBYE, MAROC, NIGERIA, OUGANDA, PORTUGAL, SOUDAN, TUNISIE, U.S.A.

CONSIDERATIONS

- Remplaçant au pied levé la Délégation Grecque, qui avait préféré organiser le Championnat de Natation, la Délégation d'Algérie a parfaitement réalisé le tour de force de mettre sur pied, en un temps très court, le Championnat de Cross-Country.
- Des moyens matériels et humains considérables ont été fournis, démontrant que le support des Autorités Militaires et Civiles était acquis.
- Les résultats ont une nouvelle fois mis en lumière la grande aptitude de l'Algérie, du Maroc et du Soudan pour la course d'endurance en tous terrains.
- Seule la Tunisie ne parvient plus à trouver les successeurs de ses grands athlètes dont GAMOUDI a, si longtemps, été le chef de file.
- A épinglez: la victoire de AHMED SALAH de Djibouti, apportant ainsi à son pays, nouvellement affilié au CISM, sa première victoire. Bravo!
- Satisfaction encore: le progrès des participations au Cross féminin. La victoire de son équipe aura fait bien plaisir au Lieutenant-Colonel HOGUE (Micki King), Président du Comité Technique Féminin du CISM.
- Les Délégués et Compétiteurs ont été heureux de revoir le Lieutenant-Colonel A. BEKKA, Ministre de la Jeunesse et des Sports, ancien Membre du Comité Exécutif du CISM, à l'occasion de la remise des récompenses.
- Disons enfin que l'accueil des Délégations a été très chaleureux et a confirmé le sens de l'hospitalité et du devoir des Cadres Algériens.
- Cette nouvelle et brillante réussite est tout à leur honneur.



32ème Championnat de Cross-Country, Algérie, Alger, 4-9 Avril 1983

Pays participants: 19

Algérie, Bahrein, Belgique, Djibouti, Etats-Unis, Gabon, Iran, Italie, Jordanie, Koweït, Libye, Maroc, Nigéria, Ouganda, Pays-Bas, Portugal, Soudan, Tunisie.

Représentant Officiel du CISM: Général de Division J. BRESSON (France).

Président du C.T.P.: Commandant KHADARI ABDELLI (Algérie).

CROSS COURT (5 KM)

Classement individuel

- | | |
|--------------------------|---------|
| 1. S. AHMED (Djibouti) | 14'52"7 |
| 2. M. GUELLI (Italie) | 14'53"4 |
| 3. VAN HUYLEN (Belgique) | 15'03"7 |

Classement par équipe

- | | |
|-------------|-------------|
| 1. Algérie | (18 points) |
| 2. Italie | (19 points) |
| 3. Belgique | (24 points) |

CROSS LONG (11 KM 500)

Classement individuel

- | | |
|-----------------------------|---------|
| 1. A. MOUSSA (Soudan) | 35'28"5 |
| 2. E.-H. ABDENOUZ (Algérie) | 35'35"2 |
| 3. J. SHEERAN (U.S.A.) | 35'36"8 |

Classement par équipe

- | | |
|------------|--------------|
| 1. Algérie | (45 points) |
| 2. Maroc | (126 points) |
| 3. U.S.A. | (135 points) |

CROSS FEMININ (4 KM 500)

Classement individuel

- | | |
|------------------------|---------|
| 1. A. WEBER (U.S.A.) | 18'09"5 |
| 2. D. HEATON (U.S.A.) | 18'43"8 |
| 3. M. RIVIERE (France) | 18'50"6 |

Classement par équipe

- | | |
|-------------|-------------|
| 1. U.S.A. | (11 points) |
| 2. Belgique | (15 points) |
| 3. France | (24 points) |

DEROULEMENT DE CES CHAMPIONNATS:

Conformément aux règlements des procédures et au programme des activités établi par le Comité d'Organisation, une conférence préliminaire a eu lieu le 6 Avril 1983 à 10 H 00 à la salle de conférence de l'Hôtel du Port lieu d'hébergement des Chefs de Mission des Délégations participantes.

Après une allocution de bienvenue du Lieutenant-Colonel TOUNSI Ali, Chef de la Délégation Algérienne au Conseil International du Sport Militaire et Président du Comité d'Organisation, qui présenta Monsieur le Général de Division JACQUES BRESSON, Représentant Officiel du Conseil International du Sport Militaire ainsi que le Commandant ABDELLI Khadari, Président du C.T.P. Cross-Country, tout en faisant un bref exposé sur l'organisation de cette 32ème Edition de Cross-Country.

Le Général J. BRESSON Représentant Officiel du C.I.S.M. passe en revue, un détachement d'honneur au Carré des Martyrs, il était accompagné du Lt Colonel ALI TOUNSI, Chef du Service Central des Sports Militaires.



Le Représentant Officiel du Conseil International du Sport Militaire au cours de son intervention mit l'accent sur la parfaite organisation basée sur la principale devise du Conseil International du Sport Militaire: « Amitié – Loyauté – Fraternité ».

Ensuite, le Président de la Commission Technique, Monsieur SI-MOHAMED Djamel, Président de la Fédération Algérienne d'Athlétisme procéda au tirage au sort du Jury Technique, avec l'élection du Capitaine GAMOUDI (TUNISIE) comme Président, et de quatre Membres, tous Entraîneurs, des Pays suivants: BELGIQUE, ALGERIE, NIGERIA, OUGANDA.

Les loges de départ furent également désignées par tirage au sort.

Dans l'après-midi, le Jury Technique procéda à la reconnaissance du parcours de la Compétition et à son Officialisation; Cette journée du 6 Avril 1983 fut clôturée par une réception, offerte par le Colonel BOUHDJA Commandant la 7ème Région Militaire qui invita le Représentant Officiel du Conseil International du Sport Militaire, le Président du Comité Technique Permanent de Cross-Country ainsi que tous les Chefs de Mission des Pays participants.

A la fin de toutes ces activités, le Comité d'Organisation convia, à 21 H 00, tous les participants à un Banquet final qui a eu lieu dans une ambiance de fête, animé par un orchestre qui entonna les airs nationaux respectifs de toutes les Nations participantes.

Cette soirée fut couronnée par la remise des trophées aux vainqueurs en individuel et par équipe et par des échanges de cadeaux et de souvenirs.

The Algerian delegation definitely deserves an "Oscar" for the brilliant and successful series of big events they have organised over the last few years.

CROSS COUNTRY was another confirmation of the ability of the Algerian military and civilian sports leaders to cope with organisational problems.

Mention should be made of:

- 1. the present superiority of the long-distance runners of Algeria, Sudan and Morocco.*
- 2. the surprising first gold medal for Djibouti, recently affiliated to CISM, thanks to the victory of the short-cross run by S. AHMED in 14'52"7*
- 3. the progress of the feminine runners.*

Well done Algeria!

We were very pleased to meet once again Lieutenant-Colonel BEKKA, former CISM Executive Committee Member and currently the Minister of Youth and Sport in ALGERIA.



Remise des Médailles aux Lauréats du 32e CROSS-COUNTRY par S.E. Mr BEKKA, Ministre Algérien de la Jeunesse et des Sports et Ancien Membre du Comité Exécutif du C.I.S.M.