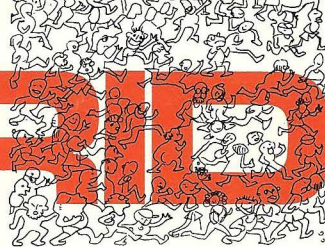
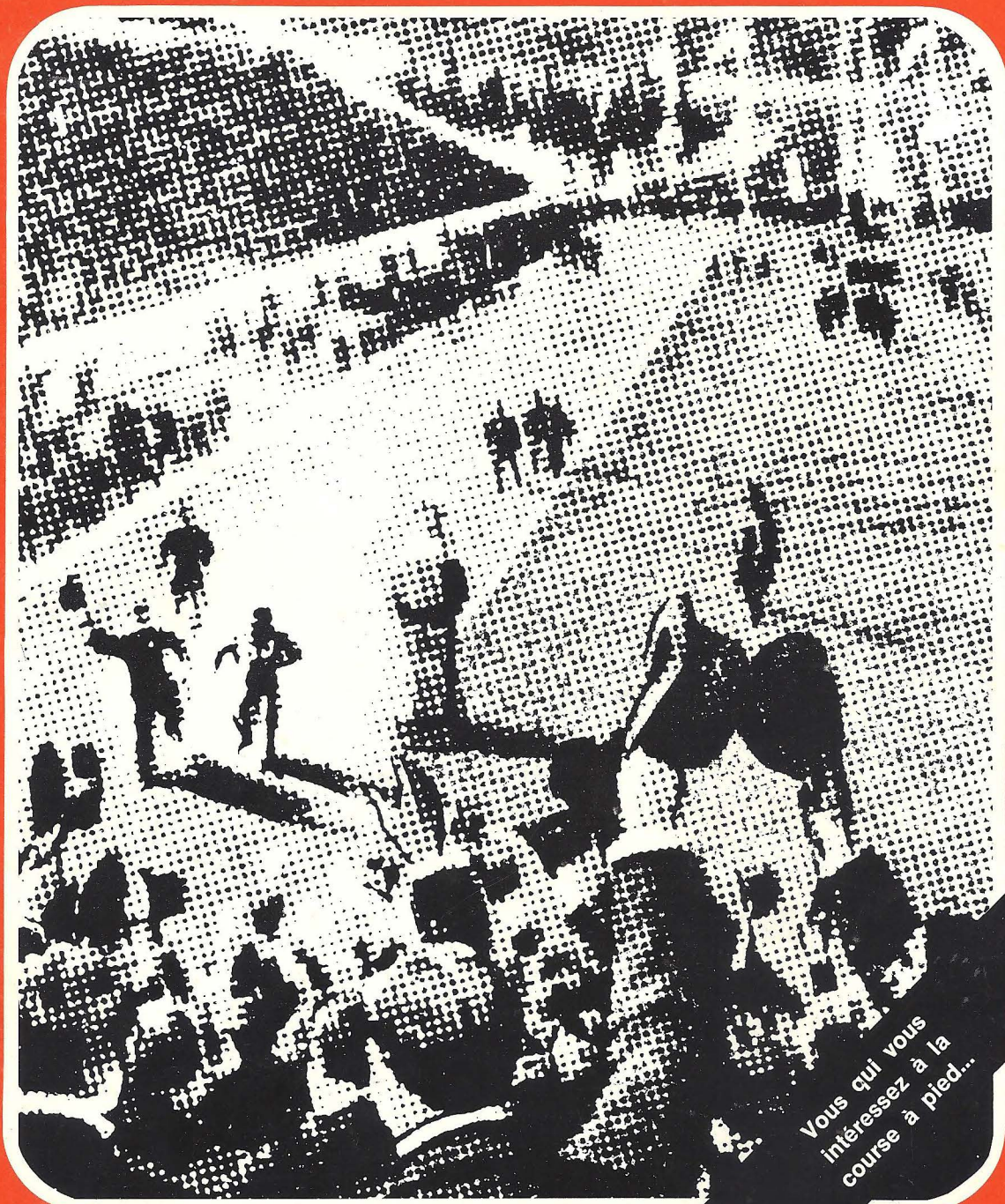


SPINDON



revue internationale de course à pied

no de lancement - février 1972



Vous qui vous intéressez à la course à pied...

Rédacteur responsable :

Noël Tamini (CHP Genève), Muttenz

Secrétaire de rédaction :

Micheline Clerc, Bâle

Co-rédacteur :

Yves Jeannotat (Lausanne-Sports), Macolin

Collaborateur pour la Belgique :

Christian Liégeois (AC Bertrix Basse Se-
mois), 9A Warmifontaine B-6620 Neuf-
château

Collaborateur pour la France :

Jean Ritzenthaler (CSL Neuf-Brisach),
1, route du Vin F-68 Kientzheim

Collaborateur pour le Québec :

Francis Vuistiner (MRFA), 3455 Aylmer
Str. 210, Montréal 130

Traductions :

Manuel Bueno (CHP Genève), Meyrin ; **Eva
Hejda**, Fribourg ; **Michel Jossen** (LAC
Bienne), Schlosswill ; **Noël Tamini**, Muttenz

Statistiques :

Antonin Hejda (CA Fribourg), Fribourg

Graphisme :

Karel Matejovsky (Stade-Genève), Genève

Photographie :

Marc Salamin, Rolle et **Yves Jeannotat**

Comptabilité :

Jean-Daniel Dulex (LAS Brühl), Gossau

Correspondants :

En Allemagne, en Tchécoslovaquie, en
Grande-Bretagne, au Japon et aux États-
Unis

Administration et impression :

Etablissements Cherix et Filanosa S. A.,
3, avenue Viollier, 1260 Nyon

Dans le prochain numéro :

- *De bien meilleures performances encore*
un article fondamental du Dr van Aaken
- *Des marathoniens britanniques parlent*
- *1500 m féminin ; 1500 m, 5000 m, 10 000 m
et marathon :*
les dix meilleures performances nationales
1971 aux États-Unis, en Finlande, en Allema-
gne fédérale, en France, en Norvège, en
Tchécoslovaquie, etc.
- *Entretien avec Jean-Pierre Spengler à son
retour du Japon*
- *La rubrique « VÉTÉRANS », avec tous les
détails concernant les « Joutes mondiales »
des 15 et 16 septembre 1972 à Bensberg
(Allemagne fédérale)*
- *La tribune des lecteurs*

Au programme :

Numéro de juin :

- Une étude sur les 100 km de Bienne, d'Unna
et de Sittard (avec les 50 premiers classés
de 1971)
- Un article inédit du Dr van Aaken

Numéro d'août :

- Une étude sur les courses alpestres (Tour
des Dents-du-Midi, Fionnay-Panossière, etc.)

Numéro d'octobre :

- La liste complète des coureurs ayant réalisé
moins d'une heure sur la distance classique
de Morat-Fribourg (16 km 400)
- La doyenne des courses à pied : Bechovice-
Prague, « née » en 1897 : avec des docu-
ments et photos inédits

*Et chaque numéro avec toutes les rubriques
habituelles*

Paraît au moins six fois par an : en avril, juin, août, octobre, décembre et février.
Prix d'abonnement annuel : **SUISSE** : 22 francs (CCP 40-24 313 N. Tamini, Spiridon, Bâle).
BELGIQUE : 250 francs (CCP 153.78, Agence Caisse générale d'épargne et de retraite,
Neufchâteau ; mentionner Spiridon). **FRANCE** : 30 francs (CCP 1542-19 P. Ritzenthaler,
Strasbourg ; mentionner Spiridon). **CANADA** : 9 dollars (F. Vuistiner, 3455 Aylmer Str. 210,
Montréal 130 ; mentionner Spiridon). Autres pays : prix sur demande.

*La reproduction de tout ou partie des articles est autorisée à la condition de mentionner
le nom de l'auteur et « SPIRIDON ».*

EDITORIAL

Elle n'avait jamais vu un homme comme ça

Un soir d'hiver, lugubre comme ils le sont tous de novembre à mars. Tout au long de la morte saison.

Il rentrait chez lui à la fin d'une journée au bureau. Lampe de poche d'une main, réflecteur à l'autre bras, visière bas sur les yeux, il courait. C'est ainsi qu'il était venu au travail, c'est ainsi qu'il s'en allait.

C'était un simple marathonien à l'entraînement du soir.

Tout au long de l'automne, il s'était saoulé de couleurs et de senteurs. Le parfum de la mousse, les cris des oiseaux, les déboulés des écureuils, et ce soleil qui n'en finissait pas de descendre à l'horizon, de jeter de chaudes couleurs sur les arbres de la forêt. Il s'était enivré de tout cela, sachant que bientôt les matins et les soirs seraient sombres, fades et sales.

Peu à peu, il avait dû abandonner la forêt, à la recherche de routes balayées par les phares des voitures.

Il courait. A quelques foulées, le fleuve pollué. Au-dessus de lui, un train se forma tout à coup dans le fracas des wagons que l'on assemble. « Hop Suisse ! », cria un cheminot.

Il courait. Se faufilant parmi les passants pressés, évitant les cyclistes pensifs, se hâtant devant les voitures et les trams. Ah ! les voitures... leurs gros yeux éblouissants, et surtout leur haleine empoisonnée !

Il courait. Ses pensées, elles aussi, couraient. Ou plutôt elles vagabondaient, du passé le plus lointain au présent le plus immédiat, avec de grisantes plongées dans un futur attrayant ou attristant.

Non, il n'avait pas vu la petite fille. Du moins il ne l'avait pas regardée. Peu importe. Il se dit ensuite que c'était une silhouette de sept ou huit ans... « Qu'est-ce tu fais ? » La silhouette avait une voix de fillette. Il avait répondu quelque chose au passage.

« Qu'est-ce tu fais ? » Quelle question !

Un homme qui marche, un homme sur un vélo, un homme au volant, la petite fille savait ce qu'ils faisaient : elle en voyait chaque jour. Des hommes qui courent derrière un ballon, des hommes qui zigzaguent sur la neige ou qui glissent sur la glace, la petite fille les connaissait bien. Elle les voyait dans les journaux, les magazines, à la télévision.

D'ailleurs, elle en savait des choses, la petite fille. Elle avait vu des soldats tachés de vrai sang, des messieurs tués d'un coup de poignard, des enfants mourant de faim et même un jour un clown triste. Souvent aussi des dames et des messieurs tout nus, tellement nus qu'ils allaient sûrement prendre froid. Oh oui, elle en savait des choses, la petite fille.

« Qu'est-ce tu fais ? » Cet homme-là qui courait dans le noir et dans le froid, avec sa lampe de poche et ces curieux habits, alors ça, non, elle n'avait jamais vu un homme comme ça. Et elle avait crânement posé sa petite question. C'est bien normal quand on ne comprend pas.

« Qu'est-ce tu fais ? » qu'est-ce que je fais ? Oui, en fait, qu'est-ce que je fais là ? Il avait réfléchi un petit coup, le marathonien. Mais il savait tellement bien ce qu'il faisait, en courant sur l'asphalte de la ville, ce soir d'hiver, tous les soirs et les matins d'hiver, tous les jours de l'année.

— Qu'est-ce tu fais ?

— Ben, je vis, quoi ! ou du moins, j'essaie.

Noël Tamini

Spiridon arrive!

« Avril 1896. Les premiers Jeux olympiques modernes vont s'achever. 25 athlètes se sont rassemblés à Marathon... »

MARATHON, c'est un petit village aux jolies maisons blanches, serrées autour de l'église. Erigé sur la place publique, un monument parle de ceux qui sont tombés au cours de la guerre.

En aval, une vaste plaine couverte d'oliviers et d'orangers. C'est là que, selon la mythologie, vivait un taureau furieux, le monstre tué par le héros Thésée.

Et dans la plaine, il y a ce tumulus élevé à la mémoire des 192 Athéniens (ironie du sort : le casque de Miltiade, leur chef, est exposé au musée... d'Olympie) qui périrent là vers 490 avant Jésus-Christ.

« Les coureurs sont au départ. Des Grecs pour la plupart, mais aussi l'Américain Blake, l'Australien Flack et le Français Lermusiaux. Les Grecs sont animés d'une implacable volonté de vaincre. De vaincre pour « sauver l'honneur de la patrie ».

« Les concurrents sont accompagnés de cavaliers chargés de contrôler la régularité de l'épreuve. Flack, Lermusiaux et Blake mènent tour à tour. Pas de Grec en tête ? La nervosité croît parmi les 70 000 spectateurs qui emplissent le stade... »

C'est l'ancien stade panathénaïque, dessiné par Lycurgue en 350 avant Jésus-Christ et pour la circonstance reconstruit en 18 mois. Tout est en magnifique marbre du Penthélique, cette colline blanche qui domine la plaine de Marathon.

« Les premiers Jeux olympiques de l'ère moderne vont s'achever. Pas la moindre victoire grecque !... »

« Mais l'on apprend que Blake a abandonné dans la plaine de Spata. Que Lermusiaux, puis Flack ont également renoncé. Un Grec serait même en tête, le grand et mince SPIRIDON LOUIS ».

Pour les uns, Louis était berger ; pour les autres, il aurait occupé un emploi de facteur intérimaire pour mieux se préparer à cette course. Quoi qu'il en soit, tout à fait inconnu au départ, SPIRIDON devenait héros national en moins de trois heures (exactement 2 h. 58' 50").

« IL ARRIVE... » La foule s'est dressée d'un seul mouvement, dans un tonnerre d'acclamations ».

« Le prince héritier et son frère se précipitent vers lui*, le saisissent et le hissent jusqu'aux degrés de marbre, où se tient le roi, pâle d'émotion ».

Tous les Grecs veulent fêter SPIRIDON. Un hôtelier lui signe sur-le-champ des bons de repas pour tous les jours de chacune des dix années à venir...

« Dix-sept coureurs parvinrent au but, sept Grecs parmi les huit premiers. Personne n'était mort, on recommencerait quatre ans plus tard, à Paris au stade de la Croix-Catelan ».

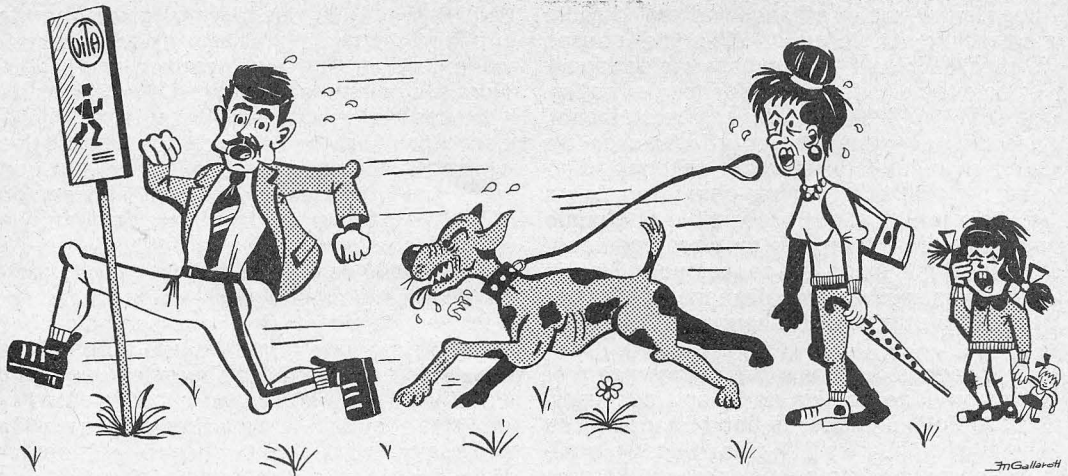
(d'après les journaux de l'époque)

* Voir gravure de la couverture



Helmut Kunisch, qui vient en tête des marathoniens suisses en 1971, détient aussi — avec Friedli — la meilleure performance suisse en marathon : 2 h. 20'34"8 (1968).

(Photo Spiridon - NT)



Vous qui courez pour votre santé
Voici votre guide

SPIRIDON

Si les Jeux olympiques n'avaient pas repris vie, en 1896, à Athènes, Spiridon, le glorieux vainqueur du « marathon », n'aurait probablement jamais connu le goût, tout à la fois amer et délicieux, de la haute compétition. Il n'en aurait pas moins continué à courir, parmi les collines poussiéreuses de son pays natal, tout en gardant ses moutons, répondant par là, à un simple appel de l'instinct.

« Spiridon », la revue que nous nous proposons de sortir en faveur de la course à pied, s'adresse tout aussi bien aux « populaires » qu'aux coureurs d'élite. En effet, depuis pas mal de temps déjà, on sonne de la trompette un peu partout, appelant le peuple à pratiquer une activité physique. Mais, il ne suffit pas d'amener la « masse » à la course à pied, il faut l'aider aussi à en découvrir les secrets ; c'est bien de lui redonner assez d'agressivité pour qu'elle s'intéresse à la compétition, mais encore faut-il lui en faire connaître les exigences !

Evasion et mouvement

Il n'est pas besoin d'insister trop longuement sur la nécessité impérative qu'il y a, pour l'homme d'aujourd'hui, à lutter pour sa survie. Chaque jour, l'air dont il vit se fait plus lourd, plus rare et plus chargé de

germes de mort. Et tout ceci de par sa propre faute. Il sait très bien, en effet, que l'enveloppe gazeuse qui entoure la planète est sa première source de vie. Il devrait donc être animé du souci profond d'en prendre soin, de la filtrer, de la purifier. Hélas, tout au contraire, il y déverse le trop-plein de ses funestes entreprises, confiant dans l'espoir qu'il lui en restera assez pour terminer ses propres jours.

En fait, le piège s'est déjà refermé sur lui. Il n'est que d'ouvrir les yeux et d'observer pour se rendre compte à quel point le mal est profond déjà. Si elle veut échapper au sort tragique qui la menace, la société, intoxiquée par la fumée, les gaz et l'alcool, terrassée par le bruit, écrasée sous le poids des responsabilités et qui, de plus, est « malade d'inaction et se meurt d'ennui », doit faire son choix sans perdre de temps : évasion, c'est-à-dire retour à la nature ; mouvement, en d'autres termes, retour à l'instinct primitif dont le premier mode d'expression se manifeste par la course !

L'heure du footing

L'urgence qu'il y a à compenser l'extraordinaire charge psychique et nerveuse qu'imposent les obligations et responsabilités professionnelles par une activité physi-

que simple mais efficace ne se discute même plus. La force invisible qui pousse de plus en plus l'être humain à s'échapper périodiquement de la cité des temps modernes, cité qui l'étouffe de ses excréments, l'asservit et l'humilie, pour retrouver ne serait-ce qu'un brin d'herbe, un chant d'oiseau ou, tout simplement, pour prendre un bol d'air salubre, est irréversible et chaque jour elle pénètre un peu plus profondément l'essence même de sa conscience. Bientôt on parlera aussi naturellement de l'heure du footing que l'on dit l'heure du thé ou de la sieste.

Qui oserait d'ailleurs prétendre manquer de temps et ne pouvoir se livrer à ces « sorties » hebdomadaires, bi-hebdomadaires ou même quotidiennes ? A-t-on déjà vu quelqu'un se priver de manger parce qu'il croule sous le poids des charges professionnelles ? Est-il déjà venu à l'idée d'un être de se priver de sommeil définitivement sous prétexte que les heures sont trop courtes pour lui permettre d'achever ses multiples obligations ? Non ! Ces gestes sans cesse renouvelés, toujours les mêmes, font partie du mouvement perpétuel qui règle et équilibre nos existences. « Et, dit le docteur Paul Martin, celui qui prétend ne pas trouver le temps de courir trouvera infailliblement le temps de mourir ? »

« La morbidité latente, faite d'obésité, de tabagisme, d'insuffisance de la capacité respiratoire ou de labilité psychique face au « stress », explique le docteur Réville, peut

être prévenue à des degrés divers par la pratique des sports et des activités physiques », de la course à pied en particulier. Non seulement, cette forme d'activité prévient les maladies cardio-vasculaires, maintient l'équilibre neuropsychique, élargit les capacités de travail, mais elle joue aussi un rôle non négligeable dans l'éclosion du bien-être général et du plaisir de vivre, en société comme sur le plan individuel.

Des enquêtes ont été menées un peu partout dans le monde par des médecins et des savants de renom. Tous sont d'accord pour affirmer que la sédentarité a des effets nocifs pratiquement dans tous les domaines de la vie, dont elle raccourcit considérablement le cours. « L'évolution des activités professionnelles, écrit encore le docteur Réville, veut que l'on remplace peu à peu l'effort musculaire par le cheval-vapeur. L'homme moderne : « homo sedentarius, est assis dans sa voiture », puis à son bureau, puis devant son poste de télévision. Pour lui, les activités sportives deviennent pratiquement la seule occasion d'effectuer les exercices exigés par notre organisation biologique et physiologique ».

Courir : oui, mais comment ?

Les pistes de toutes sortes, les fameux « parcours VITA » en particulier, ne suffisent pas à satisfaire l'engouement de la masse pour le footing ; les organisateurs des grandes épreuves de fond sont débordés ; leurs manifestations, comme on l'a



écrit à plusieurs reprises après le dernier Morat-Fribourg, risquent d'être victimes de leur propre succès. Les inscriptions affluent, les places de départ deviennent trop étroites, et bien que les trajets atteignent près de 20 km, il y a embouteillage à l'arrivée !

Tout cela est bien ! C'est ce que nous avons toujours voulu ! Toutefois, il faut reconnaître que le sens du geste naturel s'étant considérablement émoussé au cours des dernières décennies, la plupart des gens ne savent plus comment s'y prendre dès qu'ils ont chaussé leurs pantoufles de course. Ils commettent alors les pires bêtises et, plutôt que d'être une source de santé, les « sorties » qu'ils entreprennent constituent souvent un danger supplémentaire.

« Spiridon » voudrait leur servir de guide !

— Nourriture, mise en train, intensité de l'effort en cours de préparation et durant la compétition, durée de l'entraînement, équipement, récupération, hygiène : autant de problèmes qu'il est indispensable de savoir résoudre !

« Spiridon » s'y emploiera !

— Morat-Fribourg, 100 km de Bienne, courses populaires ? Oui ! A condition de savoir à l'avance ce que ces compétitions représentent et de s'y préparer en connaissance de cause !

« Spiridon » parlera en ce sens aussi !

C'est là une de ses raisons d'être !

Dessins de Gallarotti

Yves Jeannotat

Pour tout

vous dire

Et tout d'abord, pourquoi ce mot de « SPIRIDON » ?

Il fallait trouver à notre revue le nom qui lui convienne. Nous nous y étions mis à plusieurs. A l'époque, on parlait partout du fameux 10 000 m d'Helsinki, le nom de Väätäinen était dans toutes les bouches. Le retentissement de la victoire de Spiridon Louis (voir en page 2) m'est alors revenu à l'esprit. J'ai proposé « Spiridon », les copains ont approuvé, voilà.

Mais comment l'idée vous est-elle venue de lancer cette revue ?

L'*étincelle*, je m'en souviens très bien. C'était vers la fin de septembre 71, j'avais en mains un prospectus — qui d'ailleurs s'intitulait « Die Idee » ! — vantant l'impression en offset direct. Cela paraissait bon marché. Alors, je me suis dit : et si on lançait une revue, *notre revue*, selon ce procédé ? J'en ai parlé aussitôt à Jeannotat. Son adhésion immédiate fut déterminante.

A vrai dire, il y a longtemps que je son-

geais, d'une manière diffuse, à ce qui est devenu « SPIRIDON ». Cela procédait de divers sentiments. Celui de devoir se contenter des « miettes » que la plupart des organes de la presse écrite ou parlée abandonnent à la course à pied, comparativement au « festin » réservé à beaucoup d'autres sports.

Je sentais aussi les copains avides de savoir une foule de choses sur l'entraînement, sur les coureurs et les courses d'autres régions ou d'autres pays. Et les réponses satisfaisantes venaient rarement, ou jamais. J'étais moi-même souvent amené à expliquer ce que mon expérience m'avait appris. Il y avait donc un véritable besoin de connaître, de savoir. J'avais débuté assez tard (à 26 ans) en course à pied, et quelques années passées à Macolin ne m'avaient pas empêché d'accumuler pas mal d'erreurs. Alors vous pensez si je comprenais les questions des copains ! Et si je regrettais que tant d'autres cessent de s'entraîner...

Une autre chose m'avait frappé : le nombre des participants aux courses militaires de Suisse alémanique et la modeste qualité des performances de nos meilleurs coureurs

de marathon. Autrement dit, la qualité ne reflétait pas la quantité, l'élite ne reflétait pas la masse. J'avais participé aux 100 km de Bienne. 2000 concurrents pour une telle course, cela fait réfléchir. « C'est inouï, stupéfiant ! » m'avait écrit peu après Joe Henderson, le rédacteur de « Runner's World » (USA). Joe en avait pourtant vu bien d'autres... Au début de septembre, j'apprenais qu'il y aurait 2500 coureurs au départ des 16 km 400 de Morat-Fribourg.

Et dans le Hardwald, « ma » forêt des bords du Rhin, ou sur le Rütihard, une vaste colline qui domine Muttentz, j'avais vu durant l'été deux « parcours VITA » sortir de terre. Peu après, tôt le matin et jusque tard le soir, des couples de tous âges, des familles, des groupes de jeunes filles et de jeunes gens y étaient venus de plus en plus nombreux.

Je courais moi-même en réfléchissant souvent à tout cela.

En juillet, des amis qui n'avaient jamais vu une course à pied m'avaient demandé avec le plus grand sérieux : « Le marathon, ça doit être quelque chose de fantastique. Pourquoi donc les journaux n'en parlent-ils jamais ? »

J'avais naguère encouragé Fernande Schmid-Bochatay, une amie de longue date, à assister à la course de Morat-Fribourg. Elle y était venue. Le lendemain, elle m'avait notamment écrit ces quelques lignes : « Vraiment, vous ayant vu à l'œuvre, je me sens toute petite de m'être laissée glisser des années sur des lattes ! (...) Vos courses ont quelque chose d'inhumain, mais je peux imaginer la compensation de cette souffrance physique que vous devez souvent éprouver (...) Cette course de Morat-Fribourg, dont j'ai vécu les derniers kilomètres, m'a laissé quelque chose de pur et de beau : un sport sain, dépouillé de tout, qui entraîne l'âme dans cette beauté, dans cette pureté qui est son propre oxygène. (...) » Cela venait d'elle, médaillée aux Jeux olympiques de Grenoble...

Qu'une championne de ski réussisse, après une seule course, à sentir si bien ce qu'il y a derrière la course à pied, vraiment, j'en étais resté baba.

Je savais aussi qu'au Japon, les gens étaient devenus peu à peu si friands de course à pied que la TV et les journaux avaient suivi. Et que maintenant la TV transmettait intégralement et en direct le déroulement des grands marathons... ce qui n'empêchait pas des centaines de milliers de

personnes de se presser dans la rue pour voir les coureurs.

Alors ? La course à pied était donc bel et bien attrayante pour tous, sans distinction de sexe, d'âge ou de race. Voilà ce que je me disais de plus en plus fort.

Voilà tout ce qui fit qu'un jour l'idée m'est venue de lancer notre propre revue de course à pied.

Vous êtes une équipe de copains, n'est-ce pas, tous coureurs à pied ?

Oui, et ces copains, ces amis, je les ai connus à la faveur de différentes courses ou d'articles. L'amitié d'Antonin, d'Eva et de Karel est née d'une course en Tchécoslovaquie (le marathon de Kosice, où j'étais allé tout seul, en 1967). Jean Ritzenthaler a déniché mon adresse dans le « Miroir de l'athlétisme », qui avait publié l'un de mes articles. Christian a fait ma connaissance grâce à Jean. Marc est un ami de l'époque de Macolin, et de surcroît Valaisan. J'ai connu Bueno à la suite d'un article écrit dans « Jeunesse et Sport » au sujet du docteur van Aaken et de sa méthode d'entraînement. Jossen, Valaisan lui aussi, aimait s'entraîner sur de longues distances... lorsqu'il a découvert ce même article. Mlle Clerc qui dactylographiait mes textes à Macolin avant de le faire à Bâle, connaît bien aussi, ne serait-ce que par intuition, tout ce que peut apporter ce sport qui vous mène si facilement dans la vraie nature. Quant à Dulex, il m'écrivit un jour : « Je suis saturé d'interval-training. Explique-moi comment s'entraîner selon la méthode du docteur van Aaken... »

Et Jeannotat ?

Jeannotat, c'est le champion auquel j'écrivis naguère, bien timidement, une lettre pour lui demander conseil. Une profonde amitié est née ensuite d'une similitude d'idées, de conceptions (... bien que nous divergions souvent sur certains points, et c'est très bien : cela met « du sel dans la soupe » ! Sans son aide, j'aurais probablement renoncé à lancer « SPIRIDON », ou alors je me serais contenté d'un maigrichon « Spiridon », d'un « Spiridon » photocopié... en attendant que la demande soit de loin supérieure à l'offre. Avec Jeannotat, j'ai osé risquer.

**Il y a eu un problème financier, c'est certain.
Comment l'avez-vous résolu ?**

Nous nous sommes résolument jetés à l'eau. Nous avons pris, Jeannotat et moi, des plumes de mendiant, et nous avons adressé environ 200 lettres à des parents, à des amis, à des coureurs, à des dirigeants, à des relations influentes, tous plus ou moins favorables à la course à pied. Jusqu'ici 50 % d'entre eux nous ont répondu. Les autres le feront bientôt, du moins nous l'espérons.

**« SPIRIDON » est donc né
d'une collaboration entre amis et de l'aide
de « mordus », de sympathisants.**

Exactement. Sauf que nous n'avons pas trouvé toute la somme nécessaire au lancement de ce numéro gratuit. Mais deux amis ont gentiment accepté de partager avec nous le déficit. A quatre, nous digérerons plus facilement...

« SPIRIDON » est né... mais il ne faudrait pas devoir l'enterrer sous peu ! On a souvent vu des revues s'essouffler au premier numéro, puis périr par asphyxie.

Ce ne sera pas le cas de « SPIRIDON », nous en sommes convaincus : à la condition que dès sa naissance TOUTES CELLES ET TOUS CEUX A QUI IL PLAÎT S'Y ABONNENT AUSSITÔT.

Tous les membres de l'équipe rédactionnelle exercent une profession, la plupart sont mariés, et ils pratiquent un entraînement de compétition... dénichant encore des heures pour « SPIRIDON ».

Si donc le nombre des abonnés est aussitôt suffisant, « SPIRIDON » pourra respirer et vivre normalement. Sinon... Mais nous sommes persuadés qu'il vivra longtemps, grâce à la propagande de chacun de ceux qui apprécient cette revue.

D'ailleurs, nous tirerons parti des suggestions des lecteurs pour améliorer sans cesse la tenue de leur revue.

**Ces lecteurs, s'agit-il de jeunes surtout,
ou de spécialistes ?**

« SPIRIDON » s'adresse à TOUS. A toutes celles et à tous ceux qui de près ou de loin s'intéressent à la course à pied : adolescents et adolescentes avides de mouvement, vieillards à l'esprit jeune, hommes et femmes désireux de parvenir en bonne

santé au seuil de la retraite, mais aussi jeunes gens et jeunes filles qui rêvent de compétition et de lauriers. « SPIRIDON » s'adresse donc aussi bien aux spécialistes qu'aux néophytes, aux chevronnés qu'aux dilettantes. Nous n'oublions pas non plus les supporters (et parmi eux surtout les invalides, les malades), les non-pratiquants capables d'aimer la course à pied à la façon de Fernande Bochatay, l'ex-championne de ski.

**Vous avez parlé du docteur van Aaken.
Les membres de l'équipe rédactionnelle
semblent tous partisans
de sa méthode d'entraînement.
« SPIRIDON » sera-t-il donc « orienté »
vers telle méthode, tel entraîneur
plutôt que tel autre ?**

Non. De fait, nous ne partageons pas à 100 %, les yeux fermés, les idées du docteur van Aaken. Nous en tirons ce qui nous semble profitable, ce qui nous paraît convenir à nos conditions et besoins particuliers. Lui-même n'a-t-il pas dit : « ... ne prenez pas ce que je vous écris pour des paroles d'Évangile ».

Précisons que Jeannotat s'adressera surtout à ce que l'on appelle la « masse », les coureurs « populaires », tandis que je parlerai de préférence aux « spécialistes... tout en veillant à ce que mes textes soient accessibles et plaisent aux non-initiés.

« SPIRIDON » va tout d'abord permettre aux coureurs à pied de langue française de se mieux connaître. Nous ne savons rien les uns des autres, ou si peu. Les Suisses et les Français ne savent pas ce qui se passe en Belgique ou au Canada, et réciproquement. « SPIRIDON » sera aussi une « boîte à lettres » pour les autres pays où fleurit la course à pied : la Grande-Bretagne, le Japon, les deux Allemagnes, la Tchécoslovaquie notamment.

Par « SPIRIDON », nous nous proposons d'aider les pratiquants à se découvrir, à mieux pratiquer leur sport de prédilection, à éviter une bonne partie des erreurs que nous avons nous-mêmes commises. Grâce à « SPIRIDON », nous espérons rendre la course à pied attrayante, aimable pour les profanes. Autrement dit : *révéler à beaucoup ce sport qui nous passionne*. Et leur dire : « Venez, il n'est pas trop tard pour mieux vivre ».

Noël Tamini

L'équipe rédactionnelle

Noël TAMINI

(rédaction, traductions de l'allemand)...

...est né le 8 août 1937 à Saint-Léonard (Valais). Il a notamment exercé sa profession de traducteur (allemand-français) à l'Ecole fédérale de gymnastique et de sport de Macolin (1963-1968), et dès 1969 à Bâle (en agrochimie). Célibataire, Tamini n'est venu à la course à pied qu'en 1963. Adeptes et propagandistes de la méthode du docteur van Aaken, il collabore avec plusieurs revues de Suisse et de l'étranger.

Ses meilleures performances :

1 500 m :	4' 24" 9	(1964)
5 000 m :	16' 10" 1	(1971)
10 000 m :	33' 15" 2	(1971)
Morat-Fribourg (16 km 400, route) :	57' 19" 2	(1969)
25 km route :	1 h. 25' 02"	(1971)
30 km route :	1 h. 48' 04"	(1967)
marathon :	2 h. 43' 35"	(1971)

Tamini a couru jusqu'ici 18 marathons (13 jusqu'au bout...), dont ceux de Kosice (1967 et 1971) et de Windsor (1970). Licencié au CH Plainpalais Genève, il habite MuttENZ.

Micheline CLERC

(secrétaire de rédaction)...

...a travaillé naguère à l'Ecole fédérale de gymnastique et de sport de Macolin. Elle ne court pas elle-même, et pourtant le petit monde de la course à pied ne lui est pas étranger du tout puisqu'elle a déjà suivi des courses aussi réputées que les 100 km de Bienne, Morat-Fribourg, Sierre-Montana, voire le marathon de Windsor-Chiswick. Secrétaire-traductrice dans une grande firme de produits chimiques, Micheline Clerc, qui est née à Bienne, habite Bâle.

Yves JEANNOTAT

(co-rédaction, photographie)...

...est né en 1929 à Montenol (Jura). Licencié ès lettres de l'Université de Fribourg, il a enseigné à Sion, puis à Lausanne avant de débiter l'automne dernier à l'Ecole fédérale de gymnastique et de sport de Macolin en qualité de rédacteur. Jeannotat est marié, il a deux filles.

Ses débuts en compétition datent de 1952 ; une année plus tard, il était champion suisse de cross, en catégorie B. Plusieurs fois champion suisse universitaire, 15 fois sélectionné en équipe nationale, Jeannotat a participé notamment à deux universiades et à trois cross des Nations. Champion suisse sur 10 000 m en 1959, il a remporté deux fois (en 1959 et en 1961) la fameuse course de Morat-Fribourg. A 43 ans, Jeannotat n'a de loin pas encore désarmé : ne nous a-t-il pas promis deux marathons pour 1972...

Ses meilleures performances :

800 m :	2' 00" 3
1 500 m :	4' 01" 8
3 000 m :	8' 31" 6
5 000 m :	14' 50" 2
10 000 m :	30' 52" 2
Morat-Fribourg	54' 09" (1959)
25 000 m :	1 h. 23' 44" 8 (1962)
	ancien record national
30 000 m :	1 h. 47' 31" 6 (1956)
	ancien record national
marathon :	3 h. 00' 20" (1970)
	après 2 seules tentatives

Jeannotat est licencié au Lausanne-Sports ; il habite Macolin.

Des articles de Jeannotat paraissent dans la « Tribune de Lausanne » (tirage 60 000 exemplaires), ainsi que dans plusieurs revues de Suisse et de l'étranger.

Christian LIÉGEOIS (Belgique)...

...est né le 24 juillet à Arville. Marié depuis trois ans, Liégeois a deux garçons (« deux futurs marathoniens, j'espère ») ; il est employé à la Caisse Générale d'Epargne et de Retraite à Neufchâteau.

Liégeois, qui est actuellement le meilleur coureur de fond de notre équipe, a réalisé tous ses records personnels en 1971 :

3 000 m :	8' 43"
5 000 m :	15' 13" 6
10 000 m :	31' 38" 6
15 000 m :	49' 24" 4
1 heure :	18 km 165
20 000 m :	1 h. 06' 23" 3
25 000 m piste :	1 h. 26' 22" 8

30 000 m piste : 1 h. 45' 14" 8
marathon : 2 h. 41'

Licencié à l'AC Bertrix Basse Semois, Liégeois est domicilié à Neufchâteau.

Jean RITZENTHALER (France)...

...est né le 12 septembre 1941, en Alsace. Marié, il a deux enfants (un garçon et une fille). Transfuge du football, il est venu à la course à pied à fin 1960 à l'occasion d'un cross. Statisticien d'athlétisme, organisateur dynamique et malgré tout coureur de fond, Ritzenthaler est un infatigable apôtre de la course à pied : son club, le CSL Neuf-Brisach, qui comptait une quinzaine d'athlètes en 1960, n'en dénombre-t-il pas une centaine aujourd'hui. Il a en outre donné le jour à cinq épreuves de plus en plus populaires : les 20 000 m de Colmar (juillet), le Circuit du Ried (octobre), le Marathon international de Neuf-Brisach (cette année fixé au 29 octobre), le cross du 11 novembre et la « Corrida » de la Saint-Sylvestre.

Meilleures performances de Ritzenthaler :

5 000 m :	15' 57" 8	(1970)
10 000 m :	33' 33"	(1971)
20 000 m :	1 h. 11' 56"	(1968)
25 km route :	1 h. 34' 04"	(1971)

Employé aux PTT la nuit, actuellement il réussit encore à bâtir (le jour, forcément) une maison pour sa petite famille. Ritzenthaler habite Kientzheim (Alsace).

Antonin et Eva HEJDA

(statistiques, traductions du tchèque, du slovaque et du russe)

Antonin est né le 26 février 1945 à Vlasim (CSSR). Arrivé en Suisse au début de 1969, Eva et Antonin habitent Fribourg, où Antonin travaille en qualité de mécanicien de précision. Les Hejda ont deux enfants : Daniel et Jean-Noël. Antonin, qui s'entraîne selon les conseils de Vnoucek, notre correspondant en Tchécoslovaquie, est un passionné de statistiques.

Ses meilleures performances :

400 m :	51" 8	(1967)
800 m :	1' 55" 9	(1967)
1 000 m :	2' 31" 1	(1967)
1 500 m :	4' 03" 2	(1965)
5 000 m :	15' 42" 3	(1971)
Morat-Fribourg	1 h. 00' 57"	(1971)

Antonin est licencié au Club Athlétique Fribourg.

Michel JOSSEN

(traductions de l'anglais)...

...est né le 3 août 1948, à Sierre (Valais). Il est étudiant en biologie et en psychologie (spécialisation : comportement animal). Jossen est marié à une étudiante en médecine vétérinaire ; ils ont une petite fille de quelques mois : Pénélope.

Jossen est un adepte de la méthode d'entraînement préconisée par le docteur van Aaken, qu'il a adaptée à ses besoins de coureur de demi-fond.

Ses meilleures performances :

800 m :	1' 54" 3	(1969)
1 000 m :	2' 27" 9	(1970)
1 500 m :	3' 52" 4	(1971)

Il a également couru une fois sur 5 000 m (14' 55" 7, en 1970) et sur 25 km route (1 h. 30' 02", 1971).

Champion suisse universitaire sur 800 m (1969), sur 1 500 m (1970 et 1971) et en cross-country (1970), Jossen a été sélectionné deux fois en équipe nationale de cross. Jossen, qui est licencié au LAC Bienne, habite Schlosswil, dans l'Emmental.

Karel MATEJOVSKY (graphisme)...

...est né en 1942 à Vlasim (CSSR) ; il est venu en Suisse en octobre 1969. Graphiste de profession, Matejovsky est un gai luron qui fait de la course à pied « en passant », mais avec autant de bonheur que lorsqu'il chante, par exemple.

Voici ses meilleures performances :

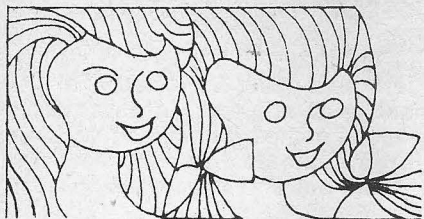
400 m :	51" 8	(1968)
800 m :	1' 55" 4	(1968)
1 000 m :	2' 30" 4	(1970)
1 500 m :	4' 01" 5	(1969)
Morat-Fribourg	1 h. 02' 03"	(1969)

Matejovsky est célibataire. Licencié au Stade-Genève, il habite Genève.

Marc SALAMIN (photographie)...

...est né le 16 août 1943 à Sierre (Valais). Professeur de sport diplômé de l'EFGS de Macolin, Salamin exerce sa profession dans une clinique spécialisée.

Il est venu tout récemment à la course à pied, parce que « c'est autre chose... » dit-il. Marié à une professeur de sport, Salamin habite près de Rolle.



féminines

Et pourtant elles courent...

« Il n'y a pas si longtemps, dit Arthur Lambert, entraîneur de l'Argentin Zabala* et de l'Allemand Schade*, on aurait crié au scandale en voyant une jeune fille enfourcher un vélo d'homme, porter des pantalons, fumer, conduire une voiture ou tout simplement faire du sport. Il n'était même pas bien vu pour une femme d'exercer une profession ».

« Il y a 20 ans, écrit le « Sport », spécialistes et médecins se demandaient s'il était bien sensé d'exposer un organisme féminin aux exigences d'un 800 m. Le 800 m féminin fut disputé en première internationale lors des Championnats d'Europe d'athlétisme de 1954 à Berne ».

C'est oublier qu'en 1928 des femmes reçurent pour la première fois l'autorisation de participer aux Jeux olympiques et de courir le 800 m. L'Allemande Lina Radke gagna en 2' 16" 8, devant la Japonaise Kinue Hitoni (2' 17" 6) et la Suédoise Inga Gentzel (2' 18" 8). Mais pour avoir eu le tort de s'allonger sur la pelouse sitôt la ligne d'arrivée franchie, trois concurrentes allaient susciter de violentes critiques contre le demi-fond féminin. Témoin visuel, le docteur Messerli raconte que **ces femmes étaient loin d'être épuisées**, et qu'elles ne manifestèrent pas de symptômes de fatigue plus marqués que ceux de leurs collègues masculins. Leur attitude était bien davantage le fait d'une réaction nerveuse consécutive à leur défaite. Cependant, l'opinion du médecin ne concordait pas avec celle des dirigeants. Car on fit disparaître le 800 m féminin du programme des Jeux olympiques, où il ne revint qu'en 1960 à Rome. Depuis lors, les femmes ont été autorisées (!) à courir également le 1500 m. Des hommes comme Lambert ne sont pas étrangers à cette (lente) évolution.

* Zabala remporta le marathon des Jeux olympiques de 1932, mais abandonna en 1936, à Berlin. Quant à Schade, il se classa 3^e, derrière Zatopek et Mimoun, du mémorable 5000 m des Jeux olympiques d'Helsinki, en 1952.

« Je me souviens, dit encore celui-ci, de ce sensationnel 1500 m féminin du match Allemagne fédérale - Etats-Unis (mi-juillet 1970). Quel régal ! Et même davantage, car cette course démontra avec éclat l'aptitude de la femme à la course de fond. J'ai entendu avec plaisir le commentateur de la TV déclarer ensuite bravement que **la femme est prédestinée aux courses longues** et que nous ne sommes plus très éloignés du jour où nous assisterons à des compétitions féminines sur 3000, 5000 et 10 000 m. »

Ce soir-là, les Américaines Brown, une institutrice de 29 ans, et Larrieu, une étudiante de 17 ans, étaient opposées aux Allemandes Christa Merten-Basche, 26 ans et mère d'une fillette, et Ellen Tittel, une fille d'à peine 158 cm pour 44 kilos. Les Américaines passèrent en tête aux 400 m (en 68"). Tittel attaqua peu après, mais Merten lui résistait bien, puis attaqua elle aussi (les 800 m en 2' 16" 8), et s'en allait gagner en 4' 24" 9. Le 8 août, Ellen Tittel devenait championne d'Allemagne en 4' 13" 1, devant Christa Merten, 4' 17" 6.

Interrogée quelque temps plus tard par un journaliste qui lui demandait ce qu'elle pensait de l'éventuelle introduction du 3000 m dans les compétitions officielles, Christa Merten lui fit cette réponse : « Personnellement je ne courrais pas régulièrement le 3000 m. Peut-être seulement pour faire un bon temps. Pourtant, cette distance serait idéale pour moi qui ne suis pas dotée d'une grande vitesse de base. Et puis, je sais que le 3000 m plairait à beaucoup de filles. Alors, pourquoi ne pas l'introduire officiellement chez nous ? »

C'est maintenant chose faite puisque **le 3000 m féminin a été admis aux Jeux de Munich**. D'ailleurs, en Suisse, Marijke Moser, de Berne, a fait un test sur cette distance le 25 septembre dernier. Résultat : un prometteur 9' 52" 2.

Mais des femmes n'ont pas attendu l'« autorisation » de courir sur des distances supérieures. C'est ainsi qu'à Rome, le 1^{er} janvier de cette année, Paola Pigni, spécialiste du 1500 m, a couru le marathon en 3 h. 00' 47" 2, se classant 24^e parmi 96 concurrents (vainqueur : Arese, lui aussi spécialiste du 1500 m, en 2 h. 24' 37"). Faut le faire... diront certains.

Il se trouve que **d'autres femmes ont déjà fait bien mieux**. C'est en 1971 en effet que des femmes ont couru pour la première fois les 42 km 195 du marathon en moins de 3 heures. Voici d'ailleurs quelles sont celles qui ont déjà réalisé cette performance :

Adr. Beames*	(1943)	2 h. 46' 30"	Australie (31.8)
Beth Bonner		2 h. 55' 22"	New York
Nina Kuscik	(1940)	2 h. 56' 04"	New York
Ona Dobratz	(1945)	2 h. 59' 40"	Eugène USA
Cheryl Bridges	(1948)	2 h. 49' 40"	Culver City USA

Le marathon de Culver City a été remporté par Bill Scobey (2 h. 15' 21") devant Norm Higgins (2 h. 15' 52") et le Mexicain Sabrual (2 h. 17' 30"). A la huitième place, l'Irlandais Phil Ryan en (2 h. 24' 30"). C'était le 5 décembre 1971.

Notons que l'« Equipe » du 10 décembre 1971 a publié des extraits d'une lettre fort intéressante de M. Roux, secrétaire général de la « Vie naturelle ».

« Pourquoi les femmes n'auraient-elles pas la possibilité, écrit M. Roux, de participer à des courses de fond et même de grand fond ? La preuve est faite depuis longtemps qu'elles sont infiniment plus endurantes que les hommes. Elles nous le prouvent déjà par une longévité moyenne supérieure de quatre années au moins à celle des hommes (...). Et M. Roux cite en exemple les occasions de courir offertes en Allemagne. (à suivre) N. Tamini

Spiridon vous en parle

62 femmes ont participé en octobre dernier au 4^e Marathon de la Forêt-Noire (à Donaueschingen-Bräunlingen), qui réunissait 1495 concurrents. 1226 parvinrent au but, et parmi eux Elfriede Rapp (1938), 169^e en 3 h. 35' 18", suivie par Maria Westphal (1918 !), en 3 h. 36' 19".

* A la mi-janvier 1972, Adrienne Beames a couru un mile (1609 m) en 4' 28" 8, soit 6" 6 de moins que le record du monde réalisé l'an dernier par Tittel (Allemagne fédérale), qui conserve son record car il n'y avait qu'un seul chronométreur à l'arrivée de Beames. Celle-ci avait passé aux 1500 m en 4' 09" 7 ; or, sur cette distance, le record du monde, détenu par Karin Burneleit (Allemagne de l'Est), est de 4' 09" 6.



Ellen Tittel, recordwoman du monde du mile en 4' 35" 4. (Photo « Leichtathletik »)

L'équipe rédactionnelle *(suite)*

Jean-Daniel DULEX (comptabilité)...

...est né le 1^{er} novembre 1945 à Villeneuve (VD). Employé de banque, Dulex est marié. L'interval-training lui ayant rapporté plus de désillusions que de satisfactions, Dulex s'est résolument tourné vers la méthode du docteur van Aaken.

Ses meilleures performances :

800 m :	1' 59"	(1965)
1000 m :	2' 39"	(1965)
1500 m :	—	
3000 m :	9' 02" 2	(1970)
5000 m :	15' 45" 3	(1970)
Moraç-Fribourg :	1 h. 00' 56"	(1968)

Dulex est licencié au LAS Brühl et habite Gossau.

Manuel BUENO

(traductions de l'espagnol et de l'anglais)...
...est né le 15 février 1927 à Saragosse en Espagne. Ingénieur en télécommunications, Bueno est marié ; il a deux enfants (Manuel et Michael). Adeptes de la méthode du docteur van Aaken, Bueno est plutôt un « théoricien » doublé d'un animateur très écouté. Il conseille en effet beaucoup de jeunes coureurs genevois et correspond avec Fred Wilt, le célèbre rédacteur de « Track Technique » (USA). Bueno court lui-même, mais « pour ma santé seulement ».

Il est membre du CH Plainpalais Genève et habite Meyrin.

A visage découvert

par Manfred Steffny

(Steffny, qui s'est classé 13e du marathon des Jeux olympiques de Mexico, est un journaliste sportif allemand qui a déjà réalisé 2 h. 17' (1968) sur la distance du marathon. L'an dernier, il a obtenu un temps de 2 h. 20' 33'', avant de se classer 13e (en 2 h. 23' 01'') du marathon de Fukuoka, le 5 décembre 1971. Steffny est conseillé par le docteur van Aaken).

Le marathon est-il bien l'épreuve sportive la plus traditionnelle ?

Le marathon est l'une des disciplines sportives les plus récentes puisqu'elle fut suggérée au baron de Coubertin par une lettre que lui écrivit en 1894 Michel Bréal¹, linguiste français. La veille en effet, il avait été décidé d'organiser les premiers Jeux olympiques de l'ère moderne. Et Bréal souhaitait que par une course de Marathon à Athènes on commémorât le marathon « historique ». Il offrait d'ailleurs au vainqueur de l'épreuve une coupe de grande valeur. Tout d'abord réticent, de Coubertin entra dans les vues de Bréal, acceptant peu à peu avec enthousiasme sa sugges-

Marathon de Kosice, 3 octobre 1971. Phase décisive : Rummako (Finlande), N° 2, va rétrograder à la 5^e place, tandis que... (Photo Spiridon)



tion. Le premier marathon eut lieu le 10 avril 1896. Voilà les faits.

Quant à tout ce qu'on a dit de la course « historique » (un messenger quittant le champ de bataille de Marathon et s'en allant à Athènes annoncer la victoire des Grecs sur les Perses), cela reste du domaine de la légende. Or, les historiens de jadis se servaient souvent d'anecdotes pour atténuer en quelque sorte la sécheresse des faits historiques. Cependant, dans l'œuvre d'Hérodote, né 5 ou 6 ans après la bataille de Marathon (490 avant Jésus-Christ), on ne trouve rien qui accrédite l'histoire du messenger et de sa course fatale. S'il avait existé quelque source à ce sujet, nul doute qu'Hérodote, habile conteur, mais consciencieux rapporteur de faits historiques, nul doute qu'Hérodote n'aurait pas dissimulé le fait aux Grecs. En réalité la légende du messenger de Marathon n'apparaît que 560 ans plus tard, sous la plume du romain Plutarque. Légende qui apparemment lui servit à gonfler un peu le récit, à passer plus aisément du champ de bataille à la métropole d'Athènes accueillant la nouvelle de la victoire. Car sous l'historien de l'antiquité se cachait aussi le conteur...

La distance la plus longue...

Tout d'abord, la distance aujourd'hui officielle — 42 km 195 — ne correspond pas à celle du premier marathon. En effet, de Marathon, un village de pêcheurs, jusqu'au centre de la ville d'Athènes, il y a environ 38 km. Le départ du marathon qui mène de Marathon à Athènes (le marathon des Championnats d'Europe de 1969 s'est déroulé sur ce parcours) est certes donné à Marathon. Mais après 5 km environ, le tracé fait une grande boucle à gauche vers le tumulus des 192 Grecs tombés vers 490 avant Jésus-Christ, boucle qui permet

¹ Michel Bréal était né en 1832 à Landau en Bavière rhénane. Après avoir étudié à l'École normale, puis à Berlin, il revint en France où il publia diverses études sur la mythologie, avant de se consacrer entièrement à la linguistique. On lui doit surtout l'« Essai de sémantique » (1897), où il étudie les changements de signification des mots. Ce qui intéresse Bréal, ce sont surtout les faits de pensée et de civilisation que les mots recouvrent. Bréal mourut à Paris en 1915. (Encyclopédie Larousse).

d'atteindre la distance de 42 km 195. D'autre part, c'est le hasard qui a fait aboutir à 42 km 195. De 1896 à 1908 en effet, on a couru le marathon sur des distances variables. En 1908, les Jeux olympiques furent organisés à Londres. Or, une princesse avait demandé que le départ du marathon soit donné au-dessous de sa fenêtre au palais de Windsor ; elle désirait d'autre part assister à l'arrivée des marathoniens de sa loge du stade. Ce désir était un ordre pour les organisateurs des Jeux. Entre ces deux points, il y avait 26 miles 380, soit 42 km 195, distance que l'on officialisa ensuite. C'est donc à une altesse que les marathoniens doivent les deux derniers kilomètres de leur épreuve...

En recourant à un morceau d'« histoire », Michel Bréal a hâté — de dizaines d'années probablement — le développement des longues courses de fond. Cependant, au XIX^e siècle une distance de 40 ou 42 kilomètres n'avait rien de particulier tant pour les Britanniques que pour les peuples des plus diverses cultures, qu'il s'agisse d'ailleurs de compétitions ou de courses accomplies par des messagers. Seul le tapage suscité par cette épreuve a fait que la distance du marathon fut considérée durant quelques décennies comme le sommet de l'endurance.

La discipline sportive la plus éprouvante...

Outre la course fatale du messager « historique », plusieurs facteurs ont favorisé ce jugement. C'est que, sans raison, les organisateurs des Jeux olympiques fixaient régulièrement le départ de cette course de fond aux alentours de midi. Et les participants, souvent mal préparés, voyaient dans le marathon une discipline de second plan. Un événement a grandement contribué à faire considérer le marathon comme la discipline sportive la plus éprouvante : c'est la fameuse défaillance de l'Italien Dorando Pietri, en tête à quelques dizaines de mètres de la ligne d'arrivée aux Jeux olympiques de 1908². L'image, qui fit le tour du monde, demeure l'une des photos sportives les plus connues. Or, ce ne sont pas les difficultés du marathon qui avaient causé la défaillance de Pietri ; il s'agissait tout simplement de dopage. C'est sur son lit de mort seulement que l'Italien, qui avait suscité la compassion de toute une génération de sportifs, avoua sa supercherie.

² Pietri avait parcouru les derniers mètres soutenu par des officiels, ce qui avait provoqué sa disqualification.



... Toth (Hongrie) terminera en vainqueur.

(Photo Spiridon)

Il y a d'ailleurs plus éprouvant que le marathon : les courses cyclistes par étapes (et même certaines courses d'un jour), la compétition en canadien monoplace sur 10 000 m (vu l'effort organique aussi élevé que l'effort musculaire). Sur un même plan, il faut citer les courses d'aviron (et tout particulièrement le huit et le quatre, à cause de l'effort terrible exigé du muscle cardiaque) et la natation de grand fond. En marathon, l'effort est d'ailleurs plus réparti : immense certes sur le plan organique, mais inférieur à la moyenne des autres épreuves sur le plan musculaire. Le marathon des coureurs est probablement plus éprouvant que le marathon des skieurs (50 km) et que la marche de 50 km, ainsi que le 10 000 m en patinage sur glace, et que toute autre discipline n'exigeant pas un long effort constant.

Les marathoniens, champions du monde de l'entraînement...

Il fut un temps où le marathon, tout comme le cyclisme sur route, exigeait davantage d'entraînement que les autres sports. Depuis, dans tous les sports les exigences se sont énormément accrues, bien plus qu'en marathon. Aujourd'hui, trois heures d'entraînement par jour sont suffisantes pour l'élite mondiale des marathoniens. Trois heures, c'est peu comparativement à d'autres sportifs. Des meilleurs gymnastes

du monde on exige en effet 6 à 8 heures d'entraînement par jour ; il en faut tout autant aux spécialistes du patinage artistique. Quant aux meilleurs nageurs, ils s'entraînent 4 à 5 heures par jour. Et il ne s'agit-là que de quelques exemples. Les coureurs de demi-fond eux-mêmes en arrivent à s'entraîner davantage que les marathoniens (150 km par semaine en hiver, plus l'entraînement de condition physique), car il leur faut sacrifier à l'entraînement moderne de la condition physique et à la musculation. Le programme des haltérophiles, des décathloniens, des lanceurs de marteau et des spécialistes du poids paraît démentiel pour un marathonnier habitué à parcourir 30 km par jour en steady-state (équilibre d'oxygène).

Un « remède de cheval pour jambes d'homme » ?

On peut maintenant laisser de côté ce mot de Pikkala, l'entraîneur de Nurmi. Une préparation suffisante et des souliers de sports modernes ont sensiblement réduit pour les marathoniens le danger de blessures. Et puis, l'interval-training a perdu de sa vogue, lui qui nécessitait un effort brusque, x fois répété, exercé sur les tendons d'Achille. Et qu'est-ce qu'on remarque aujourd'hui ? à la suite de blessures subies sur piste, beaucoup de coureurs se tournent vers les courses sur route, parce que là les jambes ne font pas aussi mal. De nos jours, les coureurs « invalides » proviennent du camp des sprinters et des décathlètes. Et puis, sur le plan orthopédique, les mouvements liés au marathon sont bien plus sains, plus naturels que ceux, par exemple, du triple sauteur ou du footballeur.

Objet de l'admiration générale ?

Si la société en général voue une véritable admiration au marathonnier, cela tient moins à sa performance elle-même qu'à l'abîme qui en 1972 sépare de la course d'endurance l'homme hypercivilisé. Pour se représenter 42 km 195, M. Dupont calcule le temps qu'il lui faut pour parcourir cette distance en voiture. Puis, il compare ce temps-là avec celui du marathonnier, et la différence lui paraît assez faible. Certes, le marathonnier suscite l'étonnement. Il ne devrait pourtant pas se repaître de l'éclat de cette admiration, mais bien plutôt aider à déboulonner le mythe qui entoure le marathon, et encourager le plus grand nombre possible de gens à pratiquer eux-mêmes

la course à pied. Tant que tout le monde se servira de l'automobile pour aller glisser une lettre dans la plus proche boîte postale, les maladies dites de la civilisation ne cesseront de se multiplier. Il y a des régions, en Ethiopie par exemple, où l'on vit encore comme nos grands-parents. On y parcourt à pied de grandes distances, ne serait-ce que pour aller à son travail ; et même, pour simplifier, on le fait souvent au pas de course. Là, le marathon n'a rien d'extraordinaire, c'est plutôt quelque chose de naturel. Les courses de longues distances y sont de véritables courses populaires. Il serait bon que chez nous également le coureur de marathon ne se laisse pas classer parmi les « phénomènes ».

Les idéalistes ?

Ce qualificatif colle à la peau des marathoniens. Et pourtant il est tout aussi faux de les prendre pour des idéalistes que de prétendre qu'ils sont des masochistes. Ce n'est pas par idéalisme que les hommes sautent, courent, nagent, gravissent l'Everest, mais bien plutôt pour satisfaire leur ambition personnelle, pour calmer leur soif d'aventure, pour susciter en eux un sentiment de bonheur, pour rencontrer des camarades, ou pour aller à la découverte de soi-même. On a mis l'idéalisme à tellement de sauces qu'il vaudrait mieux éviter de passer pour un idéaliste parce que l'on dispute de temps à autre une épreuve de 42 km 195. N'est-ce pas juger autrui avec suffisance et intolérance que d'accepter complaisamment de passer soi-même pour un idéaliste...

En fin de compte ?

Comparé au billard, au bob, à la voile, à l'escrime, le marathon est une discipline sportive tout à fait normale. Aussi est-il répandu dans le monde entier. C'est une discipline un peu plus éprouvante que la plupart des autres disciplines sportives, et sa valeur intérieure est souvent méconnue, car son expression, son aspect extérieur donnent parfois prise aux déformations, au sensationnel. Champ d'action pour les gars volontaires ? Non, le marathon ne l'est pas davantage que pour les gars peu doués, auxquels il offre matière à valorisation personnelle. Le marathon n'en a pas moins ses lois propres, il nécessite une mentalité particulière... comme n'importe quel autre sport d'ailleurs. Pas davantage.

(paru en allemand dans « Condition »).

EN FRANCE

1er MARATHON DE NEUF-BRISACH, 24 octobre 1971

(65 engagés - 58 partants - 42 classés)

Température : Départ 13 heures = 20° C
Arrivée 15 h. 30 = 20° C

1. Schadt	1941	Stuttgart	2 h. 25' 07''
2. Hasler	1938	Langenthal	2 h. 36' 48''
3. Ziems	1943	Freiburg	2 h. 42' 32''
4. Schoving	1944	Merlebach	2 h. 44' 53''
5. Wambst	1928	Saint-Dié	2 h. 43' 52''
6. Schepetlevane	1941	Bertrix	2 h. 46' 08''
7. Tamini	1937	Genève	2 h. 49' 53''
8. Seegers	1942	Düsseldorf	2 h. 50' 00''
9. Woelfflin	1946	Sochaux	2 h. 50' 46''
10. Klee	1932	Neuf-Brisach	2 h. 54' 52''

11. Sibille	1947	Vittel	3 h. 03' 24''
12. Pedireddy	1943	Neuf-Brisach	3 h. 05' 09''
13. Héritier	1948	Sion	3 h. 05' 22''
14. Camarasa	1937	Sierre	3 h. 06' 10''
15. Baumgartner	1937	Genève	3 h. 13' 52''
16. Gobelet	1945	Lausanne	3 h. 18' 18''
17. Morgenroth	1933	Mulhouse	3 h. 19' 11''
18. Vinot	1947	Epernay	3 h. 22' 12''
19. Reinbold	1933	Rouffach	3 h. 22' 22''
20. Schadt	1938	Stuttgart	3 h. 24' 24''
21. Raffin	1949	Colmar	3 h. 24' 42''
22. Legrain	1936	Blache	3 h. 25' 58''
23. Bazzi	1936	Genève	3 h. 27' 01''
24. Barthe	1936	Neuf-Brisach	3 h. 29' 22''
25. Dallas	1931	Agen	3 h. 29' 23''
26. Latzke	1934	Stuttgart	3 h. 29' 36''

Les 50 meilleurs marathoniens de 1971

(d'après le classement du championnat national)

Jusqu'à 1970, les marathoniens français n'avaient qu'une seule occasion par année de disputer un marathon en France même : le championnat national, d'ailleurs réservé à des coureurs ayant réalisé des minima (sur 20 000 m et 35 km). Depuis l'an dernier, la situation s'est améliorée... un brin : il existe dorénavant pour les Français un autre marathon organisé dans leur pays : à Neuf-Brisach, en Alsace (cette année, ce marathon aura lieu le 29 octobre ; tous renseignements auprès de Jean Ritzenhaler, 1 route du Vin, 68-Kientzheim).

N. T.

1. Kolbeck (ASPTT Strasbourg)	2 h. 20' 37'' 2
2. Caraby (CSM Petit-Quevilly)	2 h. 24' 30''
3. Combes (PTT Marseille)	2 h. 25' 25''
4. Lacour (Clermont UC)	2 h. 28' 59''
5. Fosse (PTT Rouen)	2 h. 29' 31'' 8
6. Gauthier (St. Reims)	2 h. 30' 03'' 6
7. Texereau (CSM Puteaux)	2 h. 30' 30'' 6
8. Devilliers (CA Nancy)	2 h. 32' 18'' 4
9. Cacciatore (AS Aix-les-Bains)	2 h. 32' 38'' 2
10. Pierson (SS Nilvange)	2 h. 33' 32''
11. Murat (St-Heand Sp.)	2 h. 35' 21'' 2
12. Lubet (St. Bordeaux)	2 h. 36' 18'' 4
13. Cottereau (CO St-Affrique)	2 h. 37' 23'' 6
14. Peronno (GSI Pontivy)	2 h. 38' 32'' 8
15. Warlaumont (ASP Police)	2 h. 38' 48'' 8
16. Alcade (Béziers AC)	2 h. 40' 11'' 4
17. Lechevallier (B Argentan)	2 h. 40' 59'' 8
18. Monnot (St. Clermontois)	2 h. 42' 20'' 6

19. Carrières (AC Villeneuve)	2 h. 42' 46''
20. Pintado (St-Médard)	2 h. 43' 28''
21. Colliot (US Métro T)	2 h. 43' 35'' 4
22. Rogeau (ES Isbergues)	2 h. 43' 45'' 2
23. Guilbert (St. Français)	2 h. 44' 37'' 8
24. Fernandez (CA St-Etienne)	2 h. 44' 53''
25. Leblanc (AC Villeneuve)	2 h. 45'
26. Héritier (St. Clermontois)	2 h. 45' 23'' 6
27. Seigneur (Coulommiers)	2 h. 45' 31'' 8
28. Tosello (ASPTT Nice)	2 h. 45' 37'' 4
29. Geitslich (EA Le Creusot)	2 h. 46'
30. Lasmarrigues (SA Rochefort)	2 h. 46' 16'' 6
31. Bouvet (Paris ASPTT)	2 h. 47' 25'' 8
32. Jan (SCO Angers)	2 h. 47' 25'' 8
33. Chansard (CO Périgueux)	2 h. 49' 32'' 2
34. Rascalou (US Métro T)	2 h. 50' 15'' 8
35. Bazin (CSM Petit-Quevilly)	2 h. 50' 59''
36. Girardeau (CO Cerizay)	2 h. 53' 26'' 8
37. Penny (St. Clermont)	2 h. 54' 11'' 8
38. Poncet (Clermont US)	2 h. 54' 31'' 8
39. Danguy (SC Angoulême)	2 h. 54' 50''
40. Bonhomme (AEL Lucé)	2 h. 54' 52'' 4
41. Traccard (AC Villeneuve)	2 h. 54' 53''
42. Chamanau (USN Drancy)	2 h. 54' 56'' 4
43. Etchart (Biarritz Ol.)	2 h. 57' 08'' 6
44. Barbier P. (Amiens UC)	2 h. 59' 08''
45. Arnould (COF Pompey)	2 h. 59' 29''
46. Ponzo (AS Aix-en-Provence)	3 h. 00' 20''
47. Crenélet (US Métro T)	3 h. 02' 05'' 4
48. Donnet (St-Sotheville)	3 h. 05' 36'' 8
49. Ardouin (SA Rochefort)	3 h. 05' 47''
50. Murat (St. Dieppe)	3 h. 08' 42'' 4

Départ du 1^{er} Marathon de Neuf-Brisach.

(Photo Spiridon - Y. J.)





Au SATUS, l'une des plus grandes épreuves de cross : le Soviétique Sviridov (1) devant Haase (10), l'Allemand de l'Est battu par Väätäinen lors du fameux 10 000 mètres d'Helsinki. Derrière, le Hongrois Mecser, lui aussi à Helsinki de même qu'à Mexico. (Photo Spiridon - Y. J.)

Michel Jazy, répondant à une question que lui posait un lecteur de l'« Equipe », a adressé au cross-country le plus bel éloge que l'on puisse imaginer. On lui demandait ce qu'il pensait de l'athlétisme en salle et, en particulier, s'il était avantageux, pour un coureur de fond et de demi-fond, de se hasarder dans ce genre de réunions :

— « Certes il le peut, explique le champion français, pour autant qu'il parvienne à considérer les courses qu'il va disputer comme étant un moyen de préparation et non un but en soi. Pourtant, poursuit-il, le cross-country et l'entraînement dans la nature forment la base hivernale indispensable pour les coureurs de fond et de demi-fond qui, durant cette période de l'année, doivent apprendre avant tout à souffrir. Or, je ne me souviens pas d'avoir jamais souffert dans une course en salle, ce qui fut loin d'être le cas en cross-country. C'est par le cross-country que je me suis forgé un moral ! »

Cette déclaration, faite par celui qui fut et restera un des plus grands coureurs de tous les temps, m'encourage à affirmer de plus que la course à travers champs est, aujourd'hui plus que jamais, un moyen indispensable de mise en condition physique, d'équilibre nerveux, d'oxygénation, de formation du caractère et, enfin, d'une vérita-

Le cross-country pour se forger un moral

ble prise de conscience de sa propre personnalité.

Défauts et qualités

Vu aussi bien sous l'angle de l'entraînement que sous celui de la compétition, il n'existe aucun autre exercice physique qui parvienne à mettre avec plus de réalité et plus de vérité l'être en face de sa propre condition d'homme. Faible, dépendant, écrasé de partout, le sportif réussit à s'extraire de cet engluement au fur et à mesure qu'il pénètre plus profondément au cœur de la nature et de l'effort gratuit. Peu à peu ses défauts s'effacent et font place à autant de qualités ; sa faiblesse devient force, sa labilité équilibre. Bien plus solidement que par le truchement des livres des penseurs les plus illustres, qui doivent être décodés avant d'être compris, il réapprend, dans la solitude des forêts et des pelotons du dimanche après-midi, l'ABC des thèmes philosophiques qui reposent au fond de lui-même.

La volonté est l'une des qualités maîtresses de l'athlète. Or, contrairement au « talent », que l'on a ou que l'on n'a pas, cette particularité du caractère s'acquiert et se développe. Le sportif, au niveau de ses possibilités et, bien sûr, au long de parcours qui ne sont pas en contradiction avec sa spécialité, la forge, franche et durable. Dans les sous-bois parsemés d'embûches, au travers des ravins traîtres et glissants, sur les labours gluants, il dessine les premiers contours de ses futures victoires. C'est là que les Anglais préparent leurs glorieuses et légendaires « dernières lignes droites ». Depuis plusieurs années, s'écrie Alain Mimoun, on semble décourager les jeunes à la pratique du cross-country, alors que c'est la meilleure école de volonté : celle où l'on apprend à lutter contre les éléments et avec la nature, à fortifier son esprit et son corps ! » La souffrance qu'engendrent les courses à travers champs est bonne parce qu'elle monte de la terre directement dans les jambes, comme la sève dans l'arbre.

Air, source de vie

Peu de gens jouissent encore du privilège de respirer un air pur et sain. Souillé par les gaz de toutes provenances, alourdi de fumée, encrassé comme les murs poisseux des villes, cet élément de vie est chargé déjà des germes de la mort. Or, que font la plupart des sportifs ? Ils courent sur le bord empesté des routes, ils s'entraînent dans l'atmosphère viciée de salles trop petites, ils vivent enfermés par la force du métier : ateliers, bureaux, écoles ; ou poussés par l'oïveté : bars à café, cinéma, boîtes à télévision. Le cross sous toutes ses formes leur reste toutefois, et heureusement, car ils peuvent y puiser quelques réserves d'oxygène, carburant naturel, précieux parce que de plus en plus rare et parce qu'indispensable au moteur humain.

Poids et contrepoids

Les athlètes préparent leurs exploits de l'été, l'hiver, dans les sous-bois, dit Michel Jazy, parlant par expérience. C'est vrai ! Mais il n'y a pas que la performance au centre des préoccupations ; il y a aussi la santé, la tranquillité, la poésie : le retour aux caresses sauvages de la bise sur le visage, au clapotis de la pluie sur les feuilles mortes, aux couchers de soleil, aux craquements du bois sec sur le sol, aux animaux sauvages, brusquement confiants et sans peur : retour à la nature, redécouverte de la paix du cœur et de l'esprit, de la sérénité, du bonheur !

Mille poids et contrepoids, faits de matière synthétique, sont aujourd'hui utilisés pour tenter de maintenir un équilibre nerveux compromis, menacé de partout. La course dans la nature, je le répète, remplace avantageusement ces dangereux artifices. Par elle, la crainte, les insomnies, l'agitation, tous ces phénomènes bien caractéristiques des heures, ou des jours même, qui précèdent les grandes épreuves, font place à une belle assurance, à une grande confiance, à une parfaite connaissance ; dès lors, plus de théâtre burlesque après la réussite et plus de dépressions ou de pleurs hystériques dans la défaite, mais une joie calme et transcendante, née de la conviction d'avoir donné le meilleur de soi-même.

Les victoires de l'été

Dès ses premiers pas, l'enfant se défend de marcher : il court ! Il court, il tombe ! on le relève, il court encore ! rien ne peut le retenir dans son élan instinctif : n'est-ce

pas une preuve évidente que la course est le mouvement le plus naturel de l'homme ? Il a été gratifié d'un merveilleux moyen de locomotion : ses deux jambes. S'il les a reçues, c'est pour s'en servir : pour jouer, d'abord, puis pour chasser, pour se défendre, pour s'enfuir, simplement pour courir, aussi, sans but précis, pour vivre plus intensément. Que se passe-t-il si ce précieux instrument autopporteur n'est plus mis à contribution ? Il s'atrophie, il est pris, très rapidement, par la rouille et les rhumatismes. La fonction crée l'organe, dit-on. Donc, qui ne marche plus, qui ne court plus, perd toute puissance ! La course « naturelle », la course dans la « nature » ou, en termes moins agréables à l'oreille : le cross-country, est la clef de voûte de la condition physique générale de tout être humain et de tout sportif en particulier.

En ce qui touche au domaine du fond et du demi-fond, ce serait vraiment faire preuve d'une grande méconnaissance du sujet que de nier son absolue nécessité.

Yves Jeannotat

Le Français Borowski prépare le marathon, le Suisse Doessegger (N° 71) le 10 000 mètres. Tous deux n'hésitent pas à tâter du cross en temps voulu.

(Photo Spiridon - Y. J.)



La course de demi-fond et de fond au Canada et au Québec

Jo Malléjac *

On peut dire que depuis la retraite de Bruce Kidd et de Bill Crothers, voici quelques années, aux beaux jours du demi-fond et du fond canadien, aucune vedette de premier plan ne s'est à proprement parler révélée. Mis à part Bill Smart qui termina 3^e aux Jeux du Commonwealth en 1970 à Edimbourg, en effet aucun athlète ne s'est véritablement signalé dans les grandes confrontations internationales. Jérôme Drayton, qui avait fait un très bon début de saison en 1970 (il réalisa 27' 40" 4 sur 6 miles et 28' 25" 8 sur 10 000 m), ne put malgré tout se signaler par la suite. Peut-être par le simple fait que son entraînement fut très dur dans la période antérieure à ces performances. Par ailleurs, Drayton commit peut-être l'erreur de passer inconsiderément du 5000 m au marathon, sans prendre toutes les précautions nécessaires pour garantir sa vraie valeur.

Voici un tableau comparatif permettant de se faire une idée des résultats acquis par les athlètes canadiens en 1971.

800 mètres

1' 49" 5 ^Δ Edgar Leps (CO)	1' 52" 7 ^Δ Kip Summer (CO)	1' 55" 2 John Craig** (CO)
1' 50" Bill Smart (BC)	1' 52" 8 Randy Makolosky** (ALTA)	1' 55" 4 Dave MacLean** (QUE)
1' 51" 1 Ken Elmer (BC)	1' 53" 5 Bill Peel (CO)	1' 55" 5 Medhi Jaouhar (QUE)
1' 51" 3 Mike McCann (SWO)	1' 53" 6 George Bell* (ALTA)	1' 55" 8 Dave Greening (BC)
1' 51" 4 Rick Ritchie (BC)	1' 53" 7 Peter Jones** (QUE)	1' 55" 9 Dave Simonds** (CO)
1' 51" 5 Ken Dawson (SWO)	1' 54" Glen Close* (SWO)	1' 55" 9 Doug Cameron (ALTA)
1' 52" 1 ^Δ Dave Weicker* (BC)	1' 54" 1 Mike Housley** (CO)	
1' 52" 3 Serge Jedy (QUE)	1' 54" 2 Roger Merchant (CO)	
1' 52" 5 ^Δ Reid (BC)	1' 54" 3 Matt Duncan (CO)	
1' 52" 6 Don Hampton* (BC)	1' 54" 8 ^Δ Norm Trerise (BC)	
1' 52" 7 Rick Storrey (SWO)	1' 54" 8 ^Δ Brian Aiken (CO)	
	1' 54" 9 ^Δ Les Hatton	
	1' 55" Dan Ryan (BC)	

En caractères gras : coureur du Québec.
* junior ** cadet
Δ : performance accomplie sur 880 yards et corrigée.

Bien que médaille de bronze aux Jeux du Commonwealth, Bill Smart ne figurait en 1970 qu'à la 26^e place des meilleurs performers mondiaux, avec 1' 47" 4. Notons, entre parenthèses, qu'il était le seul Canadien cité parmi les 100 premiers coureurs mondiaux sur cette distance. Cette année, le meilleur Canadien sur 800 m fut Edgar Leps, qui réalisa 1' 49" 5 en début de saison, mais ne confirma pas cette performance par la suite. Bill Smart, passablement intermittent, ne réalisa que 1' 50", un résultat très loin de sa valeur réelle. Par contre, il a fait d'assez nets progrès sur 1500 mètres, où il figure au 2^e rang derrière Dave Bailey. Les véritables espoirs sur la distance sont sans doute Rick Ritchie, du BC, qui a moins de 21 ans, et le Québécois **Dave Hill**, qui a réalisé 4' 01" 9 sur le mile, ce qui pour 1971 le situerait au 19^e rang de la liste des meilleurs performers américains. En effet, Dave qui réside à Trois-Rivières (c'est-à-dire à environ 150 km à l'est de Montréal en bordure du Saint-Laurent), étudie à l'Université de l'Illinois, où il a pu suivre une préparation à base d'endurance, qui lui a fait réussir ces excellentes performances au début de la saison passée. Actuellement, c'est sans aucun doute, avec le sauteur en hauteur Claude Ferragne (6" 8, 75 m 14), le meilleur espoir de la province du Québec lanceur de javelot André Claude (245' 9", soit 75 m 14) le meilleur espoir de la province du Québec, et pour les Jeux de Munich et pour ceux de Montréal. Notons que Dave Hill a également établi un record canadien junior sur 5000 m (14' 18"), ce qui pour son âge est excellent (Dave Hill est né le 26 décembre 1952).

1500 mètres

3' 42" 7 ^Δ Dave Bailey (CO)	3' 45" 7 Ken Elmer (BC)	3' 50" 6 Medhi Jaouhar (QUE)
3' 43" 3 Bill Smart (BC)	3' 47" 2 Jerry Tighe (BC)	3' 52" 3 Chris Bolter (CO)
3' 43" 5 ^Δ Rick Ritchie (BC)	3' 47" 3 Edgar Leps (CO)	3' 48" 9 Louis Groarke** (ALTA)
3' 43" 9 ^Δ Dave Hill* (QUE)	3' 47" 4 Tommy Pearson (CO)	3' 53" Ken Dawson (SWO)
3' 45" 1 ^Δ Norm Trerise (BC)	3' 48" 7 Bill Peel (CO)	3' 53" 1 Louis Groarke** (ALTA)
3' 45" 3 ^Δ Mike McCann (SWO)	3' 49" Grant McLaren (SWO)	3' 53" 2 Dave Surman (BC)
	3' 49" 1 Phil Pyatt (CO)	3' 54" 1 Jim Naugler (NS)
		3' 54" 5 Dave Kerr (CO)

En 1970, le meilleur Canadien a été Norm Trerise, classé 20^e performer mondial avec 3' 40" 9. Notons qu'il figurait à la 19^e place sur le mile, avec 3' 59" 1. Pour 1970, son dauphin fut Edgar Leps (4' 01" 4 sur le mile, 45^e performer mondial), qui a également réussi 3' 43" 9 sur 1500 m (82^e performer mondial). Le niveau de 1971 fut nettement inférieur à celui de 1970, ainsi qu'on peut le constater d'après la liste ci-dessus. Ces résultats, sauf ceux de Rick Ritchie et de Dave Hill, n'indiquent pas que le Canada est en net progrès. Notons toutefois que Bill Smart, assez malheureux sur 800 m, se classe au 56^e rang mondial sur le mile (4' 02"). Trerise, qui avait par ailleurs réussi 8' 03" sur 3000 m en 1970, n'a pas confirmé cette performance en 1971. (à suivre)

*Entraîneur français réputé, Jo Malléjac, actuellement directeur technique de l'athlétisme au Québec, a gentiment accepté de fournir ces quelques « éclaircissements de base » à l'intention des lecteurs de Spiridon. D'autres articles de Malléjac suivront.

Marathons célèbres

Kosice (3.10.1971)

1	Gyula Toth, (Hongrie)	1937	2 h. 21' 43''	6
2	Kalle Hakkarainen, (Finlande)	1940	2 h. 22' 04''	
3	Desmond MacCann, (Irlande)	1945	2 h. 23' 00''	
4	Fleming N. Kempel, (Danemark)	1948	2 h. 23' 04''	
5	Pentti Rummako, (Finlande)	1943	2 h. 23' 30''	
6	Jurij Velikorodnyh, (URSS)	1942	2 h. 23' 52''	
7	Jürgen Vesper, (DDR)	1949	2 h. 24' 00''	
8	Frank Gottert, (DDR)	1940	2 h. 25' 21''	
9	Ulf H. Hakansson, (Suède)	1942	2 h. 25' 33''	
10	Ferenc Szekeres, (Hongrie)	1947	2 h. 26' 20''	
11	Vladimir Moisejev, (URSS)	1941	2 h. 26' 59''	
12	Vaclav Miadek, (CSSR)	1942	2 h. 27' 12''	
13	Viktor Silajev, (URSS)	1942	2 h. 28' 01''	
14	Hans I. Jonsson, (Suède)	1942	2 h. 28' 23''	
15	Laszlo Klekner, (Hongrie)	1940	2 h. 29' 06''	
16	Joachim Truppel, (DDR)	1951	2 h. 29' 44''	
17	Joseph Podmolik, (CSSR)	1942	2 h. 30' 02''	
18	Mogens Findal, (Danemark)	1940	2 h. 30' 11''	
19	Karel Bieringer, (CSSR)	1941	2 h. 32' 32''	
20	Gunter Frohs, (DDR)	1946	2 h. 33' 24''	
23	Chudomel, (CSSR)	1932	2 h. 35' 24''	
26	Cvicek, (CSSR)	1939	2 h. 35' 43''	
29	J. Kiss, (Hongrie)	1940	2 h. 36' 14''	
32	Bugrov, (URSS)	1945	2 h. 38' 17''	
34	Larsen, (Danemark)	1943	2 h. 39' 23''	
39	Ciboch, (CSSR)	1928	2 h. 41' 43''	

41	Hagen, (Autriche)	1933	2 h. 42' 12''
45	Rutsch, (Allemagne fédérale)	1934	2 h. 43' 52''
50	Clausnitzer, (DDR)	1948	2 h. 47' 09''
58	Aleksic, (Yougoslavie)	1944	2 h. 50' 47''
60	Tamini, (Suisse)	1937	2 h. 51' 57''
61	Betjejevski, (Pologne)	1932	2 h. 52' 52''
64	Strupp, (CSSR)	1916	2 h. 53' 53''
65	Vujaklija, (Yougoslavie)	1945	2 h. 53' 58''
68	S. Gottert, (DDR)	1948	2 h. 54' 30''
70	Clausnitzer, (DDR)	1950	2 h. 58' 15''
71	Marinkovic, (Yougoslavie)	1943	2 h. 58' 51''
74	Sladek, (CSSR)	1939	3 h. 01' 31''
79	Poupe, (CSSR)	1927	3 h. 05' 54''
80	Nielsen, (Danemark)	1938	3 h. 06' 14''
85	Blazek, (CSSR)	1937	3 h. 25' 03''

Temps limite de qualification : 2 h. 40' pour les étrangers, 2 h. 50' pour les coureurs de CSSR. — 99 coureurs au départ, 85 à l'arrivée. — Température : 22° C au départ, 20° à l'arrivée (départ : 13 heures), fort vent de face à l'aller, vent arrière au retour (... et par 22° C !). Re-transmission intégrale par la TV ; plus de 100 000 spectateurs sur le parcours.

Fukuoka (5.12.1971)

1	Frank Shorter, (USA)		2 h. 12' 50''	4
2	Akio Usami, (Japon)		2 h. 13' 22''	8
3	Jack Foster, (N.-Zélande)	1932	2 h. 13' 42''	4
4	Seppo Nikkari, (Finlande)	1948	2 h. 16' 21''	4
5	Terry Manners, (N.-Zélande)		2 h. 16' 23''	4
6	John Farrington, (Australie)		2 h. 17' 41''	
7	Pentti Rummako, (Finlande)		2 h. 17' 57''	
8	Asaharu Sagawa, (Japon)		2 h. 17' 58''	
9	Kenichi Otsuki (Japon)		2 h. 19' 23''	
10	John Robinson, (N.-Zélande)		2 h. 20' 01''	
11	Kenji Kimihara, (Japon)		2 h. 21' 52''	
12	Uchino, (Japon)		2 h. 22' 39''	
13	Manfred Steffny, (Allemagne fédérale)		2 h. 23' 01''	
14	Wassilij Shalomilov, (URSS)		2 h. 23' 26''	
15	Fujita, (Japon)		2 h. 24' 25''	
19	Unetani, (Japon)		2 h. 25' 41''	

21	Julian, (N.-Zélande)	2 h. 26' 16''
39	Moore, (USA)	2 h. 33' 50''
40	Sasaki, (Japon)	2 h. 33' 52''
44	Jurij Maurin, (URSS)	2 h. 37' 58''
48	Ito, (Japon)	2 h. 42' 36''
49	Tanimura, (Japon)	2 h. 45' 45''

79 coureurs au départ, 51 à l'arrivée. — Les coureurs passant aux 25e, 30e, 35e et 40e km avec 30 minutes de retard sur le premier étaient ipso facto **éliminés** ! — Temps limite de participation : 2 h. 30' ! — Température : 16° C. — 200 000 spectateurs sur le parcours (aller-retour) malgré la retransmission directe et intégrale du marathon par la chaîne nationale de TV.

Temps de passage des 10 premiers du marathon de Fukuoka

	5 km	10 km	15 km	20 km	25 km	30 km	35 km	40 km	42,195 km
Shorter	14'44''	29'48''	45'20''	1 h. 01'41''	1 h. 16'52''	1 h. 32'10''	1 h. 48'26''	2 h. 05'22''	2 h. 12'50''
Usami	14'22''	29'47''	45'20''	1 h. 01'41''	1 h. 17'01''	1 h. 32'44''	1 h. 48'56''	2 h. 06'	2 h. 13'22''
Foster	14'42''	29'48''	45'20''	1 h. 01'41''	1 h. 17'01''	1 h. 32'44''	1 h. 49'	2 h. 06'	2 h. 13'42''
Nikkari	14'42''	29'48''	45'20''	1 h. 01'41''	1 h. 17'01''	1 h. 32'55''	1 h. 50'05''	2 h. 08'31''	2 h. 16'21''
Manners	14'44''	30'06''	45'59''	1 h. 03'05''	1 h. 19'13''	1 h. 35'22''	1 h. 51'54''	2 h. 09'02''	2 h. 16'23''
Farrington	14'42''	29'48''	45'20''	1 h. 01'41''	1 h. 17'01''	1 h. 33'27''	1 h. 50'54''	2 h. 09'26''	2 h. 17'41''
Rummako	14'43''	29'48''	45'37''	1 h. 02'39''	1 h. 18'35''	1 h. 35'01''	1 h. 51'54''	2 h. 09'49''	2 h. 17'57''
Sagawa	15'14''	31'26''	46'55''	1 h. 03'49''	1 h. 20'09''	1 h. 36'48''	1 h. 53'41''	2 h. 10'41''	2 h. 17'58''
Otsuki	14'57''	30'49''	46'38''	1 h. 03'28''	1 h. 19'36''	1 h. 35'39''	1 h. 52'42''	2 h. 11'23''	2 h. 19'23''
Robinson	14'44''	30'06''	45'37''	1 h. 02'39''	1 h. 18'35''	1 h. 35'01''	1 h. 53'09''	2 h. 11'21''	2 h. 20'01''



Jeannotat (ici devant Meier, N° 52, et Alfons Sidler, qui figure encore au nombre des meilleurs) sait de quoi il parle : à deux reprises, il fut le premier au « Tilleul de Morat ».

(Photo Hugo Lörtscher)

Vers le tilleul de **Morat-Fribourg**

Morat-Fribourg 1971 est un peu responsable du réveil de Spiridon ! Cette course du souvenir étonne les foules pour des raisons qui ne sont pas très bien définies encore mais qui tiennent certainement des sentiments les plus nobles d'une part, mais aussi, dans de nombreux cas, d'une certaine déviation vers des rives moins accueillantes.

Dans l'immense peloton se forment, chaque année un peu plus distinctement, deux catégories — j'allais presque dire : deux clans — de coureurs dont l'allure et le comportement sont frappants par le contraste qu'ils présentent : d'un côté les fervents, les convaincus, les « mordus », conscients d'accomplir un geste important ; de l'autre, ceux, rares encore fort heureusement, tristes « rigolos », parieurs, prétentieux ou stupides tout simplement. Comme les moutons noirs, ils sont immédiatement

reconnaissables par leur maintien grotesque, leur tenue carnavalesque, leurs réactions de clowns, leur langage grossier et choquant, toutes choses auxquelles les vrais coureurs à pied ne sont pas habitués. Aux quatre coins de la petite ville de Morat, ils se font entendre et remarquer avant le départ ; sur le parcours, plusieurs d'entre eux, méconnaissant totalement les exigences de l'effort qu'ils ont entrepris de s'imposer, vont déclencher l'appel strident et sinistre des ambulances. Bref, ils font planer sur la plus belle épreuve sportive de Suisse et d'Europe même dans le domaine de la course à pied, un danger réel qu'il faut écarter à tout prix.

En effet, lorsque l'on a couru soi-même Morat-Fribourg et qu'on a ainsi appris à en connaître les vertus, on ne peut pas permettre que celles-ci soient bafouées.

Barrons donc le passage à ces intrus

malheureux et demandons-nous plutôt ce qui peut bien attirer, comme un appât magique, ces milliers d'anonymes sur la route sinueuse et longue, concurrents courageux dont la plupart n'ont pas encore accompli les deux tiers du parcours lorsque les champions passent la ligne d'arrivée à l'ombre du vieux tilleul.

Ce n'est pas l'attrait du parcours qui les pousse au rendez-vous de Morat, car, dès les premiers kilomètres, le feu aux entrailles est bien trop tenace pour que l'attention puisse jouir encore des beautés de la nature comme c'est parfois le cas à l'entraînement. Non, ici, au gré de la route qui monte en lacets toujours plus serrés, cassant le rythme, dérégulant le souffle, plantant des aiguilles dans les reins, tout le corps et l'esprit sont voués au chemin sur lequel ils avancent en même temps qu'ils remontent intérieurement, à la découverte de leur propre raison d'être ; ce qui attire la masse, ce n'est certes pas non plus l'espoir du gain, puisque, pour avoir le droit, simplement, de prendre le départ, tous auront dû payer une taxe d'inscription bien plus élevée que le prix de la médaille qu'ils recevront, parvenus à Fribourg, au pied de l'Hôtel-de-Ville, pour récompense symbolique ; ce qui rassemble cette foule, c'est encore moins la perspective d'une gloire quelconque, puisque ceux dont on parlera publiquement se comptent sur les doigts des deux mains et que tous le savent bien. Qu'est-ce donc qui justifie à leurs yeux cette heure prolongée de souffrance, souffrance gratuite en apparence, bien incompréhensible pour beaucoup ?

Ni la gloire ni le plaisir...

Mais le souvenir, et la réponse à une voix intérieure !...

Morat-Fribourg ! Chacun y viendra un jour ! Presque fatalement ! Poussé par une force invisible et mû par une idée maîtresse : celle qui dirige les pèlerins vers les lieux de recueillement et de dévotion. La participation active à une manifestation commémorative éveille toujours des sentiments particuliers, et ceci même si beaucoup ne savent pas exactement ce que l'on commémore !

Ils étaient 100, d'abord, puis 500, 1000, 2000, près de 3000 maintenant, venant des quatre coins du pays. Intrigués, Allemands, Italiens, Tchécoslovaques, Français s'intéressent : ils veulent savoir ce qui se cache sous le couvert de cette procession mystérieuse. Aussi, chaque année, on en compte un peu plus.

Retour à l'égalité

Morat-Fribourg illustre d'une façon bien particulière le besoin qu'éprouve la société de s'arracher au roullis qui l'entraîne, depuis de nombreuses années vers une catastrophe que prévoient tous les sociologues. Les pouvoirs publics dépensent des millions pour tenter de ralentir, par des moyens artificiels, cette chute mortelle due aux «maux» que l'on connaît bien et dont le moindre n'est pas le déséquilibre douloureux qui oppose les classes et les générations. Pourquoi repousserait-on les remèdes naturels ? Dans le peloton de Morat-Fribourg, il n'y a ni professeurs, ni étudiants, ni ouvriers, ni patrons ; il n'y a que l'homme réduit à sa plus simple expression : la meilleure !

A l'image de la « Vasa », Morat-Fribourg dépasse donc l'événement sportif. Intrigués, des savants et des hommes de lettres s'interrogent sur le pourquoi profond de cet engouement populaire qui « marche » à contre-courant.

Morat-Fribourg est comme un sursaut de l'instinct de conservation. Les défaillances subies par quelques hommes mal préparés ne changent rien à cette affirmation : la santé se mérite !

La pureté de cette épreuve doit donc être sauvegardée et « Spiridon » se doit d'y contribuer en donnant des conseils de toutes sortes concernant aussi bien la période de préparation, la nourriture que la course elle-même, car il est important pour le sport, pour son éthique et ses vertus, que « cette journée, comme l'écrivait si bien Gilbert Prouteau, reste une journée de retour aux racines du souffle et de la foi ! »

Yves Jeannotat

Le phénomène des courses de fond en Belgique

Avant d'étudier le phénomène que constitue l'étonnante vitalité du fond en Belgique, il nous paraît utile de dresser la liste des exploits mondiaux réalisés par nos athlètes pendant les dix dernières années (marquées par les Jeux de Tokyo et de Mexico et par 4 championnats d'Europe).

- 1962** Cross des Nations : 1. Gaston Roelants
Belgrade : Championnat d'Europe
3000 steeple : 1. Gaston Roelants 8' 32" 6
Marathon :
2. Aurèle Vandendriessche 2 h. 24' 02" 1
Waeregem, le 3 octobre ; Aurèle Vandendriessche bat le record du monde des 30 000 m en 1 h. 34' 41" 2
- 1963** Louvain, le 7 septembre ; Gaston Roelants bat le record du monde du 3000 m steeple en 8' 29" 6
- 1964** Tokyo : Jeux olympiques
3000 m steeple : 1. Gaston Roelants en 8' 30" 8
Marathon :
7. Aurèle Vandendriessche en 2 h. 18' 42" 6
- 1965** Bruxelles, le 7 août ; Gaston Roelants bat à nouveau le record du monde du 3000 m steeple en 8' 26" 4
Oslo, le 22 août ; Gaston Roelants bat le record d'Europe du 10 000 m en 28' 10" 6
- 1966** Budapest : Championnats d'Europe
3000 m steeple : 3. Gaston Roelants, 8' 28" 8
Marathon :
2. Aurèle Vandendriessche en 2 h. 21' 43" 6
Louvain, le 28 octobre ; Gaston Roelants bat le record du monde des 20 000 m en 58' 06" 2 et celui de l'heure avec 20 km 664
- 1967** Cross des Nations : 1. Gaston Roelants
Mexico : Semaine préolympique
3000 m steeple : 1. Gaston Roelants, 8' 57" 8
Marathon : 1. Gaston Roelants, 2 h. 19' 37" 4
- 1969** Cross des Nations : 1. Gaston Roelants
Athènes : Championnats d'Europe
Marathon : 2. Gaston Roelants, 2 h. 17' 22" 2
- 1971** Helsinki : Championnats d'Europe
Marathon : 1. Karel Lismont, 2 h. 13' 09"
Marathon : 5. Gaston Roelants, 2 h. 17' 48" 8
Edimbourg et Bruxelles, fin août ; Emile Puttemans bat le record du monde des 2 miles en 8' 17" 9 et le record d'Europe du 3000 m en 7' 38" 8
Munich : Semaine préolympique
10 000 m : 2. Emile Puttemans, 28' 01" 4.
Berlin : Emile Puttemans réalise la deuxième performance mondiale de l'année sur 5000 mètres en 13' 24" 6

En parcourant cette liste, on pourra bien sûr nous faire le reproche d'avoir tenu compte des 3000 m steeple de Roelants et du 3000 m de Puttemans ; ces épreuves ne sont pas en effet de véritables courses de fond. Il est incontestable cependant que la personnalité de ces deux athlètes et leur attrait pour le fond nous obligeaient à tenir compte de ces distances. Nous

Aurèle Vandendriessche, à la conquête de la 2^e place du semi-marathon de Nassogne en juillet dernier.
(Photo Spiridon)



Calendrier

- 27 février 7^e Grand Prix d'Arville, à 14 h. (organisation : AC Bertrix - Basse Semois ; adresse : Ch. Liégeois, 9 A Warmifontaine, 6620 Neufchâteau)
- 5 mars Championnat national de cross, Waregem
- 12 mars 17^e cross communal d'Etalle, à 14 heures ; organisation : SC Stabulois

Deux grandes dates de l'été 1972

- Judi 11 mai 1972 Marche de l'Armée (Relais à travers Bruxelles, avec participation de clubs civils)
- dimanche 11 juin 1972 Championnat national de marathon, à Bruxelles, au cours du match Belgique-Italie.

devons d'abord constater que de 1962 à 1967, seuls Gaston Roelants et Aurèle Vandendriessche atteignaient la véritable classe mondiale. Depuis lors, jusqu'à cet été, Gaston Roelants semblait bien isolé à la tête de nos coureurs (Aurèle Vandendriessche prenant de l'âge et, de plus souvent blessé, ne pouvait plus prétendre inquiéter les ténors mondiaux). Heureusement, l'avènement d'Emile Puttemans et de Karel Lismont vient nous rendre une nouvelle élite. Il est incontestable que depuis 10 ans le demi-fond long et le fond ont considérablement progressé, en profondeur également. A titre d'exemple, prenons les classements nationaux de 1961 et de 1970 en 5000 et en 10 000 m.

5000 mètres :

1961 48 athlètes réalisent moins de 16' ; 14 de ceux-ci sont sous les 15' ; personne sous les 14'. (Meilleure performance : Gaston Roelants en 14' 00" 2)

1970 50 athlètes réalisent moins de 15' ; 21 sont sous les 14' 30" et 2 sous les 14'. (Meilleure performance : Emile Puttemans en 13' 47")

10 000 mètres

1961 23 athlètes réalisent moins de 36', un seul se trouvant sous les 30' (meilleure performance : Louis van Praet en 29' 46" 8)

1970 50 athlètes réalisent moins de 32' 36", 7 étant sous les 30' (10 en 1971) (meilleure performance : Gaston Roelants en 28' 25" 4).

Les chiffres parlant d'eux-même, on serait amené à penser qu'au même titre que le cyclisme et le football, l'athlétisme (et plus particulièrement la course de fond) est un sport-roi en Belgique. Il n'en est rien cependant, et c'est ce que nous tenterons d'expliquer dans notre prochain numéro.

Christian Liégeois

EN SUISSE

A Sion le 18 décembre : 330 participants à la 3e course de Noël

Ecoliers (10-12 ans) 1 km

1. C. A. Nigg (Sion) 3' 20" 5
2. S. Bonvin (Flanthey) 3' 21" 4
3. J. P. Cotter (Dom Bosco) 3' 24" 6

Ecoliers (13-14 ans) 1 km.

1. C. Vuille (Cortaillod) 2' 57" 4
2. E. Bonvin (Flanthey) 3' 01" 4
3. Y. Vouga (Cortaillod) 3' 03" 0

Minimes (15-16 ans) 1 km.

1. P. Vetter (CA Sierre) 2' 51" 2
2. D. Mathy (Cortaillod) 2' 52" 0
3. P. Quentin (Bas-Valais) 2' 58" 7

Féminines (17 ans et plus) 2 km.

1. C. Dessemontet (St.-Ls.) 7' 28" 1
2. C. Bach (CA Genève) 7' 45" 5
3. A. Honegger (CA Genève) 7' 52" 8

Cadets (17-18 ans) 2 km.

1. P. Locher (TV Naters) 6' 06" 9
2. D. Berner (CHP Genève) 6' 08" 6
3. B. Crettenand (Sion Oly.) 6' 12" 0

4. C. Meyer (UGS) 6' 13" 2
4. F. Vuilleumier (St.-Ls.) 6' 16" 2

Juniors (19-20 ans) 3 km. (14 classés)

1. B. Schull (Courroux) 8' 57" 9
2. R. Schaffer (Cortaillod) 9' 12" 4
3. B. Bachmann (CA Genève) 9' 18" 1
4. C. Feldmann (St.-Ls.) 9' 19" 3
5. B. Wieder (TV Naters) 9' 33" 1

Populaire (21 ans et plus) 5 km. (30 classés)

1. P. Theytaz (CA Sierre) 16' 20" 0
2. E. André (St.-Ls.) 16' 33" 6
3. B. Droz (Ls.-Sports) 16' 34" 7
4. B. Vetter (CA Sierre) 16' 54" 3
5. E. Debons (Sion Olympique) 17' 13" 8

Vétérans (33 ans et plus) 7 km.

1. A. Panos (CHP Genève) 21' 57" 9
2. J. Garcin (Stade-Genève) 23' 14" 3
3. I. Grenak (Stade-Genève) 23' 36" 5
4. N. Tamini (CHP Genève) 23' 40" 2
5. R. Gilliard (Ls.-Sports) 24' 12" 3
6. Y. Jeannotat (Ls.-Sports) 24' 20" 0
7. C. Bazzi (CHP Genève) 25' 13" 4
8. L. C. Golay (CHP Genève) 25' 27" 4

Interclubs

1. Stade-Genève 1 h. 06' 16" 8
2. CHP Genève 1 h. 06' 27" 6

Séniors (21-32 ans) 7 km.

(31 classés)

1. R. Corbaz (St.-Ls.) 20' 59" 7
2. J.P. Spengler (CHP Gneve) 21' 21" 2
3. H.P. Feller (Ls.-Sports) 21' 55" 5
4. R. Vogt (St. Genève) 21' 56" 0
5. L. Carroll (St. Genève) 22' 01" 8
6. B. Voefray (TV Naters) 22' 08" 2
7. B. Longden (St. Genève) 22' 19" 0
8. R. Pitteloud (Sion Ol.) 22' 40" 1
9. J.P. Greck (CHP Genève) 23' 08" 5
10. W. Thonney (Ls.-Sports) 23' 10" 2
11. G. Reymond (Ls.-Sports) 23' 12" 6
12. G. Héritier (Sion-Ol.) 23' 15" 1
13. A. Heyda (CA Fribourg) 23' 24" 5
14. K. Matejowski (St. Gneve) 23' 26" 0
15. CA. Gobelet (Ls.-Sports) 23' 27" 0
16. A. Mellifluo (Genevev) 23' 31" 7
17. J.M. Gallarotti (Ls.-Sp.) 23' 38" 6
18. R. Zbinden (CA Fribourg) 23' 49" 0
19. G. Burtin (CHP Genève) 24' 01" 5
20. A. Thonney (Ls.-Sports) 24' 03" 0
21. E. Diethelm (St.-Genève) 24' 15" 5
22. J.J. Pittet (CHP Genève) 24' 29" 2

A Lausanne le 22 janvier : 20e cross « Semaine sportive »

Dames (Jeunesse) - 1500 m. (11 classées)

1. Anne Rubattel (CA Payerne) 6' 06" 1
2. Nicole Couzens (Stade Genève) 6' 36" 1
3. Florence Simonet (LS) 6' 47" 1

Dames - 1500 m. (5 classées)

1. Chantal Devaud (CA Belfaux) 6' 00" 1
3. Christiane Maridor (Neuchâtel Sport) 6' 22" 1
3. Jacqueline Morel (Neuchâtel Sport) 6' 24" 1

Ecoliers - 1500 m. (58 classés)

1. Alfred Wittmann (CA Courtelary) 5' 30" 1
2. Pascal Honsberger (La Neuveville) 5' 33" 1

3. Philippe Sublet (Cortaillod) 5' 34" 1
4. Vincent Jacot (Olympic La Chaux-de-Fonds) 5' 34" 1
5. Denis Vallon (Lausanne) 5' 39" 1

Cadets B - 3000 m. (44 classés)

1. Cédric Vuille (Cortaillod) 10' 25" 1
2. Yvan Vouga (Cortaillod) 10' 27" 1
3. Olivier Pizzera (Cortaillod) 10' 43" 1
4. Christophe Fankhauser (CAC) 10' 51" 1
5. Eric Kueng (CA Payerne) 10' 53" 1

Cadets A - 3000 m 11 classés)

1. Sylvain Rochat (USY) 9' 39" 1
2. J.-M. Probst 9' 49" 1
3. Bruno Lafranchi (Langenthal) 9' 46" 1
4. P.-Alain Blaser (Courtelary) 9' 51" 1
5. Bernard Fleury (Olympic) 9' 55" 1

Juniors - 4500 m (15 classés)

1. Pierre Balmer (Olympic)	14' 33''
2. François Vuilleumier (SL)	14' 40''
3. Daniel André (SL)	15' 01''
4. Anton Brugger (Dudingen)	15' 20''
5. Beat Aeberhardt (SL)	15' 43''

Populaires - 4500 m (31 classés)

1. Michel Mingard (Laus.)	16' 04''
2. B. Crottaz (Lausanne)	16' 13''
3. Jean Gummy (Laus. Chem.)	16' 16''
4. F. Wachter (UNI Neuch.)	16' 23''
5. Raoul Robert (FC Séb.)	16' 26''

Pistards - 4500 m (15 classés)

1. Armand Thonney (LS)	14' 53''
2. R. Schaffer (Cortailhod)	15' 10''
3. I. Grenak (Stade-Gen.)	15' 28''
4. M. Berset (CA Belfaux)	15' 36''
5. J.-Marc Galarotti (LS)	15' 39''

Vétérans - 9000 m (12 classés)

1. Pierre Eracle (UGS)	31' 01''
2. Jacques Couyounedjelis (UGS)	31' 12''
3. Robert Pillier (Dudingen)	31' 15''
4. J.-Marcel Schwab (CA Payerne)	31' 45''
5. Rémy Gilliard (LS)	32' 08''

Actifs - 9000 m (32 classés)

1. Raymond Corbaz, (SL)	28' 10''
2. Nick Minnig (CA Fribourg)	28' 32''
3. J.-Pierre Spengler (CHP Genève)	28' 43''
4. J.-Pierre Berset (CA Belfaux)	28' 50''

5. Kaspar Scheiber (STV Lucerne)	28' 54''
6. Denis Leuba (Olympic)	29' 04''
7. Kurt Balmer (Olten)	29' 17''
8. Blaise Schull (SFG Courroux)	29' 44''
9. Bruce Longden (Stade Genève)	29' 52''
10. P.-A. Forestier (CARE)	29' 59''
10. Willy Thonney (LS)	29' 59''
12. J.-Pierre Kilchenmann (CA Fribourg)	30' 01''
13. Serge Schaller (LS)	30' 03''
14. Ueli Sieber (ST Berne)	30' 17''
15. Erwin Von Arx (TV Olten)	30' 20''
16. Ruedi Straub (TV Olten)	30' 21''
17. Bernard Kuhn (STV Winterthur)	30' 27''
18. Michel Kolly (CA Fribourg)	30' 32''
19. J.-Pierre Hofstettler (USY)	30' 38''
20. Gilbert Reymond (LS)	30' 56''

**A Lausanne le 29 janvier :
7e cross de Vidy**

Ecolières (3 classées)	
1. N. Dal Magro (Sion)	3' 22''

Cadettes (7 classées)	
1. G. Bonvin (Flanthey)	3' 06''
2. C. Bonvin (Flanthey)	3' 25''

Dames (8 classées)	
1. M. Moser (STV Berne)	6' 18''
2. C. Dessemontet (Stade-Lausanne)	6' 33''
3. S. Pecka (STV Berne)	6' 47''

Werner Doesseger, le meilleur coureur suisse (ici lors de sa victoire à Sierre-Montana en octobre 1971. (Photo Spiridon - MS)



Calendrier

20 février	Fribourg Yverdon	Champ. romands cross Cross du Nord Vaudois
26 février	Dompierre	Cross-country
27 février	Saint-Aubin	Cross (chall. Minder I)
5 mars	Lucerne	Champ. Suisses cross
11 mars	Ecoteaux-Maraçon Chevrille (Giffers)	Cross-country Cross-country
12 mars	Payerne	Cross broyard (challenge Minder II)
18 mars	(Cambridge) La Tour-de-Peilz	Cross des Nations 17e Cross régional de l'Est
19 mars	Broc Saint-Gall Kaisten	Champ. fribourgeois de cross Course militaire 14. Geländelauf (10 km) (organis. : D. Fischer, Klosterzelgstr. 21, 5200 Windisch
25 mars	Bienne	25 km. route (organisat. : H.R. Löffel, EFGS, 2532 Macolin, 032/2 78 71)
26 mars	Marly Sierre Hornussen	Cross de Marly Champ. de district, avec cat. invités (7,5 km. rte) (organisat. : CA Sierre, case 141, 3960 Sierre) 14. Geländelauf Organis. : D. Fischer
8 avril	Onex (Genève)	Semi-marathon (21,1 km. 14 h. (organisat. : H. Spengler, Vermont 33, 1200 Genève, tél. 022/33 80 12)
9 avril	Chx-de-Fds-Neuchâtel	Course militaire
16 avril	Wiedlisbach	Course militaire
22 avril	Berne-Bethlehem	12. LWW-Waldlauf (en faveur des enfants infirmes moteurs cérébraux)
30 avril	Eschenbach	3. Geländelauf
9 juin	Bienne	100 km de Bienne

Ecoliers (29 classés)

1. S. Bonvin (Flanthey) 3' 06"
2. P. Teuscher (Lausanne-Sports) 3' 08"
3. P. Sublet (Cortaillod) 3' 10"

Cadets A (13 classés)

1. M. Ryffel (LC Uster) 11' 44"
2. S. Rochat (US Yverdon) 12' 02"
3. B. Keist (TV Zofingen) 12' 27"
4. Gmünder (Stade-Lausanne) 12' 29"
5. J.-M. Probst (Stade-Lausanne) 12' 31"
7. B. Fleury (Olympic-CDF) 13' 06"
8. P. Coquoz (Saint-Maurice) 13' 18"
9. P. Vetter (CA Sierre) 13' 26"

Cadets B (20 classés)

1. C. Vuille (Cortaillod) 6' 06"
2. E. Bonvin (Flanthey) 6' 09"
3. R. Vogt (Ol. Chauv-de-Fonds) 6' 23"
4. O. Pizzera (Cortaillod) 6' 24"
5. Y. Vougan (Cortaillod) 6' 27"
6. J.-W. Wuthrich (Courtelay) 6' 38"

Populaires (29 classés)

1. E. Bühlmann (LC Schaffhouse) 18' 19"
2. H. Kindler (GG Berne) 18' 19"
3. M. Bonvin (Flanthey) 18' 27"
5. P. Theytaz (CA Sierre) 18' 44"
8. B. Crottaz (Lens) 19' 14"
9. J. Delapierre (Stade-Lausanne) 19' 21"
10. B. Chardonnens (Stade-Lausanne) 19' 48"
12. J.-C. Meylan (Stade-Lausanne) 19' 52"
13. S. Detoffol (Footing-Club) 19' 58"

Vétérans (8 classés)

1. H. Kündig (1938) (CARE Vevey) 18' 55"
2. F. Leutwyler (1929) (TV Unterstrasse) 19' 08"
5. K. Tschäppät (Courtelay) 20' 29"

Elite (45 classés)

1. M. Grütter (LC Schaffhouse) 28' 03"
2. A. Moser (STV Berne) 28' 23"
3. F. Rüeeggger (STV Berne) 28' 26"
4. T. Zimmermann (CC Berne) 28' 32"
5. R. Corbaz (Stade-Lausanne) 28' 41"
6. J.-P. Berset (CA Belfaux) 28' 57"
7. A. Sidler (1933) (BTV Lucerne) 29' 03"
8. N. Minnig (1951) (CA Fribourg) 29' 04"
9. K. Mangold (LC Liestal) 29' 07"
10. M. Jossen (LAC Bienne) 29' 25"
11. F. Schneider (TV Unterstrasse) 29' 30"
12. L. Carroll (Stade-Genève) 29' 41"
13. D. Zahnd (LAC Bienne) 29' 46"
14. G. Thüring (LC Liestal) 29' 54"
15. S. Gmünder (BTV Bienne) 29' 59"
16. K. Balmer (Olten) 29' 59"
17. U. Siegenthaler (LV Langenthal) 30' 03"
18. D. Leuba (Ol. Chauv-de-Fonds) 30' 17"
21. B. Longden (Stade-Genève) 30' 43"
22. B. Voefrayer (TV Naters) 30' 45"
24. P. Forestier (CARE Vevey) 30' 52"
26. R. Schaffer (Cortaillod) 31' 34"
27. B. Kuhn (Stade-Lausanne) 31' 37"
28. A. Hejda (CA Fribourg) 31' 41"
29. A. Thonney (Lausanne-Sports) 31' 43"
31. B. Vetter (CA Sierre) 31' 52"

Les meilleurs marathoniens 1971

(Entre parenthèses : classement des Romands)

1. Helmut Kunisch (Berne) 2 h. 21' 06" 8
2. Jean-Pierre Spengler (Genève) 2 h. 23' 03" (1er)
3. Josef Gwerder (Ibach) 2 h. 23' 36"
4. Pius Strebler (Lucerne) 2 h. 24' 46"
5. Alfred Berger (Coire) 2 h. 26' 26"
6. Robert Boos (Berne) 2 h. 27' 08"
7. Alois Gwerder (Ibach) 2 h. 28' 14"
8. Kaspar Scheiber (Lucerne) 2 h. 29' 04"
9. Josef Suter (Berne) 2 h. 33' 29"
10. Albrecht Moser (Berne) 2 h. 34' 05"
11. Roger Pitteloud (Sion) 2 h. 34' 19" (2e)
12. Josef Kathriner (Lucerne) 2 h. 35' 06"
13. Heinz Hasler (Langenthal) 2 h. 36' 48"
14. Willy Aegerter (Berthoud) 2 h. 38' 45"
15. Urs Schüpbach (Bâle) 2 h. 39' 52"
16. Gilbert Reymond (Lausanne) 2 h. 40' 00" (3e)
17. Albert Gwerder (Ibach) 2 h. 40' 24"
18. Hans Borer (1928) (Dornach) 2 h. 41' 20"
19. Jean-Louis Baudet (Chêne-Bourg) 2 h. 41' 45" (4e)
20. Paul F. Leonhart (Rümlang) 2 h. 42' 17"
21. Johann Eichelberger (Zurich) 2 h. 42' 32"
22. Noël Tamini (Genève) 2 h. 43' 35" (5e)
23. Franz Walker (Ibach) 2 h. 43' 39"
24. Paul Schweizer (Herisau) 2 h. 45' 34"
25. Francis Etter (1929) (Lausanne) 2 h. 46' 02" (6e)
26. Roger Wahlen (Bâle) 2 h. 46' 02" 8
27. Bernard Schürch (Berthoud) 2 h. 46' 48"
28. Theo Banz (Ebikon) 2 h. 47'
29. Kurt Hugentobler (Romanshorn) 2 h. 47' 14"
30. Hansueli Meyer (Berne) 2 h. 47' 20"
31. Walter Eichelberger (Lucerne) 2 h. 47' 40"
32. Albert Rohrer (Lucerne) 2 h. 47' 40"
33. Herbert Hirschi (Thoune) 2 h. 48' 28"
34. Paul Kuster (Bâle) 2 h. 48' 38"
35. Werner Strittmatter (Zurich) 2 h. 48' 42"
36. Hans Felder (Ebikon) 2 h. 48' 45"
37. Walter Lüthi (Berthoud) 2 h. 49' 05"
38. Xaver Stocker (Zurich) 2 h. 49' 18"
39. Heinz Voitel (Zurich) 2 h. 49' 48"
40. Gregor Cina (Bâle) 2 h. 50' 19"
41. Roland Jud (Thurgovie) 2 h. 50' 30"
42. Stefan Gmünder (Bienne) 2 h. 51' 57"
43. Robert Branchi (Zurich) 2 h. 53' 09"
44. Beat Marti (Berne) 2 h. 54' 38"
45. Walter Zitterli (1920) (Bienne) 2 h. 55' 08" *
46. Hansruedi Andres (Coire) 2 h. 55' 20"
47. Max Bucher (Zurich) 2 h. 55' 22"
48. Heinz Lachat (Bienne) 2 h. 56' 11"

49. Heinz Glur (Berne) 2 h. 56' 17"
50. Reinhard Wiesendanger (Zurich) 2 h. 56' 40"
51. Robert Camenisch (Coire) 2 h. 57' 04"
52. Christian Köhl (Coire) 2 h. 57' 15"
53. Walter Fankhauser (Bâle) 2 h. 57' 18"
54. Fritz Buchenhorner (Berne) 2 h. 57' 37"
55. Sepp Kälin (Einsiedeln) 2 h. 57' 56"
56. Heinz Acker (Wallisellen) 2 h. 58' 07"
57. Hermann Fahrion (Bâle) 2 h. 58' 16"
58. Ulrich Jaeggi (Berthoud) 2 h. 58' 58"
59. Hans-W. Hostettler (Berne) 2 h. 59' 03"
60. Peter Baumann (St-Gall) 2 h. 59' 30"
61. Alfons Spirig (Lucerne) 2 h. 59' 57"
62. Hans Meli (Bâle) 3 h. 00' 20"
63. Gerold Breu (Altstätten) 3 h. 00' 34"
64. Max Pfister (Zizers) 3 h. 01' 18"
65. Werner Keller (Coire) 3 h. 01' 26"
66. Thomas Frischknecht (Genève) 3 h. 02' 47" (7e)
67. Reto Calderari (Bienne) 3 h. 03' 52"
68. Kurt Vögeli (Bienne) 3 h. 04' 26"
69. Fritz Springler (Reinach) 3 h. 04' 31"
70. Pierre Boimond (1925) (Genève) 3 h. 05' 07" (8e)
71. Germain Heritier (Sion) 3 h. 05' 22" (9e)
72. René Camarasa (Sierre) 3 h. 06' 10" (10e)
73. Reto Calonder (Thusis) 3 h. 07' 05"
74. Erich Schönbächler (Einsiedeln) 3 h. 07' 29"
75. Robert Piller (Belfaux) 3 h. 08' 22" (11e)

Autres marathoniens romands :

- Leo Carrol (Genève-G.-B.) 2 h. 22' 12"
12. Jean-Louis Baumgartner (Genève) 3 h. 13' 52"
13. Jean Feuz (Villeneuve) 3 h. 15' 11"
14. Claude Bazzi (Genève) 3 h. 18' 04"
15. Charles Gobelet (Lausanne) 3 h. 18' 18"
16. Willi Heusser (La Heutte) 3 h. 19' 32"
17. Alberto Tognetti (Lausanne) 3 h. 23' 10"
18. Roger Cotting (Morat) 3 n. 25' 14"
19. Gaston Sauthier (Sion) 3 h. 44' 00"
20. J.-F. Ansermet (Chêne-Bourg) 3 h. 45' 05"
21. Pierre Fournier (Sion) 4 h. 24' 41"

* La performance de Zitterli (1920) est d'autant plus remarquable qu'il a dû, pour la réaliser, courir à l'étranger. En effet, le droit de participer aux Championnats suisses de marathon est formellement refusé aux coureurs de plus de 48 ans. Il paraît même que les « spécialistes » n'envisagent pas du tout de faire disparaître cette curieuse anomalie : « Reglement ist Reglement ! »
N. T.

Une réalisation de pionnier

L'histoire commença en 1925. VITA était alors la première compagnie en Europe qui possédait un service de santé pour ses assurés. Ce service de santé comprend un examen médical périodique avec libre choix du médecin, une contribution aux frais d'opération et le *Guide-VITA*, brochure trimestrielle indiquant comment vivre de façon saine et naturelle.

En 1968, nous avons en plus lancé le parcours VITA. Il s'agit d'une piste d'entraînement en forêt ouverte à chacun. Aujourd'hui, presque toutes les grandes villes de Suisse sont pourvues d'un tel parcours. Celui qui veut donc faire quelque chose pour sa santé a la possibilité de s'entraîner gratuitement et en tout temps.

VITA a également créé de nouvelles formes d'assurances. Désirez-vous par exemple savoir ce qu'est un plan progressif ? Prenez alors simplement contact avec notre Agence générale de votre région. Vous trouverez dans l'annuaire le numéro d'appel téléphonique sous VITA.



VITA

Compagnie d'assurances sur la vie

Mythenquai 10 — 8022 Zurich

Tél. (01) 36 00 11

Geschäftsantwortkarte
Porto vom Empfänger bezahlt

Carte commerciale-réponse
Port payé par le destinataire

Cartolina commerciale-risposta
Tassa pagata dal destinatario

Nicht frankieren
Ne pas affranchir
Non affrancare

Expéditeur :

Administration de SPIRIDON

Av. Viollier 3

1260 NYON (Suisse)

SPIRIDON vous parle de tout ce qui, de près ou de loin, touche à la course à pied, et donc à la santé.

SPIRIDON comprend :

- des articles de spécialistes et de coureurs des pays francophones
- des études, des statistiques et des classements inédits ou rares
- des traductions ou adaptations des meilleurs spécialistes des Etats-Unis, d'Allemagne, de Grande-Bretagne, des pays de l'Est, d'Australie, etc.
- des rubriques régulières consacrées aux « féminines », mais aussi aux jeunes gens, aux vétérans, aux « populaires »
- des calendriers de courses, etc.

SPIRIDON parle à la masse et à l'élite des coureurs à pied. Mais surtout :

il vous en parle !

SPIRIDON

Rédacteur responsable : Noël Tamini,
Case postale 257, 4005 Bâle/Suisse

Co-rédacteur : Yves Jeannotat,
Case postale, 2532 Macolin/Suisse

Administration : SPIRIDON,
Av. Viollier 3, 1260 Nyon/Suisse

Abonnement annuel :

Suisse : Fr. 22.— (CCP 40 - 243 13,
Tamini-SPIRIDON, Bâle)

Belgique : 260 francs (CCP 153.78,
Agence caisse générale d'épargne et de retraite,
Neufchâteau ; mention SPIRIDON)

France : 30 francs (CCP 1542-19 P,
Ritzenthaler, Strasbourg ;
mention SPIRIDON)

Canada : 9 dollars (F. Vuistiner, 3.455
Aylmerstr. 210, Montréal
130 ; mention : SPIRIDON)

SPIRIDON paraît au minimum 6 fois
par an. Début de l'abonnement : en
principe avril (ou octobre).



revue internationale de course à pied

Le numéro de lancement de SPIRIDON

a été réalisé grâce à l'aide financière et aux témoignages d'encouragement de gens de tous milieux : médecins, ménagères, ouvriers, ingénieurs, étudiants, prêtres, retraités, dirigeants, etc., et surtout plusieurs dizaines de coureurs. Merci à tous.

Le numéro de lancement de SPIRIDON

est aussi le fruit du travail d'une équipe de copains, unis par leur amour de la course à pied.

SPIRIDON concerne tous ceux qui s'intéressent à la course à pied :

- débutants
- chevronsés
- « troisième âge »
- jeunes filles
- jeunes gens
- vétérans
- dilettantes
- dames
- supporters
- spécialistes

HAUTEMENT EFFICACE CONTRE L'ISOLEMENT DU COUREUR A PIED



revue internationale de course à pied

PRÉVIENT ET COMBAT CERTAINES GRAVES MALADIES DE LA CIVILISATION

En vente par abonnement

Je souscris à un abonnement d'un an à SPIRIDON

en versant le montant de *

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> 22 francs suisses | Au CCP 40 - 243 13, Tamini-SPIRIDON, Bâle |
| <input type="checkbox"/> 260 francs belges | Au CCP 153.78, Agence caisse générale d'épargne et de retraite, Neufchâteau (mention : SPIRIDON) |
| <input type="checkbox"/> 30 francs français | Au CCP 1542-19 P, Ritzenthaler, Strasbourg (mention : SPIRIDON) |
| <input type="checkbox"/> 9 dollars canadiens | A F. Vuistiner, 3.455 Aylmerstr. 210, Montréal 130 (mention : SPIRIDON) |

Nom _____

Prénom _____

Rue et N° _____

N° postal et localité _____

Date : Signature :

* Marquer d'une croix la case qui convient