

Jean-François Martin

Autres articles sur l'histoire de la gymnastique : jfmhistoire.ch/gymnastique

Contact : jfm@jfmhistoire.ch

Histoire de la gymnastique

Matériel et engins de gymnastique

Ce document regroupe des articles parus dans le journal GYM de l'Association cantonale vaudoise de gymnastique – GymVaud

Il sera complété ultérieurement.

Table des matières actuelle

- Barres parallèles et asymétriques
- Anneaux
- Poutre
- Sauts artistiques disparus (perche, hauteur, barrière, planche d'assaut)
- Histoire de matériel : évolution des besoins dans les concours, tapis, ...
- Javelot (notamment sur cible)
- Curieuses prescriptions des concours spéciaux des Fêtes fédérales (grimper de corde, javelot, saut à la perche et en longueur, escrime, natation)

Articles parus dans le Bulletin de Vevey-Ancienne (1986-1990)

- Barre fixe
- Cheval d'arçons et saut de cheval
- Exercice au sol

Gymnastique d'autrefois

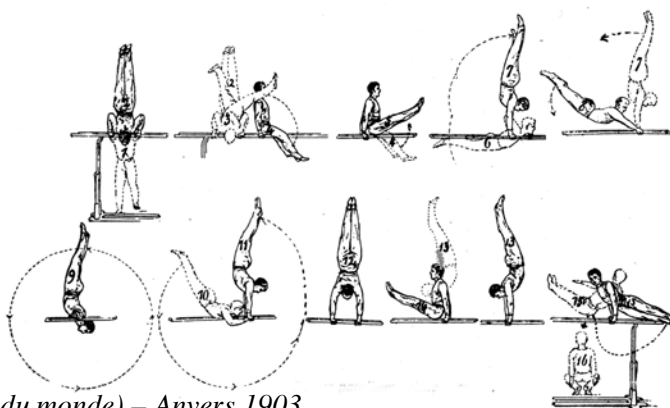
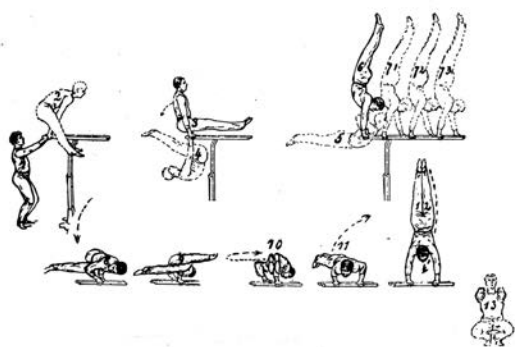
Les débuts des barres parallèles et asymétriques

Les barres parallèles sont inventées vers 1811 par l'Allemand F.-L. Jahn. Le père de la gymnastique aux engins reprend divers appareils déjà existants et en fait une méthode cohérente, avec un entraînement systématique. Pour développer la force de ses élèves en vue des voltiges au cheval-arçons, il utilise des tréteaux de bois, mobiles puis fichés dans le sol, pour des exercices de musculation.

L'imagination de ses élèves, encouragée par Jahn, fait évoluer les exercices (élancers, appuis sur les épaules) puis l'appareil s'allonge alors que les barres s'amincissent. Un nouvel engin est né. Peu à peu, on en trouve une variante plus haute (la «barre à fond») qui permet des passages en suspension. A la fin du XIX^e siècle, les barres sont facilement déplaçables, réglables en largeur et en hauteur grâce à des éléments mécaniques en métal qui leur donnent une forme très proche de nos barres scolaires actuelles.



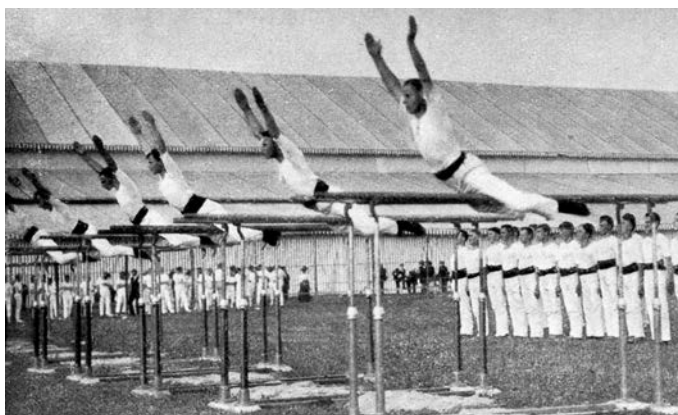
*Reproduction (maquette) des premières barres du monde – Musée Jahn, Freyburg – Unstrut (D)
(Photo JFM)*



1^{er} Tournoi international (ancêtre du Championnat du monde) – Anvers 1903

Les deux exercices imposés (force et élan) © R. Barrull, Les étapes de la gymnastique au sol et aux agrès...

Les gymnastes suisses l'adoptent très vite, en bons disciples de Jahn, l'incorporent aux premiers concours individuels puis au travail en sections. L'engin est apprécié car il offre de nombreuses possibilités aux gymnastes de tous niveaux. C'est surtout à partir du début du XX^e siècle que les exercices d'élan prennent le pas sur les positions statiques et les éléments de force. Inamovible dans le programme de la gymnastique artistique et aux agrès, cet engin a été le plus pratiqué dans les concours de sociétés jusqu'à l'introduction du travail mixte et à la forte diminution des groupes purement masculins.

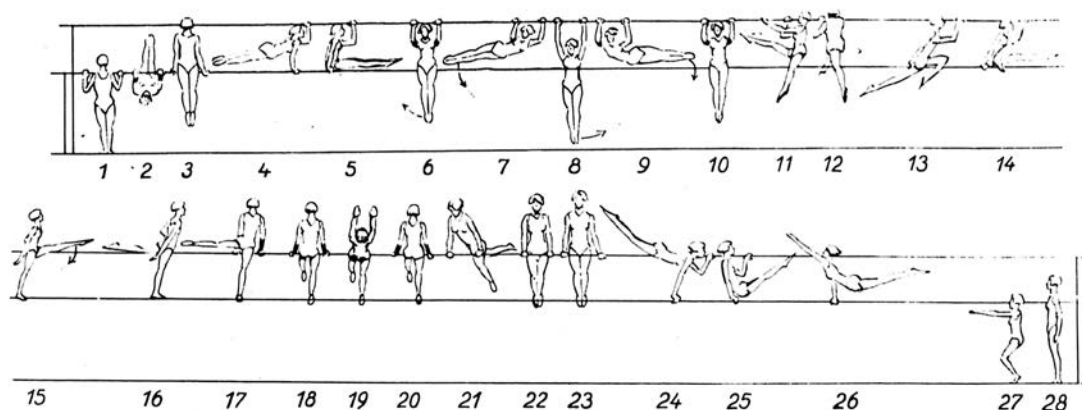


Fête fédérale de Bâle, 1912 : l'appareil est plus «moderne» que l'exercice © album-souvenir de la Fête

La gymnastique féminine a tardé, surtout en Suisse, à pratiquer les engins. En France et en Allemagne, on trouve cependant dès la fin du XIX^e siècle, des groupes qui utilisent les engins masculins et notamment les barres parallèles. Lors des premières compétitions internationales (J.O. de 1928), cet engin est au programme, dans sa variante basse. Aux jeux de 1936, à Berlin, apparaît une nouveauté : l'exercice obligatoire se fait sur une barre à deux niveaux, qui demande moins de force ; pour l'exercice libre, les concurrentes règlent la barre «supérieure» à leur guise et la majorité choisit... de la mettre à la hauteur de la barre basse.



*En France ou en Allemagne, vers 1890
© Musée suisse du sport, Bâle*



*Jeux olympiques, Berlin 1936
L'exercice imposé
© Rapport officiel des JO*

En 1950, aux Championnats du monde de Bâle, les concurrentes peuvent choisir entre les anneaux balançants et les barres asymétriques, qui s'imposeront ensuite. Dans les années 50, on renforce la barre haute avec des contreforts métalliques. A la fin des années 60, une combinaison de haubans révolutionne l'engin en l'élargissant et en fait une double barre fixe adaptée aux acrobaties.

Les gymnastes féminines suisses s'ouvrent à la compétition artistique, donc aux barres asymétriques, dans les années 60. La gymnastique aux agrès les conserve tout d'abord, avant d'en faire une option (avec la barre fixe) et de les supprimer définitivement en 1993, l'installation des barres à haubans compliquant par trop les entraînements et les compétitions. Les barres asymétriques (variante scolaire) se sont maintenues dans le concours de sociétés ; en Suisse alémanique surtout, les groupes purement féminins, plus nombreux que les masculins, apprécient cet engin qui convient à tous les niveaux.



Championnat vaudois de sociétés – 2017. Photo JFM

ART. I. Exercices élémentaires.

Observation. — Les suspensions sur les barres et sous les barres, peuvent se faire par plusieurs gymnastes à la fois.

1. Les positions principales au-dessus des barres :

- | | |
|--|--|
| a) suspension sur les mains à bras tendus, | } exécutées successivement en commandant : |
| b) " " " à bras ployés, | |
| c) " " " avant-bras, | |
| d) " " " arrière-bras, | |

2. Suspension sur les mains et les pieds (en étendant le corps par-dessus les barres et appuyant les pieds sur la base).

- | | |
|---|----------------------------|
| a) Tourner la face en bas, les jambes étendues en arrière | } à bras tendus et ployés. |
| b) " " " en haut, | |

3. Suspension par les mains sous les barres (a) les mains dedans ; b) les mains dehors).

4. Suspension par les mains et les pieds sous les barres (ayant les mains dedans ou dehors).

- | |
|---------------------|
| a) la face en haut, |
| b) la face en bas, |

5. S'asseoir devant et derrière les bras sur la barre droite et ensuite à gauche.

6. Porter les jambes en avant et en arrière sur la barre droite et sur la gauche.

7. Suspension sur les mains et puis écarter les jambes alternativement et simultanément en avant et de côté.

- | | |
|---|---------------------------|
| 8. Progression en avant et en arrière par un mouvement alternatif des mains | } sans balancer le corps, |
| 9. " " " simultané (par saccades). | |

Observation. — Les exercices 8 et 9 doivent se faire à bras tendus et ensuite à bras ployés.

10. Porter le corps en avant, ensuite en arrière en écartant les jambes sur les barres.

11. Descendre le corps et le remonter par la flexion et l'extension des bras.

12. Se balancer sur les barres (en balançant en avant, lever seulement les jambes ; — en arrière plier dans les reins).

Observation. — On fait balancer dans les quatre positions principales.

13. Se balancer en écartant les jambes (en avant et en arrière).

14. Progression sous les barres, en avant et en arrière, alternativement et puis simultanément.

a) Sans balancer les jambes ; b) en balançant les jambes.

15. Suspension transversale par dessous les barres (se suspendant à une barre par les mains et à l'autre par les jambes).

16. Suspension transversale par dessous les barres et progression latérale par un mouvement des mains et des jambes.

17. Revenir en avant et en arrière par suspension des mains, sous les barres.

ART. II. Exercices plus compliqués.

Les diverses progressions en se balançant (d'abord à bras tendus, ensuite à bras ployés) au-dessus des barres

- | |
|---|
| 1. Progression simultanée en avant, en portant les jambes en avant, |
| 2. " " " en avant, " " " en arrière, |
| 3. " " " en arrière, " " " en arrière, |
| 4. " " " en arrière, " " " en avant. |

Suivent maintenant les mêmes progressions à bras ployés ; ensuite :

Progression simultanée en avant en portant les jambes en avant, par la flexion et l'extension des bras,

" " " " " en arrière, " " " " "

" " " " " en arrière, " " " " "

" " " " " en avant, " " " " "

servation. — Tous ces exercices peuvent se faire encore en écartant les jambes en avant et en arrière.

Suspension sur les avant-bras et se relever en balançant les jambes en avant ou en arrière.

Le même exercice avec progression en avant ou en arrière.

Suspension par les mains et les pieds et se porter en avant et en arrière par saccades à bras ployés.

Descendre de la position précédente dans la suspension sous les barres et remonter au-dessus.

Descendre de la suspension des mains sur les barres dans la suspension au-dessous et remonter sans

toucher la terre.

La marche d'oise (par la flexion et l'extension des bras pendant la progression alternative).

Le ciseau en arrière et en avant, à bras tendus et puis à bras ployés.

L'écartement continu des jambes (en portant les jambes en avant et fléchissant les mains).

Mouvement de la scie des jambes en se portant d'une barre à l'autre.

S'asseoir en travers sur une barre, s'accrocher des pieds sous l'autre barre et puis fléchir en arrière.

Le même exercice en s'accrochant d'un pied seulement.

S'établir sur l'épaule gauche, ensuite à droite, tendant les jambes en haut.

Soutenir le corps sur les poignets dans une position horizontale (les jambes en arrière).

Soutenir le corps sur les coudes dans une position horizontale.

Les mêmes exercices avec progression en avant par saccades.

Balancer transversale soutenant le corps sur un coude, l'autre main sur la seconde barre.

" " " alternative (d'un coude sur l'autre).

Balancer sous les barres (le dos tourné en haut).

Se suspendre au bout des barres, balançant les jambes en avant et s'établir au-dessus sur les poignets.

Moulin en avant et en arrière des la suspension des avant-bras.

Moulin en arrière par la suspension des avant-bras.

Moulin en avant par la position écartée sur les barres (en prenant un élan par les bras).

S'établir debout sur les mains à bras ployés.

" " " à bras tendus.

Double progression en avant et en arrière (deux petits sauts des mains dans un élan).

Clapier les mains en se balançant en arrière.

Suspension par la main droite et le pied gauche sur les barres et puis descendre le corps par la flexion et l'extension du bras.

Se passer à travers les barres (face en haut) tenant une barre des deux mains et puis s'établir debout

sur les épaules à l'autre barre, ensuite descendre à terre par renversement.

S'établir debout (un pied sur chaque barre), ensuite sauter en avant et en arrière par petits mouvements.

" " " ensuite les divers mouvements des bras (horizontaux, ver-

ticiaux, latéraux et en arrière).

Franchir une barre en travers en se portant à la suspension des mains.

Franchir les deux barres en travers par la volée.

Écarter par-dessus une barre, s'accrocher des pieds à l'autre et fléchir le corps en arrière.

Suspension sur les mains au bout des barres et sauter dehors par écartement des jambes :

a) en avant ; b) en arrière.

Ferdinand Wilhelmi, *Guide de gymnastique contenant les exercices préliminaires et ceux aux engins*, Vevey, 1860 © Archives de Vevey-Ancienne

Sources

- Raymond Barrull, *Les étapes de la gymnastique au sol et aux agrès en France et dans le monde*, Féd. française de gymnastique, 1984 (notamment pp. 86-87, 317-19, 410-12, 606, 611, 631-35)

- Josef Göhler, Rudolf Spieth, *Geschichte der Turngeräte*, éd Spieth, s.l., 1989 (p. 56-67, 84-97)

- Ferdinand Wilhelmi, *Guide de gymnastique contenant les exercices préliminaires et ceux aux engins*, Vevey, Recordon, 1860 (p. 8-10)

Gymnastique d'autrefois

Les anneaux

Le terme *agrès* est issu du vocabulaire marin (gréer un bateau = l'équiper de voiles, de poulies et de cordes). Les anneaux sont donc l'engin qui correspond le mieux à cette origine lexicale. Des jeux et entraînements des marins, les exercices aux agrès sont ensuite passés au cirque. Les premiers emplacements extérieurs de gymnastique, au XIX^e siècle, comportaient un portique dédié aux grimpeurs de corde et de perche ou aux suspensions (trapèze, anneaux, «pas volant»). Les anneaux sont le seul de ces engins à avoir survécu, avec des variantes, dans notre gymnastique artistique et de sociétés actuelle.

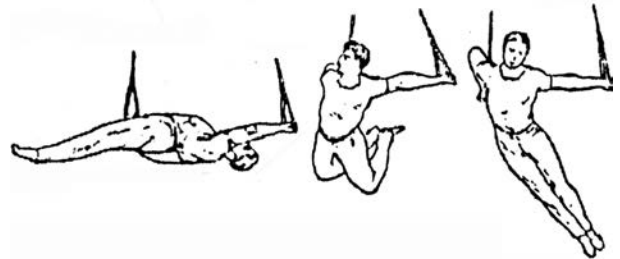
La forme de l'engin a varié : la boucle a parfois été remplacée par un triangle. La taille aussi : les anneaux des J.O. de 1928 avaient un diamètre de 12 cm. On trouve des illustrations anciennes avec un trapèze non balançant et des anneaux balançants. Ces derniers ont figuré au programme international de la gymnastique artistique féminine entre 1938 et 1950. Ils ont subsisté en Suisse dans le programme des concours de sections masculins (sans tapis de chute !) avant de devenir, depuis les années 1980, une des principales disciplines actuelles. Un succès dû au développement de la gymnastique aux agrès et au fait que les anneaux balançants se prêtent bien au travail mixte. Une discipline où la FSG est sans concurrence dans le monde puisqu'elle est seule à la pratiquer ! Les anneaux «fixes» ne se sont maintenus que dans le programme artistique masculin.

La faible hauteur des anciens portiques, mais aussi la conception que l'on avait de la gymnastique, ont fait privilégier autrefois les suites d'éléments statiques et de force, comme c'était d'ailleurs le cas aux autres engins.

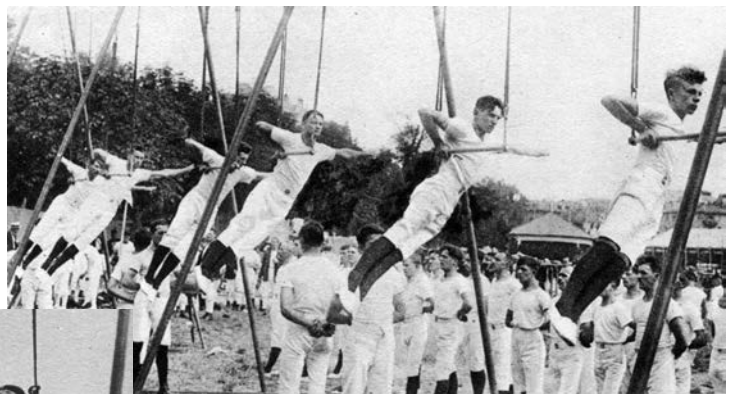
J.-F. Martin



Anneaux du XIX^e s. : métal rembourré de cuir (Musée suisse du Sport – photo J.-F. Martin)



Trois des éléments de l'exercice imposé des J.O. de Stockholm, 1912. Remarquer la forme triangulaire des anneaux. (programme de concours des J.O. 1912)



Trapèze sans balancement, Fête fédérale de Genève, 1925 (Album-souvenir de la FFG Genève)

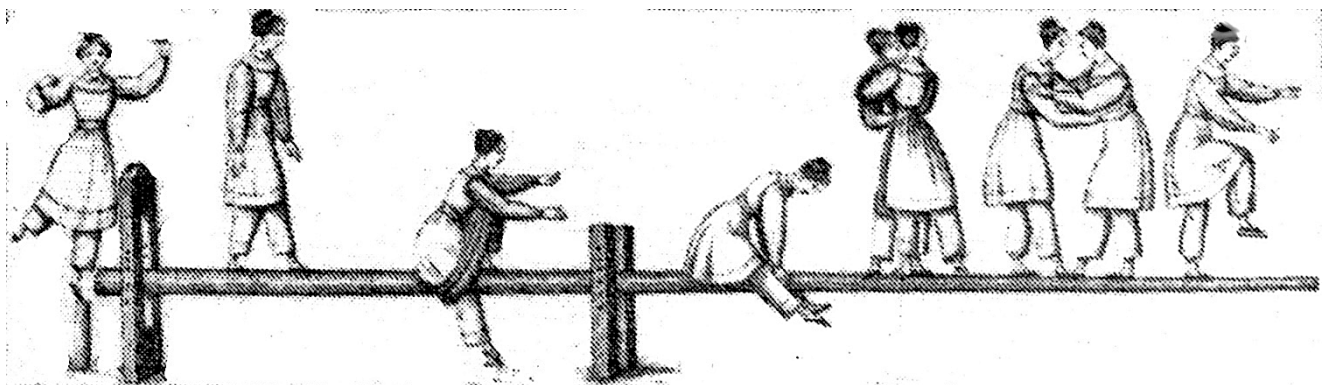


Anneaux, Fête fédérale de Genève, 1925 (Album-souvenir de la FFG Genève)

Gymnastique d'autrefois : La poutre

Vous vivez dans la plus lointaine Préhistoire et vous profitez d'un arbre tombé pour franchir un ruisseau. Sans le savoir, vous êtes en train d'inventer deux choses : le pont et la poutre d'équilibre ! Cet engin, aujourd'hui exclusivement réservé à la gymnastique artistique féminine, a donc une très longue histoire même s'il est le dernier à avoir été intégré au programme de la gymnastique de compétition.

Les exercices d'équilibre sur un support réduit font partie, depuis toujours, de la vie quotidienne, des jeux d'enfants, de l'entraînement militaire sur terre et en mer, des concours populaires, y compris nautiques, du cirque avec le funambulisme. Les pionniers de la gymnastique les ont logiquement repris dès la Renaissance. Au début du XIX^e siècle, le créateur du *Turnen* allemand, F.-L. Jahn, intègre le *Schwebebaum* (tronc d'équilibre) à ses agrès. La poutre fait également partie des engins de base de la gymnastique militaire, en deux variantes : la poutre fixe et la poutre oscillante (avec une extrémité flottante). Mais, contrairement au cheval, aux barres fixes et parallèles, à la perche de saut ou aux anneaux, elle ne sera jamais reprise dans les programmes de concours de la gymnastique masculine, alors que cet engin avait l'avantage d'être très simple à fabriquer et qu'il avait fini par perdre sa forme de tronc cylindrique au profit de celle d'une poutre équerrie évidemment plus propice à des exercices esthétiques. Il semble que ce soit parce que les messieurs hésitaient à prendre des risques pour leurs parties génitales, ce qui limitait la variété des figures possibles... Une exception notable : aux J.O. de Stockholm (1912) et d'Anvers (1920) un concours par équipes de «système suédois» est proposé (plinth, espaliers, barre d'équilibre, ...) ; mais il n'intéresse que les Nordiques et est abandonné par la suite.



K.-L. Helder mann, *Kleines Handbuch der Gymnastik für Mädchen*, Quedlingburg und Leipzig, 1835
(consultable sur internet)

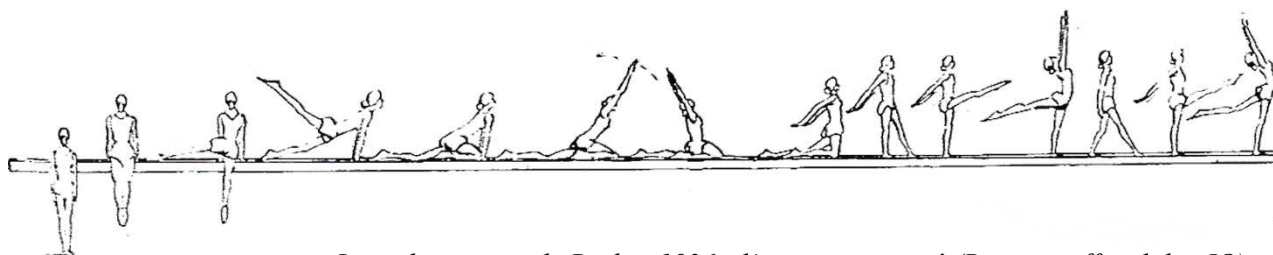
La poutre est formée d'une partie fixe (à gauche) et d'une partie oscillante.

Moritz Kloss, *Die weibliche Turnkunst*, Leipzig, 1867
(consultable sur internet) *Ecole de maintien et d'élégance.*

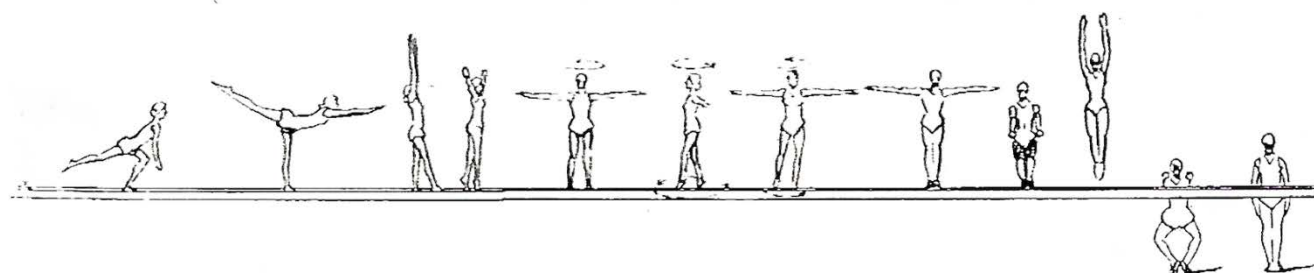
Par contre, la gymnastique féminine en fait abondamment usage : la poutre permet d'excellents exercices de maintien et d'élégance, peu entravés par les vêtements et corsets, sans les risques que la gymnastique allemande (et suisse) était censée faire courir à la fragile nature féminine. La gymnastique suédoise, qui a largement inspiré les gymnastiques féminine et scolaire, contribue à sa popularisation en l'intégrant sous son emblématique banc... suédois. Mais les ébauches de compétitions féminines, au début du XX^e siècle, ne reprennent que les engins masculins. Le premier concours olympique féminin (Amsterdam 1928), uniquement par équipes, propose des exercices de gymnastique



avec et sans engins à main, des sauts et des barres parallèles. C'est à Budapest (Championnat du monde 1934) et aux JO de Berlin (1936) que la poutre apparaît dans le programme féminin avec les barres parallèles et asymétriques et le saut de cheval. Les exercices imposés et libres ne comprennent que des mouvements d'équilibre.



Jeux olympiques de Berlin, 1936 : l'exercice imposé (Rapport officiel des JO)



La gymnastique féminine suisse se contente d'exercices de maintien sur la poutre ou sur un banc suédois retourné, jusqu'aux années 1960 où la gymnastique de compétition est enfin admise. La poutre est alors devenue un engin acrobatique : la première roue a été présentée aux JO de 1956 et le premier salto lors de ceux de 1964.

J.-F. Martin

*Fête cantonale vaudoise
Yverdon-les-Bains, 2022
(Photo JFM)*



Sources

- Raymond Barrull, *Les étapes de la gymnastique au sol et aux agrès en France et dans le monde*, Féd. française de gymnastique, 1984 (notamment pp. 80-104, 231-234, 303-304, 325-326, 395-396, 404, 410-13, 465)
- Josef Göhler, Rudolf Spieth, *Geschichte der Turngeräte*, éd Spieth, s.l., 1989 (p. 98-105)
- en.wikipedia.org, article *balance beam*

Annexes ci-après:

Les premières mentions de la poutre dans des publications vaudoises, éditées à Vevey

Les premières mentions de la poutre dans des publications vaudoises, éditées à Vevey

1. Ferdinand Wilhelmi, *Guide de gymnastique contenant les exercices préliminaires et ceux aux engins, dédié aux sections de la Suisse française et pouvant aussi servir à l'enseignement de cet art dans les écoles*. Vevey, Recordon, 1860 (Archives de Vevey-Ancienne)

Le fondateur de Vevey-Ancienne publie en 1860 le premier manuel de gymnastique de «Suisse française». Le court chapitre dédié à la poutre est manifestement lié davantage à la préparation militaire qu'à la gymnastique artistique !

18

TABLEAU VII.

EXERCICES DES POUTRES.

ART. I. Passage sur la poutre horizontale.

1. Passer à cheval en avant et en arrière.
2. S'asseoir sur la poutre et se mouvoir de côté.
3. S'enlever sur les poignets, face à la poutre et se mouvoir de côté.
4. Étant à cheval, se mouvoir sur les mains en avant ou en arrière.
5. Marcher debout en avant et en arrière.
6. » » » et retourner (en faisant un demi-tour).
7. » » » s'arrêter, se placer à cheval et se remettre debout.
8. Étant debout, marcher de côté (aussi avec la flexion des genoux).
9. Rencontre de deux hommes se croisant sur la poutre.
10. Marcher debout et simuler une chute.
11. Passage avec armes et bagages (le fusil tantôt sur le dos, tantôt en mains).
12. Rencontre de deux hommes, croisant les armes en quarte, tierce, seconde et demi-cercle.

ART. II. Au-dessous de la poutre.

1. Se mouvoir à l'aide des pieds et des mains, étant suspendu à la poutre.
2. Se suspendre face à la poutre et se mouvoir de côté.
3. Étant à cheval, passer au-dessous et se mouvoir en avant ou en arrière.
4. Étant suspendu, se rétablir au-dessus de la poutre.

2. J. Niggeler, *Manuel de gymnastique pour les écoles de garçons et de filles*. Traduit par J.-L. Lochmann et F. Dufresne. Vevey, Loertscher, 1866 (Archives de Vevey-Ancienne)

Cet important ouvrage a été rédigé par le grand organisateur de la Société fédérale de gymnastique, Johannes Niggeler, et traduit par les moniteurs en charge des sections de Morges (Jean-Louis Lochmann) et de Vevey, actuellement Ancienne (Fritz Dufresne).

Le choix des exercices est intégralement lié à l'apprentissage de l'équilibre. Les «perches» sont de surface arrondie et larges de 12 cm.

— 155 —

NB : en 1866
1 pied = 30 cm
1 pouce = 3 cm

Exercices d'équilibre sur les perches d'équilibre.

~~~~~  
On commencera ces exercices après avoir achevé la neuvième série des exercices d'ordre et libres.

Les perches d'équilibre consistent en plusieurs perches parallèles arrondies par le haut, longues d'environ 30 pieds et d'un diamètre de quatre pouces. Ces perches sont fixées aux deux bouts sur des chevalets de bois dur. Les perches et les chevalets sont mobiles, afin qu'on puisse les éloigner ou les rapprocher à volonté, suivant les exercices. Quant à la hauteur de cet engin, elle doit être en rapport avec l'âge et l'adresse des élèves. Pour ce degré (8 à 12 ans), elle peut être d'un demi-pied à deux pieds de hauteur. Les chevalets doivent être faits de sorte que les perches puissent être haussées et baissées.

— 157 —

8. Equilibre sur la jambe droite, la gauche pendant librement.

9. Equilibre sur la jambe gauche en élevant la droite en avant, de côté et en arrière.

10. Equilibre sur la jambe droite en élevant la gauche comme ci-dessus.

11. Marche d'équilibre en avant et au bout de la perche faire un demi-tour.

12. Marche d'équilibre en arrière et descendre en arrière.

13. Pas rompu en arrière et descendre en arrière.

14. Marche sur la pointe des pieds en avant dans les première, seconde et troisième positions.

15. Equilibre sur une jambe et lancer l'autre.

16. Equilibre sur une jambe et lever le genou de l'autre.

17. Equilibre sur une jambe et lever le talon de l'autre.

18. Marche d'équilibre en avant et balancer la jambe libre avant de la poser.

— 156 —

Les élèves sont placés sur autant de rangs qu'il y a de perches, par le flanc et dans la même ligne que ces dernières, de sorte que chaque rang a une perche. Les files exécutent les divers exercices les unes après les autres, et chacune d'elles, dès qu'elle les a exécutés, va se placer derrière celle qui l'a précédée, tandis que celle qui la suit s'avance pour les exécuter à son tour.

1. Monter avec le pied gauche et descendre avec le droit.

2. Monter avec le pied droit et descendre avec le gauche.

3. Equilibre sur les deux jambes en se donnant les mains.

4. Equilibre sur les deux jambes, les bras de côté (en avant) et ensuite les mains sur les hanches.

5. Pas rompu en avant, à droite et à gauche, les bras de côté, en se donnant les mains ou les mains sur les hanches.

6. Marcher en avant au pas cadencé ordinaire les bras en avant, de côté, ensuite les mains sur les hanches ou en se donnant les mains.

7. Equilibre sur la jambe gauche, la droite pendant librement.

— 158 —

19. Marche d'équilibre en arrière et balancer la jambe libre avant de la poser.

20. Marche sur la pointe des pieds en arrière.

21. Marche d'équilibre et lancer les bras.

Lancer les bras de côté (en avant) au pas gauche, et les ramener en bas au pas droit.

22. Marche d'équilibre en avant et en arrière alternativement.

~~~~~  
Par exemple: Trois (4, 5, etc.) pas en avant et trois (4, 5, etc.) pas en arrière. Suivant le nombre de pas, plusieurs élèves peuvent être sur la même perche pour cet exercice.

Gymnastique d'autrefois

Des sauts artistiques disparus

Alors que le saut de cheval et le cheval d'arçons ont été inspirés par les chevaux de bois qui servaient à l'entraînement de base des cavaliers militaires et des acrobates équestres des cirques, les autres disciplines de saut ont des origines plus populaires. Pour ceux qui chassent ou combattent à pied, il convient d'être agile et rapide pour franchir les ruisseaux, les haies, fossés et autres obstacles. On s'entraîne donc à sauter en longueur et en hauteur en utilisant parfois une perche, plantée au fond du fossé pour se balancer jusqu'à l'autre bord ou au pied d'un mur pour s'élever. Ces exercices ont été à la base de jeux villageois fort anciens et sont devenus, au XX^e siècle des éléments constitutifs de l'athlétisme.

Mais ils ont aussi été repris par les adeptes de la gymnastique aux engins, déjà au cours du XIX^e siècle. En Suisse et en Allemagne notamment, on leur a peu à peu donné des formes compatibles avec ce qui devenait progressivement notre gymnastique artistique. On a codifié des formes (passé costal, facial, à l'équerre, ...), défini des critères technico-esthétiques (jambes tendues, réception à la station avec flexion mais sans sursaut) comme pour le saut de cheval. On disposait donc, au début du XX^e siècle, de différents sauts artistiques qui pouvaient être intégrés dans les programmes des concours individuels et de sections, qui n'étaient pas identiques d'une fête à l'autre.

Ces disciplines avaient l'avantage important d'être accessibles aux sociétés les moins favorisées : le matériel pouvait être fabriqué à faible coût dans n'importe quel village ; c'était plus compliqué et plus cher pour un portique de reck, des chevaux ou des barres parallèles. On n'était pas trop exigeant pour la qualité de la piste d'élán ; le sable ou la sciure suffisaient pour la réception.

Dans les concours de sections, le travail était présenté dans une stricte discipline militaire : «Deuxième degré – garde à vous – pas de course, marche - ...- retour à l'ancien emplacement, marche». La qualité du commandement et la discipline



Fête fédérale de La Chaux-de-Fonds, 1900 : saut à la perche en section. Ingénieux système de réglage de la hauteur : des sachets lestés tendent la corde sur les picots. Si les régleurs mesurent 1m70, la hauteur de la corde est d'au moins 2 mètres. (Doc. ACVG)



Fête fédérale de Lucerne, 1928 : saut en hauteur artistique individuel. Un fanion permet au sauteur de bien visualiser la corde et au jury de repérer le moindre frémissement. (Album souvenir de la Fête de Lucerne, 1928)

comptaient autant que l'exécution individuelle et la synchronisation. La hauteur à franchir variait d'un degré ou d'une catégorie à l'autre et un frémissement de la corde entraînait une déduction.

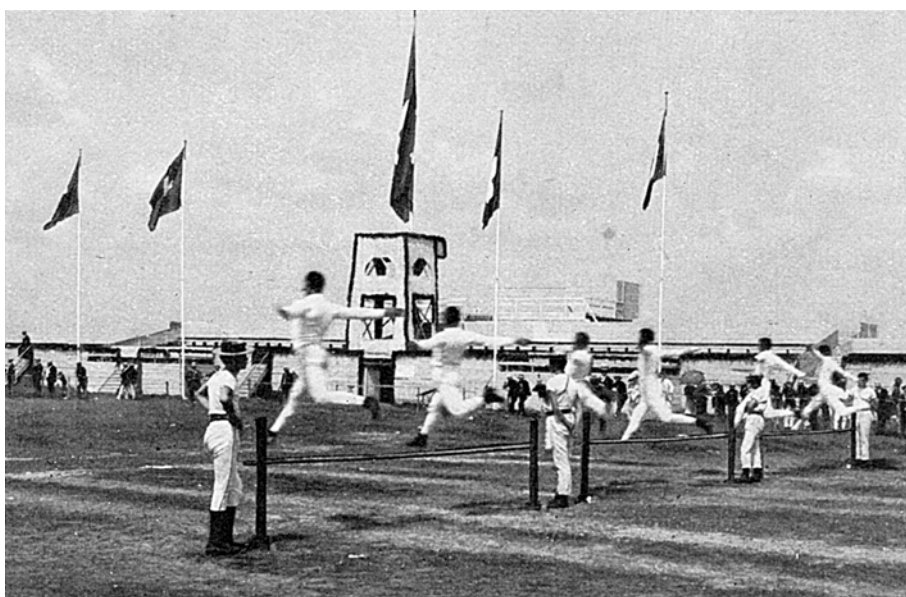
Au concours individuel de la Fête fédérale de 1909 à Lausanne, pour obtenir la note idéale, il fallait présenter un saut techniquement parfait, station comprise, en franchissant une corde placée à 2m20, avec la perche rigide. Pour le saut en hauteur artistique (sans tremplin), la corde était à 1m20.

Les sauts de barrière n'ont pas survécu à la Première Guerre mondiale, le saut à la planche d'assaut à la Seconde. Le saut à la perche (qui n'était d'ailleurs plus forcément taxé du point de vue de l'exécution) n'a été retiré du programme des championnats internationaux qu'après 1950 !

J.-F. Martin



*Fête fédérale de Lausanne, 1909 : suite de sauts de barrières en section.
(Cahier de photos-souvenir édité par la Patrie Suisse, 1909)*



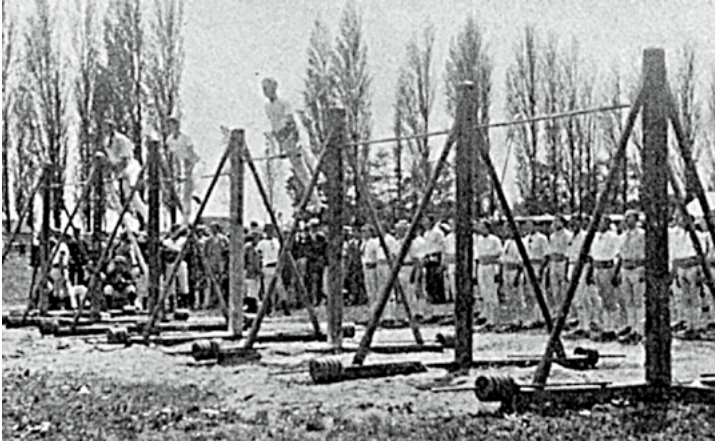
Fête fédérale de Bâle, 1912 : sauts obligatoires en section. (Album-souvenir de la Fête de Bâle, 1912)



*Fête fédérale de Bâle, 1912 : sauts à la planche d'assaut en section.
La corde est réglable en hauteur et longueur grâce à la structure latérale en triangle. (Album-souvenir de la Fête de Bâle, 1912)*

GYMNASTIQUE D'AUTREFOIS

Histoire de matériel



Morges, Fête cantonale 1899. Portique mobile et sable

L'évolution de la gymnastique est évidemment liée à celle du matériel et des installations. Cela vaut aussi bien pour les entraînements que pour les concours et fêtes. C'est lié aux moyens techniques de fabrication et aux moyens financiers des sociétés ou des communes.

La gymnastique scolaire et la gymnastique des sociétés ont été longtemps en très grande partie des activités de plein air, pratiquées avec des moyens rudimentaires, en partie réalisables par des artisans locaux: portiques de grimper, d'anneaux et de barre fixe, poteaux de saut, fosses de sable ou de sciure. Si les concours aux engins nécessitaient des barres et des chevaux, les jeux nationaux se contentaient du strict minimum, tout comme les premières épreuves athlétiques. La gymnastique féminine s'est très longtemps limitée à des évolutions avec ou sans engins à main, à des jeux de balle et des courses d'estafette.

L'essor de la gymnastique scolaire met à disposition des sociétés, surtout en ville au XIX^e siècle, des salles avec un équipement de base de plus en plus perfectionné. L'essor des disciplines individuelles, devenues internationales, impose progressivement des normes mais aussi des exigences de qualité : pistes cendrées puis synthétiques pour les athlètes, engins renforcés et stabilisés pour les artistiques qui n'abandonnent pourtant les réceptions dans le sable et les salti

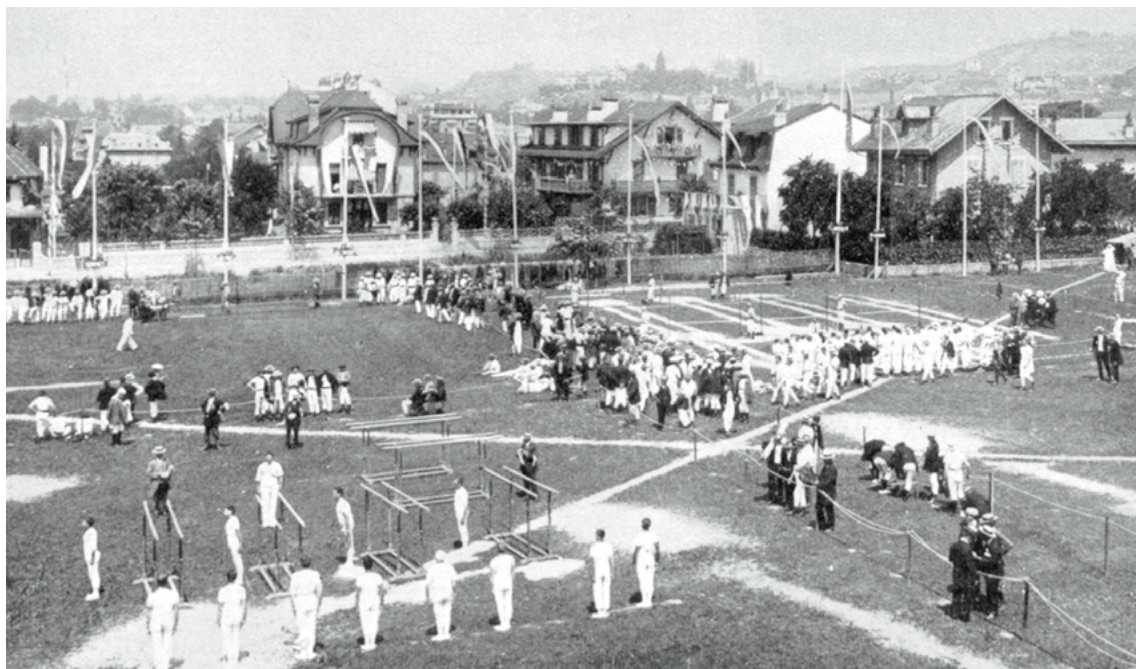
sur gazon qu'à partir de 1950, et très progressivement.

La principale révolution a donc résidé dans l'apparition des tapis : d'abord simples nattes de cuir (dans les années 50), puis rouleaux de feutre (2 cm d'épaisseur) ou de plastique, «gros tapis» plus ou moins stables, filets remplis de mousse pour le saut en hauteur, dans les années 60, ils se déclinent aujourd'hui en une infinie variété de modèles. C'est un peu le problème de la poule et de l'œuf : ces progrès ont-ils favorisé l'évolution de nos disciplines ou est-ce cette évolution qui a stimulé la créativité des marchands de tapis? Autre question : l'amélioration de la sécurité limite-t-elle les accidents ou augmente-t-elle la prise de risque ?

Ce ne sont probablement pas les questions que se posent les responsables du matériel des comités d'organisation de nos fêtes et concours : depuis quelques décennies déjà, leur mission est devenue gigantesque et c'est, entre autres, chaque fois une montagne de



Bière, Fête cantonale 2014



La Tour-de-Peilz, Fête cantonale 1914

tapis qu'ils doivent fournir. Les anciens restent parfois pan- tois devant cette débauche de matériel, les plus jeunes n'ima- ginent pas faire sans. Mais si la gymnastique veut rester un sport dynamique et attractif, c'est évidemment à ce prix.

Remarquons d'ailleurs que les jeux polysportifs proposés à nos plus jeunes gymnastes ou les concours variés proposés aux hommes et dames sont le plus souvent réalisés avec un matériel simple et peu coû- teux ; mais la liste en est par- fois longue et peut aussi faire transpirer les responsables du matériel !

Nous terminons cette évocation avec une pensée émue pour celles et ceux qui ont autrefois pratiqué les anneaux pendus à une branche de sapin au- dessus d'un tapis d'aiguilles

sèches ; ou sauté plus de 1m70 en hauteur dans une fosse à sable ; ou jonglé avec leurs massues sur un sol détrempé et boueux. Mais aussi pour celles et ceux qui collecteront,

répartiront et rapatrieront le matériel de la Fête cantonale d'Yverdon-les-Bains en juin.

J.-F. Martin



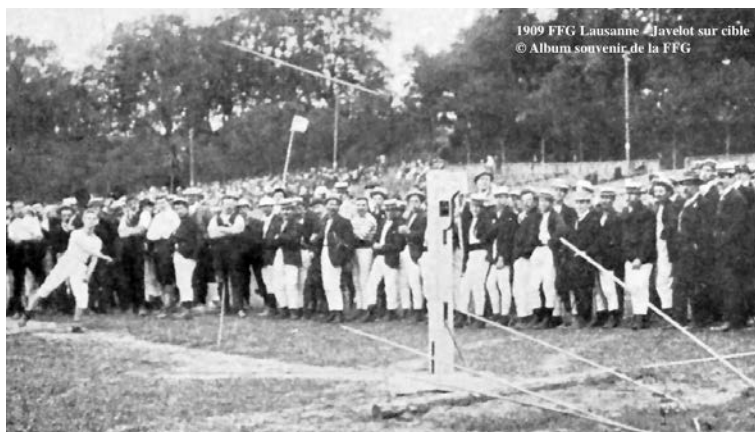
Lausanne AG, années 40

Gymnastique d'autrefois : Javelot sur cible

De conception et d'utilisation simples, la lance (ou sagaie) est une des armes les plus anciennement utilisées pour la chasse et la guerre, proche mais distincte de l'épieu (ou pique) qui n'est pas destiné au jet. Renforcé par une pointe métallique, le javelot a été abondamment utilisé par les Grecs, les Romains et au Moyen Âge, jusqu'à ce que les arbalètes puis les armes à feu permettent de projeter des engins plus précis et plus meurtriers. Des soldats spécialisés en étaient équipés : on les nommait *doryphores* (portelance) en Grèce antique.

Comme pour d'autres disciplines, l'entraînement des chasseurs et guerriers, mais aussi les jeux d'enfants qui l'imitent, débouchent sur des concours de plus en plus codifiés et des perfectionnements techniques. L'utilisation de l'arme demande deux qualités à travailler : la longueur du jet et sa précision. On trouve donc dans l'Antiquité deux variantes de la compétition. Dans l'une, on mesure la longueur, dans l'autre on vise une cible, soit à partir d'une position statique (par exemple un genou à terre), soit avec une course d'élan, soit encore sur un cheval au galop. Les deux pratiques cohabitent et ne sont pas toujours clairement différenciées dans les textes anciens ou sur les poteries peintes, et l'on peine à préciser quelle forme faisait partie du pentathlon d'Olympie, où le jet du javelot aurait été introduit, selon la mythologie, par Héraclès lui-même. On n'a par contre pas d'indications sur les distances atteintes.

Les sources antiques permettent par contre de préciser que le javelot était muni d'un propulseur : une lanière de cuir, enroulée autour de la hampe et terminée par des œilletons pour deux doigts du lanceur, imprimait à l'engin une rotation longitudinale prolongeant le vol, ce qui a été confirmé par des expérimentations récentes. Ces dernières décennies, la technologie a plutôt cherché à freiner la progression des records de longueur, pour d'évidentes questions de sécurité.



La gymnastique a mis le javelot au nombre de ses disciplines dès le début du XIX^e siècle, mais surtout sous la forme du jet de précision, qui a l'avantage de se pratiquer sur une plus petite surface. Au début du XX^e siècle, l'athlétisme se constitue progressivement en discipline spécifique ; le javelot est au programme des Jeux olympiques depuis 1908 et du décathlon depuis 1912. Le jet sur cible disparaît alors définitivement du programme des fêtes de gymnastique.

Une photo de l'album-souvenir de la Fête fédérale de 1909 à Lausanne montre une des dernières apparitions de cette discipline et le défunt Musée suisse du sport conservait un *Gerbock* (tête à javelot) du gymnase du Polytechnicum de Zurich (vers 1900) : un poteau-cible avec une tête à charnière basculant au contact de l'engin, dont la pointe était peut-être arrondie dans ce cas.



J.-F. Martin

Sources

- Maximilian Triet, *Sport aus drei Jahrtausenden, Bilder und Objekte des Schweizer Sport Museums Basel*, Reinhardt Verlag, Basel, 1998
- Yves Jeannotat, *Sport éternel, le lancement du javelot*, Revue Macolin, n° 1/1994, p. 19
- *Le lancer du javelot avec propulseur*, www.acta-archeo.com
- D. Vanhove, *Le sport dans la Grèce antique, du jeu à la compétition*, Catalogue d'exposition, Palais des arts, Bruxelles, 1992, p. 111-113
- *Le corps et l'esprit*, catalogue d'exposition, Fondation de L'Hermitage, Lausanne 1990, p. 62 + 146-7

Concours spéciaux des Fêtes fédérales

Curieuses prescriptions de concours

Les Fêtes fédérales du début du XX^e siècle proposaient, à côté du concours de sections et des deux disciplines individuelles, artistiques et nationaux, des concours individuels spéciaux (spécialisés) destinés à occuper les gymnastes et le public tout en donnant une image d'ouverture à programme relativement figé.

On y trouve par exemple le saut à la perche (en plus de celui qui fait partie du concours artistique), du jet de pierre et des tournois de lutte et de lutte suisse (en plus des jeux nationaux), du saut en longueur et en hauteur, de l'escrime, de la course et de la natation, du grimper de corde et de la natation. Avec des prescriptions parfois curieuses (Règlement des Fêtes fédérales de 1893, en vigueur à Lausanne en 1909).

La course se déroule en ligne droite. Le vainqueur est celui qui parcourt la plus longue distance en 25 secondes. Meilleur résultat à Lausanne en 1909: 207,5 m.

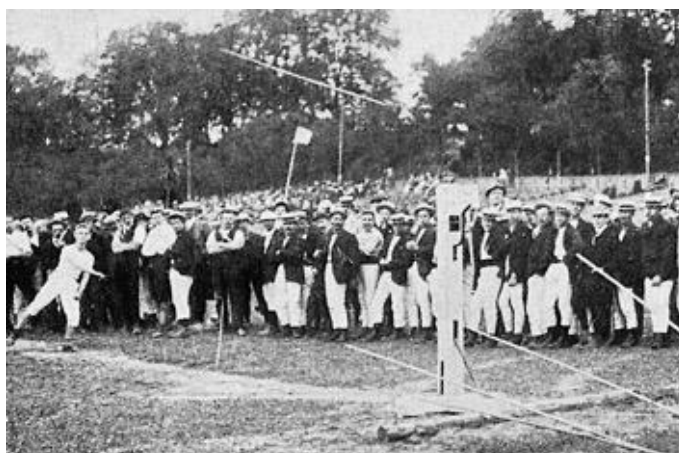
En escrime (sabre et fleuret), le classement est basé sur les touches, «mais avant tout sur la connaissance de l'art et l'élégance de l'exécution».

Le grimper de corde (8 m) se déroule en deux phases : grimper avec l'aide des jambes où l'on compte le nombre de brasses (mouvements des genoux) puis grimper chronométré à la seule force des bras.

Grimper (Album souvenir de la Fête fédérale de Bâle 1912, Archives de Vevey-Ancienne)



Le jet du javelot se fait sur cible à forme humanoïde, ce qui correspond d'ailleurs à l'origine (chasse et guerre) de cette discipline et ne demande qu'une petite surface. Le concurrent lance deux javelots à 8, puis 10, 12 et 15 m. Un toucher sur le corps vaut 1 pt, 2 sur la poitrine, 3 sur la tête. Le vainqueur de 1909 obtient 9 pts ; le jury estime que la cible était trop mince et préconise que l'on utilise dorénavant un but de forme plus naturelle !



Javelot (Album souvenir de la Fête fédérale de Lausanne 1909, Archives de Vevey-Ancienne)



Au saut à la perche, un essai réussi à 2 m 40 donne le droit de poursuivre avec 3 sauts jugés sur l'exécution à 2 m 60, puis 2 m 80 (note doublée) et 3 m (notre triplée). Atterrissage dans le sable ou la sciure.

Même système pour le saut en hauteur : essai à 1 m 40, sauts jugés à 1 m 50, 1 m 60 et 1 m 70.

*Saut à la perche
(Album souvenir de la
Fête fédérale de
Genève 1925, Archives
de Vevey-Ancienne)*



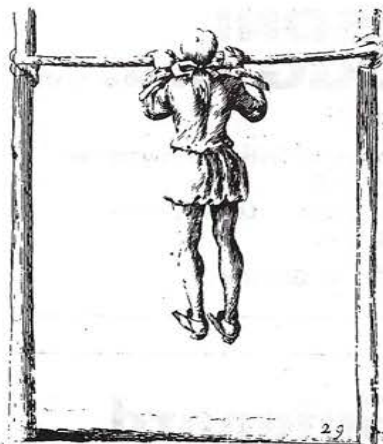
*Saut en hauteur
(Album souvenir de la
Fête fédérale de
Lucerne 1928, Archives
de Vevey-Ancienne)*

La natation se déroule en eau vive, en ligne droite avec chronométrage. En 1909, l'épreuve s'est déroulée aux bains de Cour (emplacement de la piscine de Bellerive) sur une distance de 190 m. Le vainqueur a nagé en 3'16''2/5.

J.-F. Martin

Références :

- *Règlement sur l'organisation des Fêtes fédérales de gymnastique* (adopté en 1883), in *Souvenir du 75^e anniversaire de la Société fédérale de gymnastique, 1832-1907*, SFG, Zurich, 1907 (scan artisanal sur demande : jfm@jfmhistoire.ch)
- *55^e Fête fédérale de Gymnastique, Rapport du Jury et du Comité central*, Lausanne 1909
- Feuille d'Avis de Lausanne, 14 juillet 1909, *résultats des concours* [FFG Lausanne]
- J.-F. Martin, cinq Fêtes fédérales de gymnastique à Lausanne, 1855, 1880, 1909, 1951 et 2005 ; disponible sur jfmhistoire.ch/gymnastique



histoire de la gymnastique

LA BARRE FIXE

Dès les débuts de l'humanité, l'homme a cherché à grimper aux arbres, par nécessité (protection, recherche de nourriture) ou par jeu: se suspendre à une branche, s'y établir à l'appui, s'y asseoir et en descendant fiasaient partie du "programme".

Au XVI^e siècle, Rabelais (entre autres) mentionne les jeux de Gargantua; l'un d'eux consiste à utiliser une "perche appuyée à deux arbres": "à icelle se penoit par les mains, et d'icelle alloit et venoit sans des pieds à rien toucher" (Gargantua, ch. XXIII). D'autres utilisaient une corde tendue entre deux poteaux pour différents exercices dont le but est d'acquérir l'agilité et la force ou d'apprendre à se hisser par-dessus un mur, à se sortir d'un fossé...

Quant aux enfants, ils n'ont pas attendu d'avoir des maîtres de gymnastique pour jouer sur tout ce qui peut ressembler à une barre: le "cochon pendu",

Prendre la corde avec les deux mains & aller baïser le dessus en tenant les mains par-dessus attachées à la corde.

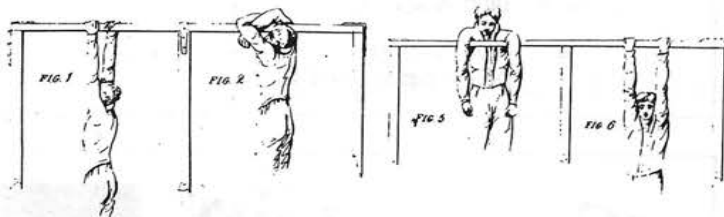
Document tiré de "l'Écuyer françois", de I. de Beaumont (1679)

attesté au Moyen-Age, est sans doute vieux comme le monde.

Jusqu'au début du XIX^e s., il n'est pas question d'exécuter des exercices complets, et encore moins (ou très rarement) d'effectuer des mouvements d'élan: une barre mince ou une perche plus épaisse, voire une poutre de section carrée, permettent d'exercer l'équilibre, de travailler la force et l'agilité. Les créateurs de la gymnastique aux engins, dans la première moitié du siècle passé en Allemagne surtout, vont intégrer la barre fixe à leur programme, inspirés par ces jeux et probablement aussi par ceux des saltimbanques.

En 1816, l'Allemand Jahn (considéré parfois comme le père de la gymnastique aux engins) mentionne 60 exercices différents en élan (bascules, etc), en partie repris du trapèze, et 132 rétablissements ou exercices statiques ! On réalise déjà le "soleil" (grand tour en avant) qui doit son

Quelques exercices proposés par Jahn (1828), ici à une poutre de section carrée.



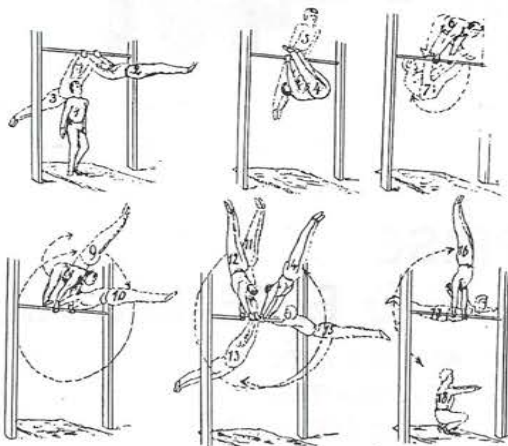
nom à un feu d'artifice tournant auquel il faisait penser, et la "lune" (grand tour en arrière), ainsi nommée par opposition.

En Suisse, les premières sociétés de gymnastique (vers 1820) se construisent des recks et les 14 concurrents de la première fête fédérale d'Aarau, en 1832, se mesurent aux barres, au cheval, au reck, à la poutre et au javelot.

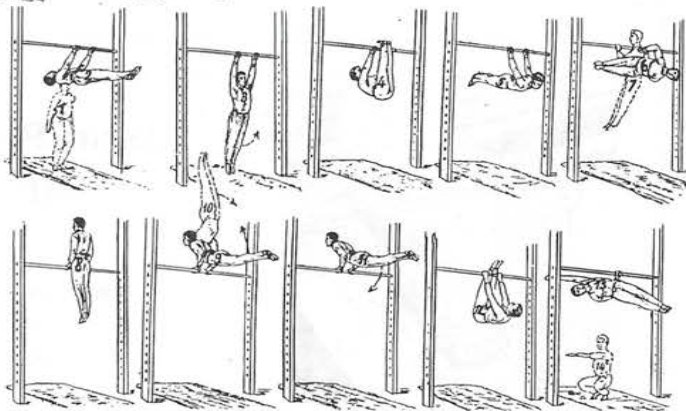
Comme à tous les engins, une lente évolution se fait jusqu'au milieu du

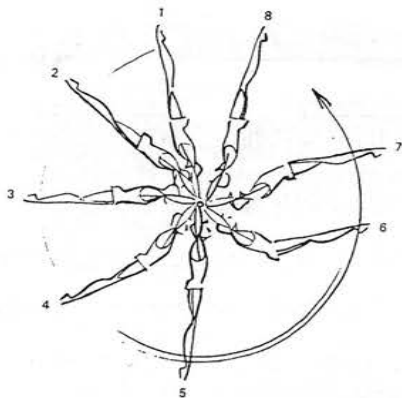
XXe s., où la gymnastique aux "machines", devenues "instruments" puis "appareils", et enfin "engins" ou "agres", prend sa forme actuelle: privilégiés au début, les éléments de force ou statiques laissent de plus en plus de place aux parties d'élan. Au siècle passé, on présentait en général deux exercices au reck: l'un composé de parties de force, l'autre de parties d'élan. Au XXe siècle, le tout sera combiné avant que l'on supprime complètement tous les arrêts (dès les championnats du monde de Budapest en 1934).

En gymnastique féminine, on ne



Exercices obligatoires du 1er tournoi international (Anvers, 1903). 1er exercice (à droite): éléments statiques; remarquer le stand ! 2e exercice (ci-dessus): avec élans.





grand tour en arrière

renforcées d'une tige de fer, ce qui assurait une meilleure prise et une élasticité intéressante. C'est à la fin du siècle passé que l'on introduisit l'actuelle barre en acier poli, montée sur un portique à haubans. Oscillant entre 3 et 4 cm, le diamètre de la barre se stabilisera à sa dimension actuelle (2,8 cm) dès les années 30.

Les cuirs que l'on place dans la main datent également du début de notre siècle: ils soulagent l'épiderme en évitant les ampoules dues à l'échauffement de la peau. Depuis 1975, on les a considérablement améliorés en y ajoutant un petit cylindre dur qui améliore la prise et autorise des difficultés inimaginables il y a quelques années encore...

Enfin, si nous disposons aujourd'hui d'une belle panoplie de tapis (ou de fosses de mousse pour l'entraînement des champions), il faut rappeler qu'on s'est contenté, jusqu'à un passé pas si lointain, de sable ou de sciure, puis de nattes en cuir avec brosse de crin!

JF. Martin

trouve jamais la barre fixe au programme des compétitions officielles, si ce n'est dans les exercices de section, ou récemment dans les concours aux agrès (forme simplifiée, qui n'existe qu'en Suisse, de la gymnastique artistique).

Le mot "reck" vient paraît-il du hollandais où il désigne une perche pour étendre le linge.

L'engin lui-même a évidemment beaucoup évolué quant à la matière et au diamètre de la barre. On utilisa parfois une perche de bois d'un diamètre de 7 cm (!); les premiers essais métalliques ne furent guère concluants: la rouille arrachait la peau des mains! Vers 1860 apparurent des barres de frêne (diamètre de 3,5 cm) évidées et

Histoire de la gymnastique

LE CHEVAL-ARÇONS ET LE SAUT DE CHEVAL

On a retrouvé des documents attestant la voltige sur des taureaux vivants, chez les Crétois, au II^e millénaire avant J-C. Mais il faut attendre l'époque romaine pour trouver mention d'exercices sur des "chevaux factices". L'écrivain Végétius (IV^e s. ap.J-C.) décrit en effet l'entraînement des cavaliers sur de tels agrès: l'aisance à cheval était indispensable pour assurer la survie au combat et on l'acquerrait sur des chevaux de bois: on s'exerçait ainsi à monter et descendre (sans étrier à l'époque), sans, puis avec armes, après quoi on pouvait

Bulletin de Vevey-Ancienne

n° 489 / 09.1986

passer à la voltige avant de s'entraîner sur des chevaux vivants.

On peut supposer que cela s'est maintenu au Moyen-Age. Et Rabelais, au XVI^e s., décrit l'entraînement de Gargantua sur une poutre et sur un grand cheval de bois "afin que toute sa vie fut un chevaucheur" (chap. XII), avant qu'il perfectionne sa technique grâce aux leçons (chap. XXIII) de l'écuyer nommé Gymnaste (!).

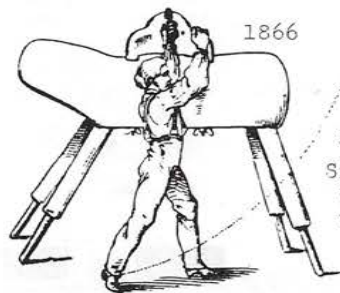
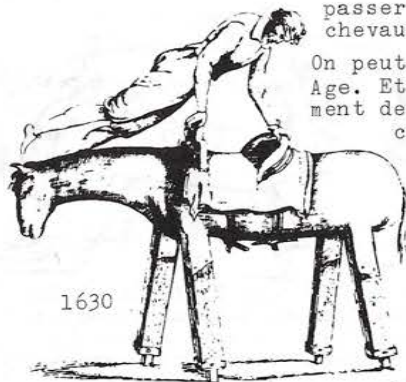
Plusieurs ouvrages spécialisés du XVII^e siècle montrent l'intérêt que l'on portait alors à cette préparation militaire sur chevaux factices: cercles des jambes, ciseaux, sauts en largeur et

en longueur sont à l'honneur chez les aristocrates qui mettent en outre l'accent sur la prestance et l'élégance du mouvement. C'est d'ailleurs de là que vient l'importance accordée à l'exécution dans la gymnastique actuelle alors que les acrobates au sol mettaient plus l'accent sur le côté spectaculaire.

Les premiers concours de gymnastique, vers 1815 en Allemagne, comprennent le cheval de bois, dont la forme est encore très "naturelle", avec une tête ou au moins une ébauche de cou et parfois une queue, ceci jusque vers 1870. Il faudra attendre jusque vers 1920 pour que la distinction soit

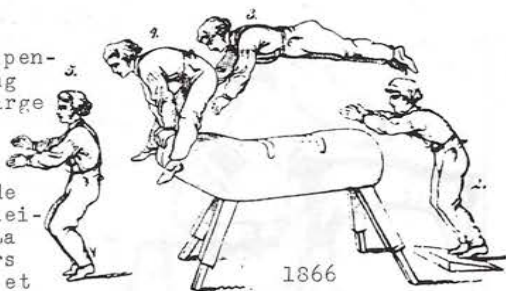
nette et définitive entre le travail aux argons et le saut sans argons. Quant aux gymnastes féminines, elles pratiquaient également les argons au siècle passé avant de ne conserver que le saut (en largeur) dès leurs premières compétitions internationales, à partir de 1920.

Signalons encore que beaucoup d'exercices semblables à ceux du cheval se pratiquaient sur une table, moins coûteuse, ce qui favorisa l'évolution du saut de cheval. Cette table, que l'on retrouve parfois actuellement, peut être considérée comme l'ancêtre de notre



20
caisson ou "plinth" à éléments.

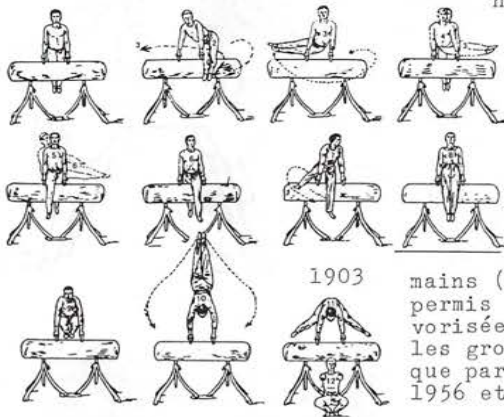
L'engin lui-même a beaucoup évolué pendant ces deux derniers siècles. Long de plus de 2 m avant le XIXe s., large de 50 à 80 cm et haut parfois de 160 cm, souvent sans arçons, il prend peu à peu systématiquement une esquisse de selle, sous forme de renflements, de petites planches pleines ou d'arçons creux (dès 1820). La forme actuelle s'est stabilisée vers 1920, mais avec un corps très rond et une longueur de 180 cm. Dès 1957, la longueur descend à 160 cm et les arçons s'aplatissent progressivement (actuellement ils comportent un "replat" de 20 cm), ce qui favorise le travail sur un seul arçon. Le cheval actuel, beaucoup plus carré que son prédécesseur, ne comporte plus que deux pieds et l'acrobatie y a repris ses droits, donnant un



nouvel essor à cet engin longtemps réputé moins spectaculaire que les autres. Et des accessoires d'entraînement (comme le fameux "tabouret" de Pout-Pout) permettent aux plus jeunes d'aborder relativement facilement cette discipline introduite en Performance I et II en 1975 seulement.

Au saut, le corps carré, la disparition de la zone centrale où il était interdit de poser les mains (rappel de la selle primitive) ont permis une évolution extraordinaire, favorisée aussi par le minitrampoline et les gros tapis (à l'entraînement) ainsi que par le tremplin reuther, inventé en 1956 et amélioré depuis (en compétition).

JF. Martin



Un peu d'histoire de la gymnastique:

L'EXERCICE AU SOL

Quelques images relevées dans des grottes préhistoriques semblent bien prouver que nos ancêtres, il y a 30'000 ans ou plus, pratiquaient déjà une forme primitive d'acrobatie au sol, sans que l'on puisse déterminer si cela avait un but rituel, d'entraînement physique ou de séduction ou s'il s'agissait tout simplement d'un divertissement.

Les Egyptiens nous ont laissé des images de danses acrobatiques comprenant des renversements ("stands", sauts de carpe, roues, flic-flac), des exercices de souplesse (ponts) ainsi que des pyramides (quoi de plus normal pour l'Egypte...?), le tout dans le cadre de rituels religieux surtout.

Si les Grecs sont connus pour leurs compétitions d'athlétisme, ils ont également pratiqué l'acrobatie au sol dans le cadre de danses de banquet parfaitement profanes: des danseuses (en majorité), souvent esclaves et/ou prostituées, divertissaient les convives par leurs danses acrobatiques (roues, renversements, souplesse) non dépourvues d'érotisme. Il en était de même chez les Romains.

Au Moyen-Age, c'est également pour distraire le public des places de foire, des cours et salles des châteaux que les acrobates côtoyaient les troubadours, jongleurs et prestidigitateurs. Le terme de "saltimbanque" (saute-en-banc) désignait ces acrobates au XVI^e s. L'illustration de la page suivante est tirée d'un ouvrage de l'Italien Archangelo Tuccaro (né en 1535), "saltarin" du roi de France Charles IX. Ce livre, *"Trois dialogues de l'exercice de sauter et voltiger en l'air avec les figures qui servent à la parfaite démonstration et intelligence dudit art"*, publié en 1599, décrit de façon détaillée 53 sauts différents, dont le saut de mains, les saltos avant et arrière, la rondade, le flic-flac: un précurseur... mais qui sera surtout reconnu dans les milieux du cirque (issu de la tradition des saltimbanques).

Car, au XIX^e s., lorsque la gymnastique de compétition prendra son essor, "l'exercice de plancher" restera très statique, se bornant à des mouvements de culture physique et d'assouplissement. Ce n'est qu'en 1930 que l'exercice au sol sera mis à égalité avec les autres engins et perdra son statut de "préliminaire" (ce terme a longtemps subsisté, notamment pour désigner "l'école du corps" -la "Gymnastik" actuelle- qui, en principe, ne contient pas d'éléments acrobatiques): dès lors, les gymnastes renoueront très vite avec l'acrobatie au sol qu'ils pratiquaient d'ailleurs depuis toujours à l'entraînement, à défaut de pouvoir l'utiliser en compétition.

JF. Martin

Le renversement en avant (ou "saut de carpe" ou "saut de mains"),
présenté par Archangello Tuccaro en 1599:

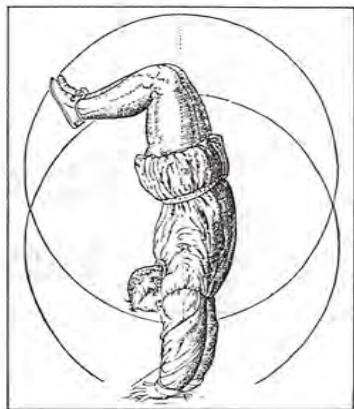
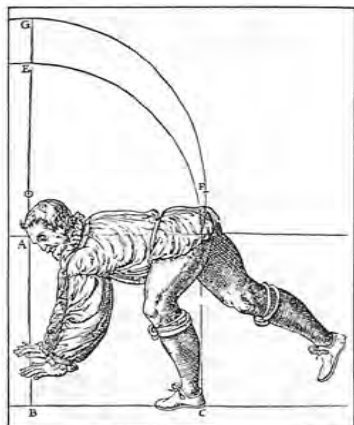
Le saut qu'on fait avec les deux mains.

Pour faire ce saut on prendra vn petit espace, où il y ait distance du lieu limité où se doit commencer le saut, puis l'on courra tout à l'aïse estant de foy-mesme ce saut fort aisé & facile à faire, & si tost qu'on sera arriué à la fin de la course au lieu où on doit mettre les mains, sans aucune dilation on prendra le temps à pieds disioincts & eslargis, & saut prendre soigneusement garde qu'à l'abaissement que le pied senestre fait en terre, au mesme temps on abaisse les bras bien roides avec les mains ouuertes & estenduës, & les saut iustement mettre en terre vn pied pres du pied senestre en ceste forme.

A l'instant mesme que le pied senestre aura donné la batture en terre, & finy le temps, le dextre avec la iambe forte & roide se retirera promptement en arriere circulairement; puis le pied senestre se leuant de terre (auant que la iambe droite soit arriuee à la ligne perpendiculaire) gaignera le temps pour se joindre avec la dextre, & en ceste action il faut toujours que l'une des jambes soit la premiere esleuee au commencement de saut, & auant qu'elle arriue à la ligne perpendiculaire l'autre qui demeure la dernière se doit joindre avec la premiere esleuee, & lors en ce saut sera esleuee la partie inferieure du corps en haut en ceste forme.

Ce qui est la moitié du saut, auquel saut les jambes ne se doyent arrester, mais continuer leur mouuement avec promptitude pour faire le tour ou volte, & saut prendre garde que soudain que les genoux auront passé la ligne perpendiculaire, les mains pendront en terre, & avec l'aide de la teste esleueront la partie superieure avec promptitude pour la faire monter en haut, afin qu'à vn mesme temps s'abaisant en terre, il tombe droit sur les pieds.

Enfin que nous ne repetitions vne mesme chose plusieurs fois, il est bon de sçauoir qu'il y a des sauts qui se font en auant en touchant des mains en terre, le tour ou la volte se fait au second fondement, & pour faire remonter la partie superieure en haut, la teste se doit toujours pousser en auant avec telle promptitude & agilité que faire se pourra, ce que les sauteurs appellent l'Onde: mais il faut noter qu'en quelques vns elle est plus forte & en d'autres moins, selon le saut qu'ils font avec la couche plus ou moins vilte, & ceste sorte de course se pratique es sauts retournez en arriere, & aussi doit-on prendre en arriere la dite Onde es sauts retournez en arriere, & retournez en auant.



*Ce document est reproduit dans le livre
de R. Barrul "Les étapes de la gymnastique au sol et aux agrès en
France et dans le Monde", édité par la Fédération Française de Gym-
nastique (1984).*