

Zeitschrift: Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport
Herausgeber: École fédérale de sport de Macolin
Band: 40 (1983)
Heft: 6

Artikel: L'utilisation du "surf-skiff" (skiff sur planche) dans la formation des débutants de l'aviron
Autor: Angst, Félix / Bruckbach, Christophe
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-998726>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

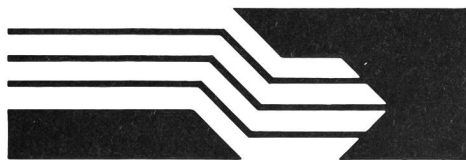
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 06.07.2025

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



L'utilisation du «surf-skiff» (skiff sur planche) dans la formation des débutants de l'aviron

Félix Angst (chef de la branche sportive J+S «aviron»)

Christophe Bruckbach (expert J+S «aviron»)

Traduction: Marianne Weber

Durant ces dernières années, la formation des débutants de l'aviron s'est profondément transformée. Autrefois, on utilisait la yole comme bateau-école. Aujourd'hui, elle a été remplacée par le skiff, le «mini-skiff» surtout: il s'agit d'une embarcation à une personne, adaptée à la grandeur des jeunes rameurs, et idéale pour former les débutants. Il y a pourtant un hic: ces bateaux sont chers, les clubs n'en possèdent pas un nombre suffisant. En outre, leur utilisation est limitée, car le matériau qui sert à les confectionner est délicat et requiert le plus grand soin. De plus, en hiver, la pratique du skiff est risquée, ce type de bateau chavirant facilement. Pour pallier à tous ces inconvénients, l'entraîneur d'un club d'aviron zurichois a mis au point une embarcation offrant de nouvelles possibilités pour former les jeunes rameurs. Il s'agit d'un bateau ressemblant à la fois à une planche (planche à voile) et à une embarcation à rames.

Elle répond parfaitement aux besoins des rameurs. Les avantages en sont très convaincants:

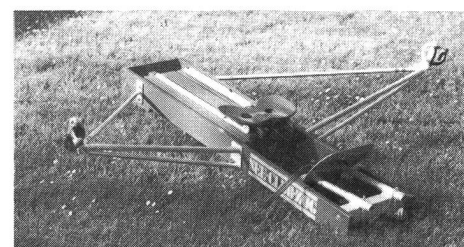
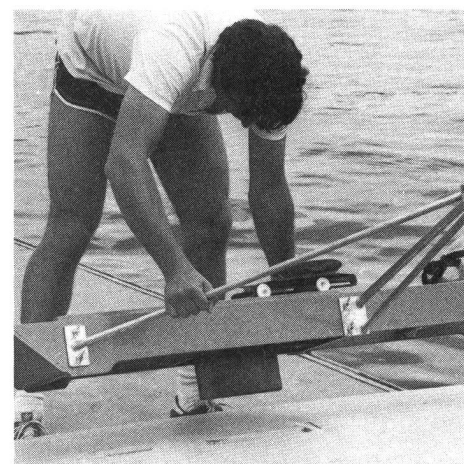
- l'embarcation («surf-skiff») est relativement bon marché, puisqu'on peut la réaliser avec de vieilles planches de «wind-surf»
- elle est robuste et peut servir sans difficultés aux joutes les plus diverses
- elle permet l'apprentissage technique de l'aviron, puisqu'elle correspond au skiff traditionnel
- grâce à sa bonne tenue sur l'eau, le risque de chavirer est nettement diminué.

Nous aimerions consacrer notre article à l'entraînement par divers jeux à faire sur skiff, et qu'on devrait pratiquer et développer davantage en aviron. Les formes de jeux présentées ci-dessous sont de simples suggestions destinées à être complétées par des idées originales et personnelles.



L'embarcation

Comme mentionné dans l'introduction, le «surf-skiff» se compose de 2 parties:



1. Le «corps» de l'embarcation, dérivé de la planche à voile.
2. L'élément supérieur, composé d'un cadre rectangulaire; y sont incorporés, une place pour le rameur et une barre de pieds, un rail ainsi qu'un siège à coulisse. Ses parois latérales constituent le bordage auquel sont fixés des «outrigger», spécialement conçus pour le «surf-skiff».

Selon les expériences faites, le «surf-skiff» convient le mieux à des sportifs dont le poids ne dépasse pas 70 kg.

Bien que le rameur soit assis assez haut par rapport au niveau de l'eau, les adeptes expérimentés de l'aviron affirment ressentir, sur le «surf-skiff», exactement les mêmes impressions que dans un skiff traditionnel.

Jeux sur «surf-skiff»

Transport d'objets

L'élève transporte un objet sur la partie arrière de l'embarcation: par exemple une bouteille, un bidon, un cube en sagex, etc.

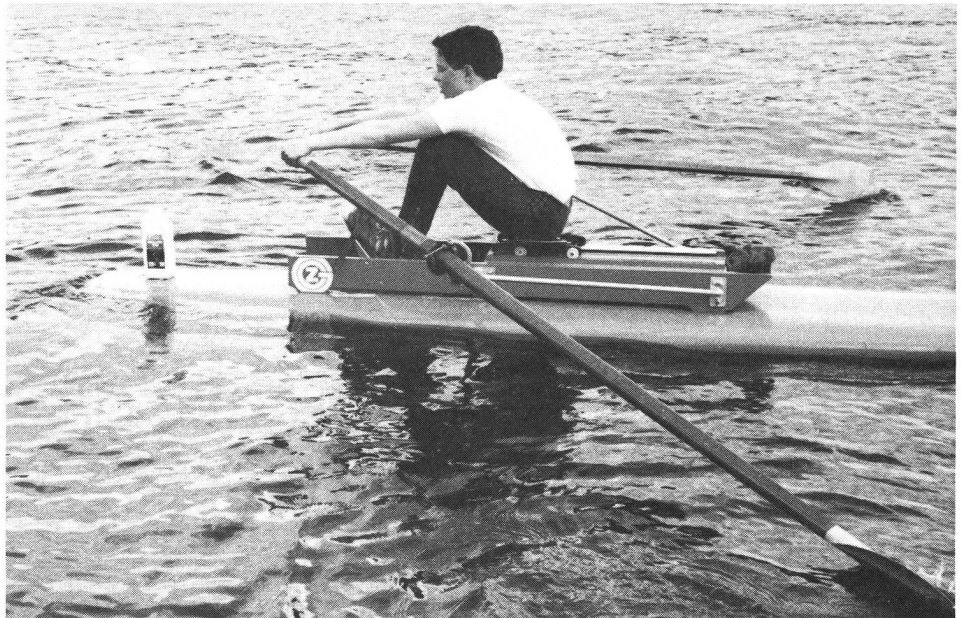
Objectif:

L'objet qui se trouve sur le «surf-skiff» permet à l'élève de contrôler par lui-même le déroulement harmonieux des mouvements et de veiller à leur coordination.

Variantes:

L'élève doit effectuer un parcours défini à l'avance, tout en effectuant quelques manœuvres. Si l'on dispose de 2 embarcations, de 2 groupes, on choisit 2 parcours et on transforme cet exercice en estafette.

Deux groupes d'élèves forment chacun une «entreprise de transport». Aura gagné, le groupe qui transportera le plus rapidement un certain nombre d'objets du point A au point B.



«Poussette»

Tout en ramant, l'élève pousse un camarade – soutenu par une chambre à air de pneu d'auto – en avant et en arrière.

Objectif:

Apprendre à faire corps avec son embarcation, contrôler les réactions du bateau pendant les manœuvres, ramer correctement en «marche arrière».

Variantes:

L'élève pousse son partenaire vers un point précis. On peut aussi prévoir l'aide du partenaire: il est poussé en avant ou en arrière, ou alors il tente de se tenir à la proue de la planche avec ses pieds.

Changement de rôle: le «skiffier» pousse un premier passager jusqu'au but choisi, ramène la chambre à air au point de départ, s'y assied et se fait pousser par un autre «skiffier». On peut ainsi transporter tout un groupe d'élèves. Il est également possible d'effectuer les transports de retour, ou de transformer ce jeu en estafette.



Le mille-pattes

Deux ou plusieurs embarcations sont reliées l'une à l'autre, en colonne, par un élève qui se couche à plat ventre sur la poupe d'une planche et coince la proue de l'autre planche entre ses pieds.

Objectif:

Favoriser l'intégration au sein d'une équipe. Si la coordination est mauvaise, le «mille-pattes» se désintègre.

Variantes:

Réussir une certaine distance; exécuter des figures; changer de rôles; faire une course de «mille-pattes».



Le tandem

Un élève avec son «surf-skiff» et un nageur forment un tandem. Le nageur se tient à la poupe de la planche et aide le rameur par ses battements de jambes soutenus et prolongés.

Objectif:

Collaborer avec son partenaire; apprendre à coordonner les divers mouvements de propulsion.

Variantes:

Les tandems font une course sous forme d'estafette ou à l'intérieur d'un parcours déterminé.



Balle à deux camps

Les élèves jouent à la balle à deux camps, à l'intérieur d'une surface déterminée par des repères naturels (env. 20 m sur 20 m). Chaque équipe engagée dispose de 2 «surf-skiffs».

Objectif:

S'amuser! Faire corps avec son embarcation; savoir la maîtriser. Réagir, manœuvrer.

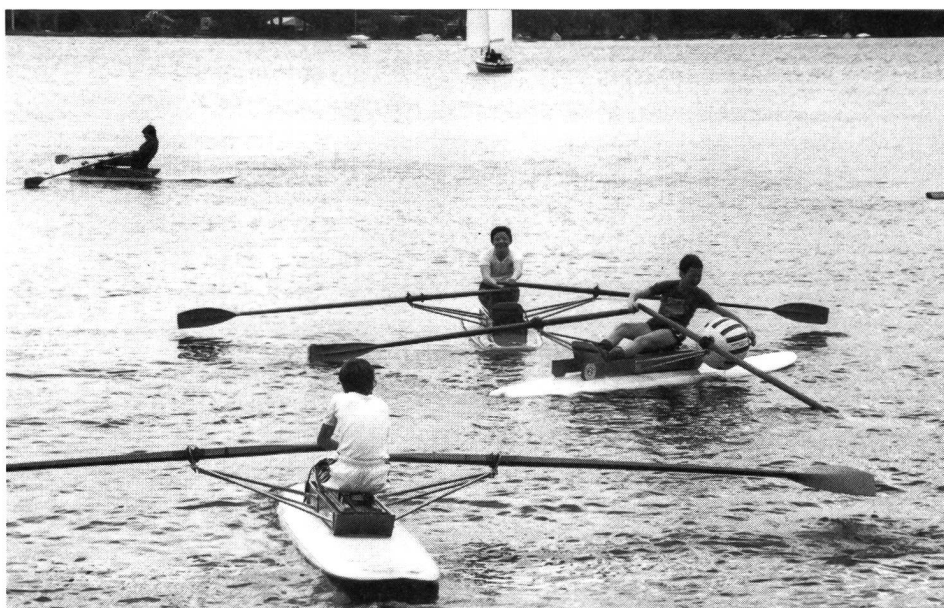
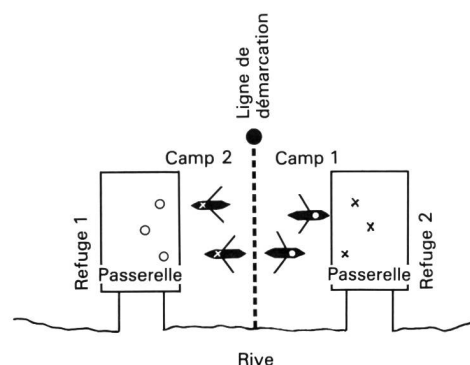
Variantes:

Les deux «skiffiers» de chaque équipe se trouvent dans le camp. Le reste des joueurs est à l'intérieur du refuge. Ce dernier peut se trouver sur la rive, sur la passerelle; il peut aussi être constitué par une chambre à air de pneu d'auto.

Règles:

Identiques aux règles de la balle à deux camps. On ne compte les points que lorsque le tireur a repris la balle au vol. Les deux joueurs dans le camp ont le droit de se passer la balle. Si elle touche le corps d'un joueur ou le «surf-skiff», un point est marqué. Lorsqu'un «skiffier» est touché dans le camp, il est remplacé par un joueur du refuge. L'équipe qui a perdu est celle dont tous les joueurs ont été touchés.

Organisation



Evasion

Grâce à sa robustesse, son faible tirant d'eau et sa commodité (il est d'un transport aisé), le «surf-skiff» est également utilisable sur des plans d'eau non connus. Dans ce cas, le moniteur a le devoir de se renseigner sur le parcours, de connaître les prescriptions qui le touchent et les obstacles qui s'y trouvent (passages des bateaux

de transport, passages privés, écluses, centrales électriques, etc.); il doit avant tout veiller à la sécurité des participants. Rappelons que sur les cours d'eau, le port du gilet de sauvetage est obligatoire.

Objectif:

Préparation et réalisation d'une excursion: comportement sur des eaux inconnues. Plaisir! ■

Ces règles ne sont qu'une proposition et peuvent être modifiées au gré des joueurs et de la situation.