

**Zeitschrift:** Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport  
**Herausgeber:** École fédérale de sport de Macolin  
**Band:** 48 (1991)  
**Heft:** 12

**Artikel:** Une aile aux pieds sur les pistes enneigées...  
**Autor:** Hanselmann, Erich  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-997798>

### **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:** 13.07.2025

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



## Une aile aux pieds sur les pistes enneigées...

Erich Hanselmann, EFSM

Traduction: Yves Jeannotat et Christine Reist

Les prospectus publicitaires mettent le snowboard en exergue, vantant notamment les sensations nouvelles que ce sport à la mode procure à ses pratiquants. Pour parvenir aux fins recherchées, on fait «claquer» les formules et on présente des photos propres à secouer les indécis et les sceptiques.

Il faut bien admettre que le snowboard déferle actuellement comme une vague de fond sur les pistes enneigées et celles et ceux qui désirent, une fois au moins, chausser la planche magique, sont de plus en plus nombreux. Dans les écoles, alors qu'on se prépare à partir en camp de ski, beaucoup d'élèves demandent s'ils peuvent emporter leur planche avec eux. Les maîtres ne manquent pas, la plupart du temps, d'être pris de court et leur réponse est alors négative. Ce n'est pas qu'ils soient rétrogrades, mais ils craignent l'accident,

ne connaissant eux-mêmes ni la technique de cette pratique, ni le matériel approprié.

### Jeunesse + Sport veut contribuer au développement du snowboard

Jeunesse+Sport a admis nouvellement le snowboard au nombre de ses activités sportives d'hiver, disposant d'ores et déjà d'un programme de formation de moniteurs et d'experts.

Dès maintenant, il est aussi possible de proposer aux jeunes en âge de J+S des cours ou des camps de snowboard (cours de branche sportive) pour autant qu'ils soient organisés par des moniteurs compétents.

La pratique du snowboard va se développer à l'intérieur de la branche sportive Ski, et ceci en tant qu'orientation «G». La formation des moniteurs se fera toutefois de façon indépendante dans le cadre de l'«orientation», et ceci directement à partir du degré 1.

Un candidat au titre de moniteur de snowboard ne doit donc pas bénéficier nécessairement d'une expérience dans le domaine du ski. Par contre, il doit maîtriser suffisamment bien sa planche pour réussir l'examen technique d'admission au cours de formation.

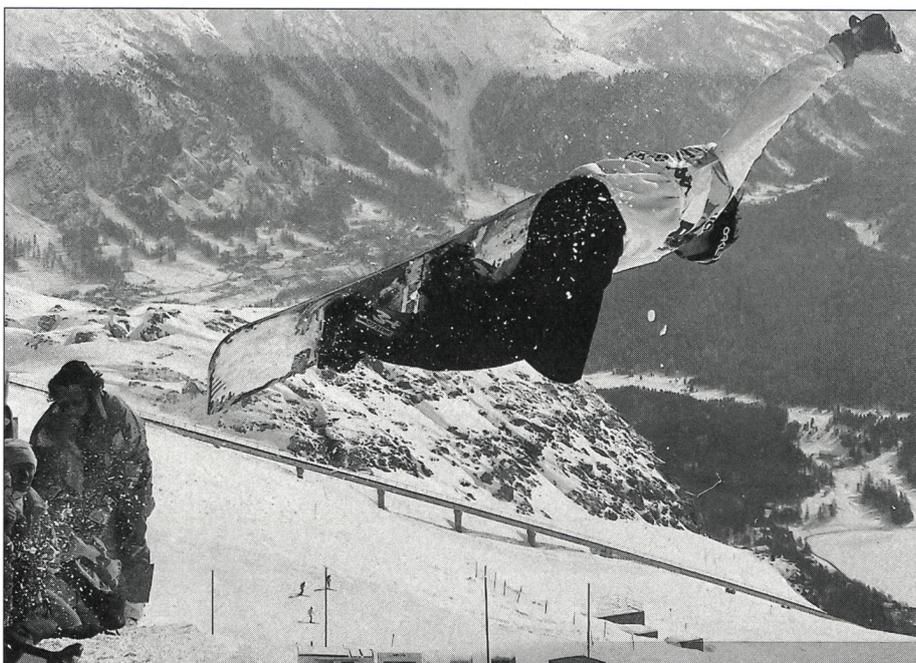
Faite de la sorte, l'intégration du snowboard à la branche sportive Ski doit permettre à ces deux spécialités non seulement de coexister mais – c'est du moins ce que l'on espère – de collaborer. Un camp de sports d'hiver peut par conséquent voir figurer sans problème à son programme le «ski» et le «snowboard». La seule condition requise par ce choix est que chaque groupe de formation dispose d'un moniteur qualifié dans la spécialité concernée.

Il sera sans doute aussi possible, dans un proche avenir, d'organiser des camps de snowboard «indépendants». Cette «ouverture» est attendue, notamment, par les spécialistes réunis dans les clubs de snowboard.

## Préparation d'une équipe d'experts dynamiques

Actuellement, 50 clubs sont affiliés à la Fédération suisse de snowboard (Swiss Snowboard Association = SSBA). C'est la SSBS (signe unifié pris de l'allemand «Schweizerischer Snowboard-Schulverband» ou Fédération suisse des écoles de snowboard), sous-association de la SSBA, qui est responsable de la formation. Au cours de ces dernières années, elle a élaboré et développé, dans ce domaine, une structure de qualité sur les plans didactique et pédagogique. La formation des maîtres de snowboard, telle qu'elle se présente aujourd'hui, ne le cède en rien à celle des maîtres de ski, si ce n'est – mais est-ce vraiment négatif? – qu'elle est un peu plus «flexible». Les snowboarders qui se rendent dans les stations de montagne, par exemple, n'hésitent pas, même s'ils sont instructeurs responsables, à prendre aussi planche à roulettes et VTT avec eux!

La SSBS, dirigée par Roland Primus (Valbella) et Antoine Massy (Nendaz) dispose de quelque 200 instructeurs de snowboard brevetés, aujourd'hui déjà. Ces derniers ont été priés de collaborer avec Jeunesse + Sport. Dans le cadre d'une semaine d'information et de sélection organisée à Saas Fee, la SSBS a désigné 35 participants au premier cours d'experts (il vient de se terminer). Jugés particulièrement compétents sur le plan technique, ils seront notamment engagés dans la formation des moniteurs.



## Elaboration d'une formation à deux degrés

Du moins dans une première phase, la structure de la formation des moniteurs de snowboard ne portera que sur deux degrés. Toutefois, pour autant qu'ils aient bénéficié d'une «introduction» à J+S (possible dans le cadre d'un cours pour l'obtention du brevet par exemple), les instructeurs particulièrement compétents pourront être reconnus «moniteurs 3».

## Riche programme pour les cours de branche sportive Snowboard

Les programmes des cours de branche sportive (cours destinés aux jeunes) portent sur trois niveaux:

- Débutants
- Avancés
- Chevronnés.

On y trouve également des activités relatives au «freestyle» et aux sauts. Mais il n'y a pas que la connaissance et le savoir qui comptent. On peut être un excellent snowboarder et méconnaître les dangers tout comme le comportement à adopter vis-à-vis des pratiquants d'autres sports, le comportement à adopter vis-à-vis de l'environnement aussi. On a volontairement renoncé à un examen de branche sportive pour ne pas altérer la spontanéité et la joie des pratiquants de snowboard.

## Groupe de travail pour le snowboard

Un groupe de travail a été formé dans le but de favoriser le développement de l'orientation «Snowboard». En font partie:

- Erich Hanselmann (EFSM), président
- Pius Disler (ASEP)
- Roland Primus (SSBS)
- Antoine Massy (SSBS)
- Fritz Tschanz, expert.

### L'auteur de cet article

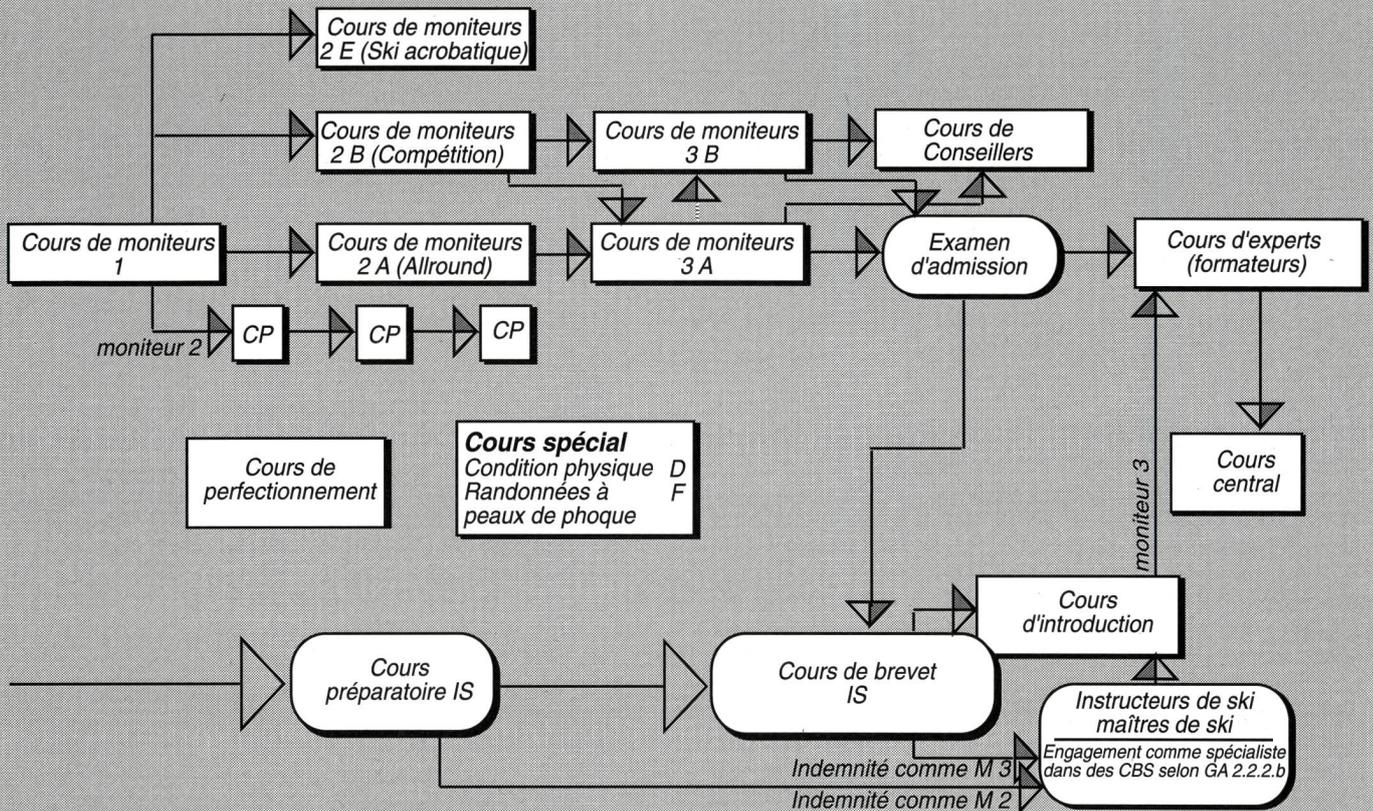
Erich Hanselmann, maître de sport à l'EFSM (032 276 266), instructeur de la SSBS et responsable, à J+S, de l'orientation «G»: Snowboard.



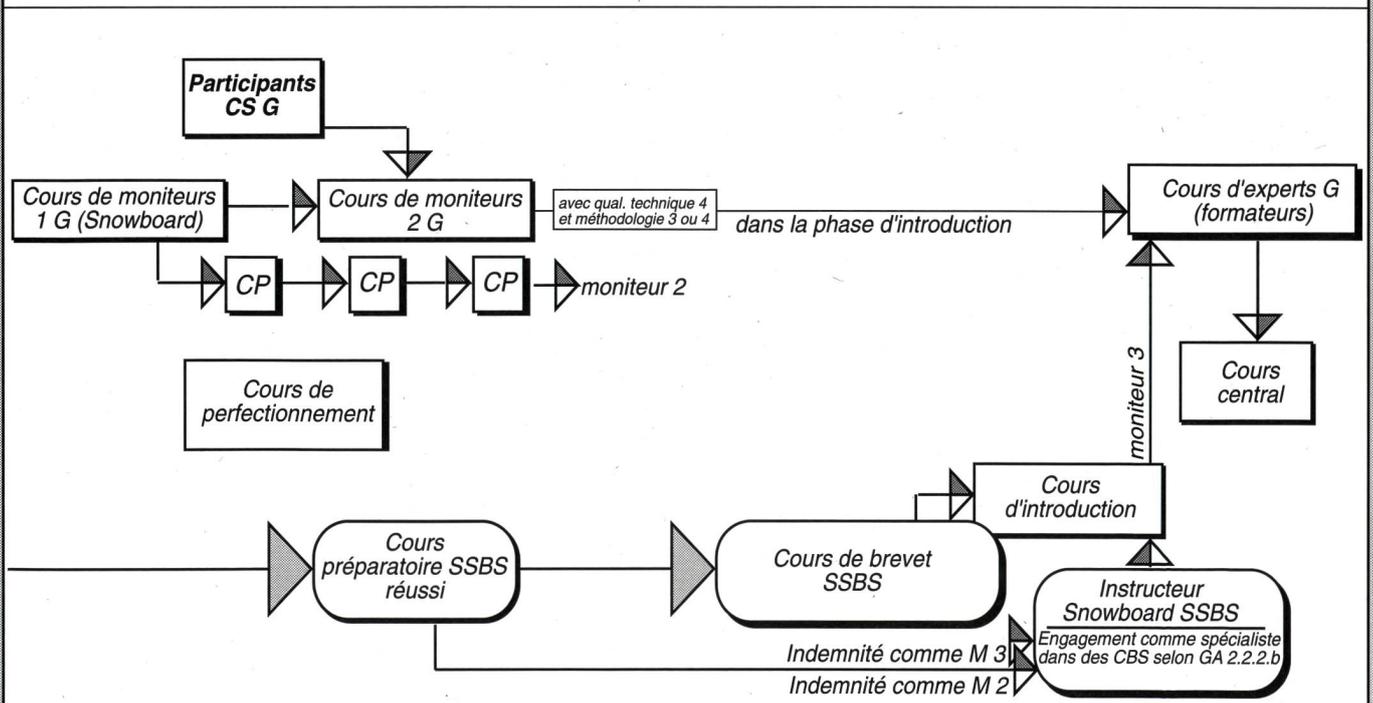
# Structure de la formation des moniteurs et des cadres Ski et Snowboard

Les candidats moniteurs ou experts sont admis selon les critères généraux de J+S.

## SKI



## SNOWBOARD, orientation G



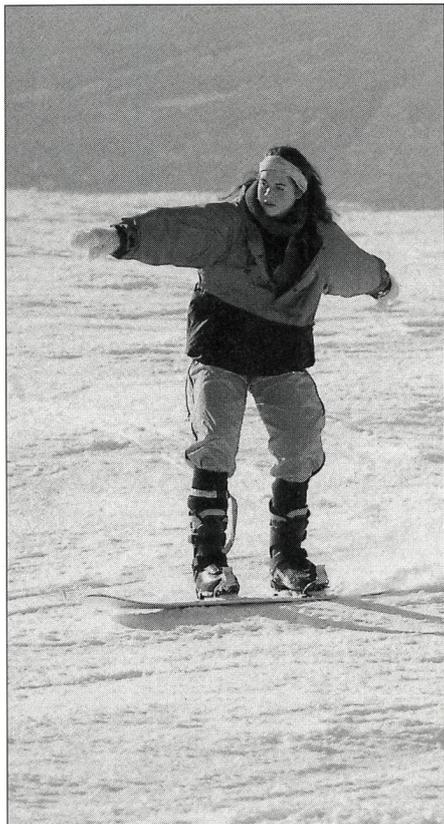
## Formation Snowboard: 1er degré: débutants

### Contenu de la formation

#### Formation pratique

##### Initiation:

- Chausser les fixations au plat
- Position de base
- Exercices de transfert du poids du corps
- Chausser les fixations dans la pente
- Formes de jeux sur terrain facile
- Glisser dans la ligne de pente
- Dérapage



- Traverser en dérapage
- Virage amont
- Virage de base
- Utilisation des remonte-pentes et des télésièges
- Virage avec extension (forme élémentaire)
- **Sauts freestyle:** sauts droits simples
- **Freestyle:** valse (360°), Ollie, etc.

#### Connaissances spécifiques

- Réglage des fixations
- Entretien du matériel

#### Sécurité - Comportement - Environnement

- Règles de comportement sur les pistes (règles FIS)
- Comportement en cas d'avalanche
- Comportement sur les remonte-pentes et les télésièges
- Comportement écologique (déchets, plantes, animaux)

## Formation Snowboard: 2e degré: avancés

### Contenu de la formation

#### Formation pratique

##### Perfectionnement:

- Glisser dans la ligne de pente
- Virage de base
- Virage avec extension (forme élémentaire)
- Perfectionnement du dérapage
- Perfectionnement de la traversée en dérapage
- **Freestyle:** valse (360°), Ollie, etc.
- **Sauts freestyle:** sauts droits simples

##### Initiation:

- De la traversée en dérapage à la traversée conduite sur la carre
- Virage avec bascule
- Phase de conduite du virage
- Changement de carre direct
- Virage avec extension (forme affinée, virages enchaînés)
- Virage avec flexion (forme élémentaire)
- Neige tendre (piste non préparée)
- **Sauts freestyle:** sauts droits, twister, gratte-dos, 180° (back to front)
- **Freestyle:** aller en arrière, Nosewheelie, Tailwheelie, etc.
- **Slalom, slalom géant:** (formes simples, petites formes de compétition)

#### Connaissances spécifiques

- Entretien du matériel, fartage
- Réparations simples (semelle, carres)
- Connaissance du matériel: types de planche, qualité, etc.

#### Sécurité - Comportement - Environnement

- Règles de comportement sur les pistes (règles FIS)
- Comportement en cas de risque d'avalanche
- Comportement sur les remonte-pentes et les télésièges
- Comportement écologique (déchets, plantes, animaux)



## Formation Snowboard: 3e degré: chevronnés

### Contenu de la formation

#### Formation pratique

##### Perfectionnement

- Glisser dans la ligne de pente
- Virage avec extension (forme affinée, virages enchaînés)
- Virage avec flexion (forme affinée, virages enchaînés)
- Virage avec bascule
- Phase de conduite du virage
- Slalom, slalom géant (formes simples)
- **Freestyle:** aller en arrière, Nosewheelie, Tailwheelie, etc.
- **Sauts freestyle:** sauts droits, twister, gratte-dos, 180° (back to front)
- Neige tendre (piste non préparée)

##### Initiation:

- Virage par flexion-pivotement
- Virages courts
- Virage avec relance
- Slalom, slalom géant (formes évoluées, compétitions)
- **Freestyle:** figures et sauts divers

#### Possibilité de spécialisation en compétition alpine ou en freestyle:

- **Formation spécialisée en slalom ou en slalom géant**
- **Formation en quarter-pipe ou half-pipe**

#### Connaissances spécifiques

- Entretien du matériel, fartage, carres
- Réparations simples (semelle)
- Connaissance du matériel: types de planche, qualité, etc.
- En cas de spécialisation en compétition ou en freestyle: connaissance des règles

#### Sécurité - Comportement - Environnement

- Règles de comportement sur les pistes (règles FIS)
- Comportement en cas de risque d'avalanche
- Connaissances en matière de formation d'avalanches
- Comportement écologique (déchets, plantes, animaux) ■