

barre la route aux perfectionnements esthétiques. C'est le mépris du rythme en somme qui a engendré indirectement « l'arrachage » en aviron et le « ferraillement » en escrime. Pour se bien assimiler le rythme, il faut, comme l'a dit un maître, savoir « prendre des temps ». Mais la génération actuelle a une forte tendance, quand on l'y invite, à répondre par ces mots expressifs et décidés : zut ! je suis trop pressée !

---

## THE GRAMMAR OF ROWING

---

Il y a quelques années le D<sup>r</sup> Warre, Headmaster du Collège d'Eton prit sa retraite et remit à des mains plus jeunes la direction de l'établissement célèbre aux destinées duquel il avait si longtemps présidé. Mais le D<sup>r</sup> Warre avait auparavant exercé d'autres fonctions ; il avait été l'un des présidents les plus zélés et les plus compétents de l'*Oxford University Boat Club*. Il y a cinquante ans de cela et, après un demi-siècle, les étudiants d'Oxford ont eu l'honneur et le plaisir de voir reparaître au milieu d'eux, dans le local du club, l'éminent clergyman et d'applaudir trois conférences que celui-ci leur a faites sur ce sujet : la grammaire de l'aviron. Ce simple fait vaudrait déjà d'être signalé et nous pensons que si l'on entendait parfois des avis sportifs sortir des lèvres d'un Tolstoï, d'un Sienkiewicz, d'un Levasseur ou d'un Ferrero, leurs concitoyens n'auraient qu'à y gagner en même temps que ce serait la preuve d'un bel équilibre de l'esprit humain.

Mais les conférences du D<sup>r</sup> Warre valent, en plus de l'autorité morale de leur auteur, par la grande expérience technique que celui-ci possède comme rameur et l'O. U. B. C. a été bien inspiré en les éditant en brochure. Le D<sup>r</sup> Warre a suivi avec attention tous les progrès par lesquels a passé la construction des bateaux : « but, dit-il, the art of rowing is still the same, full of manly endeavour, full of self-sacrifice, full of delight » et ce qui notamment est demeuré identique, ce sont les principes du début, c'est la grammaire. Il trouve que cette grammaire est aujourd'hui

trop peu respectée et il voit là l'origine de certains déboires. Aussi l'heure est elle propice pour rappeler au *Coach* ses devoirs. Surveiller d'abord la position du débutant dès qu'il est assis dans le bateau car cette position est d'une importance capitale : « the neglect of it is the beginning of much bad rowing and the source of bad tricks and strains of body and limbs which spoil the performance of many who might otherwise have become good oarsmen ». Les hommes doivent être assis « with the soles of their feet against the stretcher — not merely the heels or the toes but the whole foot — heels touching, toes inclined outwards at equal distance from the *medial line*, the vertical plane upon which, strictly speaking, the body should move forwards and backwards in the recovery and in making the stroke ». Et il continue à détailler la position désirable : « ...nearly upright with shoulders square and dropped back a little, chest to the front, abdomen also to the front so that the back shall be at least straight or if anything a little curved inwards not outwards, elbows close to the sides, hands grasping the handle of the oar, the outside hand about one inch from the end, the inside hand four to five inches apart from the inner edge of the outside hand ». Naturellement le D<sup>f</sup> Warre exige au début le banc fixe mais il va plus loin; il ne veut pas de courroies : « No straps should be allowed for one of the first things to be inculcated is the recovery by balance and swing of the body ». Et quand les rameurs seront admis à user du banc à coulisses il veut que, les premières fois, les courroies leur soient aussi retirées et que le *stretcher* soit aussi relevé que possible. « Men differ greatly in the power of bending their instep. Some are very stiff. But much can be done by practice ». C'est que le D<sup>f</sup> Warre attache à ce retour en avant du corps par ses propres forces et son propre équilibre une importance capitale. Il y revient à plusieurs reprises. « The body should move backwards and forwards in the same vertical plane and for this purpose the shoulders should be kept square so that leg muscles, glutei, lumbar muscles, dorsal muscles and deltoids should all be working evenly and not throwing to and fro the stress of the stroke..... While rowing the body should never stop still. In its motion backwards and forwards it should be like the pendulum of a clock : when it has ceased to go forward it has begun to go back and vice versa... In coming forward the muscles should be enjoying a holiday. At the end of the stroke and during the recovery no more muscular

power should be exerted than is necessary for the bringing forward of the body by balance, and the oar into position for the next beginning... It has been the glory and the beauty of the best English crews that the rythmical swing of the body, including the movement of the slide, has combined in a harmonious whole — in one undivided homogeneous effort — the application of weight and muscular force to the leverage of the oar in each stroke... We must never forget that the true recovery is by the automatic swing and balance of the body without any extra expenditure of force on the part of the muscles. »

Le conférencier, à ce propos, se reporte au temps de sa jeunesse où le banc à coulisses n'était pas inventé. « I am old enough to remember how, before the slide was invented, we used to be told of some professional scullers, such as Coombes and Chambers, sliding upon their fixed seats, and for this purpose polishing them with black-lead. What was their motive in so doing ? Clearly it was to enhance the action of the legs against the stretcher all the time that they were applying the weight of their bodies to the leverage of the sculls. There was not any question with them of the substitution of leg-work for body-work. On the contrary, the extra leg-work was desired for the purpose of making more effectual the powerful swing back of the body by prolonging the concentration of its weight upon the stroke. » Il demande qu'on s'émancipe : « from that blind cult of the slide not uncommon at the present day, which seems to regard the slide as if it was a source of power and subordinates to its use the whole action of the stroke..... Let us estimate correctly the relation of the slide to the mechanical action of the oar which is the lever, and to the physical movement of the human body which is the power, employed in moving the weight which is the boat and all that is in it. » C'est le pur respect des lois mécaniques que prêche le D<sup>f</sup> Warre. Hors de là point de salut. Sans doute il ne peut, à lui seul, assurer la victoire contre une équipe qui serait, par exemple, beaucoup plus forte physiquement, mais il assure la production du meilleur style. Et on sent le dédain du vrai artiste qui, ayant fait cet aveu, ne manque pas d'ajouter: « But this does not change the quality of second-class rowing into first-class rowing even though it may win the grand Challenge Cup at Henley ».

Après avoir donné ce coup de patte en passant à d'heureux adversaires qui sont, au reste, de taille à affronter la discussion,

le D<sup>r</sup> Warre reproche à son *Coach* de ralentir souvent beaucoup trop à l'entraînement ; sous prétexte de décomposer le coup d'aviron, il transforme l'effort unique en une série d'efforts distincts qui s'accordent mal et dépensent inutilement les forces du rameur. C'est une *andante*, une *marche funèbre*; les mains se déplacent, le rythme disparaît, les dos se courbent, l'attaque surtout ne se fait plus comme elle devrait par le seul poids de l'aviron le faisant pénétrer dans l'eau : « In a gig with fixed seats the number of strokes per minute should not fall below 28-30 ». Le D<sup>r</sup> Warre recommande encore au *Coach* de prendre bien garde de ne jamais fatiguer ses hommes. Rien de pire à son avis : il insiste pour de « frequent *easies* » coupés d'explications et d'enseignement par l'exemple. Le coach doit prendre la place du barreur, seul poste d'ou il puisse *tout* voir, et ne l'abandonner que dans les derniers temps de la période d'entraînement.

A citer encore une spirituelle comparaison entre les théories que le conférencier décore des noms classiques de Protagoréenne et Procustéenne à propos de l'adaptation de l'aviron à l'homme ou de l'homme à l'aviron. « Protagoras, we are told, enunciated that *man is the measure of all things* and, no doubt if he had been a rowing Coach, he would have tried to make oars, as well as boats and their fittings, suit the man. The other gentleman does not seem to have accepted any such doctrine and, not without some suffering on the part of those who came under his hands, insisted on their adapting themselves to the measurements he had provided beforehand ». Or, il faut être éclectique. « A sculler may be wholly Protagorean. But if he gets into a pair-oar, he will find that he has to adjust himself in some things to the requirements of his partner. Still more in an Eight-oar ». Nous nous permettrons de faire observer que cette latitude complète accordée au sculler nous paraît dangereuse à moins qu'il ne soit spécifié qu'il s'agit d'un rameur déjà expert bien entraîné et connaissant son sport. Autrement si chacun pouvait se croire autorisé à ajuster son engin à ce que nous appellerons ses « fantaisies musculaires » il en résulterait certainement, dans sa nage, des défauts diverses auxquelles il deviendrait ensuite très difficile de remédier.

Mais, cette observation à part, il n'est pas un des conseils du D<sup>r</sup> Warre auxquels on puisse refuser d'adhérer. Tout rameur de quelque expérience se dira même que ces conseils ne lui apprennent rien de nouveau et chaque auditeur aura ponctué d'un « c'est

évident » mental les assertions du conférencier. Oui nous savons tous ces choses, seulement les faisons-nous ? Nullement, et c'est ici qu'apparaît, en rowing, l'importance spéciale des débuts et du rappel continu de certains principes fondamentaux. Aucun sport n'existe où le côté mécanique ait une plus grande importance. L'homme doit à tout moment, tant par sa propre initiative que par le commandement auquel il s'est soumis, tendre à être à la fois une parfaite machine autonome et le rouage parfait d'une grande machine collective. Et pour en arriver là il faut, comme dit l'ancien Headmaster du collège d'Eton : « free-will and the capacity for self-adaptation, the living secret of unity in their motive power ». C'est là la beauté du sport de l'aviron, sa noblesse. Il exige tant de vouloir, de persévérance et *d'attention* qu'il décourage parfois les novices, On ne peut y vraiment réussir sans en avoir appris la grammaire et sans se la rappeler sans cesse.

---

## CHRONIQUE DU MOIS

---

Un chroniqueur convenable ne devrait cette fois encore entretenir ses lecteurs que d'aérostation et d'aviation. Mais à quoi bon répéter après tous les journaux quotidiens et toutes les revues hebdomadaires ce que chacun sait désormais, à savoir que la « semaine » de Reims a été un merveilleux succès, que des records étonnants y ont été établis et que les avions, en attendant de devenir un moyen de locomotion régulier, constituent un sport passionnant — que, d'autre part, entre les mains de pilotes tels que Spelterini, le ballon libre est un engin singulièrement obéissant — qu'enfin, malgré toute la maîtrise de ceux qui les construisent et les conduisent, les dirigeables réservent encore bien des déboires à leurs propriétaires. Tout cela est entendu. Passons donc à d'autres sujets non moins actuels, fort intéressants et demeurés pourtant dans l'ombre.

### Armée anglaise : le sport préparateur.

Les efforts de l'Angleterre pour se procurer enfin cette institution si désirée et si nécessaire : une armée de seconde ligne puis-