

Naturisme 51

STADE nudiste DE POCHE



Êtes-vous *timide* ?

(JE SAIS POURQUOI)



Modelez votre corps



Nombreuses photos,
une nouvelle, etc...



75 frs

Etranger : 100 frs

Voyages - Camping - Culturisme

N° 14
mensuel



STADE

(nudiste)

de Poche

par Alain BERT

A l'heure où de nombreux groupements se constituent en France, cherchant à réaliser sur le plan pratique les données naturistes et gymniques, l'important problème qui se pose est celui du stade.

Certes, il est bon de voir grand dès le départ et de prévoir que le petit noyau de dix ou vingt usagers se développera rapidement et réunira un jour cent ou deux cents personnes.

S'inspirant de ce principe, des sections de province s'évertuent à chercher, depuis des années, la vaste propriété qui permettrait de répondre à une rapide extension du groupe.

Pour avoir persisté dans cette voie, certaines sections risquent de perdre leur vitalité. En effet, la propriété de plusieurs hectares, à proximité de grandes villes, est assez rare à dénicher; des millions sont nécessaires, et la poignée d'animateurs ne peut réunir les fonds. Les saisons passent et les bonnes volontés s'amenuisent.

Des exemples récents démontrent la valeur d'une formule beaucoup plus modeste : créer des **stades de poche**. C'est un peu la formule de beaucoup de petits clubs anglais dont les effectifs se trouvent ainsi limités à 40 ou 60 personnes. Plutôt que de n'avoir rien du tout, ces petits stades, surtout en province, sont capables de donner toute satisfaction aux naturistes locaux.

UTILITE DU STADE DE POCHE

CE sera le lieu de réunion dominical, en plein air, des familles composant le groupe. Elles y trouveront un terrain de camping, un terrain omni-sports, des douches, des pelouses d'ensoleillement et des jeux.

Naturisme 51

Abonnem. : 6 mois, 400 fr.; 1 an, 750 fr.
 Sous envel. ferm., 580 fr.; 1.110 fr.
 Etranger : seulement sous envel. ferm. :
 1.000 fr. ; 2.000 fr.
 ou l'équivalent en mandats internationaux.

CHANGEMENT D'ADRESSE

Directrice : GRUNBERG

TOUT LE COURRIER DOIT ETRE
 ENVOYE A L'ADRESSE SUIVANTE

« Naturisme 51 »

5, Rue Lamartine, PARIS (9^e)

Joindre toujours un timbre s. v. p.

LES MANDATS DOIVENT ETRE

LIBELLES AINSI :

Mlle GRUNBERG, B.P. 67-05 - Paris

NOUS N'ACCEPTONS AUCUNE

LETTRE RECOMMANDEE

SOMMAIRE :

Stade nudiste de poche, par Alain Bert....	3
Un drôle de flirt	8
Devenez culturiste I, par Fabien Causse....	13
Modelez votre corps, par Nick Darmont....	16
Etes-vous timide ? Je sais pourquoi	18
E Viva a Corsica, par A. Fréville	23
Le courrier de Carole	25
Camping, par Henri-J. Adam	33
Nouvelles des Clubs	34

De plus, elles auront toute sécurité pour la pratique de la gymnité intégrale; elles apprendront la vie collective des week-ends et les travaux variés de camp. Un stade a toujours besoin d'être amélioré, enjolivé, pour en faire un petit paradis. Il naît ainsi un sentiment de propriété collective qui fait que chacun tient à apporter un peu de soi-même à l'édification en commun.

Il entre enfin un certain **amour-propre** en pensant que des membres d'autres clubs rendront bientôt visite au stade et jugeront intérieurement des efforts accomplis et des aménagements réalisés.



LE CADRE

○ N peut toujours découvrir un petit terrain n'aurait-il que 25 mètres de large sur 75 mètres de long (un minimum), et de l'enclore.

La distance et les facilités d'accès, de la ville au stade, sont à considérer. On doit pouvoir se rendre à celui-ci rapidement et facilement, sans gros frais; le prix du transport constitue souvent une deuxième cotisation.

Si le terrain n'est pas entièrement clos, il est nécessaire de procéder sans tarder à l'entourage, par l'installation d'écrans provisoires (palissades, paillois, canisses, etc., de 2 mètres de haut).

L'emplacement demande à être salubre, pas trop humide, bien exposé, verdoyant si possible, planté de quelques arbres et alimenté d'eau (source, puits, adduction).

Une telle réalisation (achat ou location) ne doit pas entraîner une mise de fonds bien considérable; l'amortissement s'effectuera en quelques années, en cas d'acquisition.

L'EQUIPEMENT

○ N réservera et on entretiendra quelques pelouses pour le bain de soleil. Une douche, même rudimentaire, est **indispensable**.

Si le terrain est vraiment exigu, on disposera d'un rectangle de terre battue ou couvert de sable, de 18 mètres sur 9 mètres, pour l'installation d'un volley-ball démontable. Sur cet emplacement, on pourra également organiser différents jeux de ballon et des séances de culture physique. On choisira la proximité de quelques arbres pour délimiter la zone de camping.

Enfin, la construction d'une ou deux baraques s'imposera, à usage de vestiaires et d'abri en cas de mauvais temps.

Bien entendu, ce sera l'occasion de faire des constructions coquettes, peintes de couleurs gaies et claires, bien éclairées par de larges baies vitrées.

On y trouvera un coffre pour les outils et le matériel de jeux. Un ping-pong démontable y sera remisé par la suite.

Le stade de poche est ainsi réalisé et prêt à recevoir son contingent hebdomadaire de visiteurs. Le centre de plein air, aussi modeste soit-il, existe enfin et vient répondre aux aspirations des gymnastes en quête d'air pur, de soleil et de détente, dans une ambiance sympathique. Cette ambiance, il faut également la construire même quand toutes les conditions favorables sont déjà réunies. Ce sera le résultat d'une bonne gestion dans la meilleure tradition naturaliste.

Alain BERT.



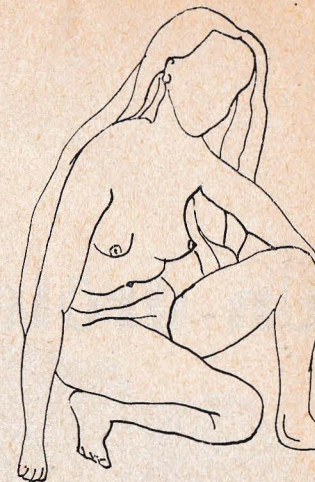
Une Leçon de Dessin
par Suzanne Debarbieux...



De profil



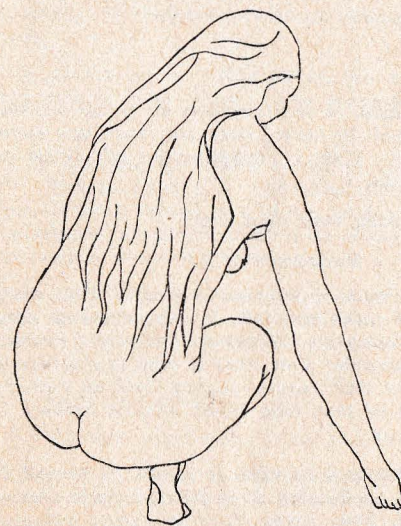
De trois-quart



De dos



De face

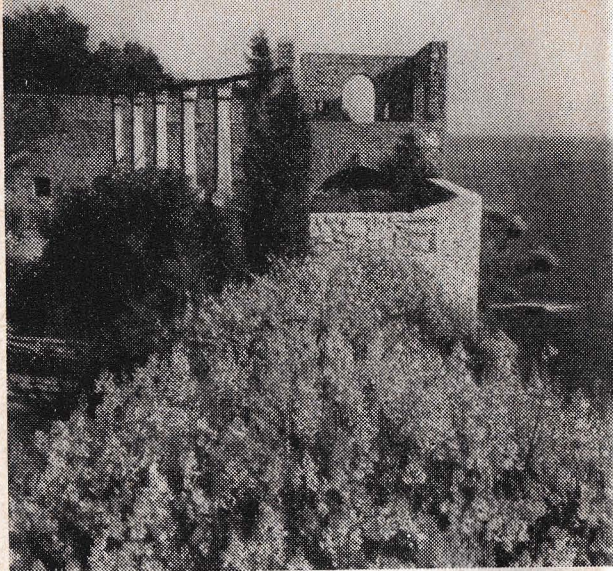


Nous nous associons avec émotion à la joie de Suzanne et Serge Debarbieux à l'occasion de la naissance de leur petit Stéphane.



Photos Poupard.

Un drôle de flirt



Cassis.

par Jacqueline PESCADOU

CONNAISSEZ-VOUS Cassis ? Un adorable petit village de pêcheurs près de Marseille, avec de gentilles villas étagées sur la montagne qui tombe à pic dans la mer en formant d'innombrables criques qu'on nomme « calanques ».

L'été dernier, notre bande y avait loué une vaste masure à flanc de coteau. Il y avait moi et Marcel, puis deux gars et trois filles, dont ma sœur, en tout sept inséparables, et notre petit garçon de deux ans.

Naturellement, nous sommes tous naturistes et appartenons, à Paris, au même club. Certains d'entre nous collaborent régulièrement à cette revue.

PRES du Café du Port, il y a une petite mercière aimable qui vend les journaux et périodiques. En arrivant à Cassis, j'avais été taire ce que chaque ami de la revue doit faire : lui demander comment marche « Naturisme 51 ». Je lui avais même porté quelques vieux exemplaires gratuits de propagande.

Un matin, où je descendais au village acheter le journal, la brave dame me tendit une enveloppe : « C'est un monsieur qui m'a remis ça pour vous. »

Le poulet était ainsi conçu :

« Mademoiselle,

« Je vous ai vu vous intéresser à la vente d'une revue naturiste. Je suis moi-même naturiste néophyte, célibataire, et serais heureux de bavarder avec vous si vous m'accordez la faveur d'un rendez-vous au Café du Port. J'y serai tel jour, telle heure, avec la revue à la main. »

De retour à la villa, je réunis un conseil de guerre. La décision de la bande fut : y aller en torpille. Vous savez, dans le jargon auto-stoppeur, on nomme « torpille » la fille qui se poste seule sur la route pour arrêter une voiture après avoir planqué tous les loustics derrière des buissons, qu'elle présente ensuite aimablement à l'automobiliste déçu.

J'ALLAI donc en torpille au café et y trouvai un monsieur plutôt chauve, plutôt pas jeune, avec une cravate-système du plus charmant effet. Il but un jus de fruit pour me montrer ses convictions, cependant que je consommais une coupe de ce merveilleux vin blanc qui fait la renommée de Cassis.

Il s'avéra tout de suite extrêmement ferré sur la question du naturisme. Il me cita par cœur des passages entiers d'articles d'Alain Bert, énuméra sur un ton inspiré les titres des bouquins des frères Durville, avait lu L'Abbé chez les nudistes, de de Mongeot, etc.

Dans la chaleur de son monologue, il me prenait les mains, effleurait mes épaules...

« Seule, la nature est vraie, disait-il en posant négligemment une main sur mes genoux, n'est-ce pas, mademoiselle ? Les humains en font un enfer... »

Il avait tant de joie, disait-il aussi, à trouver dans ce village perdu une coreligionnaire du Nu.... Bref, si on pouvait aller se baigner tous les deux en Enfants du Soleil... Ses yeux lui saient (de conviction).

Je réfléchis et pris seule la décision : rendez-vous pour le lendemain dans une calanque éloignée.

Je rentrai, et la bande se fit une pinte de bon sang à l'idée de ce qui se préparait.

LE monsieur était déjà là depuis longtemps lorsque j'arrivai le lendemain dans la crique. Il avait enlevé son veston et fumait nerveusement en gilet et manches de chemise, sous un mignon chapeau panama.

Je m'assis à ses côtés, cependant qu'il reprenait son panégyrique. Au bout d'un moment, comme je ne faisais pas mine de me déshabiller :

— On y va ? dit-il.

— Allons-y, répondis-je, et ne bougeai pas.

Alors il enleva sa cravate-système pour montrer le début des opérations et attendit.

JE délaçai mes sandales, puis enlevai ma légère robe de cotonnade par-dessus ma tête. Il m'aïda en tremblant un peu. J'étais en deux pièces. Il daigna retirer ses souliers. J'attendis. Il se dénuda le torse en gardant son pantalon et pérerait de plus belle.





Je fis alors demi-tour et, d'un crawl vigoureux, atterris bien avant lui.

J' déjà habillée lorsqu'il arriva, Adam flasque, crachotant des algues. Alors il blémit atrocement et s'écria, hors de lui :

« Mes habits ! Mon portefeuille ! Mon pantalon ! »

Il courait de tous les côtés sur la grève : « Au voleur ! Au voleur ! » Je n'existais plus pour lui. Aussi je m'en allai tranquillement.

Descendant innocemment le sentier, deux copines de la bande débouchèrent et poussèrent des cris de paon :

« Ciel ! Un homme nu ! Horreur ! Au secours ! Attentat à la pudeur ! Un satyre ! Garde-champêtre, au secours ! »

Et elles firent demi-tour en courant.

A ce moment, masqués de foulards patibulaires. Marcel et les gars de ma bande surgissent en entourent le type, devenu doux comme un mouton qui implore en pleurnichant :

« Rendez-moi mes habits... Gardez l'argent, mais rendez-moi mon pantalon... Mon Dieu ! Mon Dieu ! que dirait ma femme si elle apprenait... »

Il suppliait comiquement :

« Je ne dirai rien... Messieurs, nous serons quittes, gardez l'argent... Rendez-moi mon pantalon... »

ALORS, enlevant leurs foulards, les gars s'asseyaient en rond, et Marcel va chercher les vêtements du type, pendant que je me joins à eux.

« Cher monsieur, dis-je, voilà vos habits : tout y est, et l'argent aussi. On voulait seulement vous faire une petite blague.

« Maintenant, causons. »

Et je lui fis une petite leçon de naturisme. Oh ! cette fois, pas de textes appris par cœur. Seulement un peu de morale et d'éthique.

Je lui expliquai surtout que lorsqu'on est naturiste, on l'est dans toute sa conception de la vie, et que ce n'est pas l'absence de slip qui est cruciale. On est, de même, chrétien, avec ou sans rosaire.

Il baissait le nez et semblait plus étourdi que méchant. Nous nous séparâmes sur une poi-



Je restai en deux-pièces, semblant rêvasser.

Puis, brusquement, je bondis vers la mer, me mis nue en un clin d'œil, de dos, et plongeai.

Le monsieur, désespéré, cria :

« Attendez-moi ! Attendez-moi ! N'allez pas trop loin ! »

Il s'empêtrait dans ses porte-chaussettes et, enfin, entra prudemment dans l'eau, nu, la main en cache-sexe, et rouge comme une pivoine.

Il savait à peine nager. Je l'entraînai dans mon sillage toujours plus loin.

« Attendez-moi, mademoiselle, attendez-moi ! » implorait-il.

Mais je n'en avais cure. Un coup d'œil par-dessus l'épaule m'avait fait apercevoir ma bande qui, prompte comme l'éclair, raflait tous ses habits.



cadence, avec les mêmes poids, les mêmes exercices qu'un moniteur égrène monotonement de 1 jusqu'à 20 !

Et pourtant ! Pourtant Marcel Rouet, en créant sa méthode moderne, que Pierre Lelong enseigne à Paris, a bouleversé toutes ces données irrationnelles.

Pour obtenir des résultats, la culture physique doit être **individuelle**, adaptée à votre âge, à votre tempérament, à vos possibilités physiques.

Grâce au culturisme, vous pouvez devenir, si déshérité que vous soyez, un modèle de beauté plastique, pour peu que vous poursuiviez avec régularité et persévérance l'idéal que vous vous serez fixé.

— VOTRE IDEAL PLASTIQUE

Ne dites pas : « Je veux devenir comme Steve Reeves ou Duranton » si vous n'en avez pas la structure.

Chacun se rapproche plus ou moins d'un modèle de beauté plastique.

Etes-vous large d'épaule et mince de ceinture ? Ne cherchez pas à ressembler à un modèle de statuairie antique, mais plutôt à l'athlète moderne au dos en V.

Etes-vous au contraire étroit d'épaules ? Fixez-vous un modèle antique : l'Apollon du Belvédère, le Discobole au repos...

Mettez au mur la photo du modèle que vous aurez choisi. Sa contemplation vous suggestionnera heureusement.

De plus, faites-vous photographier de face et de dos tous les ans. Vous pourrez ainsi suivre vos progrès.

Enfin, établissez vos mensurations personnelles que vous comparerez au tableau de dimensions idéales que nous donnerons le mois prochain. Ces mensurations se prennent au centimètre souple, les muscles contractés et dans leur plus grande ampleur.

Munis de ces précieux renseignements, vous pourrez établir votre plan d'entraînement culturiste.

ET MAINTENANT AU TRAVAIL !

Pas demain ! Aujourd'hui.

Mais attention... Ne vous lancez pas à l'aveuglette. A moins que vous ne soyez doté d'une structure athlétique, ne vous jetez pas à corps perdu dans la pratique des poids moyens ou lourds. Ce n'est que par un travail dosé et progressif que vous réussirez, car l'excès est toujours nuisible.

Si vous n'avez jamais pris une haltère en main, vous commencerez par des exercices de culture physique respiratoire. Chaque matin, nu si possible ou en slip, faites un quart d'heure de respiration en choisissant des mouvements amplifiant au maximum votre cage thoracique.

Puis pratiquez pendant un autre quart d'heure quelques exercices d'assouplissement et quelques mouvements abdominaux.

Ce travail, poursuivi assidûment pendant un mois, vous mettra en forme pour aborder l'entraînement culturiste proprement dit.

Initiez-vous également à la respiration complète. Celle-ci, pratiquée au cours de votre séance culturiste ou pendant la journée, vous remettra instantanément d'aplomb. Elle consiste en une inspiration en trois phases :

- 1) inspirer en dilatant l'abdomen ;
- 2) continuer à inspirer en dilatant le thorax ;
- 3) amener l'air au sommet des poumons.

Enfin, expirer, en contractant avec force les abdominaux à la fin de l'expiration.

SAVEZ-VOUS QUE...

— à tout âge, vous pouvez transformer votre corps en une merveille d'harmonie ?

— la culture physique doit être la base de tout sport ?

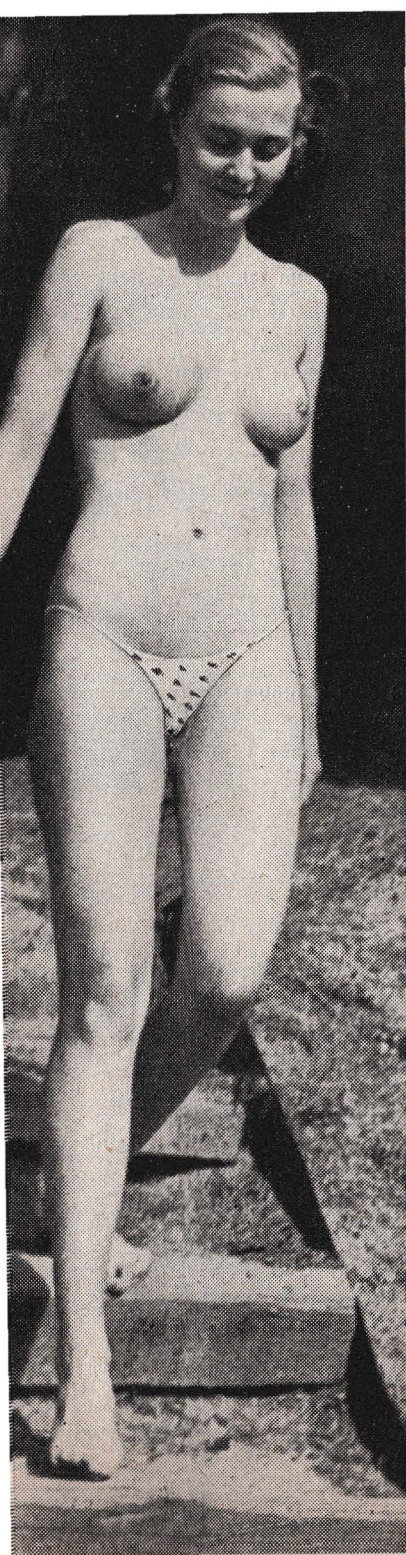
— le développement du corps et de l'esprit vont de pair ?

— les Instituts culturistes professent les dernières méthodes de culture physique scientifique ?

— pour vos activités naturistes, sportives et culturelles, dans une ambiance culturiste, le Groupe PLATON vous attend ?

Fabien CAUSSE.

(Suite de la rubrique culturiste p. 16 et 17)



Êtes-vous *timide ?*

JE SAIS POURQUOI

VOICI deux cas, une fille et un garçon, pour faire comprendre le mécanisme de la timidité :

J'connais une jeune fille, belle, potelée, pleine de santé, de goût à la vie. Elle n'est nullement neurasthénique. Seulement elle ne connaît personne. L'été : pas de camarades pour jouer au tennis. L'hiver : tristes dimanches, où elle traînasse chez elle sans amis... C'est parce qu'elle est timide, dit-on.

En réalité, voici la raison : cette jeune fille est d'une famille assez aristocratique. Un frère finit ses études de biologiste à l'Institut Pasteur, l'autre est pianiste virtuose. Le père était pasteur protestant dans une très grande ville. Il est mort, les fils ne gagnent pratiquement rien. La famille est dans la dèche. La jeune fille, jeune licenciée es lettres, est seulement petite sténo-dactylo, courageuse, mais médiocre, dans une gigantesque et lugubre entreprise de banlieue.

Voici la seule raison de son isolement et de sa « timidité » : elle n'a plus aucun milieu à elle. En effet, d'une part, elle n'a aucune parenté de goûts avec les modestes employées qui l'entourent, et, d'autre part, le grand appartement, les réceptions, les « salons » littéraires, les jeunes gens chics et intellectuels pour lesquels elle était faite — tout cela a disparu.

Or, par un enchaînement imprévu, elle est entrée dans la rédaction d'un grand journal de modes. Ni par la grande porte, ni par la petite. C'était durant les vacances, un remplacement de traductrice. Puis on l'a adoptée, elle fait des reportages, est de la bande. Elle s'amuse follement, est de toutes les parties. Finie la « timidité ».

PRENONS un autre cas parmi ceux que j'ai observés : celui d'un charmant jeune homme de Lyon, fils de braves petits bourgeois bien classiques. Il est comptable dans une maison de tissus sortie tout droit, pleine de poussière, d'un roman de Balzac.

Ce jeune homme est appliqué, d'un caractère gai, mais s'ennuie. Il a essayé d'apprendre à danser, de fréquenter quelques bals provinciaux et compassés comme son milieu : il n'y a fait aucune connaissance durable et valable. Il est timide, dit-on...

Or, par un jeu de circonstances, il est devenu vendeur dans un magasin de camping, dans une autre ville, à Marseille. Le voilà, du jour au lendemain, prenant goût à tout, juste enragé. Il portait en lui le germe d'un boy-scout, d'un campeur, d'un alpiniste, d'un sportif de la nature. Il était timide comme calicot et aux petits bals en faux-col. Mais, sac au dos, en bécane, autour d'un feu de camp, il est un boute-en-train, les filles se l'arrachent, on se tutoie de plain-pied en francs camarades, sans mièvreries. Finie, la timidité.

CENT exemples analogues m'ont fait tirer la conclusion pour vous : il n'y a pas de timides. Il y a des jeunes gens et jeunes filles qui ne sont pas synchrones avec le milieu qu'ils fréquentent. Si vous êtes actuellement « timide », cherchez par tâtonnements un milieu où vous vous sentiez vous épanouir. Vous verrez !

Hélène DESBOIS.







E VIVA A CORSICA

par A. FRÉVILLE

Tout le monde connaît la Corse, ne serait-ce que de réputation. Celui qui la connaît le plus mal, c'est sans doute le Corse lui-même. Il adore d'ailleurs son pays, et c'est par vous que, bien souvent, il découvre des tas de choses qu'il ignorait.

Pour le Français moyen, se rendre dans l'île de Beauté prend l'allure d'une expédition aux antipodes. Evidemment, le bateau crée l'impression de grand départ, avec tous les aléas que cela comporte, le mal de mer en particulier. Il reste l'avion qui, en moins de deux heures, vous dépose à Ajaccio. Mais c'est trop rapide.

Le bateau est décidément plus romantique. Lorsqu'au petit jour les côtes de l'île s'inscrivent peu à peu sur l'horizon, les délicats parfums du maquis, portés par la brise de mer, vous grisent déjà de leurs effluves paradisiaques, auprès desquels les sirènes d'Ulysse n'étaient que d'insignifiantes gamines. A partir de cet instant, c'en est fait de vous. Le pays et les guitares feront le reste.

Si vous allez là-bas pour séjourner à l'hôtel, détestez le confort. Sinon, abstenez-vous et prenez pension dans un palace de la Côte d'Azur. Car les hôtels luxueux sont ici plutôt rares.

La Corse est donc l'apanage des purs, de ceux qui aiment la nature par dessus tout. C'est d'ailleurs pourquoi la seule vraie solution est le camping. Un coucher de soleil, en Corse, ne se déguste que sous la tente. Sous la tente, c'est beaucoup dire ! La tente, sur cette terre idyllique, n'est qu'un symbole. On bivouaque presque toujours. Le climat vous y invite. Mais n'abandonnez tout de même pas votre tente chez vous, elle vous sera indispensable en montagne.



Partout le pays est captivant. Seule une partie de la côte orientale manque d'attrait.

Je me garderai de citer, ici, les lieux touristiques. Il y en a trop ! L'île de Beauté possède autre chose que les calanques de Piana, le golfe de Porto et les îles Sanguinaires.

Cyrnos est une caravelle merveilleuse, sur laquelle s'entassent de fabuleuses richesses. Son grand mât, le Monte Cinto, battant pavillon blanc à tête de maure, force d'un seul jet, à 3.000 mètres, vers l'azur.

La montagne ocre tombe à pic dans la mer violemment colorée de bleus intenses. Les plages d'or chaud invitent au farniente et, dans ces multiples petites criques où l'on est assuré d'une solitude totale, on abandonne les derniers voiles, ultimes vestiges de notre civilisation.

On va de découvertes en découvertes. On découvre la Corse et son inégalable hospitalité. On découvre la langouste, le vin de Patrimonio, de Figari et d'ailleurs, l'eau glacée de la source dans laquelle on plonge, pour l'humaniser, ce pain biscuité, dur comme le roc, que l'on trouve dans les villages retirés. On découvre le maquis inextricable et odoriférant, les immenses forêts peuplées de pins laricios dressant, au voisinage des cols, leurs inoubliables et tragiques silhouettes déchiquetées par les vents du large. On y découvre les animaux domestiques qui vivent en liberté, le petit cochon tout noir, bâtard du sanglier, le pacifique petit âne gris, prêt à tout supporter. On découvre aussi... Mais pourquoi tout vous dire ? D'ailleurs, j'en oublierai. Allez donc passer vos vacances sur cette île extraordinaire et vous vous rendrez compte que sa réputation n'est pas surfaite.

(Texte et photos A. FRÉVILLE). A. FRÉVILLE.



LE COURRIER DE CAROLE

Papotons...

Les lettres pour le Courrier de Carole doivent être écrites très lisiblement, sur un seul côté du papier. Indiquer un pseudonyme et au-dessous le vrai nom et la vraie adresse (obligatoire. Les P. R. et « boîtes-aux-lettres » sont interdites et considérées comme nulles). Joindre trois timbres.

■ BICHON. « Je fais parti de ce nombre, hélas ! trop grand, de jeunes gens qui furent élevés en dehors de tout principe naturel. Lorsque j'ai été en Angleterre, je suis tombé sur la revue « Health and efficiency », et c'est de cette façon que j'ai connu le naturisme. J'ai questionné un prêtre; car je suis catholique et il m'a conseillé le naturisme à la condition que ce naturisme soit bien compris, car le péché originel est là, pour nous chrétiens.

« J'ai pratiqué le nudisme intégral, en Angleterre, dans une école de boys. Comme ma jeunesse n'y avait pas été préparée, j'ai été un peu gêné au début, mais après ce fut tout naturel. Nous n'étions habillés que pour les repas et pour le mauvais temps. Je crois que je ne me suis jamais senti si heureux qu'aux jours où j'étais avec mes camarades dans la pleine nature et au bord de la Tamise qui bordait le parc de l'école.

« Je compte faire un bref séjour à l'île du Levant,

cet été. Je campe beaucoup en cyclotouriste. Encouragez-moi, cela me montrera que les naturistes inscrits ou non inscrits ne forment qu'un bloc. »

Vous encouragez ? Mais vous êtes déjà cyclotouriste, campeur et naturiste ! Ne restez pas isolé. Contactez de notre part le délégué du Camping Club International de France (C.I.F.) à Vernon : Marcel Reith, 75, rue de la Marne, Vernon. Suivez les articles d'Henri Adam, qui est secrétaire du groupe naturiste de C.I.F. à Paris, et écrivez-lui si vous voulez, également de notre part, au C.I.F., 69, rue Cardinal-Lemoine, Paris. Je suis persuadée que vous y trouverez une ambiance charmante. Si vous voulez organiser une grande randonnée, vous pouvez aussi écrire de notre part à A. FRÉVILLE, aux bons soins de Touring-Plein Air, 65, av. de la Grande-Armée, Paris.

<p>A. D. I. L. Organe des Amis de l'île du Levant 14, rue du Collège-d'Annecy Avignon Spécimen gratuit</p>	<p>ALBUM DE NUS 10 DESSINS ORIGINAUX de Suzanne Debarbieux 18x24 cm. 1.000 fr.+ 90 fr. port. Ecrire: Suzanne Debarbieux 375 bis, r. Vaugirard, Paris-15^e</p>	<p>SUNBATHER'S ANNUAL Le meilleur almanach naturiste anglais Contient la liste complète des directeurs de tous les clubs naturistes de Grande-Bretagne, avec carte indiquant leur em- placement. Magnifiques illustrations de plein-air, articles faisant auto- rité et liste complète des arran- gements commodes pour naturis- tes visitant l'Angleterre à l'oc- casion du Festival 1951. Contre 5 coupons-réponse in- ternationaux adressés directe- ment à l'éditeur : THE SUN- SHINE PRESS., BEAWORTHY, DEVON, ANGLETERRE.</p>
<p>RENE ARCHAMBAULT Masseur-Kinesithérapeute Rayons I. R. - U. V. - C. C. Piqûres - Massages Prix très accessibles 9, r. Le Goff Paris-5^e ODE 77-03 14 h. à 20 h.</p>	<p>VIE LIBRE Naturisme et île du Levant 9, rue de la République, Avignon 50 francs — 300 francs par an C.C.P. Marseille 899-09</p>	

Les photos de ce numéro sont de Berwe, Carré, Culerrier, Fréville, Greschick, Imbert, Langheim, Perrin, Poupard, Quintio-Elmerich, Sazo, Thiele, Vallée.

■ **KON-TIKI** répond à **EPRI DE LIBERTE** : « Tous les étés depuis l'âge de douze ans — j'en ai vingt-deux — je vais aux îles d'Hyères en voilier. J'ai campé dans toutes les criques, dans chaque bois.

« Voilà ce que je propose à **Naturisme 51** : faire savoir que plusieurs naturistes ont la même idée que **Epris de Liberté**. Mettre en relation les divers correspondants. Fixer une réunion afin d'étudier tous les aspects techniques et autres de la question (départ pour l'Océanie). Au cours de débats, d'échanges de vue, on étudierait un certain nombre de problèmes et se mettrait d'accord sur : 1° un idéal de vie commun ; 2° le choix du pays d'élection ; 3° le projet d'achat d'un domaine ; 4° les divers aspects de cette entreprise.

« De toute façon, pour moi, je pars dans le Pacifique exploiter un domaine. Mais quel travail intéressant et quelle vie combien plus sympathique on pourrait avoir si l'on partait à plusieurs.

« Je serai aux îles d'Hyères à partir du 15 juillet et rencontrerai très volontiers tous ceux qui ont la même idée que moi, c'est-à-dire celle émise en premier par un correspondant **Epris de Liberté**. J'espère cependant qu'il me sera possible de connaître la plupart d'entre eux avant cette date, soit par échanges de lettres, soit par rencontres à Paris.

« Il est bien évident que je laisse toute initiative et la place de chef de file au correspondant « **Epris de Liberté** » qui s'est manifesté le premier, étant bien entendu que seuls des couples rentrent dans ma perspective et que chacun doit apporter une contribution minimum aux capitaux nécessaires.

« En conclusion, le but de cette lettre est de créer, grâce à l'aide de votre revue, la constitution d'un groupe naturiste de quatre à cinq couples, sains, robustes et audacieux, ayant un minimum de ressources, et désireux de mener une vie authentiquement naturiste en exploitant une concession dans une île du Pacifique Austral. »

Que les intéressés m'écrivent en joignant deux timbres et une lettre soit pour **EPRI DE LIBERTE**, soit pour **KON-TIKI**. De grâce, ne me laissez pas à moi, pauvre Carole, le soin d'écrire les desiderata de chacun à l'un ou à l'autre ! Et quand vous serez partis, pensez à moi, cependant que, « penchés à l'avant des blanches caravelles, vous regarderez monter en un ciel ignoré, du fond de l'Océan des étoiles nouvelles ».

■ **MELBOURNE**. « Depuis longtemps, je pratique le nudisme. Je trouve parfait le nu complet, mais avec toutefois une réserve : le port d'un minimum pour les exercices et les jeux. Sincèrement, je suis gêné et les autres me gênent durant les jeux. Le minimum d'ail-leurs est en grosses mailles de coton. »

Personnellement, je suis de votre avis. J'ajouterais même que pour les repas la nudité intégrale me gêne également. Je ne la trouve pas très appétissante. Dans nombre de clubs du reste, on se rhabille pour manger.

■ **MONTJOIE D'AGEN**. « Veuillez nous permettre de nous présenter. Nous sommes des agriculteurs exploitant une petite propriété dans le Lot-et-Garonne, nous sommes catholiques pratiquants et ce n'est pas sans de grandes luttes de conscience que nous en sommes arrivés à la pratique du nudisme, surtout que nous sommes des « isolés » dans un milieu franchement hostile. Nous avons dû faire taire nos répugnances et braver l'opinion de bien des gens soi-disant bien pensants qui ne voient dans le nudisme qu'une pratique de dégénérés... Mais peu nous importe l'opinion des voisins ou le qu'en dira-t-on si nous, nous sommes en paix avec nous-mêmes. Nous avons déjà quatre enfants que nous

voulons orienter vers le nudisme. Ils ont onze, six, trois et un an.

« D'autre part, cyclocampeurs enrégés et alpinistes fervents, amoureux passionnés de cette belle nature au sein de laquelle nous vivons, nous sommes désireux d'entrer en contact avec d'autres familles naturistes ayant des enfants pour réaliser ensemble un petit foyer, des excursions, ou passer un dimanche agréable avec des camarades ayant le même idéal que nous. »

J'espère que votre sympathique appel sera entendu. Que j'aimerais me joindre à vous ! Hélas, les gâteaux ne sont pas pour le pâtissier. Celui-ci réside près du fournil torride.

■ **TROP BRUNE**. « Voulez-vous être assez aimable de me conseiller. J'ai vingt-deux ans. Je travaille comme emballieuse, j'aime la joie, la vie, le soleil.

« Une amie de palier m'a proposé d'aller avec elle, pendant quinze jours, fin août début septembre, à l'île du Levant et dans un camp naturiste de la Côte d'Azur où elle est déjà allée, aimant beaucoup la vie au soleil.

« Je suis heureuse à l'idée de passer aussi de merveilleuses vacances. Une ombre à cela. Je suis très brune, enfin, je veux dire, je suis très pileuse, sur les cuisses, l'abdomen et même le bas du dos, or, ma peau ne peut supporter les pâtes déjà essayées, dois-je utiliser le rasoir ?

« Personnellement, je n'ai jamais fait grand cas de cela, étant ainsi depuis de nombreuses années, mais je crains d'être trop remarquée, surtout par mes futures compagnes de jeux.

« Enfin, je suis embarrassée. Qu'en pensez-vous ? Que feriez-vous à ma place ? »

Il saute aux yeux que certaines glandes endocrines fonctionnent mal chez vous. Ceci est du ressort de la médecine et même de la médecine hautement spécialisée dans l'hormonothérapie, qui est une question très complexe. A tout hasard, vous pourriez écrire de notre part au Dr Marcel Bosc, directeur de l'École d'Esthétique, 9, rue Auber, Paris, qui est un homme charmant, ayant tout un groupe de médecins spécialistes autour de lui. Peut-être vous considéreront-ils comme un « cas » intéressant du point de vue médical. Je m'excuse ici auprès du Dr Bosc : votre lettre étant arrivée en dernière heure, je n'ai pas eu le temps de lui téléphoner au préalable.

Mais, indépendamment d'un traitement médical, puisque le temps presse, voilà ce que je ferais pratiquement, étant aussi femme, et coquette : je ne me raserai pas le corps, car en quelques jours les poils repoussent drus et forment brosse. Quant à l'épilation à la cire, sur des surfaces tellement grandes, cela risquerait d'entraîner une inflammation cutanée grave. Donc, pour parer au plus pressé, je décolorerais tout ce duvet en le rendant blond comme la lumière du soleil, et ceci en l'imbibant tous les deux jours d'eau oxygénée à vingt volumes, sans essuyer. Les jours intermédiaires je mettrais sur la peau de la Diadermine pour éviter l'irritation. Savonner l'épiderme à fond avant les applications d'eau oxygénée pour dégraisser le duvet. Evidemment il ne faut traiter le duvet par l'eau oxygénée que loin des muqueuses qu'elle pourrait attaquer.

■ **JEAN-JACQUES** a étudié à la loupe l'article d'Hélène Desbois sur « Un Couple de Célibataires ». « Ils ne sont sans doute pas, dit-il, des prototypes reproduits à de nombreux exemplaires, mais il me semble qu'il serait souhaitable qu'ils le fussent. Loin d'être des anormaux psychopathologiques, ils me paraissent être des esprits raffinés et des corps pleins de vie. »

■ **JACQUES F.F.A.** Adressez-vous à la section naturiste du C.I.F., 69, rue Cardinal-Lemoine, Paris, le mercredi, de 19 heures à 20 heures.



■ UN ORMEAU DE GENEVE m'écrit qu'il est d'une santé faible, hérédité arthritique, et que dans le milieu naturiste, il a surtout trouvé la pratique de l'héliose, mais très peu de diététique conséquente.

Le problème est si sérieux qu'il ne peut être résolu par quelques vagues conseils. Si vous écrivez aux gens de **MÉDECINE 51**, 1, rue Fénelon, Lyon, qui m'ont l'air de médecins fort avertis à l'esprit ouvert. Peut-être vous indiqueraient-ils des ouvrages réellement sérieux et modernes ?

En outre, « Un Ormeau de Genève » dispose en Haute-Savoie, trois mois par an, d'un chalet avec huit lits pour vacances naturistes avec priorité pour les enfants malheureux.

Il serait dommage que cette œuvre si généreuse restât sans réponses.

■ C. B. « Je me demandais si à l'exemple de M. Jourdain qui débitait de la prose à son insu, je n'étais pas un peu naturiste sans le savoir. Il m'est arrivé plusieurs fois de me baigner sans maillot dans le lac de Genève, le Loir et la Méditerranée. Chaque fois, j'ai trouvé le bain très agréable. Je suis loin d'être un gymnaste émérite, mais la culture physique ne me répugne pas et demeure un des bons souvenirs de mon temps dans l'armée. Je pense être capable d'apprécier les ébats au grand air.

« L'ouvre votre revue... Qu'y vois-je ? Un reportage sur le nudisme en Autriche où l'on m'explique que des foules rappellent vers une île du Danube où des centaines de braves gens se montrent réciproquement leur anatomie mal fichue qui, de ce fait, deviendra vénérable.

« Tout bien pesé, chère Carole, je crois que cet été, je garderai mon caleçon et... qui sait ? peut-être rigolerai-je aussi bien avec ses emmaillotés qui m'entoureront que dans un camp de dénudés. Si je suis dans l'erreur, je ne demande qu'à m'instruire. »

Oh que non ! Vous n'êtes sûrement pas dans l'erreur. Vous rigolerez beaucoup plus avec les emmaillotés. Je vous garantis qu'on ne rigole pas du tout dans nos camps, pas plus qu'on ne rigole dans les gymnases de culturisme, et si notre revue ne vous a pas semblé rigolote, c'est le plus grand compliment que vous puissiez nous faire. Quand je lis « Science et Vie », ou « Médecine 51 » ou « Culture Humaine », ce n'est guère pour rigoler. Et quand je pars en camping avec des copains et des copines, je me réjouis princièriement. C'est déjà magnifique. Voyez-vous, une fois de plus, ce n'est pas l'absence de caleçon qui fait le naturiste.

■ CLO-CLO. « Sincères félicitations pour ce numéro 13. Il y a un article vraiment transcendant sur le paraculturisme. Cet article m'a fait d'autant plus plaisir que j'ai fait ma préparation militaire à Nantes dans cette arme et que la description de Luc Geslin du premier saut m'a fait revivre des minutes (ou plutôt, hélas ! ses secondes et même des 1/10 de seconde) émouvantes certes, mais vraiment inoubliables.

Puis CLO-CLO enchaîne :

« Tout à fait d'accord avec « Marcel » pour regroupement de tous les naturistes qui vont passer leurs vacances dans la ville X ou Y. Pour ma part, je vais vraisemblablement passer un mois à La Bourboule et je serais bien content de retrouver là-bas des amis ou amies naturistes pour faire de grandes randonnées. »

Ça va faire rudement plaisir à Luc Geslin. C'est une pensée gentille d'encourager les gars et les filles de notre petite équipe si désintéressés et si dévoués au Naturisme quand on apprécie leurs efforts.

■ HENRI DES BLES m'écrit : « Un Broussard » parle de l'entrée dans un club naturiste. Je ne connais abso-

lument pas les clubs parisiens, mais pour ceux de la Côte d'Azur et plus exactement de la région de Nice, je puis vous dire qu'on y a toujours été accueilli avec une grande délicatesse.

« En 1936 (ce n'est pas d'hier), j'ai eu l'occasion de pénétrer alors que j'y étais tout à fait inconnu dans le magnifique domaine de la Ligue gymnique de la Côte d'Azur, à Villeneuve-Loubet. J'y ai trouvé une ambiance de camaraderie merveilleuse. On s'est occupé de me faire participer aux jeux. Tous les âges, toutes les conditions sociales étaient représentés — et — je peux vous affirmer que je ne suis pas liant comme on dit — mais je m'étais fait dès le début, de tous, des amis. Le cadre enchanteur et l'aimable climat de ce pays incitant peut-être davantage à une expansion et à une gentillesse qui restaient toujours discrètes, je le redis. Je n'ai pas parlé du trésorier. C'est que si cet excellent M. Dubuisson a pris note tout de suite de mes noms, etc., je ne suis passé à la caisse que bien longtemps après, au bout de plusieurs dimanches, et pour donner une somme bien minime. Cet homme qui n'était pas riche payait sûrement bien des choses de sa propre poche.

« Sans remonter si loin, il y a deux ans, je suis allé visiter le terrain de la société FORCE et NATURE. J'y ai été très aimablement accueilli par M. Souleil, le sympathique directeur et nous avons fait honneur au délicieux déjeuner de Mme Souleil.

« Je suis tout à fait d'accord avec Marcel au sujet des curistes qui doivent sacrifier leurs vacances pour raisons de santé. S'il y avait à Vichy, par exemple, un délégué dévoué, ces naturistes pourraient se faire pour le temps de leur cure des relations agréables, au lieu de traîner leur ennui de la buvette de la source X au kiosque à musique du casino, ils pourraient faire des promenades à deux ou trois au lieu d'achever de ruiner leur santé à boire des cafés et des apéritifs.

« Je reviens sur l'article « Prêtre » du numéro 12. Je suis tout à fait de l'avis de ce correspondant La nature humaine est ce qu'elle est, il est utopique, à mon sens, de croire que l'on arrivera à la transformer seulement en buvant de l'eau claire et en mangeant des carottes crues. La satisfaction procurée par le bien-être du corps libéré et la détente de l'esprit libèrent l'homme moderne de cette nervosité qui est un des maux de notre temps. »

■ FRANÇOIS TANCHOUX, le secrétaire de Joie et Santé, Orléans, répond à « Broussard ». « Proposition très acceptable que j'ai moi-même maintes fois recommandée. J'encourage l'idée. Le président Poupeau n'y voit pas d'inconvénient. Donc pour le club Joie et Santé, nous sommes d'accord. »

■ FRANÇOIS TANCHOUX répond à « Marcel ». « La première proposition est aussi excellente. Je suis là toute la saison et en tant que secrétaire de Joie et Santé, j'accepte d'assurer la liaison pour la région d'Orléans. François Tanchoux, Le Franc-Couldray, 11, rue de Lorette, Olivet (Loire). »

■ UN BROUSSARD par sa lettre dans le numéro 13 a fait couler pas mal d'encre et de la meilleure :

RENE FLACHOT, l'actif animateur de la section d'Alger de Air et Soleil lui répond : « Le club naturiste doit être avant tout une grande famille ayant le même idéal, le même culte de la beauté physique et mentale. Il appartient aux dirigeants d'orienter leurs efforts vers ce but.

« Certes, les fonctions de directeur ou de président ne sont pas, à mon avis, de tout repos, le président doit être avant tout l'âme de son club, lui donner toute impulsion désirable, il doit sans cesse payer de sa personne, ne comptant ni ses peines, ni son temps, et même son argent pour mener à bien l'œuvre entreprise.

« Au stade, il doit avoir l'œil à tout, il doit recevoir les sympathisants, les orienter, les conseiller utilement, les mettre en rapport avec les autres adeptes ; il doit veiller à ce que leurs premières armes s'effectuent en de bonnes conditions, car c'est surtout les premières impressions qui comptent.

« La section algéroise d'Air et Soleil, dont j'ai l'honneur d'être le dévoué serviteur, est la plus accueillante du monde, quoique très stricte sur le règlement. Son président-fondateur, Maître Rozée, est l'homme le plus affable.

« Lorsqu'un néophyte vient me trouver pour obtenir quelques renseignements sur notre organisation, je fais tout mon possible pour le mettre à l'aise, puis, je lui parle de la plus sympathique de nos revues : **Naturisme 51**, je lui conseille vivement de la diffuser autour de lui, pour que nos idées touchent le plus possible de monde.

« Enfin, si mon examen est favorable, je lui permets une visite au stade de Zéralda, le dimanche suivant, où il serait certain de rencontrer des camarades, ayant vraiment l'esprit naturiste et fraternel, qui le guideront vers la renaissance physique et spirituelle.

« Nous sommes avant tout des idéalistes, et non des commerçants ! »

■ GENET DE LA LANDE. « Je ne sais pas quand le temps permettra cette année de pratiquer un peu plus facilement notre cher naturisme. Pas moyen de rester bien longtemps « en tenue », cette année. L'an dernier et les années précédentes, du 1er janvier à la Saint-Sylvestre, je ne portais que le short (et court !) et du 1er mai au 1er octobre, je ne faisais pas beaucoup vivre les marchands de chemises. Mais, cette année !...

« Cependant ne désespérons pas. Je suis maintenant dans les Landes. Et pas moyen de rencontrer des amis.

« Il n'y a donc pas de naturistes dans le pays de chez nous qui semble, le plus fait par sa sauvegarde, créé pour eux.

« S'il y en a, pourquoi ne pas se grouper et se connaître.

« Bien à vous tous ! Epatante la revue ! Sentir la caresse du vent, n'est-ce pas la plus belles des voluptés !

« Allons, amis naturistes landais, groupons-nous et retrouvons-nous souvent au milieu de nos pins poisseux de gemme, mais si fiers et si gais.

« Trouvez ici la fraternelle amitié d'un naturiste. »

■ JACQUES DES ARDENNES. « J'aime beaucoup **Naturisme 51** et je suis un fidèle lecteur. Elle est sincère et bien rédigée. Mais pourquoi les photos l'illustrant ne sont-elles pas intégrales ?...

« Je suis âgé de vingt-six ans et cheminot. Je suis donc obligé à de fréquents déplacements à Charleville, Saint-Quentin, Abbeville, Saint-Pol-sur-Mer, Dunkerque. Ne pouvez-vous m'aider à rencontrer de sincères naturistes des deux sexes dans ces villes ?

« D'un autre côté, puisque nous formons une grande famille, je pourrais peut-être grâce à eux trouver à me loger.

« Je m'excuse de mêler une question aussi terre à terre, mais seul, il est impossible dans des villes étrangères de rencontrer de fervents et sincères naturistes et des pensions à des prix abordables. »

Pourquoi ? Mais vous le savez parfaitement : la législation et la jurisprudence actuelles ne le permettent pas, pour les revues en vente libre. Or à chacun son mode de propagande. **Naturisme 51**, de même que son aîné **La Vie au Soleil**, ont choisi de faire de la propagande pour le Naturisme parmi le grand public intelligent. D'autres revues, intégrales



celles-là, ont choisi de travailler en profondeur pour le Naturisme (terme géographique) des adeptes déjà ralliés. Pour ce dernier travail, il est à la rigueur possible (quoique avec d'énormes difficultés, naturellement) de diffuser un organe sans qu'il soit mis en vente.

■ VIOLON. « Permettez-moi de vous signaler qu'il existe, à l'île du Levant, un restaurant végétarien qui, lui sûrement, se trouve être vraiment dans l'ambiance naturiste, par sa cuisine saine, par le calme et le panorama immense dont bénéficie sa sympathique clientèle, c'est « La Figueria », dirigée par Mlle Luisette Vanel.

« J'ai aimé beaucoup votre article sur la pruderie. La pruderie est une chose à chasser avec ténacité, mais un petit peu de pudeur affirmée avec beaucoup de gentillesse, est une chose adorable. »

■ NAISSANCE D'UN CONFRERE INTEGRAL. Nous saluons ici avec plaisir la parution du N° 0 d'une nouvelle revue naturiste, dirigée par Nicole Saint-Clair : « Nudisme et Beauté ». Cette revue n'est pas dans le commerce, mais seulement diffusée par abonnement, à cause de la législation. Elle est remarquablement mise en page et comporte, avec de très belles photos de Nick, des textes d'une tranquillité sereine. Une telle revue, belle et d'un esprit non agressif, fait certainement honneur au naturisme français. Malheureusement le prix prévu, 800 fr. les 3 numéros, ne semble pas devoir en faire un organe de vulgarisation. Les naturistes et les clubs seront certainement, en temps voulu, tenus au courant de la parution du N° 1.



LES ELFES

I

*Couronnés de thym et de marjolaine,
Les Elfes joyeux dansent sur la plaine.*

*Ils l'entourent tous d'un essaim léger,
Qui dans l'air muet semble voltiger.*



III

*Couronnés de thym et de marjolaine,
Les Elfes joyeux dansent sur la plaine.*

*— Reste, chevalier. Je te donnerai
L'opale magique et l'anneau doré.*

II

*Couronnés de thym et de marjolaine,
Les Elfes joyeux dansent sur la plaine.*

*Permettez-moi passer, Elfes des prairies,
Et ne foulez en rond les mousses fleuries.*



IV

*Couronnés de thym et de marjolaine,
Les Elfes joyeux dansent sur la plaine.*

*— Ne m'arrête pas, fantôme odieux !
Je vais épouser ma belle aux doux yeux.*

LECONTE DE LISLE.



CAMPING

LES vacances sont pour l'homme moderne une absolue nécessité. Mais qu'elles soient une période de détente complète des nerfs et de l'esprit ! N'établissez pas trop de projets d'excursions, de visites, de randonnées, etc. Le temps ou les circonstances vous démontreront l'inutilité des plans minutieusement conçus.

POINT n'est besoin d'aller très loin. Mais ne vous fiez pas aveuglément aux dires des uns et des autres. Chacun ses goûts. A côté des sites que signalent tous les guides touristiques à l'aide de plusieurs étoiles (et qu'il ne faut certes pas systématiquement méconnaître), vous trouverez, à l'écart des grandes routes, des lieux charmants qui, s'ils ne méritent pas un tel abandon de la part des estivants, semblent du moins faits pour la plus grande joie des fervents de la nature.

SOYEZ bien équipé, mais n'emportez que l'indispensable. C'est l'expérience qui vous apprendra ce qu'il faut éliminer au retour de chaque nouveau camp.

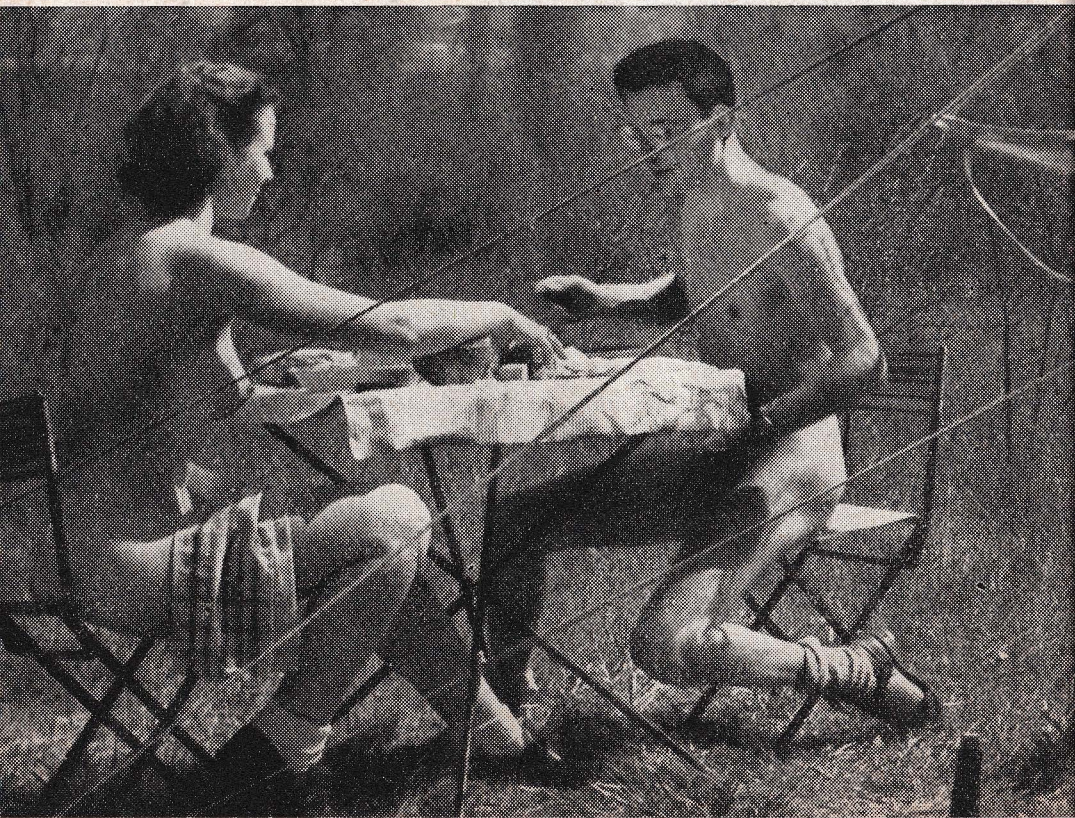
Le moins possible d'objets — les plus légers.

Moins vous emporterez, moins il y aura de désordre dans votre tente. Et cela aussi est appréciable.

L'INDISPENSABLE ? LA TENTE, bien entendu. Bivouaquer, c'est autre chose ! LE SAC DE COUCHAGE en duvet. LES TRAININGS pour les soirées fraîches. PULLS, en montagne ou fin de saison. Pour les jours de pluie : ANORAK à cagoule tenante, s'ouvrant entièrement devant par fermeture automatique.

DEUX articles pour lesquels il ne faut pas lésiner sur le prix : la tente et le duvet

TENTE : de fabrication solide et soignée, en tissu de qualité (léger, tissage très serré),



de forme dite « canadienne » ou monomât (genre « Itisa »). Cette dernière, résistant mieux au vent, plus légère, est mieux indiquée pour deux ou trois campeurs-randonneurs, pédestres ou cyclos. TAPIS DE SOL cousu en cuvette (min. 10 cm.). DOUBLE TOIT très débordant, allant même jusqu'au sol, surtout pour la canadienne. A quelque 500 grammes près, faire passer le CONFORT (dimensions, mâts en V) avant le poids.

SAC DE COUCHAGE chargé à 700 grammes de DUVET VIF (le duvet mort ne gonfle pas et n'est pas chaud) en tissu très serré ne laissant pas passer le duvet. Forme enveloppant les épaules, fermeture CENTRALE.

LE MATELAS PNEUMATIQUE est utile, non indispensable. Il demande beaucoup de soin, est assez lourd, long à gonfler ou à ranger et froid. Il existe des modèles courts (matelas de reins) plus légers. Mais le sol n'est jamais aussi dur qu'on le croit — à moins de camper sur le roc. L'essentiel est d'être bien isolé. Pour moi, j'ai adopté la simple peau de mouton. C'est plus léger qu'un matelas, aussi peu volumineux roulé, chaud et moelleux, et... agréable sur les épaules, le soir, aux veillées de camp.

AUTREFOIS, le SAC A DOS n'avait pas d'armature. FAIRE SON SAC était un art. Le « vieux » campeur, le vieux routier, se reconnaissaient au sac bien fait, équilibré, sans trop d'arrimage extérieur. Maintenant, il est assez difficile de trouver un bon sac solide et de dimensions suffisantes, sans armature. Probablement ferez-vous comme tout le monde et aurez-vous un sac à armature. Préférez alors l'armature carrée ou en trapèze, de base assez large pour ne pas blesser les hanches. Mais ce que c'est... bête, un sac vide ! et embarrassant. Et un bien mauvais oreiller. Un compromis : l'armature souple en lames d'acier noyées dans la toile du sac. Les poches extérieures sont pratiques si assez grandes. Il se fait un sac dit à « bloc-poches » (cinq poches sous un unique rabat circulaire) qui est parfait à ce point de vue.

JE n'ai pas parlé du RECHAUD ? Que voulez-vous, je n'ai jamais pu m'habituer au ronflement de cet engin capricieux et inquiétant. Et j'aime tant l'odeur du feu de bois dans la fraîcheur du petit matin ou l'air tiède et parfumé du soir !...

— Mais les fonds de casseroles tout noirs ?... Et quand il pleut, qu'il n'y a pas de bois, que tout feu est interdit, que l'on arrive tard à l'étape, et las, que...

— Hé oui ! — bien sûr — je n'ai rien à répondre à cela...

Henri J. ADAM.

NOUVELLES

DES

Clubs

GROUPE « PLATON »

(Camping — Culturisme — Naturisme — Mondialisme)
Placé sous le patronage officiel du Mouvement culturiste international et de son président Marcel Rouef, du Mouvement académiste et de son président Pierre Marchesseau, des revues culturistes « Apollon-Vénus » et « Académios » et affilié à la Fédération française de naturisme, le Groupe « Platon » est le premier mouvement de plein air associant les doctrines culturistes et naturistes.

CULTURISME. — Application des méthodes modernes de culture physique, scientifique et analytique, confiée à l'Institut culturiste de Paris. Travail individuel après tests morpho-psychologiques. Ceci ne constitue évidemment pas une obligation. Les culturistes de toutes méthodes peuvent faire partie du Groupe « Platon » et travailler dans la salle de leur choix.

NATURISME. — Séances en piscine gymnique toutes les semaines. Réductions importantes. Sorties au Domaine gymnique du Ménéillet deux fois par mois. Parc de 43 hectares avec piscine et terrains de jeux. Sorties tous les week-ends pour ceux qui le désireraient. Prix très intéressants.

CAMPING. — Sorties deux fois par mois, sous tente ou en auberge. Plein air, nature, tourisme, veillées, chants et jeux.

REUNIONS. — Tous les mercredis, 13 bis, rue Jean-Dolent (métro Denfert-Rochereau ou Clacière), de 21 à 23 heures. Ordre du jour et discussions culturelles.

BULLETIN. — « L'ajiste culturiste » paraissant tous les deux mois.

COTISATION annuelle : AJ 250 fr. Cotisation mensuelle de groupe : 50 fr.

PROVINCE ET ETRANGER. — Sections en formation à :

Marseille : M. R. Perronneaud, 55, r. Cavaignac.
Alençon : M. Clément, 28, r. du Bercaill (Orne).
Clermont-Ferrand : M. R. Genest, 28, r. des Deux-Marchés.

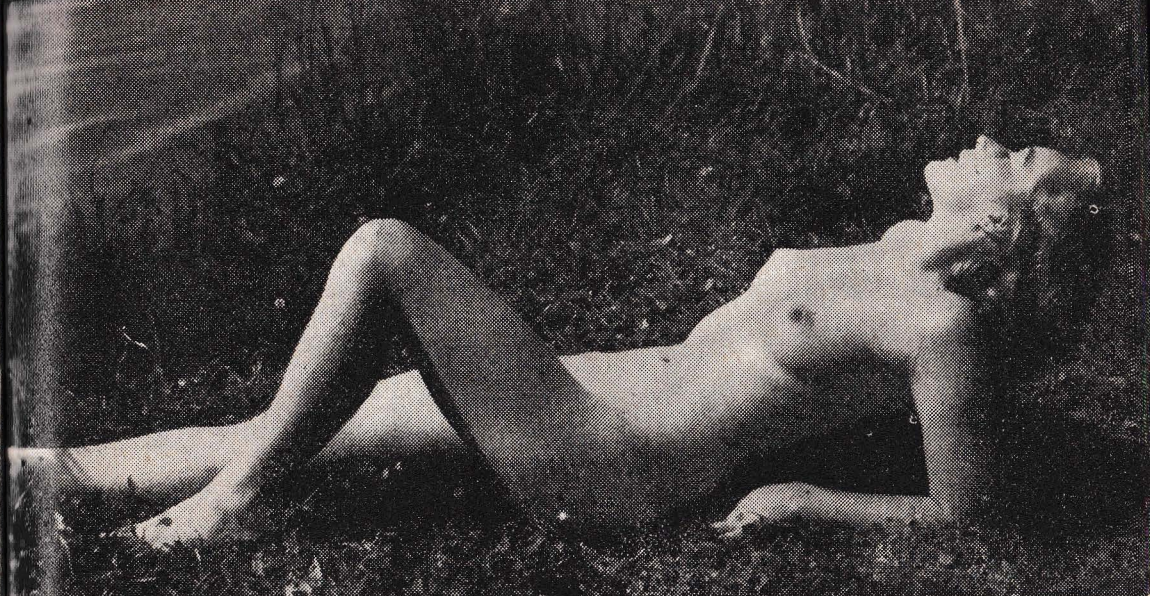
Cotisation 1951 : 120 fr. (carte, licence naturiste, service du bulletin).

Sympathisants, créez une section dans votre ville ! Renseignements sur demande.

RENSEIGNEMENTS ET ADHESIONS. — Ecrire à M. Fabien Causse, 16, rue Dumont-d'Urville, Paris-16^e, fondateur-responsable du Groupe « Platon », en joignant un timbre-réponse. C.C.P. 7939-81 Paris.

CLUB GYMNIQUE DE L'OUEST

Le Club gymnique de l'Ouest, siège Café La Provence, rue de l'Echelle, Nantes (Loire-Inf.), recherche terrain. Le club est affilié à la F.F.N. Accepte dans ses rangs les naturistes de toutes tendances. Gymnité non obligatoire. Pour adhérer, écrire avec un timbre pour la réponse, soit au siège, soit au délégué F.F.N., Gabriel Finet, rue Maurice-Lagathu, Pont-Rousseau (Loire-Inf.). Les hommes seuls ne sont pas admis. Le bureau peut cependant examiner les cas particuliers.



CLUB DES TITANS

La merveilleuse aventure commencée, en août 1946, à l'Île du Levant continue et se développe dans l'enthousiasme et la joie.

Deux longues saisons à l'Île du Levant ont créé le Domaine gymnique du Ménéillet, à Bornel, le centre le plus vaste de France et certainement d'Europe, et qui, sans aucune installation luxueuse dans la belle et sauvage nature, deviendra l'organisation naturiste la plus complète qui soit.

Campeurs et non-campeurs trouvent tout ce qu'ils peuvent désirer pour pratiquer les activités de plein air : terrains de camping et de jeux répartis sur plus de 20 hectares de pelouses (la superficie du Jardin du Luxembourg, à Paris). Pièce d'eau convenant à tous les jeux nautiques en cours d'aménagement, avec une plage de sable et toutes les attractions.

Le Domaine du Ménéillet offre à tous, à une heure de Paris, la permanence des vacances. A vous d'en profiter et de venir grossir le nombre de ses usagers et d'y apporter votre joie de vivre libre et ardent au grand soleil.

Les groupes parisiens adhèrent au Club des Titans pour profiter du Domaine : la section naturiste du Camping Club international de France, l'Association « Sport et Nature » d'Aulnay-sous-Bois, les foyers ajistes de Versailles et du Groupe Platon. Chaque groupe garde son autonomie la plus complète tout en profitant du club et en y apportant sa collaboration. C'est vraiment la cité naturiste de Paris.

CONDITIONS NORMALES D'ADMISSION

depuis le 1^{er} juin

1^o Droit d'inscription : 1.000 fr. par personne au-dessus de 22 ans; 500 fr. par personne de 16 à 22 ans.
2^o Cotisation annuelle : 4.000 fr. célibataire; 6.000 fr. ménage, couple ou famille; 2.500 fr. junior de 16 à 22 ans.

Les enfants des membres sont exonérés de la cotisation.

La cotisation est valable pour l'année en cours.

CONDITIONS SPECIALES DE VACANCES

1^o Droit d'inscription : sans changement.
2^o Cotisation saisonnière :

1 semaine (7 jours consécutifs)	700 fr.
2 semaines (14 jours consécutifs)	1.400 fr.
3 » (21 » »)	2.075 fr.
4 » (28 » »)	2.600 fr.

Cette cotisation de vacances donne droit à un emplacement de tente sur le terrain de camping et à tous les jeux et manifestations du club pendant le séjour. La pension est facultative.

	Campeurs logés sous leur tente	Non-campeurs logés en dortoir
1 semaine ..	5.250 fr.	5.950 fr.
2 semaines ..	10.150 fr.	11.550 fr.
3 » ..	14.700 fr.	16.800 fr.
4 » ..	19.200 fr.	21.700 fr.

Inscriptions reçues dès maintenant. Places limitées.

PERMANENCE. — Aucune visite n'est admise au Domaine, toutes les inscriptions se font à notre permanence, 4, rue Garancière (siège de la F.F.N.), les jeudis, de 17 h. 30 à 20 h. 30.

Impitoyablement, nous refuserons l'entrée du Domaine à toute personne qui se présente inopinément, qui ne fait pas partie du club. Malgré toute notre sympathie aux membres d'autres clubs gymniques et aux porteurs de la vignette de la F.F.N., nous ne pouvons les recevoir sans admission préalable; les dérogations que nous avons faites à cette règle nous ont prouvé que les personnes autorisées jusqu'alors ne sont venues que par curiosité et pour passer gratuitement un après-midi à la campagne; nous ne sommes ni un jardin public, ni un zoo.

SALLE PARISIENNE DE CULTURE PHYSIQUE. — Notre salle de réunion et de culture physique sera fermée pendant la période d'été, nous reprendrons nos séances au début d'octobre.

VILLAGE DE TOILE DE L'ÎLE DU LEVANT. — Nous rappelons que le village de toile de l'Île du Levant est strictement réservé aux membres du club et que toute personne qui n'a pas l'intention de s'inscrire au club est priée de s'abstenir de nous demander des renseignements.

**ENFIN NOUS AVONS
DE NOUVEAUX DEPUTES ET...**

TOUT IRA MIEUX SI VOUS LISEZ

FOURIRE

La grande revue humoristique avec les
meilleurs dessinateurs

Le numéro : 60 fr.

En vente dans tous les kiosques,
bibliothèques de gare ou à défaut à
**FOURIRE, 11, rue du Colisée,
PARIS-8^e**

ET BIENTOT...

LE RIRE

CULTURISTES,

Demandez chaque mois

Muscles

le Magazine Vivant
de la force et de la santé
17, r. Haute, ANDRIMONT (Belgique)

Abonnements : 475 francs français
au C.C.P. Muscles 5200-49 Paris
NUMERO SPECIMEN SUR DEMANDE

ORGANISMES CENTRAUX

Fédération Française de Naturisme,
4, rue Garancière, Paris (6^e). Secrét.
gén. : A. Lécocq.
Société Internationale de Gymnosophie,
Manoir Jan, Château d'Aigremont (Seine-
et-Oise).

LEZERS IN NEDERLAND

Alle magazines en boeken in dit tijdschrift ge-
noemd zijn verkrijgbaar bij : PHOFIL, Amstel-
kade 42, Amsterdam-z. Toezending prijscourant
geheel gratis.

ALBUMS DE NUS

Des documents uniques. Présentation
luxueuse, chaque album contient près de
50 photographies (24x32 cm.) originales
tirées en héliogravure.

- Album N° 1 - André Steiner
» N° 2 - 15 photographes connus
parisiens
» N° 3 - Nus exotiques
» N° 4 - André de Diènes N° 1
» N° 5 - id. N° 2
» N° 6 - Serge Jacques et Dorvyne

PRIX PAR ALBUM :

FRANCE : Envoi franco contre remboursement
sous pli fermé et recommandé : Frs 625

ETRANGER : Envoi franco après réception d'un
mandat international de Frs 600, en imprimé
recommandé ; ou Frs 1.000, sous pli fermé
et recommandé ou contre envoi respectivement
de 20 ou 34 coupons de réponse internat.

**E. D. L. F., 25, rue Dailly
ST-CLOUD (S.-et-O.)**

Demandez son catalogue contre 1 timbre
de 20 fr., ou un coupon de réponse intern.

CAMPEURS-NATURISTES du C.I.F.

GRUPE DE PARIS :

Permanence suspendue du 15 juillet
au 15 septembre. Dernière réunion
mensuelle : JEUDI 5 JUILLET à
20 h. 45, au secrétariat de la F.F.N.,
4, rue GARANCIERE, 4 PARIS-6^e
(Métro : St-Sulpice, Odéon)

VACANCES :

Domaine du MENILLET, MONTALI-
VET, ILE DU LEVANT, ANGLETERRE.

GROUPES EN FORMATIONS :

COGNAC (Charente) VERNON (Eure)

MAGAZINES NATURISTES DU MONDE ENTIER

Catalogue donnant des informations
sur tous les magazines naturistes
étrangers, envoyé contre 2 coupons-
réponse internationaux.

International Publishing Co
« Solborg », Skanderborg,
Danemark

CAMPING CLUB ALGERIEN

Le Centre Hélio-Marin et le Camping Club Algérien
sont honorés actuellement par la visite de naturistes
étrangers venus de différentes régions.

L'Afrique est un pays qui attire et qui restera tou-
jours mystérieux.

Et puis son climat est sain et, contrairement à ce
que l'on suppose généralement, la moyenne de la tem-
pérature n'excède pas 32 degrés à l'ombre dans les
régions choisies par les organisations.

Il est bon de rappeler que nos centres accueillent
tous les isolés ou groupes, la place est illimitée.

Camps aménagés et surveillés. Droit de séjour, 500
fr.; chambrettes à 70 et 105 fr., popote populaire qui
permet de récupérer bien vite les frais du voyage.

Traversée à partir de 2.800 fr. Pour tous renseigne-
ments, écrire en joignant un coupon-réponse à M. Fo-
restier, Camp des Salines, à Dellys, département d'Al-
ger.

CLUB DE DEMAIN

Correspondance : 2, cité Aubry, Paris-20^e

Ce club réunit un groupe de personnes, jeunes en
général, militant dans divers mouvements et qui savent
avoir une attitude d'esprit favorable et même une ac-
tion efficace pour des mouvements autres que ceux
pour lesquels elles militent. Elles s'intéressent plus
particulièrement au service civil international, à l'éco-
nomie distributive, à l'espéranto, au naturisme, aux
idées de Krishnamurti, de Gandhi, d'Alexis Carrel, de
Bates, etc.

Le but du club est d'associer et de diffuser un cer-
tain nombre d'idées nouvelles et précises dans diffé-
rents domaines et de contribuer ainsi à édifier le
monde de demain.

Petites annonces gratuites

Ne pouvant momentanément augmenter le nombre de
pages de la revue, afin de ne pas augmenter le prix, nous
sommes obligés de réduire la place donnée aux petites
annonces. Celles étant GRATUITES, nos correspondants ne
nous en voudront sûrement pas et comprendront la néces-
sité où nous sommes de faire passer en priorité les
textes ayant trait à des projets de vacances et des
adhésions à des clubs. Le but de cette revue est, ne
l'oublions pas, de favoriser les clubs naturistes, cultu-
ristes et aïstes.

Nous ne pouvons plus, à partir du N° 15, domicilier
à la revue, cela nous créant trop de travail administratif.
Indiquer dans le texte de l'annonce le nom et l'adresse.
Aucune Poste Restante ni « boîte-aux-lettres » n'est ac-
ceptée de la part des annonceurs et nous conseillons à
ceux-ci de ne pas répondre à des correspondants s'y
domiciliant.

Les annonces qui ne passent pas sont considérées ipso
facto comme périmées.

VACANCES

Campeur naturiste cherche coéquipière pour va-
cances cyclo-randonnée juillet-août. Lecourtois,
3, rue du Manoir, Rueil-Malmaison (S.-et-O.).

Jeune ménage allemand désire corresp. en vue
prochaines vacances avec de jeunes ménages
pour organiser voyage. M. et Mme Niederhei-
ser, 102 Strobellee, Pirmasens (Allemagne).

Paris, j. h. 26 a., bonne sit., campeur, désire
faire conn. j. f. sérieuse, sincère naturiste,
pour vacances île du Levant, amitié sincère,
mar. poss. Ecrire seulement : V. Vitoff (per-
sonnelle), 22, av. de Tourville, Paris (7^e).

Hollandais, 30 a., 1 m. 90, cultivé, très sportif,
désire passer vacances dans un centre natu-
riste français, du 25 août au 9 septembre.
Faire propositions. G. Kuypers, Frederik Hen-
drikplantsoen 98 III, Amsterdam W. (Hollande).

Moniteur d'éducation phys., nat., 25 a., sur la
Côte d'Azur en juillet, dés. conn. j. f. cultivée,
nat., sérieuse. Robert Girbon, rue d'Aizpurdil,
Hendaye (B.-P.).



PARIS. J. h. 23 a., blond, 1 m. 79, cultivé, sportif, campeur, possédant moto, canoé, dés. conn. j. f. pour organiser vacances. Ecrire : Claude Dubreucq, 28, r. Sévigné, Paris (4^e).

PARIS. Ménage 34 ans avec enfants, militant campeur-naturiste, cherche autres campeurs-naturistes ayant auto pour week-ends dans camps, frais partagés, et vacances Montalivet env. 25 juillet - 20 août. N° 300.

VAR. Propriétaire naturiste domaine, recevrait juillet, août, septembre, octobre 2-3 personnes au pair contre entretien de l'intérieur et du domaine. N° 301.

Isolés campeurs et naturistes des deux sexes, il reste encore q.q. places en réduction dans notre av. on du 16 juillet pour visiter nos camps d'Algérie. Ecrire : C. C. A. B. P. 1 Dellys-Alger.

J. H. 26 a., cherche camarades pour sorties, camping et voyages. Jacques Priez, 4, rue des Wallons, Paris (13^e).

PARIS. Ingénieur Grande Ecole, 29 a., cultivé, naturiste, canoé, dés. rencontrer J. F. nat., cultivée, pour vacances Côte d'Azur, septembre, inscription club. N° 302.

CORRESPONDANTS

Isolé cherche correspondants tous pays en anglais, français, pour échange d'idées. Ivan Laurens, 1, rue Joseph-Moules, Tarbes (H.-P.).

Culturiste-naturiste de Lille, 21 a., désire corr. en allemand, anglais, français ou tchèque avec j. f. ou j. h. Philippe Roubaix, 102, rue Jean-Sans-Peur, B.P. 113, Lille.

Naturiste espagnol 25 a., correspondrait avec j. f. naturaliste française. F. Carratala, rue Ibiza 33, Madrid.

Belge 28 a., naturiste, cherche correspondante naturiste Paris ou Nord. Vandenhouste, 19, rue Jules-Franqui, Bruxelles I.

Belge naturiste sincère, cultivé, sportif, campeur, mais isolé, cherche correspondants 2 sexes sincères, sérieux. René Donckerwolke, radio-électricité, Zegelsem, par Nederbrakel, Flandre orientale, Belgique.

BORDEAUX. J. H. 27 a., correspondrait en français ou anglais avec J. H. ou J. F. région S.-O., Maroc ou Etranger, rencontre éventuelle vacances. Potier, 123, rue Pasteur, Cauderan (Gironde).

ADHESION A UN CLUB

PARIS. J. h., 31 a., 1 m. 83, espagnol, sportif, sérieux, cherche j. f. pour adhésion à un club nat. Costa, 47, r. des Marais, Paris (10^e).

LILLE. Etudiant, 23 a., brun, cherche j. f. en vue inscript. club. B. Treps, Maison G. Lyon, boul. Painlevé, Lille.

PARIS. Fonctionn. 24 a., 1 m. 70, matériel camping, ch. J. F., Enseignement de préférence, possédant kayak si possible pour w.-e. et adh. club. Ecrire : Jacques Piquemal, 15, r. Jeanne-d'Arc, Rosny-sous-Bois (Seine).

MARRAINES

Militaire 21 a., 1 m. 72, demande marraine naturiste même âge. Soldat Ortuno Julien, 27^e train P.H.R., quartier Gueydon, Alger.

Naturiste sincère, étudiant étranger sans amis, sans parents, rapatriable bientôt, 21 a., 1 m. 72, sentimental, dés. conn. j. f. vue amitié, mar. poss. A. de Saenger, S.P. 60.284, T.O.E.

DIVERS

Pour orner parc naturiste, recherchons couple de daims très jeunes ou bien de cerfs, ou femelle pleine ou avec son faon. Perrin, 47, rue Manin, Paris.

AVIS

Nous avisons les lecteurs, les abonnés et les librairies naturistes étrangères qui nous auraient écrit à l'adresse de La Guilde, croyant nous y atteindre, que nous n'y sommes plus domiciliés depuis le numéro 5.

Le courrier et les commandes, ainsi que les réclamations éventuelles CONCERNANT NOTRE REVUE, doivent être adressés EXCLUSIVEMENT à

NATURISME 51
5, rue Lamartine, Paris

NOTICE

We wish to inform our readers, subscribers and foreign naturist booksellers, who may have written to us at « La Guilde » trusting to find us there, that we have removed since number 5.

Letters, orders and possible complaints CONCERNING OUR REVIEW should be addressed EXCLUSIVELY to

NATURISME 51
5, rue Lamartine, Paris.

BEKANNTMACHUNG

Den Lesern, Abonnenten oder ausländischen Freikörperkultur-Buchhandlungen die uns (im Glauben, uns dadurch zu erreichen), an die Adresse « La Guilde » geschrieben, bringen wir zur Kenntniss, dass wir dort seit dem Heft 5 nicht mehr domizilliert sind.

Post, Bestellungen, sowie evtl. Beschwerde BEZUEGLICH UNSERE ZEITSCHRIFT sollen AUSSCHLIESSLICH an :
NATURISME 51
5, rue Lamartine, Paris
gesandt werden.

Dépôt légal : N° 3 - N.M.P.P. - 1-7-51
« NATURISME 51 »

Editions Hélios, 5, rue Lamartine, Paris
La Directrice-Gérante : Grunberg
Reproduction interdite pour tous pays

Imprimé en France

Société Nationale des Entreprises de Presse
IMPRIMERIE CHATEAUDUN
59-61, rue La Fayette, Paris-9^e



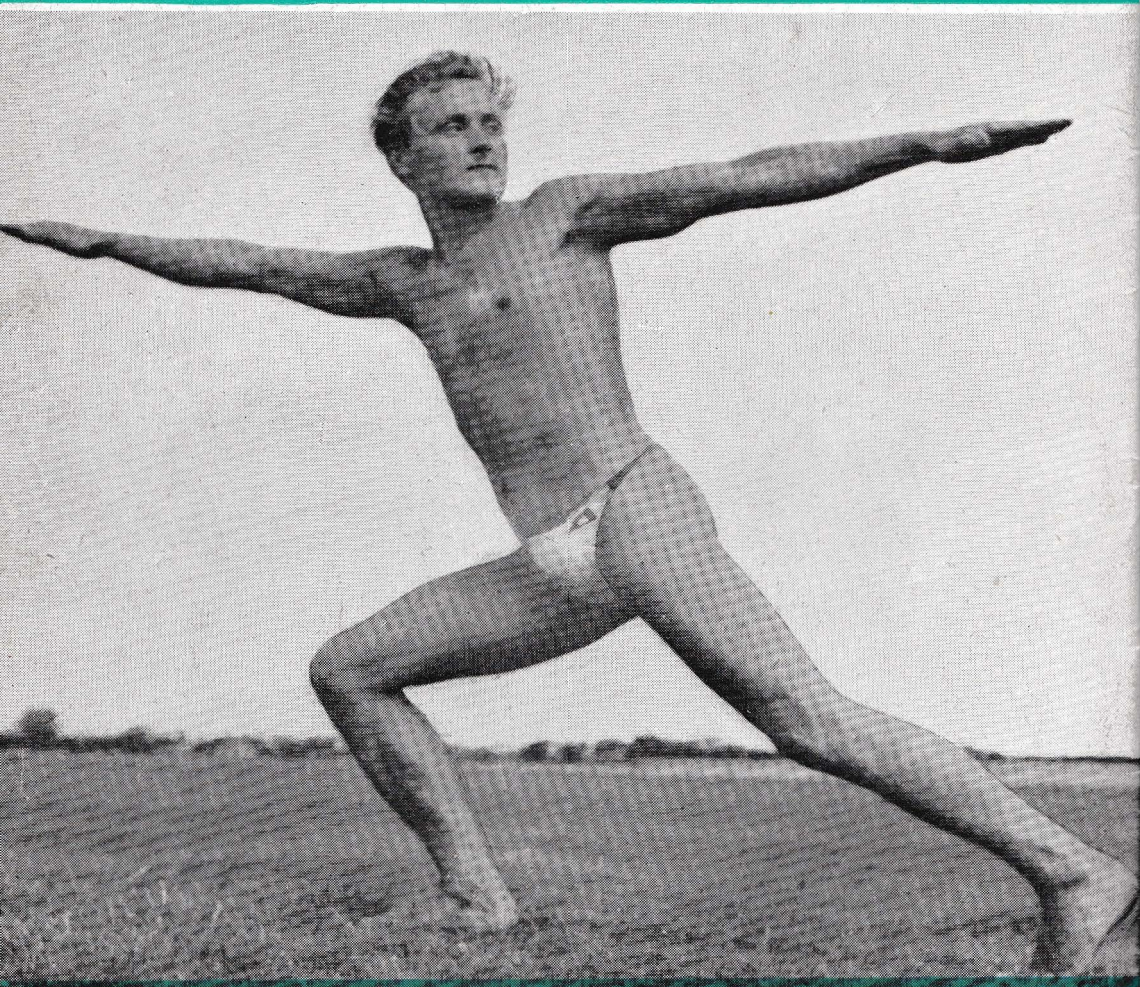
DOMAINE DU MENILLET (Club des TITANS) :

Réserve d'eau de la piscine...

Photo Culierrier.

Naturisme 51

Voyages - Camping - Culturisme



75 frs

Etranger : **100** frs

Voyages - Camping - Culturisme

N° **14**
mensuel