

Zeitschrift: Jeunesse et sport : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin
Herausgeber: École fédérale de gymnastique et de sport Macolin
Band: 33 (1976)
Heft: 2

Artikel: Il n'y a pas que le "Flop"
Autor: Gautschi, Arnold
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-997083>

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: 07.07.2025

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





4



5



6



10



11

Il n'y a pas que le «Flop»

Le Flop convient à nos filles. Chaque entraîneur qui s'occupe de jeunes féminines peut vous le confirmer. Il ne faut cependant pas dédaigner une autre forme, le rouleau ventral, qui permet aussi d'atteindre des hauteurs respectables. Par exemple, le record mondial actuel a été obtenu avec le rouleau ventral. — Notre photogramme nous en montre une excellente exécution de l'Autrichienne Ilona Gusenbauer. La phase d'enroulement horizontal autour de la barre est particulièrement spectaculaire.

Fig. 1 à 5: Ce sont les 2 derniers pas. A noter l'appel des 2 bras symétriques et le long dernier pas en position très fortement penchée en arrière. — Fig. 7 à 9: Remarquer la verticalité de l'extension de la jambe d'appel et le jeu de flexion-extension-flexion de la jambe d'élan. — Fig. 10: Le bras droit introduit la rotation du corps autour de la barre. — Fig. 17: Le sourire de satisfaction prouve la décontraction de l'exécution.

Photogramme: Toni Nett, RFA

Texte: Arnold Gautschi. Adaptation AM



15



16



17