Zeitschrift: Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport

Herausgeber: École fédérale de sport de Macolin

Band: 43 (1986)

Heft: 11

Buchbesprechung: Bibliographie et audiovisuel

Autor: Jeannotat, Yves / Huguenin, Françoise

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: 10.07.2025

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

BIBLIOGRAPHIE ET AUDIOVISUEL

Pour ma bibliothèque

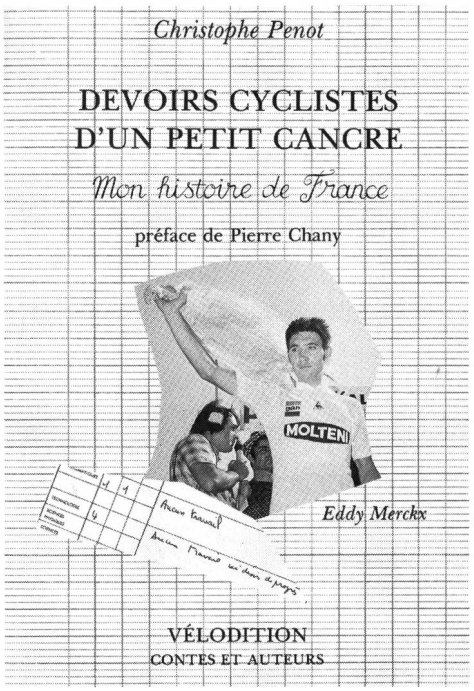
Yves Jeannotat et Eveline Nyffenegger
(Bibliographie établie avec le concours de la librairie Payot SA, Lausanne)

Les livres analysés à cette page ont été lus et trouvés suffisamment intéressants et utiles pour mériter d'être achetés.

Devoirs cyclistes d'un Petit Cancre

Christophe Penot
Vélodition – 1985
37, rue Françoise-du-Bailleul
53100 Mayenne (France)

En quatrième page de couverture du livre de Christophe Penot, on peut lire ce qui suit: «Si Saint-Exupéry nous revenait, Christophe le supplierait de lui dessiner un coureur. Puis il partirait retrouver les siens, lui qui, dès son plus jeune âge, n'existe que par et pour le vélo.» Lui-même, dans son prologue, en atteste sans y aller par quatre chemins: «Je n'ai jamais aimé l'école», écrit-il. «Ces grands murs, ces longs couloirs m'étouffaient, ces blouses grises m'asphyxiaient, ces bulletins m'assommaient. Des notes me condamnaient, des gestes me bâillonnaient: nul et bavard! Au fond de cette classe, le regard perdu, la pensée ailleurs, je rejoignais un autre monde, soulevé des confins de la rêverie. Je désertais, oubliais ces lieux morbides où régnaient des odeurs de Cosinus et de Logarithmes, des relents de conjonctions auxquels se subordonnaient quelques miasmes venus d'ères géologiques trop lointaines. (...) Un par un, les coureurs surgissaient: Robic, Coppi, Bobet, Anquetil, Poulidor, Merckx, Ocana, Maertens, Hinault. Par leurs exploits, leurs drames, leur vie, tous rendaient à l'élève son sourire. Son bonheur. Qu'un jour, il décida de confier. Pour réécrire le passé, à l'aide du cyclisme, sa passion. Et refaire l'Histoire de France. La sienne. Celle d'un Petit Cancre...»
Voilà l'explication d'un titre qui peut dérouter à première lecture, et du sous-titre: «Mon histoire de France.»
Ce livre, s'exclame Pierre Chany en conclusion de la préface qu'il y consacre, c'est «au bonheur d'écrire, et à cela s'ajoutera, chez les fervents du cyclisme, au bonheur de lire, ou de relire, sous le prisme d'un



regard original, les phases essentielles d'une Histoire qui méritait bien cet alerte coup de ripolin».
Christophe Penot va écrire quelque chose sur le cyclisme, tout spécialement pour les lecteurs de MACOLIN. Connaissant son livre, je sais qu'il nous prépare deux ou trois autres belles et bonnes pages.

Extrait du sommaire:

- Jean Robic, tel le Petit Poucet
- Fausto Coppi, tel Jules César
- Louison Bobet, tel Astérix
- Jacques Anquetil, tel Alexandre le Grand
- Raymond Poulidor, tel Saint-Louis
- Eddy Merckx, tel Napoléon Bonaparte
- Luis Ocana, tel Don Quichotte
- Freddy Maertens, tel Héraclès
- Bernard Hinault, tel Charles de Gaulle.

Prix approximatif: 33 fr.

Corps Accord, une approche du yoga

Catherine Rillet
Editions L.E.P. SA – 1986
7, rue Saint-Martin
1003 Lausanne

Catherine Rillet, professeur de yoga à Genève, possède une solide formation ainsi qu'une longue expérience d'enseignement dans le yoga (club international de Hatha yoga de l'ONU, cours à son domicile). Vous l'avez vue animer l'émission «Corps Accords» de la TV romande. Par son excellent «petit guide pratique» – d'approche facile, abondamment illustré – vous accéderez à une meilleure écoute de votre corps et de votre sensibilité grâce à la pratique régulière de certaines techniques ou postures de yoga basées sur la respiration, la concentration, la relaxation. Une cassette d'une durée de 90 minutes accompagne le livre. Portés par la voix agréable et stimulante de Catherine Rillet, vous n'aurez aucune peine à exécuter les exercices proposés:

Face A:
1. Etirement et redressement en position assise
2. A l'écoute de votre respiration
3. Une détente bienfaisante

Face B:
1. A l'écoute de votre dos
2. «Ashem-vohou»: une série dynamique
3. Une détente complète.

Prix approximatif: 25 fr.

Karaté-do

Roland Habersetzer
Editions Amphora – 1986
14, rue de l'Odéon
F-75006 Paris

Karaté-do! Tome 1: Principes et techniques de base; Tome 2: Techniques avancées et préparation à la ceinture noire, deux nouveaux volumes qui viennent compléter l'encyclopédie des arts martiaux, de Roland Habersetzer, que je ne présenterai plus aux lecteurs de MACOLIN. Un troisième tome paraîtra ultérieurement. Lorsque ce sera le cas, on pourra parcourir les trois stades classiques enseignés par la tradition japonaise: Shu (l'imitation extérieure des techniques), Ha (l'identification profonde avec la chose enseignée) et Li (la renaissance, l'éveil, la maîtrise).
Je sais à quel point cette pratique est appréciée. Des jeunes surtout, qui y trouvent plus le moyen de contrôler que d'épancher leur trop-plein d'énergie. Pour eux, ces livres sont des documents de référence et une source d'impulsions renouvelées. Inutile de dire que, dès que le troisième tome sera paru, nous en ferons part.

Prix approximatif: 35 et 38 fr. ■

Nouvelles acquisitions

Françoise Huguenin

Les livres de la bibliothèque de l'EFGS ne peuvent pas être achetés, mais empruntés gratuitement pendant 1 mois.

Sports d'hiver

par Labande François **77.730**

Ski de randonnée Ouest-Suisse
142 itinéraires de ski-alpinisme

Genève, Olizane, 1986, 343 p. fig. ill.

Dans cet ouvrage, l'auteur nous fait découvrir une foule d'itinéraires mal connus ou inédits, à côté des nombreuses classiques; il nous communique sa passion pour le ski de randonnée, nous entraîne dans le ski de couloir et de pente raide.
Un livre attendu par le public, spécialisé mais nombreux, des adeptes du ski-alpinisme, à une époque où, s'écartant des pistes balisées, fuyant les domaines mécanisés, les amoureux de la montagne hivernale cherchent de nouveaux itinéraires après avoir épuisé le répertoire des courses classiques.

par Lombard Jean-Pierre **77.731 q**

L'histoire du ski dans les Alpes-Maritimes de 1909 à 1939

Nice, Gilletta, 1985, 213 p. ill.

Ce livre est consacré à l'histoire détaillée et véridique de la naissance des sports d'hiver dans les Alpes-Maritimes et les débuts des manifestations organisées dans les stations sous l'égide de Monsieur de Cessole, Président de la Section des Alpes-Maritimes du Club Alpin Français et de ses collaborateurs.
L'auteur décrit d'abord le matériel, l'équipement et la technique du skieur. Puis il relate les premières manifestations à Peira-Cava, à Beuil et à La Colmiane. Enfin il raconte les péripéties accompagnant la création des engins de remontée mécanique.

Sciences sociales

par Parlebas Pierre **03.1770**

Eléments de sociologie du sport

Paris, Presses Universitaires de France, 1986, 278 p. fig.

Le noyau du livre est constitué par un fait d'une importance considérable, mais qui n'avait pas été repéré avant lui: les jeux et les sports qui font l'objet de toute l'attention des media, ceux qui apparaissent comme les plus importants dans les compétitions nationales et internationales, ceux dont la pratique est imposée aux enfants des écoles, ces jeux et ces sports ne sont pas ceux auxquels s'adressent les préférences spontanées des individus. Pierre Parlebas le montre, très simplement, en mettant en regard les inscriptions dans les fédérations sportives avec la hiérarchie des sports au niveau olympique et de façon plus générale avec la hiérarchie des sports protégés par les institutions. Ainsi, les disciplines dites «reines» des JO, athlétisme, natation et de plus en plus gymnastique, ne suscitent globalement, si l'on suit son analyse, qu'un intérêt relativement modéré chez les sportifs. Les spécialités portées au pinacle par les institutions ne sont pas toujours les plus prisées des pratiquants.

Psychologie

par Abrezol Raymond **01.778**

Sophrologie et sports

Paris, Chiron sports, 1985, 231 p. fig. ill. tab.

Au sommaire:

La sophro-pédagogie sportive.
Préparation à la vie – Prophylaxie des maladies fonctionnelles.
Amélioration du pouvoir de concentration pendant les compétitions.
Stimulation de la mémoire et de l'imagination.
La pensée positive.
Contrôle de la peur et du trac.
Augmentation de l'énergie physique.
Augmentation de la motivation.
Suppression partielle des complexes.
Amélioration de la connaissance de soi – meilleure compréhension des autres.
Lutte contre la lassitude de la compétition.
Maintien du moral même en cas de défaite.
Contrôle de la douleur.
Résoudre les problèmes personnels.
Techniques nouvelles complémentaires.
Alimentation du sportif.
Témoignages.

Généralités

par Fournier Pierre **70.2079**

Le triathlon

Paris, Amphora, 1986, 111 p. fig. tab.

L'analyse de ce livre figure dans MACOLIN 7/1986.

par Carmagnini Mila, Cianti Jean **76.408**

Le body building au féminin
Cours complet de culturisme

Paris, De Vecchi, 1985, 154 p. ill.

Cet ouvrage est divisé en 13 chapitres traitant les thèmes suivants:

1. Introduction, force et beauté, flux et reflux, sport et beauté, le body building aujourd'hui, la nouvelle féminité, naturel, non?, le body building au féminin, une réponse à des besoins nouveaux, le Zen de l'Occident, une mise en beauté biologique
2. La naissance du body building au féminin
3. Les deux faces d'une même médaille, quatre archétypes féminins, l'approche globale, une autre manière de vivre: le body building
4. La femme et le sport
5. Mythes et préjugés à propos du body building féminin
6. Les types morphologiques
7. Concentration, le but à atteindre, il n'y a pas de limites d'âge, l'entraînement, exercices de base, exercices complémentaires, répétitions...
8. Quelques suggestions, notre programme, échauffement, refroidissement, exercices
9. Phase d'entraînement préparatoire, exercices
10. Les points faibles
11. Activité aérobique
12. L'alimentation
13. Les principes diététiques. ■

Sport dans les écoles professionnelles

Le cours suivant aura lieu en février 1987:

«Randonnée à skis dans le Jura»

Objectifs:
- Vivre l'expérience d'une randonnée à skis de fond dans le Jura, afin de pouvoir appliquer soi-même par après cette formule nouvelle de camp avec un groupe d'apprentis.
- Approfondir l'emploi des moyens d'orientation (carte, boussole, altimètre) et établir des plans de marche pour randonneurs à skis.
- Echanger des expériences avec des collègues de travail.

Dates:
Dimanche 8 février au samedi 14 février 1987

Début:
Dimanche après-midi à Liestal (Bâle-Campagne): préparatifs

Fin:
Samedi après-midi au Pont (Vallée de Joux)

Direction:
Ecole fédérale de gymnastique et de sport

Langue:
Français et allemand

Remarques:
- Ce cours s'adresse aux maîtres d'éducation physique et de sport des écoles professionnelles ou aux enseignants de ces mêmes écoles désireux d'organiser un tel camp.
- La participation présuppose une bonne technique de ski de fond et une condition physique suffisante.

Inscription:
- Jusqu'au 15 janvier 1987 dernier délai.
- Participation limitée: les 15 premières inscriptions seront retenues.
- Inscription au moyen de la formule officielle des écoles professionnelles, par l'intermédiaire du service cantonal de formation professionnelle.