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

Herausgeber: École fédérale de sport de Macolin

Band: 49 (1992)

Heft: 1

Buchbesprechung: Bibliographie et audiovisuel

Autor: Jeannotat, Yves / Nyffenegger, Eveline / 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: 02.07.2025

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

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.

Une revue pour la FIG

Installée depuis peu à Moutier, la Fédération internationale de gymnastique (FIG) vient de se donner une nouvelle revue intitulée «World of Gymnastics». Les langues anglaise, française et allemande y alternent harmonieusement pour informer et expliquer.

Pour s'abonner, écrire ou téléphoner au Secrétariat général de la FIG, rue des Œuches 10, case postale 333, CH - 2740 Moutier. Tél. 032 93 66 66.

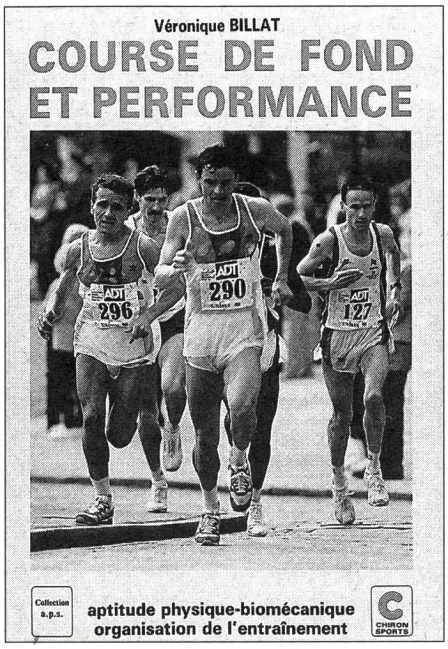
Course de fond et performance

Véronique Billat
Editions Chiron – 1991
40, rue de Seine
F - 75006 Paris

Maître de conférence dans l'unité de formation et de recherche en sciences et techniques des activités physiques et sportives de l'Université Joseph Fourier de Grenoble, Véronique Billat a elle-même pratiqué la course à pied avec ferveur et succès: internationale universitaire de cross-country, bonne marathonienne, excellente spécialiste de la montagne puisqu'elle a remporté Sierre-Zinal, la plus prestigieuse de toutes, en 1982, dans le temps de 3 h 19'44" pour 31 kilomètres avec 2000 mètres de dénivellation.

En écrivant «Course de fond et performance» et en donnant pour sous-titre à cet ouvrage «Aptitude physique et biomécanique – Organisation de l'entraînement», elle a mis son expérience pratique et ses connaissances théoriques au service des «pratiquants» désireux d'améliorer leur niveau en tirant parti au mieux aussi bien de leurs conditions de vie (contraintes, d'emploi du temps par exemple) que des exigences énergétiques de la course.

Dans la préface qu'il consacre à cette brillante étude, le Dr Péres, chef du Service de physiologie du sport au Groupe hospitalier Pitié - Salpêtrière, écrit: «Les



courses de fond, en athlétisme, relèvent des sciences exactes: les distances à parcourir sont très précises, au mètre près, et les temps sont chronométrés à la seconde au moins. L'entraînement sportif s'est rationalisé, mais il restera toujours un art, conjonction du savoir-faire et de la science. Le mérite de Véronique Billat est d'avoir su associer, justement, bases scientifiques vérifiées et données de terrain avec son expérience propre, et cela pour présenter des applications pratiques et proposer des cas concrets.»

De fait, tout au long de 275 pages de texte, Véronique Billat tire un lien constant entre données scientifiques et expérience personnelle. Celles et ceux qui, pour des motifs qui les concernent, désirent s'entraîner non pas seulement pour se maintenir en bonne forme, mais pour progresser, trouveront dans ce document un instrument qui les aidera à organiser leur activité en choisissant au mieux leurs objectifs en rapport avec leurs aptitudes d'une part, leur vie sociale, familiale et professionnelle d'autre part. Un livre à acheter, à lire, puis à consulter!

Prix approximatif: 54 fr.

Guide pratique d'éveil et de relaxation - Kiaï

Albert Léon Meyer
Le Courrier du Livre – 1991
21, rue de Seine
F - 75006 Paris

Voici un livre complémentaire à bien des aspects du numéro de MACOLIN que le lecteur tient dans ses mains.

«Est-il possible d'obtenir, à l'aide d'exercices simples, une maîtrise suffisante de notre corps et, conjointement, de notre existence?» Après avoir répondu par l'affirmative, l'auteur expose la méthode qu'il a mise au point, au cours de nombreuses années de pratique et d'enseignement, pour y parvenir. A la base de son expérience: la création, vers le début des années cinquante, de son propre dojo et, peu après, son initiation au hatha-yoga sous la direction d'un maître hindou.

Son livre contient donc le fruit d'une longue quête poursuivie à travers des techniques proposées tant en Occident qu'en Orient. Il offre une méthode de travail originale favorisant la respiration, l'assouplissement et l'éveil.

A l'aide de quelques exercices quotidiens, il est possible, selon lui, d'acquérir une maîtrise totale de son corps:

- Du cœur au ventre, ou l'énergie vitale redécouverte;
- La respiration, élément essentiel de la vie;
- Les pratiques «aléom», qui conduisent à découvrir toute l'importance du corps dans la vie quotidienne.

Des arts martiaux au yoga, Albert Léon Meyer trace une voie royale.

Prix approximatif: 28 fr. ■

Journées romandes d'études ASA 1992

L'Association suisse d'aide aux handicapés mentaux (ASA) et l'Association pour la recherche et l'information en matière de handicap (ARIH) organiseront, *du 12 au 13 novembre 1992 à Genève,* leurs traditionnelles «Journées romandes d'étude», avec pour thème, cette année, «qualité de vie et handicap». Tous les renseignements utiles sont fournis par le *Secrétariat romand de l'ASA,* 13, rue des Remparts, 1950 Sion. Tél. 027 22 67 55.

Nouvelles acquisitions

Françoise Huguenin

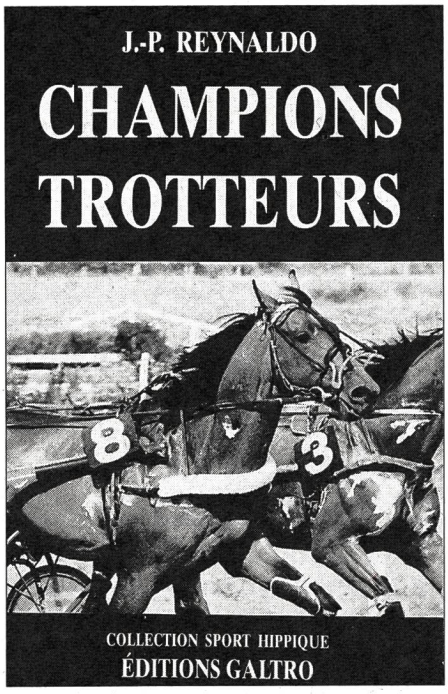
Les livres de la bibliothèque de l'EFSM ne peuvent pas être achetés, mais empruntés gratuitement pendant 1 mois.

Généralités

par Reynaldo Jean-Pierre **79.287**

Champions trotteurs

Epinay sur Seine, Galtro, 1991, 222 p., fig., ill.
Collection sport hippique



«Champions trotteurs» est une compilation de la vie de quelques-uns des soixante-douze meilleurs chevaux nés depuis 1970. Pour chaque génération, l'auteur a choisi les quatre figures les plus représentatives en tenant compte de la qualité et de la longueur de leur carrière. Chacune de ces soixante-douze vedettes du trot est présentée suivant le même schéma: pedigree et carrière de courses du sujet; carrière de courses et production des parents, voire des grands-parents.

Cet ouvrage comblera tous les amoureux du trot, qu'ils soient éleveurs, propriétaires, professionnels ou tout simplement fans de ce sport. C'est un livre très complet, résumant, en un peu plus de deux cents pages, vingt ans d'élevage, de compétition et de passion.

Médecine

par Danowski R.G., Chanussot J.-C. **06.2040**

Traumatologie du sport

Paris, Masson, 1991, 328 p., fig., lit., tab.

La traumatologie du sport regroupe toutes les affections induites par la pratique sportive, qu'elles soient traumatiques après un accident unique (entorse...) ou d'origine microtraumatique, à la suite d'efforts ou de contraintes inhabituelles (tendinite...). Cet ouvrage décrit de façon systématique pour chacune des pathologies classée par région, les principaux signes fonctionnels, les différents éléments de l'examen clinique en insistant sur la recherche des tests et les examens complémentaires. Les indications et les moments d'utilisation des procédés thérapeutiques sont rappelés avec beaucoup de précision.

Présenté comme un atlas, avec des schémas clairs et précis, cet abrégé permet une appréhension rapide et pratique des démarches diagnostiques et des stratégies thérapeutiques à mettre en œuvre auprès du sportif blessé. Il s'adresse essentiellement aux médecins et kinésithérapeutes de terrain. Tous les spécialistes de l'appareil locomoteur, rhumatologues, médecins de rééducation, chirurgiens... le consulteront avec profit.

TENNIS+SQUASH SION

Réservez dès maintenant pour 1992

Camps polysportifs pour écoles et associations sportives

Sion: vous découvrirez notre centre sportif dans le site romantique du petit lac de Sion dans une région de vacances du Valais.

Installations:

- 4 courts de tennis intérieurs
- 4 courts de tennis extérieurs
- 2 courts de squash
- 4 courts de badminton
- 1 minigolf
- possibilité de se baigner
- sports nautiques
- terrain de football
- endroit idéal pour le jogging

Possibilité d'hébergement:

- Camping (au bord du lac)

Pour de plus amples renseignements veuillez vous adresser à:

Olivier Mabillard
Centre de Tennis + Squash CIS
Les Iles
1950 Sion, tél. 027 36 19 29

par Richalet Jean-Paul, Rathat Christian **06.2039**

Pathologie et altitude

Paris, Masson, 1991, 213 p., fig., ill., lit., tab.

L'analyse de ce livre figure dans MACOLIN 3/1991.

Gymnastique

par Sala J.J. **72.1180**

Gym pour tous. Programme d'exercices simples pour retrouver et conserver forme, robustesse, santé et souplesse

Paris, De Vecchi, 1991, 132 p., ill.

La majorité d'entre nous, trop sédentaire, s'essouffle, se fatigue dès que l'on demande à notre corps un petit effort musculaire.

Grâce à cet ouvrage abondamment illustré, retrouvez une forme depuis trop longtemps oubliée et développez votre tonus musculaire, améliorez votre force et votre souplesse tout en restant parfaitement décontracté. Les exercices proposés sont simples à réaliser et pour mieux vous aider à vous organiser, vous trouverez en fin d'ouvrage un calendrier (sur 24 semaines) qui vous permettra de vous exercer chaque jour tout en améliorant votre condition physique.

Sports de combat

par le Ministère de l'Education Nationale de la Jeunesse et des Sports **76.513-11 q**

L'éducation physique et sportive à l'école. Les sports de combat. Les jeux d'opposition à l'école élémentaire.

Lutte, judo, boxe française, escrime. Essai de réponses.

Paris, Revue E.P.S., 1990, 88 p., fig., ill., tab.

Le présent fascicule a été conçu et réalisé pour aider l'instituteur et tous ceux qui interviennent sous sa responsabilité.

Au sommaire:

Présentation
La démarche
L'évaluation
Contenu
- Les références culturelles
  - La lutte
  - Le judo
  - La boxe française
  - L'escrime
- Les contenus d'enseignement
  - Les jeux d'opposition
  - La lutte
  - Le judo
  - La boxe française
  - L'escrime ■