

Zeitschrift:	Jeunesse forte, peuple libre : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin
Herausgeber:	École fédérale de gymnastique et de sport Macolin
Band:	21 (1964)
Heft:	12
Register:	Table des matières de 1964

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: 06.02.2026

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

Table des matières de 1964

1. Généralités — Ethique sportive

L'actualité de Pierre de Coubertin	R. Maheu	1
Celui que les dieux chérissent	Dr J. Isberg	14
La différence	Dr R. Bannister	16
Prière du jeune sportif	W. Wehrle	17
L'appel du stade	R. Courtin	25
Grandeur et servitude de l'athlète	Dr R. Bannister	37, 50
315 vies humaines, un match de football	C. Gilardi	66
Des relations entre le sport d'élite et l'école aux Etats-Unis	H. Altorfer	95
Pierre de Coubertin et l'« épope olympique »	M. T. Eyquem	101
Un aspect des Jeux de la XVIIIe Olympiade	V. Rigassi	102
Portée morale du sport	M. Herzog	105
Libre opinion	R. Boisset	146
Jeunesse et loisirs	N. Tamini	149

2. Hygiène — Médecine sportive

A propos du massage sportif	Dr R. Copin	11
Notre lutte contre le tabac		11, 31
Aspect médical de la préparation à la compétition	Prof. E. Grandjean	41, 52, 64
Biologie appliquée à l'éducation physique et au sport	Dr E. Jokl	45
La médecine sportive moderne et la technique	Prof. G. Schönholzer	104
La France entreprend sérieusement la lutte contre le doping	V. Rigassi	125
De tout un peu	A. Metzener/N. Tamini	138

3. Technique — méthode — enseignement

Musculation — Principes généraux	R. Thomas	5
Les ressorts de déclenchement du virage à ski	M. Kopp	8
Circuit-training pour chacun	W. Wehrle	16
L'entraînement isométrique dans sa forme naturelle	A. Scheurer	27
Remarques relatives au tableau d'entraînement pour le saut en longueur	J. Studer	43
Science et technique du plongeon artistique	Prof. D.-J. Gerritsen	54, 61
XXIe cross vaudois à l'aveuglette	A. Metzener	58
Méthodes d'entraînement actuelles et natation moderne	H. Brinkmann	59, 66, 74
Course d'orientation — Entrainement des candidats à l'équipe suisse pour les championnats d'Europe	A. Metzener	70
Le rouleau ventral	J. Studer	77
Le « test de condition physique de Macolin »	A. Rüegsegger	86
8me championnat neuchâtelois de course d'orientation	A. Metzener	97
Le lancer du javelot	T. Nett/A. Metzener	106
Familiarisez-vous avec la course d'orientation	A. Metzener	108
Course : étude de style	E. Nett	120
20me course neuchâteloise d'orientation	A. Metzener	126
Technique du ski dans l'enseignement et en compétition	U. Weber/H. Schweingruber	129
5me course jurassienne d'orientation	A. Metzener	135
Le saut à skis	F. Perret	136
La cheville du ski	M. Kopp	142
Gymnastique scolaire et appréciation des performances	H. Kupferschmid	143
Sa Majesté le coach	H. Altorfer	144
L'entraînement d'hiver est devenu « mise en condition »	R. Mollet	148
Entraînement hivernal du décathlète	W. Duttweiler	152

4. Enseignement postscolaire de la gymnastique et des sports

Visite à Ovronnaz	G. Witschi	13
EPGS 1963 dans le canton de Berne et dans le Jura bernois	A. Paroz	18
La nouvelle affiche de propagande		34
Modifications des prescriptions d'exécution		34
L'EPGS uranaise et la course de 1000 m	H. Bachmann	39
Cours fédéral de moniteurs d'excursions à skis	H. Lötscher	60
Alpinisme, examen à option	C. Wenger	80
Cours fédéral d'instruction alpine	R. Grimm	85
Cours à option: exercices dans le terrain	W. Weiss/H. Burgherr	91
Camp de natation et jeux à Tenero	Girod/Godat/Metzener	109
Un Romand à Tokyo !	A. Paroz	110
Les jeux sont faits !	C. Wenger	110
L'éducation physique à l'école cantonale de Porrentruy	R. Beuchat	114
Gymnastique et sport à l'école normale des instituteurs de Sion	P. Curdy	116
Gymnase du Belvédère, Lausanne	M. Stoessel	117
Le collège Saint-Michel, à Fribourg	A. Wuilloud	118
L'école normale fribourgeoise	A. Wuilloud	119
Le collège de Genève et l'éducation physique	A. Chappuis	122
Ecole normale, Neuchâtel	W. Mischler	124
Echos des cantons: Jura bernois, Genève		127
Matériel de ski	C. Wenger	138
Centre alpin à Arolla (VS)		150
Un camp au centre de Tenero		150
Echos des cantons: Fribourg		150

5. Matériel et constructions

L'ANEP s'élève contre l'interdiction de construire des installations de sport		18
Stage international pour la création et la construction d'installations d'éducation physique et de sport	A. Paroz	111

6. Leçons mensuelles

Circuit-training	W. Duttweiler	24
Musculation par haltères et chambres à air de bicyclette	W. Duttweiler	35
Jet du boulet / saut en longueur	H. Altorfer	48
Intervall-training / jet du poids	E. Meierhofer	72
Natation : gymnastique, brasse, crawl, concours	A. Metzener	82
Javelot / perfectionnement de la détente	E. Meierhofer	100
Intervall-training selon la méthode naturelle dite « jeu de course »	W. Duttweiler	112
Gymnastique au sol / saut en appui	C. Kolb	128
Exemples de leçons de ski pour la période de préparation	U. Weber	140

7. Divers

La « deuxième voie » ou le besoin d'évasion	J. Chevalier	7
Kaléidoscope helvétique		14, 20, 30
Heurs et malheurs des sociétés de gymnastique et de sport	Prof. G. Wurzbacher	19
Rapport sur l'examen de gymnastique au recrutement 1963	W. Räts	21
Le diable et les bulldogs	H. Altorfer	22
EXPO 1964		26
Au-delà de nos frontières		32
Du nouveau à la rédaction de JFPL	A. Paroz	41
Bibliographie		47, 98, 146
« Jeunesse forte — Peuple libre » est en de nouvelles mains	E. Hirt	49
Journées d'éclat à Lausanne	C. Gilliéron	68
A travers le monde		71
Dallas Long — 20 m 30 au poids !	C. Gilliéron	71
Echos		81
Au fil des étapes	G. Thibault	88
De tout un peu	C. Wenger/A. Metzener	90
Les beaux timbres Pro Juventute		139
Au seuil de 1965	E. Hirt	141
Un livre qui arrive à son heure	N. Tamini	147
Cours central de l'Association fédérale d'athlétisme léger	C. Gilliéron	151
IVme stage de l'ANEP pour les responsables de l'entraînement de condition physique des athlètes d'élite	C. Gilliéron	151
Le 5me symposium de Macolin	J. Chevalier	151