

<b>Zeitschrift:</b>	Jeunesse forte, peuple libre : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin
<b>Herausgeber:</b>	École fédérale de gymnastique et de sport Macolin
<b>Band:</b>	22 (1965)
<b>Heft:</b>	12
<b>Register:</b>	Table des matières 1965

#### 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:** 18.02.2026

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

# Table des matières 1965

## 1. Généralités — Ethique sportive

- L'avenir à la lumière du présent . . . . . E. Hirt  
 A l'exemple des Indiens ? . . . . . H. Altorfer  
 Réflexions sur le sport d'élite . . . . . C. Gilardi  
 La natation sportive et la jeunesse . . . Dr E. Gebhardt  
 Les jeunes dauphins . . . . . R. Mattmüller  
 Lettre à M\* (1727) . . . . . Voltaire  
 Une grande université américaine . . . H. Altorfer  
 L'éducation physique,  
     branche universitaire . . . . . H. Altorfer  
 Qu'est-ce que l'éducation permanente ? . J. Le Veugle  
 Le sport de haute compétition cause-t-il  
     du tort à la jeunesse ? . . . . .  
 Les jeunes et la montagne . . . . . H. Brunner  
 La course en altitude . . . . . N. Tamini  
 Conversation avec des « coaches » . . . H. Altorfer  
 Simple participation,  
     victoires ou abstention ? . . . . . M. Meier  
 Des héros et des obèses . . . . . H. Altorfer

## 2. Hygiène — Médecine sportive

- Toujours le tabac . . . . .  
 Mécanisme de l'accident de ski . . . . . Dr H.-J. Schweizer  
 Le doping . . . . . M. Clare  
 Cancer du poumon sur commande . . . Dr A. Ochsner  
 Neuf mythes sur la santé . . . . . R. Decker

## 3. Technique — méthode — enseignement

- L'entraînement de l'endurance  
     et de la résistance . . . . . Prof. O. Mysangyi  
 Remarques du physiologue . . . . . Prof. G. Schönholzer  
 Formes mixtes, isométriques et isotoniques de l'entraînement musculaire . Dr C. Schneiter  
 Le triple saut . . . . . J. Studer  
 Mon école de balades et de fond à skis . H. Ammann  
 Davantage de mouvement,  
     davantage d'activité physique . . . . . A. Metzener  
 Course d'orientation . . . . . A. Metzener  
 Introduction et parcours d'entraînement  
     avec ballon . . . . . H. Rüegsegger  
 Education sur le terrain de jeu . . . . . R. Lavergne  
 Volleyball . . . . .  
 Parcours d'entraînement avec engins . A. Scheurer  
 La course de vitesse . . . . . J. Studer  
 La course, exposé introductif au travail  
     pratique . . . . . A. Metzener  
 La course de relais . . . . . J.-C. Gilliéron  
 La mise en condition physique du nageur U. Weber  
 La formation des entraîneurs . . . . . R. Lavergne  
 Test de condition physique  
     pour coureurs d'orientation . . . . . A. Metzener  
 Quelques formes techniques  
     pour le handball . . . . . H. Lehmann  
 La condition physique et l'entraînement  
     en basketball . . . . . A. Appel  
 Tableau des farts . . . . .

La technique du ski de fond . . . . .	H. Brunner	141
La préparation physique du coureur de fond à skis . . . . .	A. Metzener	150
Ski, enseignement des disciplines de compétition . . . . .	U. Weber et H. Schweingruber	153

## 4. Enseignement postscolaire de la gymnastique et des sports

Excursions à skis . . . . .	C. Wenger	10, 21, 32
L'éducation physique des apprentis des administrations fédérales . . . . .	V. Rigassi	16
Examen à option ski . . . . .	G. Witschi	27
Enquête sur les centres d'intérêts et des loisirs des jeunes . . . . .		27
Le point de vue du participant . . . . .	R. Rapin	31
Cours fédéraux de moniteurs EPGS,		
introduction . . . . .	A. Metzener	45
L'alpinisme à l'EPGS . . . . .	G. Witschi	76
1 « New look » en alpinisme EPGS . . . . .	H. Bachmann	76
15 L'examen de gymnastique		
41, 53 du recrutement 1964 . . . . .	G. Witschi	92
55, 65 Un intéressant essai de l'EPGS		
69, 81 neuchâtelois . . . . .	V. Rigassi	92
75 L'éducation physique des jeunes		
78 Suissesses à l'ordre du jour . . . . .	V. Rigassi	92
89 La classe romande au cours fédéral de		
90 moniteur d'alpinisme n° 29 . . . . .	J.-C. Schnoerr	99
92 Conférence annuelle des responsables cantonaux EPGS . . . . .	J. Chevalier	106
97, 113 Nouvelles fribourgeoises . . . . .	Luy	106
101, 115 « Viens avec nous » . . . . .		125
104 Rencontre EPGS de Macolin . . . . .	A. Metzener	125
118 Voies nouvelles . . . . .	K. Wolf	137
135 Le ski de fond, branche à option de l'EPGS . . . . .	W. Rätz	138
Nouvelles genevoises . . . . .		167

## 5. Leçons mensuelles

19 Anneaux balançants / course d'obstacles	E. Meierhofer	28
93 Petits jeux . . . . .	W. Duttweiler	52
93 Transmission du témoin / grimper . . .	C. Kolb et	
168	W. Duttweiler	64
Saut en hauteur / traction de la corde .	E. Meierhofer	80
Natation, préparation au test I . . . . .	A. Metzener	95
Natation, préparation à l'examen EPGS		
de natation et au test II . . . . .	A. Metzener	111
3 Entraînement en forêt . . . . .	E. Meierhofer	124
4 Entraînement de condition		
pour skieurs alpins . . . . .	E. Meierhofer	136

## 6. Divers

Bibliographie . . . . .	5, 27, 94, 110, 117, 119	
Echos de Macolin . . . . .	16, 168	
25, 37, 50 Merci à Northwestern . . . . .	H. Altorfer	44
29 Semaine d'amitié « Autriche — Suisse » .	PB et RS	49
30 Publication du stage d'étude 1965/1967 .		49
40, 58 Otto Misangyi fête ses 70 ans . . . . .	A. M.	57
43 Paul Morand quitte l'EPGS . . . . .	J. Ch.	57
46 Colloque international de Vichy . . . . .	A. M.	57
La 1ère journée romande de marche . . .	R. Rapin	77
Succès du 22e cross vaudois		
60 à l'aveuglette . . . . .	R. Rapin	77
71 Des entraîneurs américains et		
83 australiens en Suisse . . . . .	A. M.	79
120 Bill Mills . . . . .	W. Miller	88
126 Willy Dürr a 70 ans . . . . .	E. Hirt	107
Jach Günthard à l'EFGS . . . . .		107
Année des Alpes et rallye pédestre		
130 en montagne . . . . .		108
Les 100 km de Biel . . . . .	E. M. Meyer	109
132 Une course d'orientation de 100 km . . .	F. Stückelberger †	128
140 De retour en Suisse . . . . .	H. Altorfer	167