

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

**Herausgeber:** École fédérale de sport de Macolin

**Band:** 46 (1989)

**Heft:** 4

**Buchbesprechung:** Bibliographie et audiovisuel

**Autor:** Jeannotat, Yves / Nyffenegger, Eveline / Müller-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:** 29.01.2026

**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.

### Le corps sensuel

Lucy Lidell  
Editions Robert Laffont – 1988  
31, rue Falguière  
F-75725 Paris

Le sportif est appelé à prendre un soin tout particulier de son corps, ce corps qu'il maltraite parfois pour en tirer un maximum. Pour garnir les rayons de votre bibliothèque, nous vous présentons, aujourd'hui, un livre particulier qui vous apprendra à redécouvrir votre corps, à l'habiter, à vivre en pleine conscience avec lui, à avoir la sensation d'épanouissement au moyen de toute une série de techniques. Ce guide complet vous propose, pour le travail en solo, le massage à faire soi-même (automassage), la respiration et le travail de la voix, l'assise, le sentir, la danse africaine, quelques postures de t'ai chi, l'eutonie, le Kum Nye (pour la sensation d'épanouissement) et la course à pied (le credo d'Yves Jeannotat).

Vous travaillerez en duo pour l'harmonisation des énergies par le Kokyu, la relation à autrui..., le massage sensuel. Il faut aborder ces techniques avec l'esprit qui convient et ne pas les considérer comme des exercices qui changeront automatiquement votre façon d'être. Il n'y a pas de séparation entre la pensée, les sensations, l'action.

Un glossaire, des thérapies corporelles, une bibliographie et l'index terminent ce livre dont le principal auteur est également coauteur de best-sellers internationaux tels que *Le Yoga* et *Le Massage* (dans la même collection, dirigée par Daniel Mermet).

Prix approximatif: 38 fr.

### Les «dossiers» des Editions Revue EPS

11, avenue du Tremblay  
F-75012 Paris

Les nombreuses parutions des Editions «Revue EPS» sont difficiles à obtenir en librairie, on le sait. Et pourtant,

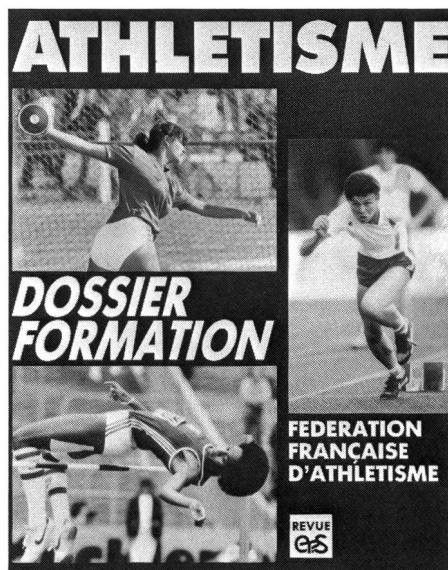
elles présentent toutes un intérêt de premier ordre pour les enseignants, que ce soit dans le domaine de l'éducation physique ou dans celui de Jeunesse + Sport. Elles ne demandent pas d'analyse détaillée, étant admis qu'elles ont toutes un contenu de premier plan, même s'il n'est pas d'égal valeur. Je présente donc, ci-après, les plus récentes, sorties de presse à la fin de l'année dernière ou au début de celle-ci. Les lectrices et lecteurs de MACOLIN qui désireraient se les procurer peuvent passer leur commande à l'adresse suivante:

MACOLIN – Revue de l'EFSM  
Rédaction française  
2532 Macolin

### Nous ferons suivre!

*Football*, par Joël Corbeau, paru dans la collection «De l'école aux... associations»: connaissance du football, pédagogie, initiation, entraînement; 167 pages illustrées.

*Athlétisme: «Dossier formation»* conçu par la FFA sur les lancers, les courses et les sauts; 56 pages illustrées.



*Basketball: «Dossier technique et pédagogique»* produit par le département des cadres de la FFB; 20 pages illustrées.

*Gymnastique: «Dossier technique et pédagogique»* produit par la FFG; 24 pages illustrées.

*Les activités corporelles d'expression à l'école maternelle et à l'école élémentaire*

Cet ouvrage, de 130 pages illustrées, comprend trois grands chapitres: Les enjeux; Pour faire vivre l'activité corporelle d'expression à l'école; Des exemples vécus de réalisation de projets. Beaucoup de nos lecteurs s'intéressent aux «petits»: c'est à eux que s'adresse cet «essai de réponses».

### Voile: nouvelles techniques pour gagner

Philippe Gouard  
Editions Chiron – 1989  
40, rue de Seine  
F-75006 Paris

A l'heure où la voile fait son entrée à Jeunesse + Sport, à l'heure où la compétition, la régate fait la une des journaux, il n'est pas intéressant de savoir comment s'y prennent les champions pour «gagner», à quelles exigences ils doivent se soumettre aussi.

On en saura plus sur ce sujet passionnant en lisant le livre *Voile: nouvelles techniques pour gagner*. Son auteur, Philippe Gouard, est responsable de la recherche à la Fédération française de voile. Il écrit: «J'avais promis qu'au retour des Jeux olympiques de Corée, le bilan des recherches menées depuis plus de 10 ans sur le «haut niveau», en voile, serait publié et qu'il n'y aurait plus aucun secret, ou presque...»

C'est chose faite! On ne gagne pas sans raisonnement et c'est précisément pour cela que j'ai décidé, dès 1978 déjà, de réduire la part d'aléa liée à ce sport en m'appuyant sur des mesures en situation afin d'en déduire une logique pour le coureur.»

Pour savourer le contenu de cet ouvrage, il faut certes avoir quelques connaissances de la voile déjà, mais il n'est pas besoin d'être un spécialiste absolu ni un scientifique. Il faut aimer l'eau, la mer, les bateaux!

Notons encore que *Voile: nouvelles techniques pour gagner* sera suivi, dans un avenir plus ou moins proche, de deux autres volumes: *Etudes de plans d'eau* et *Performances de bateaux*.

### Extrait du sommaire:

- Micro-météorologie
  - Les outils
  - Les brises thermiques
  - Le vent évolutif
- Etudes des plans d'eau
  - Le courant
  - Performances des bateaux
  - Performances des hommes
  - Trajectoires.
  - Bibliographie

Prix approximatif: 78 fr. ■

# Nouvelles acquisitions

Françoise Müller-Huguenin

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

## Sports aquatiques

par Cirotteau F. Benazet D., Lambolez B. **78.1060 q**

### Canoë-kayak

Paris, Arthaud, 1988, 158 p. fig. ill. lit.

Le canoë-kayak est à la fois un sport de compétition et de loisirs (200 000 personnes pratiquent les sports d'eaux vives sur plus de 20 000 kilomètres de rivières). Apprendre à naviguer en eau calme, comme en eaux vives; connaître la morphologie et les cotations des rivières; l'équipement à utiliser, les matériaux de construction, les pagaies, les accessoires... Pratiquer la randonnée, le tourisme sportif, la haute rivière, la course en ligne, le slalom, la descente de rivière, le kayak polo, le kayak de mer, le kayak de vagues ou wave-ski, la descente de cañon ou «canyoning», la nage en eaux vives, le rafting, des disciplines à mener en toute sécurité grâce aux conseils judicieux de François Cirotteau, Dominique Benazet et Bernard Lambolez. Pour les amateurs comme pour les professionnels, *Canoë-kayak* est un ouvrage pratique, technique et abondamment illustré.

par Lhote Gilles **78.1055 q**

### Hawaii, Guerriers des vagues

Paris, Filipacchi, 1988, 158 p. ill.

Sea, sun and fun. La mer, le soleil et la joie. Trois mots, saillants comme un triple acte de foi. Ils résument à eux seuls la grisante quête des dieux des vagues vers un mythique Graal marin. Ces chevaliers sans armure rivalisent de témérité. C'est l'impitoyable course-poursuite entre un athlète et sa planche de trois kilos lancés à l'assaut des murailles océaniques. C'est le défi aux lois de l'équilibre en un show magique dont Hawaii est le sanctuaire et où la légende dit que le dieu Mauï surfait les raz-de-marée. Ce livre-album vous entraîne dans le sillage des champions hors d'atteinte, qui conjuguent l'esthétique du sport-spectacle et l'éthique de la volonté. Avec eux, vous entendrez le sable trembler quand les vagues s'écrasent sur la plage. Et vous réverez à ces héros d'aujourd'hui et de demain, en espérant prendre leur relève.

par Bozec Christian le, Cazenave Sylvain

**78.1066 q**

### Hawaii – la vie rêvée de Mike Eskimo

Editions E.P.A., Paris, 1988, 127 p. ill.

Les îles Hawaii, petits morceaux de paradis plantés au beau milieu de l'océan Pacifique, sont devenues le symbole universel d'un nouvel art de vivre. Végétation tropicale, plages de sable blanc, lagons limpides, cocotiers bruisant sous l'alizé, mais aussi les plus grosses vagues du monde ainsi que les meilleurs surfeurs et funboarders de la planète. Ces îles attirent comme un aimant les félins du funboard tel Mike Eskimo. Voici son aventure exemplaire et spectaculaire dans l'archipel du fun.

par Bigorgne Pierre, Salles Raphaël, Biancotto Bernard **78.1061 q**

### Funboard: slalom, vagues, vitesse

Grenoble Cedex, Editions Glénat, 1988, 133 p. ill.

Ils ont fait de leur passion un métier. Ensemble, ils ont mis en commun leurs expériences et proposent aujourd'hui un ouvrage qui va satisfaire la curiosité de ceux qui veulent aller toujours plus vite sur leurs planches de funboard.

La mer et le funboard sont leur domaine; faire partager leur passion une nécessité. Conseiller les champions en herbe en leur livrant toutes les astuces pour bien régler leur matériel, progresser dans les transitions, les vagues, aller plus vite et dépasser sur des parcours de slalom ou de course racing est l'objectif de ce livre.

Une somme unique d'expérience et de savoir-faire.

## Sports d'hiver

### Calgary 88. Le livre officiel du Comité international olympique

**70.2301 q**

Derendingen, Habegger, 1988, 208 p. ill.

Ce livre est un témoignage ineffaçable de ces seize jours de sport, d'amitié et de paix.

#### Au sommaire:

Avant-propos – Calgary, modèle de l'olympisme moderne – Calgary, cité des jeux, cité du monde – Une cérémonie chaleureuse par un après-midi glacial – Portrait de groupe avec médaillés – Franck Picard ou le triomphe solitaire – Ski alpin – Ski nordique – Combiné nordique – Saut à skis – Biathlon – Patinage artistique – Patinage de vitesse – Bobsleigh – Luge - Hockey sur glace – Sports en démonstration – Les handicapés aux jeux – Nostalgie des adieux – Calgary en faits et en chiffres – Résultats.

par Maruzzi Jo, Causse J.F. **77.394 q**

### Le surf des neiges

Grenoble, Glénat, 1988, 143 p. fig. ill.

«La technique n'est qu'une étape vers la liberté»: telle est la devise des auteurs de ce livre qui se veut non élitiste. La méthode exposée, mise au point avec les plus grands champions actuels, éprouvée sur des milliers de stagiaires UCPA, est adaptée à la grande glisse sur la neige. Elle s'éloigne des techniques dérivées du surf aquatique ou du skateboard, qui ne suffisent plus. De l'initiation au haut niveau, tout est fait pour le plaisir et la liberté. Un travail remarquable qui laisse la part belle au rêve, souligné par des images, toutes réalisées spécialement pour la circonstance, dans la fantastique poudre du Mont-Blanc.

## Médecine

par Most Philippe, Wullaert Pierre

**06.1857**

### Dictionnaire de médecine du sport

Paris, Masson, 1987, 267 p.

Le lecteur y trouvera non seulement les définitions des termes employés couramment en médecine du sport, mais aussi des mises au point, des développements, des exemples, ainsi qu'une iconographie et des tableaux, permettant d'obtenir les réponses aux différents problèmes qui peuvent se poser lors de la pratique de la médecine du sport.

Les divers aspects de cette discipline médicale sont envisagés: réglementation, critères d'aptitude tant cardiaques que rachidiens et articulaires, données physiologiques, réactions à l'effort, contrôle médical de l'entraînement, diététique, psychologie du sport, pathologie cardiaque et articulaire, traumatologie, ophtalmologie, odonto-stomatologie, rééducation, thérapeutique.

## Cyclisme

par Delore Michel

**75.352**

### Le vélo du cyclotourisme au tout terrain.

«Techniques nouvelles»

Paris, Amphora, 1988, 136 p. ill.

Le vélo ne pouvait échapper à une (r)évolution technique et technologique qui, avec l'apparition des nouveaux matériaux, du «design» et de l'aérodynamique, embrasse d'autres secteurs du sport et du loisir. De plus, de nouvelles formes de pratique du vélo apparaissent: le bicross et le free-style mettent l'acrobatie à la portée d'un nombre croissant de jeunes, le V.T.T. (vélo tout terrain) avec ses différentes versions comme le «Mountain bike» ou le «City bike» ouvre aux cyclistes et cyclotouristes de nouveaux horizons, des itinéraires auparavant impossibles. Le cyclotourisme traditionnel et l'ensemble du cyclisme de loisir s'en trouvent confortés. C'est cette étonnante et récente métamorphose du vélo que veut vous faire partager Michel Delore dans son nouvel ouvrage, tout en contribuant à expliquer les multiples «secrets» à celles et à ceux qui le découvrent aujourd'hui. ■