

**Zeitschrift:** Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport  
**Herausgeber:** École fédérale de sport de Macolin  
**Band:** 52 (1995)  
**Heft:** 5

**Buchbesprechung:** Bibliographie et audiovisuel

**Autor:** 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:** 01.05.2026

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

## Pour ma bibliothèque

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

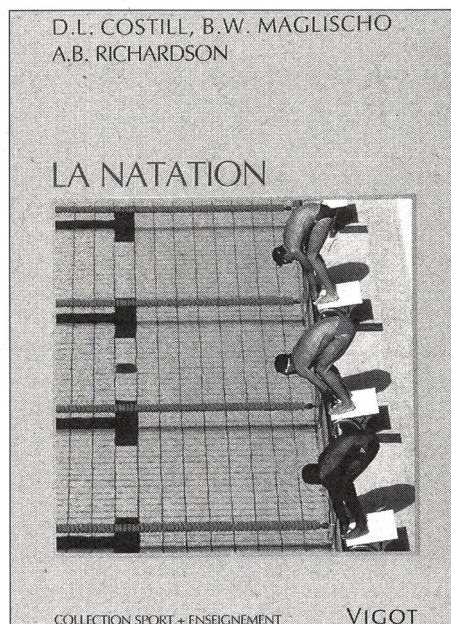
Les livres analysés à cette page ont été lus et trouvés suffisamment intéressants et utiles pour mériter d'être achetés.

### La Natation

D.L. Costill, B.W. Maglischo, A.B. Richardson  
Editions Vigot - 1994  
23, rue de l'École-de-Médecine  
F-75006 Paris

Cet ouvrage de la collection «Sport + Enseignement» s'adresse aux entraîneurs, aux médecins, aux étudiants et aux pratiquants de ce sport. Il est publié sous les auspices du Comité international olympique avec l'appui de la Fédération internationale de natation amateur. Il a été écrit par trois des meilleurs spécialistes mondiaux du sport, un scientifique, un entraîneur et un médecin. *La Natation* est l'ouvrage le plus complet jamais publié sur ce sujet, dans les domaines de la médecine, du sport et des sciences.

Il est divisé en quatre parties: Biologie de la natation, Aspects biomécaniques de la natation, Entraînement, Tests et aspects médicaux de l'entraînement. A la fin de



l'ouvrage se trouvent les annexes traitant de l'Analyse du taux de lactate sanguin, du Calcul de la consommation d'oxygène, ainsi que du Protocole de mesure du poids hydrostatique. Dans la première partie par exemple, on y développe les caractéristiques du muscle, l'énergie en natation, la fatigue et les facteurs limitant la performance, les différences liées à l'âge et au sexe et une dizaine de pages sont consacrées aux seuls besoins nutritifs du nageur. La partie concernant les aspects mécaniques de la natation forme le point central de l'ouvrage. Une introduction décrit les concepts importants de la propulsion, les quatre nages de base et le rôle des jambes. Elle est suivie par des descriptions concises, étayées par de nombreuses photographies séquentielles; cette section se termine par les dernières études sur les départs et les virages.

Prix approximatif: 55 fr.

### Vent et régates: les stratégies

Jean-Yves Bernot  
Editions Fédération française de voile (FFV) - 1994  
55, avenue Kléber  
F-75016 Paris

Cet ouvrage traite des stratégies à utiliser sur un plan d'eau, pour des courses allant de quelques dizaines de minutes à quelques heures. On couvre ainsi le champ des parcours olympiques, des parcours côtiers ou des courses au large non transocéaniques, ces dernières nécessitant un autre type d'approche, liée à l'influence des grands systèmes météorologiques. Les principes stratégiques que nous propose Jean-Yves Bernot sont modulés par des principes tactiques liés à la proximité des autres concurrents.

Le but des principes exposés est d'optimiser la réponse du bateau aux variations du vent en force et en direction. La stratégie sera alors offensive si on a pu prévoir en partie les variations du vent (on «va chercher» un gain stratégique) ou conservatrice si la variation du vent nous semble aléatoire (on minimise les pertes par rapport à la flotte des concurrents). Si par hasard on se trompe, on paie alors très cher l'erreur: une stratégie conservatrice dans un vent prévisible nous amène au mieux dans le milieu du paquet. Une stratégie agressive dans un

#### Solution

Un jeu et on «spor't» mieux...

Foot - Surf - Golf - Turf  
Disque au bol...

vent aléatoire a de fortes chances de nous amener en queue de peloton.

Ce livre ne détaille pas les connaissances nécessaires en météorologie locale permettant de prévoir les variations du vent. Toutefois, il donne souvent quelques exemples simples permettant de régler les cas les plus courants. Par ailleurs, les effets de courant n'ont pas été pris en compte, ce qui veut dire que l'auteur nous place sur un plan d'eau où ce facteur est de second ordre. Connaissances météorologiques et influence du courant nécessiteraient quant à elles un ouvrage particulier...

Un mot sur l'auteur: Jean-Yves Bernot, après une formation approfondie en mathématiques et océanographie, s'est rendu célèbre dans le monde de la course au large pour ses routages dans les records de traversée de l'Atlantique, les courses autour du monde, mais aussi comme navigateur sur les grands multicoques ou monocoques de compétition (Tour de France à la voile, Tour de l'Europe, Admiral's Cup). Il assure maintenant la formation stratégique et météorologique des skippers et des équipiers de course au large.

Prix approximatif: 60 fr.

### Caneloro Prince de la glace

Texte de Patrick Mahé  
Photographies de Gérard Vandystadt  
CARRERE Editions 13 - 1995  
Chez Hachette  
79, bd Saint-Germain  
F-75006 Paris

Pour terminer l'hiver en beauté, un livre d'images sur le parcours sportif de Philippe Caneloro, prince ou parrain de la glace, médaillé de bronze aux Jeux olympiques de Lillehammer et médaillé d'argent à Morioka, au Japon. Il a débuté sur la glace à 7 ans et suivait, trois ans plus tard une école sport-études. Son prochain objectif: l'or aux Jeux olympiques de Nagano devant un public qui lui est déjà acquis. Un rien rebelle et insolent, Caneloro est très à l'aise dans le rôle du «parrain», sa dernière création.

Prix approximatif: 46 fr. ■

# Nouvelles acquisitions

Françoise Huguenin

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

## Généralité

par Arripe Fabienne d' (éd.),  
Lamour Henri (éd.)

9.76-152

## CAPEPS et agrégation d'éducation physique et sportive: les épreuves écrites

Conseils méthodologiques et dissertations

Paris, Vigot, 1993, VII, 202 p., fig., tab., lit.  
Collection Sport + Enseignement, 152

Rares sont les candidats aux concours de recrutement des enseignants d'éducation physique et sportive qui n'ont été tentés de lire «un bon devoir» dans la logique des épreuves.

C'est dans cette optique, que pleinement conscients des limites de l'exemplarité et de l'apprentissage par imitation, les auteurs de cet ouvrage se sont risqués au difficile exercice de la dissertation. Les candidats trouveront ainsi des devoirs entièrement rédigés correspondant aux premières et deuxième épreuves écrites des concours du CAPEPS et de l'agrégation.

En outre, ils y trouveront également des conseils méthodologiques et des dissertations guidées.

par Brohm Jean-Marie

03.2328

## Les meutes sportives

Critique de la domination

Paris, L'Harmattan, 1993, 576 p.

Il est question dans ce livre d'une nouvelle forme d'opium du peuple: le sport-spectacle, marchandise qui mobilise les masses/meutes sportives contemporaines: hordes guerrières de supporters fanatisés qui se transforment à l'occasion en meutes de chasse sanguinaires, tribus itinérantes de mercenaires sponsorisés et anabolisés de l'exploit tarifé, cliques et clans d'idéologues enrôlés dans les meutes de la religion sportive.

La sportivisation de l'espace public entretient le consensus conservateur qui fait du sport l'horizon indépassable du capitalisme financier et de l'idéologie libérale.

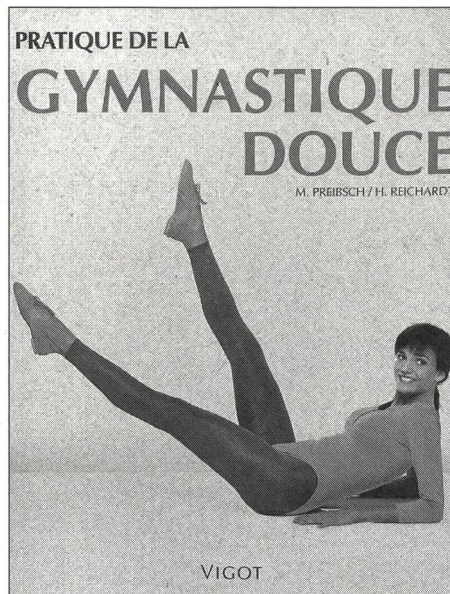
La théorie critique entend déconstruire cet appareil d'asservissement idéologique en dénonçant ses fonctions de dénomination et de mystification.

## Gymnastique

par Preibsch Michael, Reichardt Helmut  
72.1296

## Pratique de la gymnastique douce

Paris, Vigot, 1994, 102 p., fig., ill.



Dans le présent ouvrage, le propos des auteurs n'est pas de faire naître un nouveau courant, mais de montrer qu'un vieux principe, qui a fait ses preuves et qui est issu de la kinésithérapie, peut être transposé à la gymnastique en général. Il repose essentiellement sur une démarche fonctionnelle, adaptée aux possibilités de notre appareil moteur. Cela répond à un besoin croissant d'entraîner cet appareil moteur tout en le ménageant, de manière à le rendre moins vulnérable aux «petites misères» habituelles.

La palette d'exercices proposée peut être considérée comme une préparation à d'autres formes d'activités sportives, ou utilisées en compensation de charges sportives déséquilibrées.

Grâce à cet ouvrage, chacun pourra donc améliorer sa propre forme physique et influencer activement sur un aspect essentiel de sa santé.

## Sports nautiques

par Schneider Magali

78.1320

## Aquafitness. La gymnastique aquatique en petit groupe

Paris, Chiron, 1994, 81 p., fig., ill.  
Collection Aquaviva

Cet ouvrage est destiné aux personnes enseignant ou désirant enseigner la gymnastique dans l'eau ainsi qu'aux amateurs de ce type de fitness.

Il regroupe à la fois des conseils pédagogiques, des rappels d'anatomie, un tout petit peu de physique, et la démarche à suivre pour construire une séance avec des exemples. L'objectif de ce livre est très matériel: être directement et facilement utilisable par le lecteur pour créer et/ou enseigner des séances de gymnastique, de musculation... dans l'eau.

par Guéry Jean-Louis, Jullien Patrick

78.1319

## La pratique de la voile légère. Naviguer en dériveur. Maîtriser un catamaran de sport. Dominer la pratique de la planche à voile

Paris, Seuil, 1994, 157 p., fig., ill., lit.  
Guides Glénans

Catamaran de sport, dériveur ou planche à voile, ces trois activités seront baptisées «sports de glisse» ou «voile légère», suivant le tempérament du pratiquant. Qu'importe! Elles ont en commun d'être le terrain d'aventure de nombreux débutants. De la mise à l'eau aux premiers bords, des subtils réglages aux savantes manœuvres, des angoissants coups de gîte aux inévitables dessalages, tout est expliqué avec précision et clarté.

Le lecteur trouvera dans ce guide un tronc commun indispensable à ces trois activités, ainsi que les connaissances supplémentaires pour se perfectionner dans l'une ou l'autre. ■



## Hôtel-Restaurant Kühboden

Un restaurant de montagne familial et accueillant,  
situé à 2200 mètres d'altitude sur l'Alpe de Fiesch  
proche du glacier d'Aletsch, au cœur d'un véritable paradis  
pour les promeneurs et les skieurs:

Renseignez-vous sur nos possibilités d'hébergement convenant  
aux groupes tels camps de ski, courses d'école et sorties de sociétés.

Une adresse à recommander:

**Cornelia et Beat Schmid**  
3984 Fiesch / Kühboden

Téléphone 028 / 71 13 77  
Fax 028 / 71 36 22