

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

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

**Band:** 53 (1996)

**Heft:** 2

## Inhaltsverzeichnis

### 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>**

**Rédactrice responsable:** Eveline Nyffenegger (*Ny*)

**Rédactrice adjointe:** Françoise Huguenin (*fh*)

**Secrétariat et coordination graphique:**

Françoise Huguenin

**Adresse de la rédaction:** Ecole fédérale de sport,

2532 Macolin

Tél. 032 / 276 418/299, fax 032 / 276 404

**Abonnement annuel:** 32 fr. 50 (Suisse) et 38 fr. (étranger)

**Encaissement:** le service PTT des abonnements aux journaux enverra la facture pour un trimestre, un semestre ou une année, selon la date du début de l'abonnement.

**Vente au numéro:** 3 fr. 40 (Suisse) et 3 fr. 90 (étranger)

A commander à:  
Ecole fédérale de sport, 2532 Macolin

**Impression:** Imprimerie W. Gassmann S.A.,  
2501 Biel

**Régie des annonces:** Agence d'annonces S.A.,  
chemin du Long-Champ 135, 2501 Biel  
Tél. 032 / 428 295

**Enregistrement des abonnés et changements d'adresse:**

Service PTT des abonnements aux journaux,  
3029 Berne

(Communiquer les changements d'adresse au moyen du form. PTT N° 257.04, disponible dans tous les bureaux de poste.)

**Date de parution:** le 15 de chaque mois.

Délai rédactionnel: 2 mois avant la parution.  
Les articles signés reflètent l'opinion de leurs auteurs, mais pas nécessairement celle de l'éditeur ou de la rédaction. Les manuscrits ne sont pas rendus à leurs auteurs.

**Reproduction et citations:** autorisées avec mention des sources. Un exemplaire justificatif est souhaité.

Le contenu des annonces n'engage pas la responsabilité de la rédaction.

**Ont collaboré à ce numéro:**

Pour la photo: Daniel Käsermann.

Autres illustrations: p. 2: © Keystone; pp. 6 et 7: Anna-Barbara Eter; pp. 8, 9, 18 et 19: Einar Spiegel; dessins pp. 10 et 11: Heidi Hanselmann; pp. 14 à 17: mises à disposition par la section des installations sportives; p. 20: mise à disposition; 3<sup>e</sup> page de couverture: Françoise Huguenin.

**MACOLIN/MAGGLINGEN paraît mensuellement en trois langues:**  
français / italien / allemand

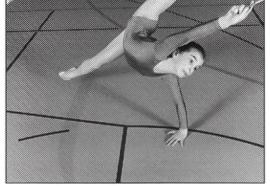
#### Commission de rédaction:

Président: Hans Altorfer (rédaction allemande)

Membres: Eveline Nyffenegger et Françoise Huguenin (rédaction française), Arnaldo Dell'Avo et Nicola Bignasca (rédaction italienne), Daniel Käsermann (photos), Marisa Bühlmann (secrétariat)

#### Photo de couverture

Les émotions dans le sport – du spectateur au joueur, qui ne les connaît pas? Elles insufflent la vie au sport mais peuvent aussi amener à des débordements. Notre photo: manifestation de joie après la victoire. Martin Freinademetz (A), champion du monde du slalom parallèle en snowboard aux championnats du monde de 1995, à Davos.

| Sommaire  | Page |
|---|------|
| <b>Editorial</b>  | 1    |
| A chacun son sport!<br>E. Nyffenegger   | 1    |
| <b>Théorie et pratique</b>  | 2    |
|    |      |
| Savoir faire ou savoir vivre le ski?<br>P. Pfefferlé                                | 2    |
| Idées en kit pour semaines blanches<br>P. Georg, M. Stierlin                        | 6    |
| Exploiter son potentiel en tennis<br>P. Russenberger                                | 8    |
| Toto chez les jeunes gymnastes<br>M. Markmann                                       | 10   |
| <b>Reportage illustré</b>   | 12   |
|   |      |
| Bien se mouiller, c'est à moitié gagné!<br>D. Käsermann<br>E. Nyffenegger           | 12   |
| <b>Aménagements sportifs</b>  | 14   |
| Les installations sportives soumises à l'approbation du peuple<br>T. Fleischmann    | 14   |
| <b>Jeunesse + Sport</b>   | 18   |
|  |      |
| Gérer les émotions<br>E. Nyffenegger  | 18   |
| <b>Echos de l'EFSM</b>  | 20   |
| Lutte permanente contre toute forme de déraison<br>H. Löffel                        | 20   |
| Mutation au sein de la branche sportive J+S<br>Saut à skis<br>R. Weber              | 20   |
| Cours d'entraîneur I CNSE 1996/97   | 21   |
| Natation pour Tous  | 21   |
| <b>Bibliographie et audiovisuel</b>   | 22   |
| Pour ma bibliothèque<br>E. Nyffenegger  | 22   |
| Nouvelles acquisitions<br>F. Huguenin   | 23   |
| <b>Jeux et loisirs</b>  | 24   |
| B. Voeffray   | 24   |