

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: 9

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: 15.02.2026

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 / 276418/299, fax 032 / 276404

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 / 428295, Fax 032 428 353

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: pp. 4, 5 et sommaire (2^e photo): Lukas Jenzer; pp. 10 et 11: © Keystone, Zurich; p. 18: Michael Lenglez; p. 20: tirée de «Bodyfitness», 1995; p. 21 en haut: © Ulrich Kocher, Ostermundigen; p. 21 en bas: Eveline Nyffenegger; pp. 1 et 24: mise à disposition.

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

L'autodéfense, un thème qui concerne également les personnes handicapées (voir notre reportage pp. 12 et 13).

Sommaire	Page
Editorial	1
L'envie de vaincre! E. Nyffenegger	
Théorie et pratique	2
Toto à la piscine M. Siegwart	
La CO nocturne: une source d'émotions inépuisable L. Jenzer	4
Notre corps parle... Apprenons à l'écouter M. Keiser	6
Le goût du risque! R. Giustarini-Borle	10
Reportage illustré	12
Vaincre sa peur – apprendre à avoir confiance en soi D. Käsermann	
Théorie et pratique (suite)	14
Informatique et sport B. Bettoli	
Sciences du sport	16
Perception du problème du dopage M. Kamber	
«Des seins féminins chez les sportifs mâles» D' J.-P. de Mondenard	18
Echos de l'EFSM	21
Des installations sportives en bon état, pour un bon sport!	
Exposition d'automne à l'EFSM	21
Ex-reine des neiges à Macolin	21
Bibliographie et audiovisuel	22
Pour ma bibliothèque E. Nyffenegger	
Nouvelles acquisitions F. Huguenin	23
Jeux et loisirs	24
B. Vœffray	