

**Zeitschrift:** Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport  
**Herausgeber:** École fédérale de sport de Macolin  
**Band:** 54 (1997)  
**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:** 06.02.2026

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

# Bibliographie et audiovisuel

## 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.

## Entraînement Fitness Cyclisme

C. Carmichael et E.R. Burke

Editions Vigot – 1997

23, rue de l'Ecole-de-Médecine

F-75006 Paris

Le cyclisme est un sport que l'on peut pratiquer à tout âge, seul ou en groupe, à chaque saison et à chaque moment de la journée. Il permet de garder et d'améliorer la forme. Le livre que nous vous présentons vous aidera, chère lectrice, cher lecteur, à tirer un meilleur parti de ce sport devenu très populaire. En effet, quelle que soit votre expérience, vous trouverez dans cet ouvrage des séances d'entraînement adaptées à tous les niveaux, du débutant au chevronné, à ceux qui veulent diversifier la pratique du vélo ou découvrir de nouvelles possibilités d'entraînement. Le contenu du livre est bien structuré, les indications, claires et précises. L'index en fin d'ouvrage vous aidera à trouver rapidement les informations que vous recherchez.

Le premier chapitre décrit les réactions du corps à la pratique du cyclisme. Le chapitre 2 expose l'essentiel du choix de l'équipement pour tirer un meilleur parti de l'entraînement et du type de cyclisme que vous avez choisi. Le chapitre 3 contient des informations détaillées pour évaluer votre forme et pour décider de votre entraînement en fonction de cette dernière. Le chapitre 4 touche aux principes fondamentaux de la position du corps et des techniques. Le chapitre 5 va dans le détail des phases d'échauffement et de retour au calme et propose une série d'exercices d'étirement à intégrer aux séances d'entraînement.

Prix approximatif: 36 fr.

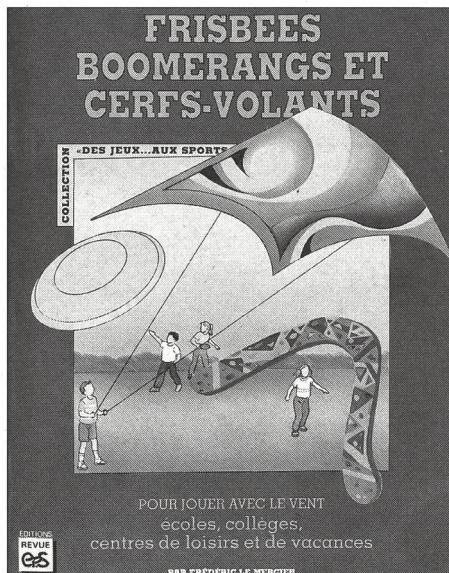
## Frisbees, boomerangs et cerfs-volants

Frédéric Le Mercier

Editions Revue EPS

11, avenue du Tremblay

F-75012 Paris



Cet ouvrage est paru dans la collection «Des jeux... aux sports», collection qui propose des outils pour les enseignants et les animateurs qui veulent initier leurs jeunes élèves en leur proposant des situations attrayantes, variées et adaptées, pour les amener progressivement à la pratique sportive (Jeux d'expression corporelle à l'école, Jeux de lutte, Baseball, Jouer avec le petit matériel, Patinage à roulettes, Mini-tennis, Jeux d'escalade, Jeux de hockey entre autres).

Jouer avec le vent avec des engins volants rencontre partout l'enthousiasme des enfants. Frédéric Le Mercier expose des notions essentielles concernant leur histoire, leur pratique, et les matériels qui peuvent être les plus couramment et les plus facilement utilisés dans les écoles, les clubs et les centres de vacances. A l'aide de ce cahier, le lecteur saura:

- Comment apprendre aux enfants et aux adolescents à tirer le maximum de plaisir de la manipulation du frisbee, du boomerang et du cerf-volant;
- Comment faire intervenir des principes de pédagogie sportive dans le cadre de séances de jeu;
- Quelle est la différence entre les engins circulaires volants et les engins statiques et pilotables.

Des notions d'aérodynamique, des exemples de lieux pratiques et de jeux ainsi qu'une

bibliographie complètent cet ouvrage qui accompagnera le moniteur ou le maître d'éducation physique dans sa démarche d'enseignement et dans l'organisation de leçons. Il contient en outre une riche documentation cervolistique en livres et vidéos (documents destinés à la jeunesse et aux débutants, culture cervolistique concernant tous les types de cerfs-volants, construction et/ou pilotage pour pilotes expérimentés).

Prix approximatif: 32 fr.

## «Exploits sportifs 96»

Karl Erb

Ed. Aktiv Verlag – 1997

Oberstmühle 3

6370 Stans

1996 a été une année faste, sinon inoubliable pour le sport suisse. En effet, les sportives et les sportifs helvétiques ont amassé plus de 100 médailles lors des Jeux olympiques, des divers Championnats du monde et d'Europe. Cette moisson ne s'est pas faite que dans les «petits» sports, mais également dans les disciplines figurant au programme des JO. À Atlanta, la Suisse totalisait entre autres quatre médailles d'or grâce à Pascal Richard pour le cyclisme, à Donghua Li pour la gymnastique artistique, à Xeno Müller et aux frères Markus et Michael Gier.

Vous trouverez dans «*Exploits sportifs 96*» non seulement ceux qui ont fait la une des journaux par leurs exploits, mais aussi les autres, ceux qui constituent la substance du sport suisse. Dans plus d'une cinquantaine d'articles illustrés par quelque 400 photos en couleur et noir/blanc, des journalistes spécialisés ont brossé leur portrait. Ce volume, rédigé par Karl Erb, ancien commentateur sportif à la TV alémanique, contient, comme d'habitude, une documentation très complète comprenant la liste des médaillés olympiques, des médaillés des Championnats du monde, d'Europe et de Suisse, des vainqueurs de Coupe du monde et de toutes les manifestations importantes, en Suisse et à l'étranger.

Comme pour les précédentes éditions (*Exploits sportifs* existe depuis 1973), un certain pourcentage du prix de vente de chaque volume sera versé au Swiss Paralympic Committee. Cette association soutient très efficacement les sportifs handicapés helvétiques qui ont, eux aussi, contribué à la réussite de cette année sportive suisse 1996!

Prix approximatif: 95 fr. (A commander à l'adresse ci-dessus; tél. 041/619 15 70.) ■