

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: 10

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: 19.01.2026

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.

Le massage du sportif

Techniques de massage et d'automassage

H. Lohrer, C. Karvounidis
Editions Vigot – 1997
23, rue de l'Ecole de Médecine
F-75006 Paris

A une époque où l'utilisation de médicaments devient de plus en plus difficile à cause de la lutte antidopage, le massage sportif est amené à occuper une place toujours plus importante. Dans le centre d'entraînement olympique ou à l'Institut de médecine sportive de Francfort-sur-le-Main, le docteur Heinz Lohrer et Chris Karvounidis, lorsqu'ils interviennent dans des clubs ou lors de compétitions internationales, donnent toujours la priorité aux massages, qu'ils soient prophylactiques, régénérateurs ou théra-

peutiques. Ils ont constaté, à ce propos, que les entraîneurs et les athlètes ne sont généralement pas en mesure d'appliquer certaines techniques de massage pourtant simples et efficaces.

Dans le manuel *Le massage du sportif*, les auteurs présentent huit programmes cibles recourant à des techniques d'une grande efficacité, ne présentant aucun danger et ne requérant aucune connaissance médicale préalable. Ces programmes sont doublés de huit fiches techniques détachables, classées par régions anatomiques. Elles décrivent de façon simple, image par image (photo couleur), la procédure à suivre. Il est conseillé de les accrocher dans la salle de massage afin de s'y référer. Ainsi, masseur et massé sauront toujours trouver la position et la posture adéquate et les gestes effectués seront toujours conformes aux effets recherchés. Le manuel est enrichi d'un glossaire et d'un index. Preuve de son succès, ce manuel est sans cesse emprunté à la bibliothèque de l'EFSM!

Extrait du sommaire:

Les techniques utilisées:
L'effleurage superficiel
Le palpé-roulé
L'effleurage profond
La friction
Le pétrissage
Le massage transverse
La pression profonde et la friction transversale
Le massage transversal (périostes et tendons)
Le ballottage
La mobilisation passive
Prix approximatif: 37 fr.

Médecine des sports de glace

R.-G. Danowski, J. Le Blond
Editions Masson – 1997
120, boulevard Saint-Germain
F-75280 Paris cedex 06

La médecine des sports de glace regroupe des sports aussi différents que le patinage artistique, la danse sur glace, le patinage synchronisé, le patinage de vitesse, le hockey sur glace, le curling, le bobsleigh ou la luge, et l'on peut se demander ce qu'il y a de commun entre un bobeur, un hockeyeur et un danseur sur glace. Tout les sépare: la technique, les aptitudes physiques, les exigences physiologiques et les éventuelles conséquences pathologiques, hormis la pratique sur un même élément, la glace!

Chaque sport ayant sa spécificité, Raymond-Gilbert Danowski, rhumatologue, qualifié de médecine physique et de réadaptation, médecin fédéral national des sports de glace et Jean Le Blond, spécialiste de médecine physique et de réadaptation, responsable national de hockey sur glace, proposent les principales données médicales propres à chaque discipline. Les aspects techniques (les pistes, les patins, les équipements), le geste sportif et les contraintes physiologiques qui permettent de comprendre les problèmes médicaux de même que la traumatologie et le suivi médical y sont traités dans les grandes lignes.

Les professionnels encadrant les équipes de sports de glace, médecins, kinésithérapeutes, entraîneurs, sportifs eux-mêmes, trouveront dans cette monographie une étude complète des pathologies des sports concernés.

Prix approximatif: 60 fr.

Football

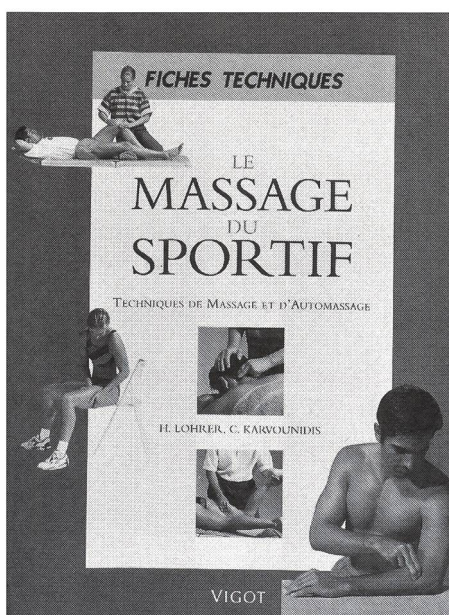
La forme des champions!

M. Vrillac, J.-P. Sereni
Editions Chiron – 1997
25, rue Monge
F-75005 Paris

Le docteur Maurice Vrillac ancien médecin de l'équipe de France de football, président de la commission médicale olympique et Jean-Paul Sereni, ancien masseur-kinésithérapeute de l'équipe de France de football et du corps de ballet de l'Opéra de Paris, ont participé d'une manière exceptionnelle à la vie du football français. Ils ont connu des centaines de joueurs et assisté à des milliers de matches. Ils ont suivi la condition physique des équipes et soigné les stars du ballon rond.

Coupes du monde après Coupes d'Europe, ils ont pu recueillir, au fil de nombreuses séances d'entraînement, des milliers d'informations précieuses qui leur ont permis d'acquérir une expérience riche et variée «tout terrain». Ce sont les enseignements directs et pratiques de cette expérience qu'ils livrent ici aux entraîneurs comme aux footballeurs professionnels et non professionnels en quête continue d'une excellente condition sportive. Répétons-le, il ne s'agit pas ici d'un manuel précis, mais bien de réflexions dues à une très grande expérience. Dommage que les photos soient d'une si piètre qualité.

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 (tél. 032 / 327 63 08).

Les cassettes vidéo peuvent être achetées ou empruntées gratuitement (durée de prêt de 3 à 5 jours) à la médiathèque de l'EFSM (tél. 032 / 327 63 62).

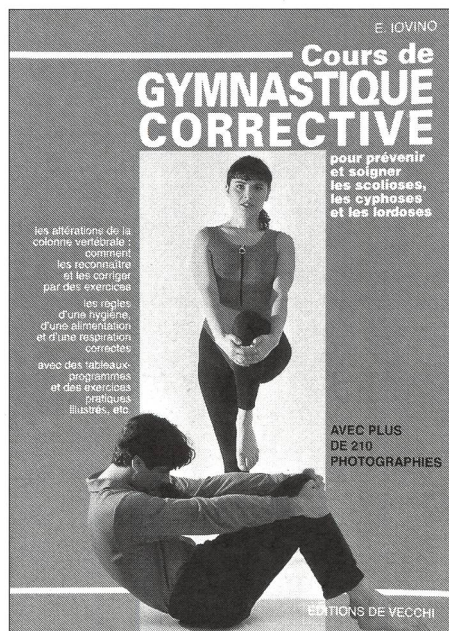
Gymnastique

par Iovino E.

72.1350

Cours de gymnastique corrective: pour prévenir et soigner les scolioses, les cyphoses et les lordoses

Paris, De Vecchi, 1996, 166 p., ill., fig., tab., lit.



Conçus par un groupe de thérapeutes, les exercices proposés dans ce livre sont destinés à prévenir et à combattre le «mal de dos». Ils doivent aider à maintenir la force, l'élasticité et la coordination des muscles du corps, à réduire les inflammations articulaires et à ralentir le processus de vieillissement. Groupés en 15 leçons qui concernent chacune plus particulièrement un cas, ces exercices sont illustrés de nombreuses photographies qui permettent de les comprendre et de les exécuter correctement. Enfin des conseils pour une alimentation plus équilibrée et pour des positions plus fonctionnelles dans notre activité courante complètent cet ouvrage.

par Hauw Denis (dir.),
Robin Jean-François (dir.)

72.1351 q

Activités gymniques et acrobatiques. Recherches et applications: didactique, production de la performance, haut niveau, procédures d'enseignement

Paris, Editions Revue EPS, 1996, 95 p., fig., tab., lit.
Dossiers N° 25

Ce document essaie de faire comprendre le fonctionnement des activités gymniques et acrobatiques. L'écart entre recherche et application pourra paraître plus ou moins important selon la thématique présentée. Huit articles sont présentés dans cet ouvrage autour de quatre thèmes de réflexion: didactique, procédures d'enseignement et d'apprentissage, mécanismes de production des habiletés et paramètres affectant la pratique de haute performance.

Jeux

par Roche Frédéric, Perrin
Jean-Claude, Fabrice Laigret

71.2404

Tennis. La préparation physique

Paris, Amphora, 1996, 177 p., fig., ill., lit.
Collection L'empreinte du sport

Ce livre consiste à donner les clés d'une préparation physique adaptée au tennis moderne. Il s'adresse aux pratiquants de tous niveaux ainsi qu'aux entraîneurs de clubs et aux enseignants d'EPS.

Il propose, au travers d'exercices nombreux, variés, facilement exécutables seul ou en groupe, des programmes modulables en fonction du temps disponible, du cadre d'entraînement et du niveau du joueur.

par Deshors Michel

71.2409

Le football

Paris, Grasset, 1996, 240 p., lit.

Le football est le premier livre qui envisage le ballon rond comme une culture et non pas comme un phénomène social à décoder. Une culture avec ses régionalismes, ses folklores, ses musiques, ses mythes, ses perversions, ses heures de gloire, ses opinions politiques, ses grands textes.

Jamais le foot n'avait été envisagé et chroniqué de la sorte. Saturé d'une gourmandise érudition tout terrain, *Le football* est un livre délectable pour tous ceux qui aiment déjà le ballon rond. Et plus encore pour ceux qui l'ont en horreur!

par Deleplace René

71.2408 q

Rugby de mouvement, rugby total

Réimpression de l'édition de 1979. Paris, Editions Revue EPS, 1996, 120 p., 16 fiches d'exercices, fig., tab.

Édité pour la première fois en 1979, cet ouvrage est considéré comme la bible

d'enseignement du rugby que tout éducateur devrait avoir lu.

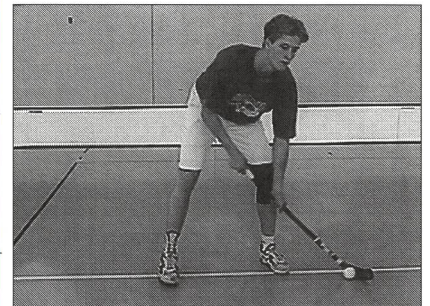
Divisé en deux parties, il propose une partie théorique décrivant la méthodologie et la démarche pédagogique de l'auteur, suivie de 16 fiches d'exercices très complètes.

Le lecteur sera surpris d'y découvrir la formidable logique du rugby, et combien le ballon le plus frivole ne concède au hasard qu'une bien petite part. ■

Le coin de la vidéo

Unihockey

Entraînement des enfants et des adolescents



Sport dynamique, simple à apprendre et ne requérant pas de dispositions physiques particulières, le unihockey est prisé dans le cadre du sport scolaire.

Ce film montre comment il peut favoriser le développement des qualités de coordination, qualités fondamentales pour tout entraînement technique. Les gestes techniques de base peuvent être exercés de manière optimale lorsque les exercices s'inspirent de des situations proches des conditions de jeu réelles. C'est pour cette raison que chaque leçon devrait présenter des exercices aussi variés et complexes que possible.

Bulletin de commande

Envoyez-moi contre facture:

_____ cassette(s) vidéo

«Unihockey – Entraînement des enfants et des adolescents»

Prix par cassette: 35 fr. 20, TVA incluse

Nom: _____

Prénom: _____

Adresse: _____

NPA/Localité: _____

Signature: _____

A envoyer à: EFSM, médiathèque, CH-2532 Macolin. Fax 032 / 327 64 04. ■