

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

Herausgeber: École fédérale de sport de Macolin

Band: 55 (1998)

Heft: 4

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: 06.02.2026

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

Rédactrice responsable: Eveline Nyffenegger (Ny)

Rédactrice adjointe: Françoise Huguenin (fh)

Secrétariat: Françoise Huguenin

Adresse de la rédaction: Ecole fédérale de sport,
2532 Macolin
Tél. 032 / 327 64 18 / 327 62 99, fax 032 / 327 64 04

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 Bienne

Régie des annonces:

Agence d'annonces Bienne S.A.
Chemin du Long-Champ 135, 2501 Bienne
Tél. 032 / 3448295, fax 032 / 3448353

Enregistrement des abonnés et changements d'adresse:

Service PTT des abonnements aux journaux,
3029 Berne
Les commandes d'abonnement et les changements d'adresse peuvent aussi être communiqués au secrétariat de la rédaction.

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.

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), Monika Weber (secrétariat).

Photo de couverture

La souplesse est l'un des principaux thèmes traités dans ce numéro. Sur notre photo, les «Charkov-Brothers», Alexander et Dimitri, dans leur numéro époustouflant de contorsionnistes présenté, il y a quelques années, au cirque Knie. Bien sûr, on ne cherche pas à atteindre une mobilité aussi extrême dans les cours de branche sportive J+S. Mais on peut entraîner la souplesse chez les enfants déjà, puis l'entretenir par la suite; elle offre de nombreux avantages dans la pratique sportive, mais aussi dans la vie quotidienne.

(Photo: Daniel Käsermann)

Sommaire	Page
Editorial	1
Réussir sa reconversion! E. Nyffenegger	
37^e Symposium de Macolin	2
	
«La vie après le sport de haut niveau» R. Seiler	2
Un problème resté longtemps ignoré G. Schilling	3
Les adieux au sport de haut niveau J. Schmid	6
Théorie et pratique	8
	
Quelle est la bonne formule? R. Weber	8
Techniques d'étirement M. Markmann	9
Enfants et adolescents M. Markmann	12
Un programme à trois niveaux R. Weber	16
	
Thèses de l'étirement J. Hegner	18
Sciences du sport	19
Suivi médico-sportif D. J. Schnyder et al.	19
Echos de l'EFSM	21
Un pionnier de l'EFSM nous quitte! Hans Brunner (1911-1998)† H. Altorfer	21
Haute distinction pour Matthias Kamber	21
Projet d'agrandissement de l'Hôtel EFSM	21
Bibliographie et audiovisuel	22
Pour ma bibliothèque E. Nyffenegger	22
Nouvelles acquisitions F. Huguenin	23
Jeux et loisirs	24
B. Vœffray	24