

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

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: 14.01.2026

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.

Arts martiaux et sports de combat

Le guide du pratiquant

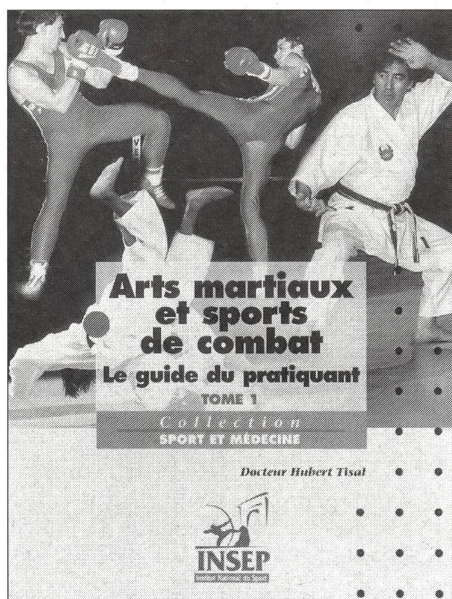
Docteur Hubert Tisal

INSEP-Publications – 1997

Librairie Vigot-Maloine

23, rue de l'Ecole de Médecine

F-75006 Paris



En Occident, les sports de combat et les arts martiaux connaissent depuis plusieurs années déjà un engouement qui va croissant. La pratique de ces disciplines est, il est vrai, une source de bien-être physique et mental. Cependant, leur développement et leur grande diversité augmentent aussi les risques spécifiques de leur pratique. Dans certains clubs, le taux de « casse » peut atteindre plus de 50% des effectifs... La mise en place de règles pour la compétition et la préparation physique générale devraient conduire à une pratique plus sûre et à une diminution des accidents.

Fruit d'une expérience de plus de quinze ans d'encadrement médical des arts martiaux et des sports de combat, ce livre

est destiné aussi bien aux sportifs eux-mêmes, aux professeurs, aux entraîneurs, qu'aux parents qui souhaitent comprendre comment sont entraînés leurs enfants. Il touche toutes les facettes d'une activité sportive sans risques: échauffement, stretching, musculation, entraînement, compétition, diététique. Il donne également des conseils simples pour la prévention et le traitement des accidents qui surviennent au dojo ou sur le ring. Ecrit dans un langage clair et précis, il est donc accessible à tous.

L'auteur, le docteur Hubert Tisal, médecin attaché au département médical de l'INSEP, est spécialiste des sports de combat. Président de la commission médicale mondiale de la World Union of Karate Organisations de 1988 à 1990, Tisal est actuellement président de la Société française de médecine du karaté, taekwondo et disciplines associées, ainsi que professeur dans une Ecole de kinésithérapie à Paris.

Extrait du sommaire:

Présentation générale des arts martiaux
L'aptitude aux arts martiaux
Les assouplissements
L'endurance
La musculation dans les sports de combat
La psychologie et la pratique des arts martiaux
La diététique et le poids
Prix approximatif: 36 fr.

L'autre Annapurna

Maurice Herzog

Robert Laffont – 1998

24, rue Marceau

F-75008 Paris

Ce n'est pas une autobiographie que nous propose Maurice Herzog dans son quatrième ouvrage, mais un recueil de souvenirs. Il raconte dans un style dynamique, ce qui fut « avant » et « après » son premier 8000 mètres au cœur de l'Himalaya, il y a presque un demi-siècle!

«... Le 3 juin 1950, je foulais dans une sorte d'extase la neige sommitale de l'Annapurna, la déesse vénérée des hindouistes...

Un sentiment indéfinissable m'envahissait... La vraie victoire était d'un tout autre prix que celle de la montagne, fût-elle la plus haute. Cette prémonition s'imposait à moi. Anonyme jusque-là, j'émergeais du néant, je gagnais une identité.»

Dès le sommet conquis, les éléments se vengent: Maurice Herzog et Louis Lachenal auront les extrémités gelées et se-

ront amputés. Lors de la descente jusqu'à Katmandou, la mort est prête à se saisir de Maurice Herzog puis l'abandonne. C'est un véritable sentiment de renaissance, profond et spirituel, qui l'étreint alors. Il n'oubliera jamais l'Annapurna et sa leçon de vie, de même que la parole sacrée que lui offre l'une des plus grandes sommités du bouddhisme: «Parce que vous avez beaucoup souffert, vous avez pu renaître.» Pour Maurice Herzog, il y aura donc l'avant Annapurna – le jeune homme amoureux des exploits montagnards, qui fut résistant durant la guerre –, et l'après: l'engagement. Que ce soit avec de Gaulle, qui le nomme Haut Commissaire, puis secrétaire d'Etat à la Jeunesse et aux Sports; comme député de Haute-Savoie, comme maire de Chamonix; dans ses activités d'industriel; au Comité international olympique... Une vie d'homme plus qu'accomplie!

Prix approximatif: 40 fr.

La plongée

Un loisir pour tous

Découverte et initiation

Ariel Fuchs

Editions Amphora S.A. – 1997

14, rue de l'Odéon

F-75006 Paris

Si l'activité de la plongée sous-marine vous tente en tant que loisir, avant peut-être de la pratiquer comme un sport, ce petit livre de la Collection sport nature aventure vous aidera à franchir le pas du rêve à la réalité. Vous ne trouverez rien de rébarbatif dans cet ouvrage d'Ariel Fuchs, diplômé en environnement et en biologie, rédacteur d'une revue spécialisée et photographe sous-marin émérite, mais au contraire beaucoup de poésie et de merveilleuses photographies. Bien que synonyme de liberté et d'évasion totales, la plongée sous-marine est régie par des règles très strictes. L'auteur traite tous les aspects techniques, physiques et physiologiques avec rigueur et précision pour le niveau 1.

Extrait du sommaire:

Les trésors sous la mer
Historique de la plongée avec scaphandre
Initiation à la vie subaquatique
Les instruments du grand bleu
Le saut dans la grande bleue
Connaître et apprécier le milieu marin
Epilogue
Points de repère
Glossaire
Prix approximatif: 41 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).

Jeux

par Bouchard Jean-Philippe, 71.2427 q
Constant Alain

Un siècle de football

Paris, Calmann-Lévy, 1996, 455 p., ill.

L'histoire du football n'est pas un long fleuve tranquille. C'est à coup d'exploits et de faits d'armes, mais aussi d'échecs et de défaites que ce sport est devenu le plus populaire du monde.

Voici un livre qui raconte, année par année, presque jour par jour, les centaines de petites histoires qui ont fait sa grande aventure. Au fil des textes et des images revivent ici ses riches et moins riches heures, en 750 séquences, brèves et vivantes, et autant de photos, souvent jamais vues.

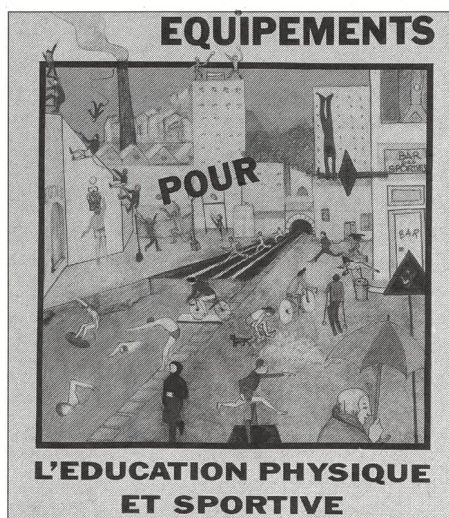
Généralités

par Tournaire Jean-Paul,
Le Ferrand-Couzis Martine

07.885

Equipements pour l'éducation physique et sportive

Paris, SNEP, 1995, 212 p., ill., fig., tab., lit.



Cet ouvrage approfondit les questions relatives à la conception, à la réalisation, au fonctionnement, à la sécurité des

équipements et matériels nécessaires à l'enseignement de l'EPS.

Il comporte des analyses, des propositions, de nombreux exemples tirés de l'expérience professionnelle des enseignants d'EPS. On y trouvera également l'essentiel des références historiques, techniques, pédagogiques, réglementaires et financières qu'il faut connaître.

par Le Breton David

70.2964

Passions du risque

3^e éd. mise à jour. Paris, Métailié, 1996, 189 p., lit.

Collection «Traversées»

Jouer un instant sa sécurité ou sa vie, au risque de la perdre: à défaut de limites et de repères que la société ne lui donne plus, l'individu, fort de sa marge croissante d'autonomie, cherche dans le monde des limites de fait, aventures, sauts à l'élastique, raids, trekking, rafting au bout du monde...

Les régions les plus difficiles d'approche deviennent les nouveaux stades de la modernité, là où l'homme sans qualité peut enfin tutoyer la légende, aller au bout de ses forces, jouer symboliquement son existence pour gagner enfin ce surcroît de sens qui rend la vie plus pleine, lui donne une signification et une valeur.

par Spallino Antonio, Bizzini

03.2492

Lucio, Carazzato Joao G., Decker Robert, Grandi Bruno, Notarnicola Giovanni, Personne Jacques, Presset Jean

Les droits de l'enfant et le sport. 10^e Congrès international du panathlon, Avignon, mai 1995

Rapallo, Panathlon international, 1996, 95 p., fig., tab.

Les Cahiers du panathlon, N° 6

Les participants à ce congrès ont traité le thème «L'enfant et le sport». Ils ont examiné les problèmes posés par l'entrée précoce de l'enfant dans les sociétés sportives et le monde de la compétition. Dans leurs réflexions, ils ont considéré l'enfance comme la période allant de la naissance à 14 ans. Ils ont souligné les risques que peut engendrer pour l'enfant la pratique intensive et précoce d'un entraînement inadapté à ses possibilités. Ils ont également cherché à déterminer les responsabilités essentielles de la famille, de l'école et des associations et clubs sportifs en matière d'éducation physique et sportive.

par Waser Anne Marie

71.2410

Sociologie du tennis. Genèse d'une crise (1960-1990)

Paris, L'Harmattan, 1995, 250 p., lit.

Collection «Logiques sociales»

Depuis le début des années 90, les clubs de tennis français voient le nombre de leurs effectifs stagner ou régresser et

le taux de renouvellement des licenciés devenir préoccupant.

Ce livre montre comment l'on est passé d'une situation de complémentarité entre les clubs à une situation de concurrence. En effet, aujourd'hui, les clubs de tennis ont, pour la plupart, perdu leur «identité» sociale et culturelle et sont amenés à accueillir un public toujours plus large. En d'autres termes, en 1995, «l'esprit de club» n'est plus ce qu'il était. ■

Le coin de la vidéo

Natation/Watsu

Se laisser porter par l'eau.
Une introduction au travail corporel aquatique. Watsu et danse aquatique.



Le Watsu est une forme douce de travail corporel en eau chaude qui fait appel à ce que l'être humain ressent intimement en lui à chaque fois qu'il est confronté à l'élément liquide.

Le travail corporel aquatique constitue une forme de thérapie très jeune. Bien des sensations ressenties par l'individu au contact de l'eau restent encore à découvrir. Toutefois, une chose est certaine: le Watsu et la danse aquatique représentent une combinaison unique dans le domaine de l'esthétique du mouvement, du traitement et de la guérison. Il suffit de visionner ce film pour s'en convaincre!

Bulletin de commande

Envoyez-moi contre facture:

_____ cassette(s) vidéo

«Natation/Watsu et danse aquatique»

Prix par cassette: 34 fr. 10, TVA incluse

Nom: _____

Prénom: _____

Adresse: _____

NPA/Localité: _____

Signature: _____

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