

**Zeitschrift:** Mobile : la revue d'éducation physique et de sport  
**Herausgeber:** Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école  
**Band:** 4 (2002)  
**Heft:** 4  
  
**Rubrik:** Vitrine

### **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:** 12.04.2026

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

# Coaching

Quand on parle de coach ou coaching, nous ne comprenons pas tous la même chose, l'acception linguistique de ces termes n'étant pas clarifiée. Alors que pour certains le coach est un conseiller, genre d'éminence grise d'un grand manager, pour d'autres, il est tout simplement l'entraîneur. Pour d'autres encore, il est l'entraîneur technique, actif surtout dans les sports «américains» comme le basket et le baseball. La distinction entre coach et entraîneur est en effet ténue et pas toujours claire. Dans ce numéro, nous chercherons à illustrer les nombreuses facettes de cette activité qui va de la préparation tech-

nique à l'assistance, en passant par la prise en charge de l'athlète. Nous utiliserons quelques exemples pratiques qui inviteront le lecteur à réfléchir sur son propre rôle: Qu'est-ce que je ferais à la place du coach? Comment je perçois mon rôle de coach. Le coach J+S, figure centrale de J+S 2000, a un rôle de première importance: quelles sont précisément ses tâches et compétences dans le cadre du club sportif et de l'école? Quels sont les instruments qu'il a à disposition? Là aussi, nous chercherons à apporter des réponses.

«mobile» 5/02 paraîtra fin septembre 2002.

## Cours postgrade «Construction d'installations sportives»

**Idees directrices, objectifs, contenus:** la construction d'installations sportives doit satisfaire à des exigences sévères en termes de fonctionnalité, de conception, de construction et de sécurité. Les surfaces et les volumes, généralement imposants, de même que les critères à respecter en matière d'équipements technique exigent des installations sportives qu'elles répondent aux principes de la construction durable.

Les dimensions de ces installations sont déterminées par les données réglementaires des fédérations sportives internationales et les besoins de l'école. Les connaissances propres à ce genre de constructions ne sont pas dispensées dans le cadre du cursus ordinaire des écoles d'ingénieurs et d'architectes. Le cours postgrade décrit ici comble cette lacune.

**Méthode:** enseignement théorique, visites d'installations, travail de fin de cycle; cours organisé par modules (5 modules d'une semaine + un travail de fin de cycle).

**Langue:** allemand.

**Public cible:** professionnels du bâtiment ayant suivi une formation universitaire ou équivalente dans les secteurs de la planification, de l'architecture, du paysage ou de l'ingénierie. Le cours est également ouvert aux personnes intéressées ayant suivi d'autres filières de formation et bénéficiant d'une expérience professionnelle dans leur domaine.

**Coût:** Fr. 7500.- pour l'ensemble des six modules (hébergement et logement non compris) ou Fr. 1500.- par module choisi (hébergement et logement non compris).

**Dates et lieux:**

Module 1: du 25 au 29 novembre 2002 à Macolin

Module 2: du 13 au 17 janvier 2003 à Lucerne/Howr

Module 3: du 24 au 28 mars 2003 à Macolin

Module 4: du 2 au 6 juin 2003 à Berne

Module 5: du 27 au 31 octobre 2003 à Sumiswald

**Direction du cours:** Theo Fleischmann, chef de la section Infrastructure, OFSPO

**Secrétariat, documentation:** Alice Däppen, section Infrastructure, OFSPO, 2532 Macolin Tél. 032/327 62 08, fax 032/327 64 02, e-mail: alice.daeppen@baspo.admin.ch

## ASEP

### 4702 Ski et snowboard à l'école (CC J+S Ski et Snowboard / CP J+S Ski et Snowboard / CPIS)

**Buts et contenus:** (re)découvrir les sports de glisse! Initiation et formation continue personnelles au carving, snowblade, et (ou) snowboard. Comment transmettre ces différentes pratiques aux élèves-apprenants. Le plaisir et l'échange constitueront les mots-clés de cette rencontre.

**Méthodologie:** travail en classe et en ateliers.

**Public cible:** tous les enseignants de sports de neige.

**Finance d'inscription: membres ASEP:** Fr. 80.-. Non-membres: Fr. 160.-.

**Remarque:** prix forfaitaire de Fr. 300.- pour le cours y compris l'hôtel en demi-pension, l'abonnement de 3 jours ainsi que les frais de cours.

**Direction du cours:** administratif: Jacques Gavillet, 1670 Bionnens, tél. 021/909 57 83, e-mail: jaga.villet@bluewin.ch; technique: José Yerly, 48, rue de Champ-Barby, 1630 Bulle, tél. 079/425 84 37, e-mail: jo.yerly@bluewin.ch.

**Lieu:** Saas Fee.

**Date:** du jeudi 5 au samedi 7 décembre 2002.

**Délai inscription:** vendredi 18 octobre 2002.

## Remerciements à nos partenaires:



Le bureau suisse de prévention des accidents bpa est notre partenaire pour toutes les questions de sécurité dans le sport.



La dernière page de couverture, en couleur, est consacrée à Rivella, qui propose en outre des offres intéressantes aux membres du mobileclub.



Helvetia Patria parraine le Cahier pratique.



VISTA Wellness propose des offres intéressantes aux membres du mobileclub.



Biokosma propose des offres intéressantes aux membres du mobileclub.

«mobile» (depuis 1999) est née de la fusion des revues «Macolin» (depuis 1944) et «Education physique à l'école» (depuis 1890).

**Directeurs de la publication:**



Office fédéral du sport (OFSPO), représenté par Heinz Keller, directeur

Association suisse d'éducation physique à l'école (ASEP), représentée par Joachim Laumann, président

**Rédacteur en chef**  
Nicola Bignasca (NB)

**Comité de rédaction**  
Marcel Favre (MF), Erik Golowin (Gol), Arturo Hotz (Hz), Barbara Meier (bm), Walter Mengisen (wm), Bernhard Rentsch (bre), Rose-Marie Repond (RRe), Max Stierlin (St), Janina Sakobielski (JSA), Peter Wüthrich (Wü)

**Rédacteurs**  
Eveline Nyffenegger (Ny), Véronique Keim (vke), rédaction française; Gianlorenzo Ciccozzi (cic), rédaction italienne; Roland Gautschi (gau), rédaction allemande.

**Photographe**  
Daniel Käsermann (dk)

**Traducteurs**  
Dominique Müller, Nicole Buchser, Chantal Bonny, Evelyne Carrel, Agata Markovic, Maria Prenner

**Adresse de la rédaction**  
«mobile», OFSPO, 2532 Macolin  
Tél.: ++41 (0)32/327 64 18  
Fax: ++41 (0)32/327 64 78  
E-mail: mobile@baspo.admin.ch  
www.mobile-sport.ch

**Graphisme et préresse**  
agenturtschi.  
Soodstrasse 53/Postfach  
8134 Adliswil 2  
www.agenturtschi.ch

**Régie des annonces**  
Zollikofer AG  
Alfred Hähni  
Riedstrasse 11  
8824 Schönenberg  
Tél.: ++41 (0)1/788 25 78  
Fax: ++41 (0)1/788 25 79

**Impression**  
Zollikofer AG  
Fürstenlandstrasse 122  
9001 St. Gallen  
Tél.: 071/272 77 77  
Fax: 071/272 75 86

**Enregistrement des abonnés et changements d'adresse**  
Rédaction «mobile», OFSPO, 2532 Macolin  
Tél.: ++41 (0)32/327 63 08  
Fax: ++41 (0)32/327 64 78,  
E-mail: mobile@baspo.admin.ch

Membres le l'ASEP: Secrétariat de l'ASEP  
Neubrückstrasse 155, 3000 Berne 26  
Tél: 031/302 88 02  
Fax: 031/302 88 12  
E-mail: svssbe@smile.ch

**Prix de vente**  
Abonnement annuel (6 numéros):  
Fr. 35.- (Suisse), € 31.- (étranger)  
mobileclub: Fr. 15.-

**Reproduction**  
Les articles, les photos et les illustrations publiés dans «mobile» sont soumis à droits d'auteur. Ils ne peuvent être reproduits ni copiés même partiellement sans l'autorisation de la rédaction. La rédaction décline toute responsabilité concernant les textes et photos non commandés qui lui sont adressés.

**Tirage**  
Edition en français: 3184 exemplaires  
Edition en allemand: 10233 exemplaires  
Edition en italien: 1515 exemplaires

## Expo.02 avec le mobileclub

Expo.02 est l'événement de l'année par excellence. Une visite des sites s'impose. Et pourquoi pas en plusieurs fois, avec des programmes différents? Le mobileclub vous propose une offre exclusive: il organise en août prochain, pendant les ExpoGames 02 d'hiver à Yverdon, une manifestation spéciale avec à la clé la visite commentée du projet «Circuit» et un apéritif. Il restera suffisamment de temps à disposition des participants pour une visite individuelle de l'Arteplage d'Yverdon. Cette offre ne coûte que Fr. 45.- (y compris la carte journalière et les frais annexes).

**Date:** vendredi 16 août 2002, début à 10 h, fin au choix.

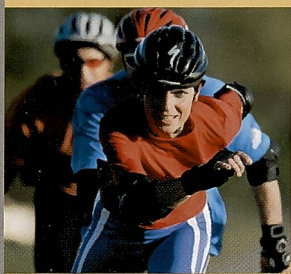
**Lieu:** Expo.02, Arteplage d'Yverdon, déplacement individuel.

**Programme:** visite commentée du projet «Circuit», apéro, visite libre de l'Arteplage d'Yverdon et des ExpoGames.02 sports d'hiver.

**Coûts:** Fr. 45.- pour les membres du club; Fr. 55.- pour les non membres.

**Inscription:** Secrétariat mobileclub, Bernhard Rentsch, BASPO, 2532 Macolin. Téléphone 032/342 20 60, fax 032/327 64 78, e-mail info@rebi-promotion.ch (le nombre des places étant limité, l'ordre d'arrivée des inscriptions sera pris en compte).

## Entraînement de l'endurance varié, efficace et planifié!



Le mobileclub propose un cours en corrélation avec le thème de l'endurance. Le sujet recevra un double éclairage: le premier volet sera orienté vers la pratique avec la découverte et la mise en

pratique du test des 4 x 1000 m, complété par différents jeux et exercices d'endurance. Le second sera consacré à l'éclairage théorique, avec l'étude d'une planification ciblée de l'entraînement d'endurance selon les objectifs.

**Programme:** éclairage théorique sur le sujet planification, bloc pratique avec choix de la thématique. La partie planification peut aussi constituer le bloc principal

pour la toute la journée. La relation avec son application pratique élargira le cadre théorique.

**Choix:** A = Bloc théorique + Test de performance, B = Bloc théorique + Jeux et formes d'exercices, C = Bloc théorique sur la journée avec éclairage pratique.

**Date:** samedi 16 novembre 2002, de 10 h à 16 h.

**Lieu:** Macolin.

**Coût:** membres du club Fr. 120.-; non membres Fr. 150.- (documents théoriques et repas compris).

**Inscription:** avec mention de la variante A, B ou C) auprès du Secrétariat du mobileclub, Bernhard Rentsch, OFSPO, 2532 Macolin. Tél. 032/342 20 60, fax 032/327 64 78, e-mail info@rebi-promotion.ch (le nombre de place est limité, l'ordre d'arrivée des inscriptions fait foi.)

### Offre de VISTA Wellness

#### Mega polochon pour la détente

Aux sportifs surmenés, aux personnes souffrant du dos, aux femmes enceintes et à celles qui allaitent, aux fans de la TV et à tous ceux et celles qui recherchent la position de détente optimale, le mobileclub propose, en collaboration de son partenaire VISTA Wellness SA, le polochon pratique Easy Cushion. Le contenu du coussin est antiallergique et ignifuge. Il est lavable à 60 degrés en machine.



Le polochon (195 x 38 cm, 1200 g) est vendu au prix spécial de Fr. 62.30 pour les membres du club et Fr. 69.- pour les non membres. La taie correspondante, en bleu ou jaune, coûte Fr. 27.30 pour les membres du club et Fr. 32.- pour les non membres. Prière d'indiquer la couleur désirée.

# mobileclub

Commandes réservées uniquement aux membres du mobileclub (pour les nouveaux membres: prière de remplir également le talon de droite).

Cours «entraînement de l'endurance», 16 novembre 2002

- Membres du mobileclub Fr. 120.-
- Non membres Fr. 150.-

Visite spéciale de l'Expo.02

- Membres du mobileclub Fr. 45.-
- Non membres Fr. 55.-

Polochon Easy Cushion

- Membres du mobileclub Fr. 62.30 (TVA comprise) + port
- Non membres Fr. 69.- (TVA comprise) + port

Taie pour polochon Easy Cushion

- Membres du mobileclub Fr. 27.30 (TVA comprise) + port
  - Non membres Fr. 32.- (TVA comprise) + port
- Couleur:  bleu ou  jaune

Nom / Prénom \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

NPA/Localité \_\_\_\_\_

Téléphone \_\_\_\_\_

Date et signature \_\_\_\_\_

A retourner à l'adresse suivante: Bernhard Rentsch, OFSPO, 2532 Macolin, fax 032/327 64 78

## Commande

A retourner à l'adresse suivante:

Rédaction de la revue «mobile», OFSPO, 2532 Macolin, fax 032/327 64 78

- Je m'abonne pour un an à la revue «mobile» ainsi qu'au mobileclub (Fr. 50.- pour la Suisse, € 41.- pour l'étranger).
- Je m'abonne pour un an à la revue «mobile» (Fr. 35.- pour la Suisse, € 31.- pour l'étranger).
- J'aimerais un abonnement à l'essai (3 numéros au prix de Fr. 15.-, € 10.- pour l'étranger).
- Je suis déjà abonné(e) à la revue «mobile» et j'aimerais devenir membre du mobileclub (Fr. 15.- par an).

Nom / Prénom \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

NPA/Localité \_\_\_\_\_

Téléphone \_\_\_\_\_

Fax \_\_\_\_\_

### Utilisation des données personnelles des abonnés à des fins commerciales

Dans le cadre du concept de sponsoring de la revue «mobile», les données personnelles des abonnés seront communiquées aux sponsors. Si vous ne souhaitez pas que vos données personnelles soient transmises à nos sponsors, veuillez nous le faire savoir expressément.

- Je ne veux pas que l'on utilise mes données personnelles à des fins commerciales.

Date et signature \_\_\_\_\_



**De quelle couleur  
est votre soif?**

**rivella rouge.**