

**Zeitschrift:** Mobile : la revue d'éducation physique et de sport  
**Herausgeber:** Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école  
**Band:** 12 (2010)  
**Heft:** 6

**Buchbesprechung:** Médiathèque du sport

**Autor:** Wahli, Damien

### **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**

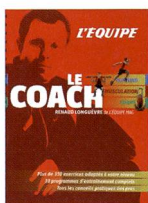
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media 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>**

## Le coach: running, musculation, forme

Comment retrouver la forme ou la conserver? Comment progresser en force pure, améliorer son jeu de jambes ou trouver de nouvelles ressources mentales? Comment éviter les blessures? Comment perdre du poids en salle de sport ou boucler son premier marathon? Le coach apporte toutes les réponses à ces questions et bien d'autres. Adeptes du running, de la musculation ou en quête de conseils pour s'échauffer, s'étirer ou s'alimenter sainement, le lecteur trouvera, grâce à une présentation originale, les conseils adaptés à son niveau et les exercices pour progresser dans les sports qu'il pratique. Cet ouvrage se présente comme une méthode globale à destination des sportifs de tous niveaux.



Longuèvre, R. (2010): **Le coach: running, musculation, forme**. Boulogne-Billancourt, L'Équipe, 174 pages.

## Tous à table

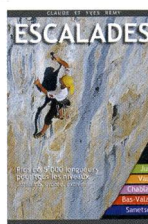
Ce manuel a été écrit pour le sportif occasionnel comme pour le sportif confirmé. Il s'adresse aussi à l'entourage médical: médecins, diététiciens, nutritionnistes, entraîneurs, étudiants. L'enjeu est de présenter une synthèse des connaissances actuelles en alimentation du sport, et de permettre à tous les adeptes d'activités physiques d'acquérir des compétences diététiques pratiques, facilement exploitables. Chacun y trouvera des conseils de terrain à adapter selon ses projets sportifs, ses préférences alimentaires, la perspective de bien-être, de prévention santé, la recherche d'un poids de forme souhaité ou de performance sportive. Il ne s'agit ici pas d'atteindre un nombre de bouchées réglementé, une valeur pondérale refuge, mais de trouver ou maintenir sa forme au quotidien.



Poulain, D. (2010): **Tous à table: du sédentaire au sportif accompli: repas et collations: de la cuisine aux lieux d'entraînement**. Magny-les-Hameaux, Chiron, 345 pages.

## Escalades

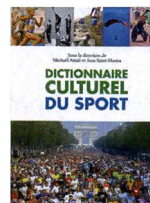
Le nouveau topo des frères Claude et Yves Remy présente une région qui s'étend du Jura à Martigny avec une extension au Sanetsch. On y trouve une qualité, une diversité d'escalade et de niveaux qui combleront le débutant comme le grimpeur extrême. Aux 4000 longueurs du précédent topo viennent s'ajouter plus de 1000 nouvelles longueurs ainsi que quelques nouveaux sites. En plus des informations usuelles pour grimper, l'ouvrage propose des notes historiques, des conseils, des règles, des portraits et autres clin d'œil du monde vertical ou d'ailleurs.



Remy, C.; Remy, Y. (2010): **Escalades: plus de 5000 longueurs pour tous les niveaux: initiation, avancé, extrême: Jura, Vaud, Chablais, Bas-Vallais, Sanetsch**. Vers-l'Eglise, C. Remy, 287 pages.

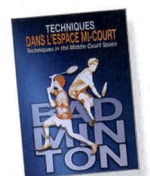
## Dictionnaire culturel du sport

Composante essentielle de la vie contemporaine, le sport pénètre désormais l'ensemble des univers de la vie individuelle et collective. On le pratique en amateur, en professionnel, en spectateur, on en parle en famille, entre amis, etc. Plus qu'une simple manifestation sociale ou économique, le sport est devenu un phénomène culturel majeur. D'où l'intérêt de ce premier «Dictionnaire culturel du sport» qui fait dialoguer les disciplines, croiser les approches et les méthodes pour tenter de mieux cerner cet objet d'étude à part. Unique en son genre, il constitue un ouvrage de référence, de découverte et de réflexion, en phase avec la reconnaissance du sport comme élément culturel fondamental.



Attali, M. (dir.) (2010): **Dictionnaire culturel du sport**. Paris, Armand Colin, 582 pages.

## Badminton



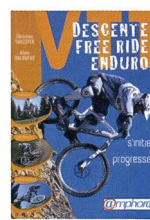
Ces deux DVD sont consacrés à l'exécution de l'ensemble des techniques dans ces deux espaces de jeu, sans oublier les grands principes du déplacement fondamental en badminton. C'est un regard technique et tactique alimenté d'images de haut niveau et de situations d'apprentissage avec des jeunes joueurs. Ces DVD exposent les techniques de l'ensemble des déplacements et frappes produits dans les espaces avant et mi-court, leurs aspects tactiques fondamentaux, ainsi que les remédiations de l'entraîneur lors de situations d'apprentissage. Ils sont un outil important pour les entraîneurs de club et les enseignants, pour enrichir leurs connaissances et faire progresser les jeunes joueurs.

Adam, T.; Jeanjean, C.; Mitaty, H. (2010): **Badminton: techniques dans l'espace avant**. Paris, INSEP, DVD.

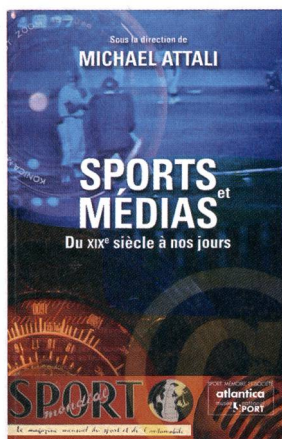
Adam, T.; Jeanjean, C.; Mitaty, H. (2010): **Badminton: techniques dans l'espace mi-court**. Paris, INSEP, DVD.

## VTT: descente, freeride, enduro

Guide pour apprendre à réussir les gestes techniques en descente, en freeride et en enduro. Informations pour choisir le matériel, adopter les meilleurs réglages, s'entraîner avec des exercices variés, découvrir les trucs et astuces de pros et apprendre à ne plus commettre les mêmes erreurs. Maîtriser son VTT dès que la pente devient très raide, ne plus subir la vitesse, etc. Quelles que soient ses attentes et son niveau, le lecteur trouvera dans ce livre matière à initiation, progression et motivation. Mais le VTT est aussi un sport mécanique: savoir choisir le matériel correspondant à sa pratique et apprendre à le mettre au point. De simple vététiste à vrai pilote, cet ouvrage accompagnera tout un chacun au long de sa progression.



Taillefer, C.; Delouche, A. (2010): **VTT: descente, freeride, enduro: s'initier et progresser**. Paris, Amphora, 255 pages.



## Un couple inséparable

Sous la direction de Michaël Attali, maître de conférences à l'UFRAPS de l'Université de Grenoble 1, cet ouvrage propose une approche qui se veut historique tout en ne négligeant pas l'aspect sociologique du thème abordé; et c'est peut-être là tout son mérite. Le postulat émis par l'équipe de Michaël Attali – composée de spécialistes de l'histoire du sport et des médias – est clair: «analyser les relations et les interactions entre les sports et les médias dans une logique dialectique en considérant à la fois les médias comme un élément structurant du sport et le

sport comme élément structurant des médias dans une perspective historique.» Les médias ne sont, ici, pas utilisés comme un simple outil de recherche mais bien comme un objet de recherche à part entière. Avec son approche historique, l'ouvrage décortique la construction de l'interdépendance du couple sports-médias; les médias comme espace à conquérir pour les institutions sportives et le sport comme produit d'appel pour les médias en quête de lectorat ou d'audience.

Passant en revue les différents formats médiatiques utilisés au cours de la période étudiée, le livre s'interroge également sur l'évolution et la modification de l'aspect temporel inhérent au spectacle sportif. De la presse spécialisée bourgeoise à Internet, en passant par la presse quotidienne et spécialisée populaire, la radio, la télévision et Internet, les médias ont contribué, par leurs contraintes technologiques propres, à l'évolution des disciplines sportives. Tous les sports ne sont pas promus par tous les médias. Certaines activités sportives ont donc connu des transformations importantes en raison des exigences médiatiques; les médias participant même parfois à la «fabrication» de l'événement sportif.

L'approche historique, rigoureuse et dense, qui peut parfois paraître rébarbatif nous permet néanmoins ici de comprendre l'enchevêtrement progressif des deux champs, pourtant spécifiques, que sont le sport et les médias. De plus, même spécifiques, les exemples proposés peuvent facilement être transposés. Les idées et interrogations sous-jacentes sont finalement, elles, générales. Enfin, la littérature existante sur les rapports sports-presse n'étant pas légion, ce livre peut facilement se positionner comme un ouvrage de référence destiné aussi bien aux chercheurs et étudiants qu'aux journalistes, milieux sportifs ou simples curieux à la recherche de réponse sur le pourquoi de l'omniprésence du sport dans les médias.

Attali, M. (dir.) (2010): *Sports et médias: du 19<sup>e</sup> siècle à nos jours*. Biarritz, Atlantica, 831 pages.

Damien Wahli

[www.mediatheque-sport.ch](http://www.mediatheque-sport.ch)

30 000 ouvrages et brochures  
10 000 articles de revue  
300 revues  
600 DVD  
200 CD-ROM + DVD-ROM

Prêt et réservation: [www.mediatheque-sport.ch](http://www.mediatheque-sport.ch) > Catalogue en ligne

Contact:  
[biblio@baspo.admin.ch](mailto:biblio@baspo.admin.ch)  
Tél. +41 (0)32 327 63 08

### Alimentation

Poulain, D. (2010): *Tous à table: du sédentaire au sportif accompli: repas et collations: de la cuisine aux lieux d'entraînement*. Magny-les-Hameaux, Chiron, 345 pages.

### Badminton

Adam, T.; Jeanjean, C.; Mitaty, H. (2010): *Badminton: techniques dans l'espace avant*. Paris, INSEP, DVD.

Adam, T.; Jeanjean, C.; Mitaty, H. (2010): *Badminton: techniques dans l'espace mi-court*. Paris, INSEP, DVD.

### Course à pied

Carrio, C. (2009): *La meilleure façon de courir: mieux courir sans fatigue ni blessures*. Vergèze, Thierry Souccar éd., 127 pages.

### Culture sportive

Attali, M. (dir.) (2010): *Dictionnaire culturel du sport*. Paris, Armand Colin, 582 pages.

### Equitation

Maillet, C. (2010): *Saut d'obstacles: les exercices de gymnastique les plus efficaces*. Paris, Vigot, 222 pages.

### Escalade

Remy, C.; Remy, Y. (2010): *Escalades: plus de 5000 longueurs pour tous les niveaux: initiation, avancé, extrême: Jura, Vaud, Chablais, Bas-Valais, Sanetsch*. Vers-l'Eglise, C. Remy, 287 pages.

### Préparation physique

Longueuvre, R. (2010): *Le coach: running, musculation, forme*. Boulogne-Billancourt, L'Equipe, 174 pages.

### Renforcement musculaire

Carrio, C. (2010): *Sculptez vos abdos: renforcez vos abdos en protégeant votre dos*. Vergèze, Thierry Souccar éd., 175 pages.

Savoldelli, J.; Laidet, L. (2010): *Votre dos: bien-être, santé, performance: prévenir et soulager*. Paris, Amphora, 224 pages.

### Ski

Müller, S. (2010): *Enseignement des sports de neige*. Belp, Swiss Snowsports Association, 129 pages.

### Snowboard

Semadeni, R. (2010): *Snowboard*. Belp, Swiss Snowsports Association, 239 pages

### Sport pour personnes âgées

Lonsdorfer, J. (dir.) (2010): *La consultation de l'aptitude physique du senior*. Rennes, Presses de l'Ecole des hautes études en santé publique, 241 pages.

### Stretching

Carrio, C. (2010): *Savoir s'étirer: automassages et étirements pour un corps performant, souple et sans douleur*. Vergèze, Thierry Souccar éd., 223 pages.

### Tennis

Mourey, A. (2010): *Le point sur l'apprentissage du tennis: du plaisir de la découverte à la maîtrise du jeu*. Paris, L'Harmattan, 363 pages.

### Vélo tout terrain

Taillefer, C.; Delouche, A. (2010): *VTT: descente, free ride, enduro: s'initier et progresser*. Paris, Amphora, 255 pages.