

**Zeitschrift:** Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport  
**Herausgeber:** École fédérale de sport de Macolin  
**Band:** 48 (1991)  
**Heft:** 7

**Buchbesprechung:** Bibliographie et audiovisuel

**Autor:** Jeannotat, Yves / Nyffenegger, Eveline / Huguenin, Françoise

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 15.03.2025

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

## Pour ma bibliothèque

Yves Jeannotat et 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.

### Aquagym (tome 2)

Christiane Gourlaouen  
et Jean-Louis Rouxel  
Editions Chiron – 1991  
40, rue de Seine  
F-75006 Paris

Le tome 2 d'*Aquagym* fait suite à celui que j'ai présenté dans le numéro 12/1988. Pour celles et ceux qui aiment l'eau et qui ont compris tout le bien qu'ils peuvent en retirer, Gourlaouen et Rouxel ont concocté 100 nouveaux exercices: de quoi tester, choisir, varier!

Maître nageur sauveteur, Christiane Gourlaouen enseigne l'aquagym depuis 6 ans. Professeur de culture physique et, lui aussi, maître nageur sauveteur, Jean-Louis Rouxel le fait depuis 16 ans. Qui oserait donc prétendre que les auteurs ne savent pas de quoi ils parlent? Le premier volume avait pour ambition d'expliquer ce qu'est la gymnastique aquatique et quels sont ses bienfaits. Celui-ci propose des exercices accessibles et bien adaptés aux situations et aux besoins les plus divers. On peut les faire dans tous les types de bassin: en eau peu profonde (bord de mer, lac, rivière, piscine) comme en eau profonde, avec l'aide de flotteurs dans ce cas. Gourlaouen et Rouxel disent ce qu'ils pensent de cette pratique: «Porté par l'eau, on se sent en apesanteur. Les vertèbres se détassent, les articulations s'assouplissent, les mouvements s'exécutent plus facilement. Finies les douleurs lombaires! La pression de l'eau faisant résistance et automassage, les mouvements sont plus efficaces. On évite les claquages et les courbatures. Le phénomène d'automassage active la circulation sanguine et la ventilation

pulmonaire. De plus, l'eau permet d'adapter l'effort à ses possibilités. Enfin, pas besoin de savoir nager comme un champion pour faire de la gym dans l'eau!»

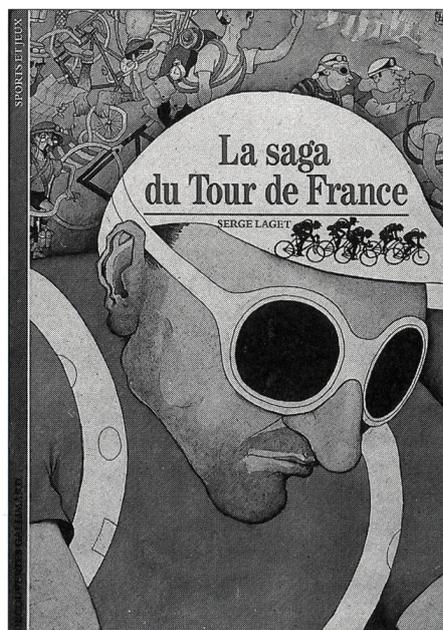
*Aquagym 1* et *2* sont parus dans la collection «Aquaviva», dirigée par Denys Ferrando-Durfort, collection qui compte déjà *Aquabuilding* et *Aquastretching*, de Bernard Lebaz, *Aquafitness*, de Magali Schneider et *Eau et sport*, d'André Monroche.

Prix approximatif: 30 fr.

### La saga du Tour de France

Serge Laget  
Editions Gallimard – 1990  
5, rue Sébastien-Bottin  
F-75007 Paris

Serge Laget a dévoilé sa grande culture du sport dans le numéro 5/1991 de MACOLIN, par le biais de l'article très intéressant qu'il y a consacré aux



sports de ballon pratiqués par les femmes. Mais on se souvient que c'est aussi lui qui est l'auteur, avec Jean-Paul Mazot, du *Grand livre du sport féminin*, paru aux Editions FMT (F-69220 Belleville-sur-Saône). Il vient de publier un nouvel ouvrage: *La saga du Tour de France*, et le moment est bien choisi pour présenter ce récit: récit d'une fabuleuse aventure qui, depuis 1903, an-

née de son lancement, n'a cessé de faire renaître, chaque été, le grand amour entre le sportif et sa petite reine, la bicyclette. «Tous les mois de juillet», écrit Laget, «les géants de la route sont attendus par des millions de spectateurs et admirés par plus d'un milliard de téléspectateurs: jeunes, vieux, sportifs, non-sportifs. De Garin à Lemond en passant par Christophe, Pélissier, Coppi, Anquetil, Merckx ou Hinault, la saga du Tour est riche d'exploits et de drames, de bruits et de couleurs: une véritable odyssee des temps modernes!»

Laget a souvent parlé du Tour de France déjà: dans *Cyclisme* (Larousse, 1978), dans *La Belle Epoque du cyclisme* (Jadault, 1978) et dans *Le livre d'or du sport français, 1845-1945* (Le Chêne, 1979). Mais ce livre-là, parce qu'il est entièrement consacré à l'événement, parce qu'il est truffé d'illustrations qui sont autant de documents, est unique en son genre, et, avant même d'avoir débuté sa lecture, le simple fait de le feuilleter a fait monter ma pulsation au rythme adopté, dans l'effort, par le cœur des coureurs de grand fond!

Prix approximatif: 19 fr.

### Ski '91

Collectif d'auteurs  
Editions «Sport suisse» – 1991  
Rue Boissonnas 9  
1227 Genève

L'hiver a été assez tenace, cette année, pour que nous n'ayons aucune crainte de présenter au mois de juillet le grand livre *Ski '91* de la FSS, ouvrage édité en faveur de la Fondation sportive suisse et de l'Aide sportive. C'est le dernier-né d'une série sur les championnats du monde, débutée en 1974 déjà. Comme d'habitude, les responsables de cette brillante collection présentent un document de bonne qualité rédactionnelle et, surtout, illustré de façon spectaculaire. Rappelons que le bénéfice d'édition qui découle de la vente de *Ski '91* est versé intégralement à la Fondation Aide sportive suisse. Avec le produit de ce volume, la somme remise à cette institution jusqu'à ce jour va largement dépasser la barre des 2.300.000 francs!

Prix approximatif: 138 fr. ■

# Nouvelles acquisitions

Françoise Huguenin

Les livres de la bibliothèque de l'EFSM ne peuvent pas être achetés, mais empruntés gratuitement pendant 1 mois.

## Généralités

par Broussard Philippe **03.2124**

### Génération supporter. Enquête sur les ultras du football

Paris, Laffont, 1990, 377 p., lit.

L'analyse de cet ouvrage figure dans MACOLIN 1/1991.

par Reynaldo Jean-Pierre **79.282**

### Histoire des courses plates

Epinay sur Seine, Galtro, 1990, 213 p., ill. lit.

L'origine des courses est aussi ancienne que l'usage du cheval; la course qui permet à un animal de faire connaître sa vitesse, sa force, sa résistance et son courage, où il trouve l'occasion de donner tout ce dont il est capable, et ce qu'on peut attendre de lui, est, en effet, un critère qui de tout temps a toujours été reconnu comme le meilleur, le plus exact et le plus concluant. La perfection absolue ne pouvant exister, – c'est du moins, ce qu'ont prétendu établir les moralistes les moins discutés, – toute supériorité n'est par suite que relative; pour être reconnue, un point de comparaison est indispensable. La course n'a pas d'autre but.

## Psychologie

par Postle Denis **03.913**

### L'énergie du mental. Vers l'équilibre, l'harmonie et l'épanouissement de soi.

Paris, Laffont, 1990, 255 p., fig. ill., tab.

S'adresse à tous ceux qui, s'étant remis en question, désirent prendre leur vie en main de manière plus intelligente et plus efficace, à tous ceux qui veulent être bien dans leur peau et dans leur tête. Ce guide complet, original, documenté et parfois provocateur leur permettra de choisir leur voie et de se rééduquer progressivement. Les questions et les exercices, stimulants pour le mental, les aideront à appré-

hender différemment l'existence, à mieux se connaître, à explorer les mécanismes de la pensée, de la prise de décision et de la relation à autrui.

## Jeux

par Ejnès Gérard, Jeffroy Guy, Almeida José de **71.1934 q**

### Italia 90.

#### La Coupe du monde de football.

Paris, Messidor, 1990, 117 p. ill.

Collection «L'Événement du sport»

#### Au sommaire

1er tour: enfin le football est au monde.  
1/8 de finale: ce sont parfois les meilleurs qui s'en vont.

1/4 de finale: demi-finales avec quatre buts!

1/2 finales: les tirs au but finalistes!

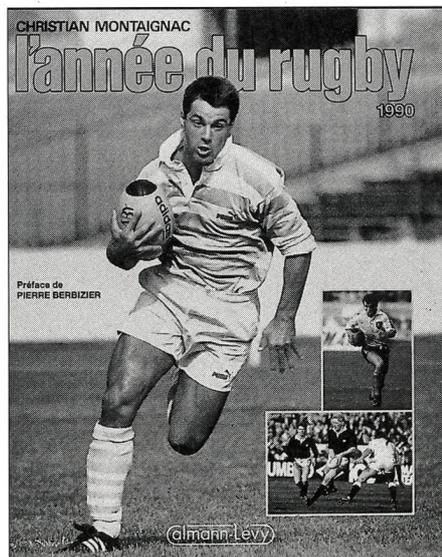
Finale: ceux qui méritaient... ceux qui ne méritaient pas.

par Montaignac Christian **71.1940 q**

### L'Année du Rugby 1990

Paris, Calmann-Lévy, 1990, 158 p., fig. ill.

«L'Année du Rugby 1990», c'est un grand coup de projecteur sur les changements de pouvoirs, sur le Tournoi des Cinq Nations qui s'est ouvert, pour les Anglais et les Ecossais, à la consécration. «L'Année du Rugby 1990», c'est aussi, et comment, la montée jusqu'au



balcon du Parc des Princes du Racing, champion de France, seigneur des élégances et des impertinences. Cet ouvrage, de Christian Montaignac, avec ses mots et ses crépitements, ses fièvres et ses emportements, ses images et ses documents, est à la mesure de ce que le rugby a connu de si émouvant. A un an de la Coupe du monde, «L'Année du Rugby 1990» est bien celle des bouleversements sur l'herbe et dans les cœurs.

par Grimault D.

**71.1929 q**

### Italie: Coupe du Monde 1990

Calmann-Lévy, 1990, 160 p. ill.

La Coupe du monde 90 est finie et, déjà, la nostalgie nous saisit tous, qui avons vécu pendant quatre semaines la plus belle fête que le football puisse présenter, espèce d'opéra fou, savouré par 15 milliards de téléspectateurs, unis comme un seul homme autour d'une même passion.

Maintenant que les jeux sont faits, que rien ne va plus, que la roulette de la vie sans foot s'est relancée dans un monde à nouveau divisé, il reste les images pour mieux se souvenir. Or, cet album – d'un type nouveau par sa présentation et son format – est d'abord un livre d'images, réalisé par les meilleurs photographes français accrédités au Mondiale.

Avec eux, revivez Italia 90.

## Cyclisme

par Chany Pierre

**75.386 q**

### L'Album 90 du cyclisme avec l'histoire des «Nations» 1932-1990

Un auteur dont la signature fait autorité depuis des années dans le domaine du cyclisme.

- Douze mois d'actualité, d'octobre 1989 à octobre 1990, qui revivent sous sa plume, avec la passion du sport et l'exactitude du spécialiste.
- Les événements, les hommes, les lieux, les coulisses, toutes les courses de la saison jusqu'au Tour de Lombardie, ultime épreuve de la saison.
- Des anecdotes, des chroniques, des panoramiques: un an d'histoire de cyclisme comme si vous y étiez.

Mieux que si vous y étiez: 216 pages tout en couleurs, avec les plus belles photos de la saison. Le cyclisme 1990 dans le vif de l'action.

## Médecine

par Etienne Jean-Louis

**06.2034**

### Médecine et sports de montagne

Paris, Favre, 1990, 158 p. fig. tab.

Vous faites de la randonnée en montagne, du ski de raid, de l'escalade extrême, des trekkings, des expéditions dans tous les massifs du monde: ce livre vous est indispensable. C'est actuellement un des rares ouvrages médicaux disponibles en langue française qui répondent à toutes les questions concernant l'effort en montagne, la diététique et les problèmes médicaux sur le terrain. Traité d'une façon didactique, ce livre de médecine accessible à tous est un condensé des dernières connaissances scientifiques sur la préparation physique et l'adaptation de l'homme à son environnement en montagne. ■