

# Installation de test sportif

Autor(en): **Palm, Jürgen**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Jeunesse et sport : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin**

Band (Jahr): **26 (1969)**

Heft 11: **Sport pour tous**

PDF erstellt am: **11.09.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-997376>

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

# Installation de test sportif

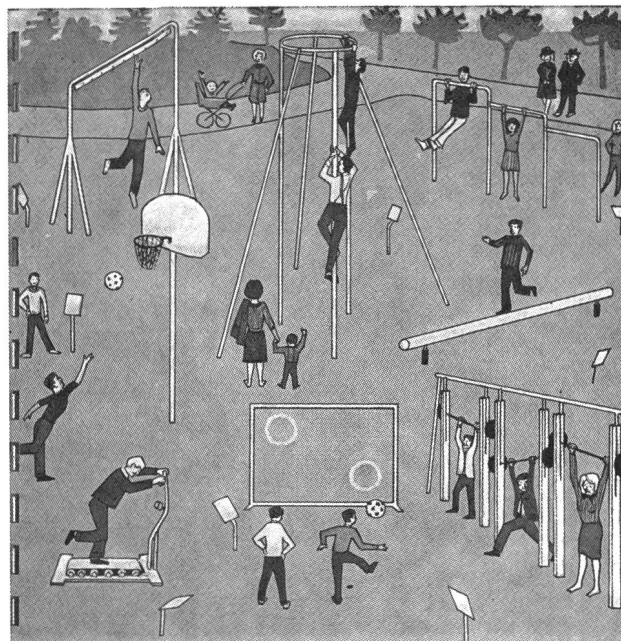
Jürgen Palm (trad.: A. M.)

Pour le contrôle personnel de l'aptitude à la performance physique de chacun.

Huit agrès avec barème affiché.

Il s'agit là d'une forme de l'évolution dans les travaux de la «deuxième voie».

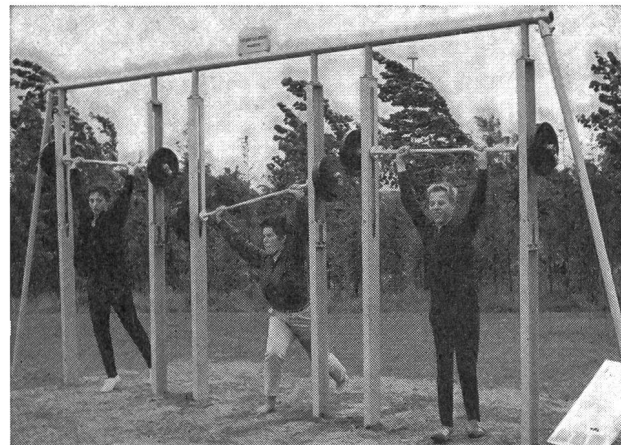
Résistant aux intempéries, ces installations restent en plein air toute l'année.



De: Lehrhilfen für die Leibeserziehung 12/67.

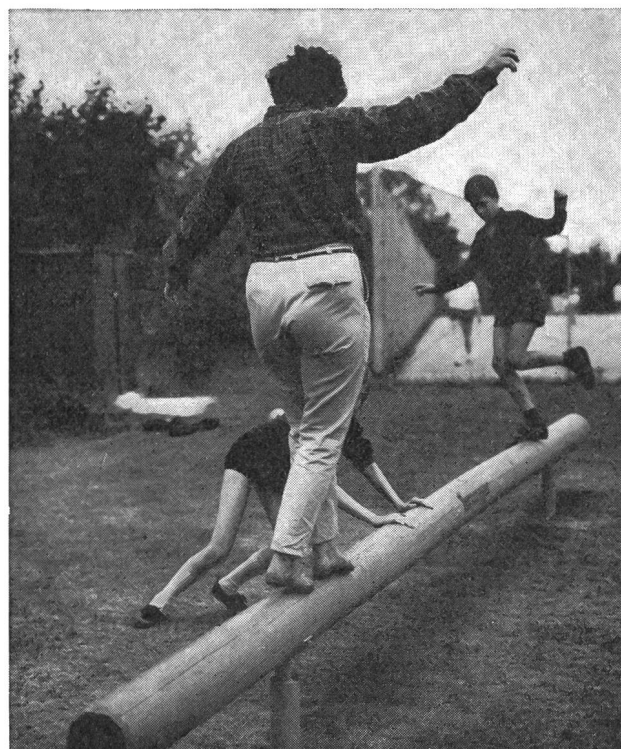
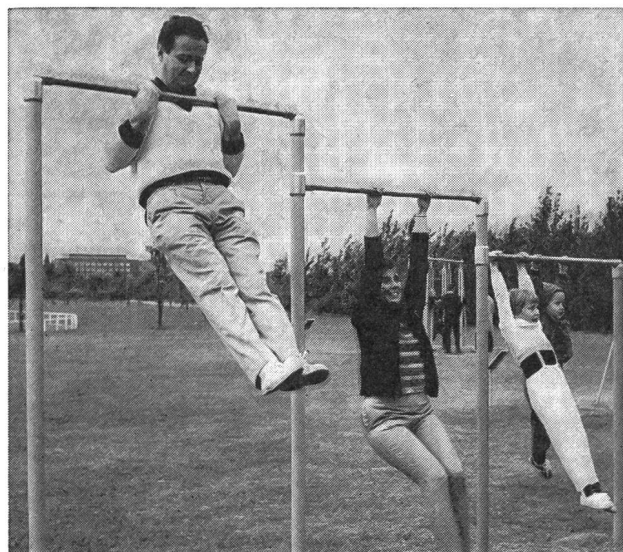


Mur à football: de l'endroit marqué, shooter la balle dans les trous aménagés à la paroi. 10 coups (test d'habileté).



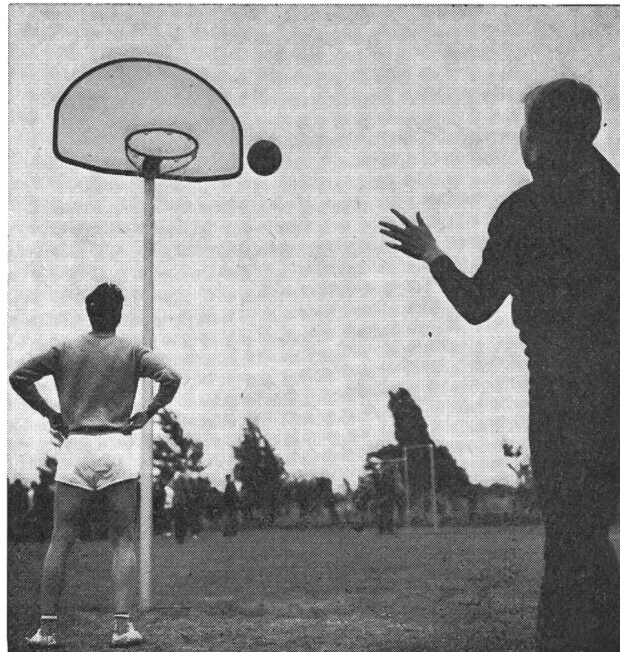
Installation de lever de poids: les haltères à disques sont réparties dans les trois installations en prévision des différents niveaux d'aptitude. Par exemple: 15, 25 et 40 kg. Ressorts, dispositif de sécurité, possibilité de cadénasser (test de force).

Barre fixe pour flexion des bras en suspension: fléchir et tendre les bras sans interruption. Barème de 1 à 20 (test de force).





Le tapis roulant: le tachymètre indique la vitesse de course et la distance parcourue en une minute (test d'endurance).



Tir au panier: de l'endroit marqué, effectuer 10 tirs dans le panier (test d'adresse).

Perches à grimper: Grimper plusieurs fois jusqu'au sommet des perches en s'arrêtant au maximum 3 secondes au sol après chaque descente (test de force-endurance).



Portique de saut: saut en hauteur sans élan à pieds joints, chercher à toucher la barre oblique le plus haut possible. La différence entre la grandeur corporelle et la hauteur du saut est déterminante (test de détente).





# Revolution 70

COLORADOS\* – un style moderne, dynamique. Pour les jeunes qui aiment les départs fulgurants, en colorama.

Des skis d'avant-garde: techniquement parfaits. Rapides. Assez sûrs d'eux pour oser la synthèse entre l'élégance de la ligne et les audaces de la couleur.

Dès 1970 – les rois incontestés de la piste.

*\* COLORADOS, soit en jaune, rouge, orange ou en noir/blanc.*

# ATTENHOFER SKI

A. ATTENHOFER SA