

**Zeitschrift:** Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport  
**Band:** 52 (1995)  
**Heft:** 11

## Inhaltsverzeichnis

### **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:** 15.10.2024

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

**Rédactrice responsable:** Eveline Nyffenegger (Ny)

**Rédactrice adjointe:** Françoise Huguenin (fh)

**Secrétariat et coordination graphique:**  
Françoise Huguenin

**Adresse de la rédaction:** Ecole fédérale de sport,  
2532 Macolin – Tél. 032 276 418/299  
Téléfax: 032 276 404

**Abonnement annuel:** 29 fr. (Suisse) et 33 fr.  
(étranger)

**Encaissement:** le service PTT des abonnements  
aux journaux enverra la facture pour un trimestre, un  
semestre ou une année, selon la date du début de  
l'abonnement.

**Vente au numéro:** 3 fr. (Suisse) et 3 fr. 50  
(étranger)

A commander à:  
Ecole fédérale de sport, 2532 Macolin

**Impression:** Imprimerie W. Gassmann SA,  
2501 Bienne

**Régie des annonces:** Agence d'annonces SA,  
chemin du Long-Champ 135, 2501 Bienne  
Tél. 032 428 295/96

**Enregistrement des abonnés et changements  
d'adresse:**

Service PTT des abonnements aux journaux,  
3029 Berne  
(Communiquer les changements d'adresse au  
moyen du form. PTT N° 257.04, disponible dans tous  
les bureaux de poste.)

**Date de parution:** le 15 de chaque mois.

Délai rédactionnel: 2 mois avant la parution.  
Les articles signés reflètent l'opinion de leurs au-  
teurs, mais pas nécessairement celle de l'éditeur  
ou de la rédaction. Les manuscrits ne sont pas ren-  
dus à leurs auteurs.

**Reproduction et citations:** autorisées avec men-  
tion des sources. Un exemplaire justificatif est sou-  
haité.

Le contenu des annonces n'engage pas la responsa-  
bilité de la rédaction.

**Ont collaboré à ce numéro:**

*Pour la photo:* Daniel Käsermann.

*Autres illustrations:* pp. 2 et 3: Ueli Wenger; pp. 8 et 9:  
Salome Brunner; pp. 10 et 11: Philippe Chevalier; p. 17:  
ENA, U. Liebing; pp. 22 et 24: R. Schläppi-Moser.

**MACOLIN/MAGGLINGEN paraît men-  
suellement en trois langues:**  
français / italien / allemand

**Commission de rédaction:**

Président: Hans Altorfer (rédaction allemande)

Membres: Eveline Nyffenegger et Françoise Huguenin (rédaction  
française), Arnaldo Dell'Avò et Nicola Bignasca (rédaction ita-  
lienne), Daniel Käsermann (photos), Marisa Bühlmann (secrétariat)

**Photo de couverture**

Le gymnaste et l'entraîneur unissent leurs  
efforts dans un but commun: l'exécution par-  
faite du Diamidov aux barres parallèles.

## Sommaire

Page

### Editorial

Ecole et sport d'élite  
E. Nyffenegger

1

### Théorie et pratique



Des émotions en ski de fond  
U. Wenger

2

Du ski de fond...  
W. Weiss

4

Toto chez les hockeyeurs  
R. Altorfer

5

De la créativité en patinage artistique  
S. Brunner

8

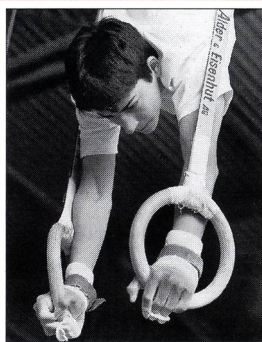
Les mouvements clés de la technique du ski  
Ph. Chevalier

10

### Reportage illustré

Ensemble pour un même objectif  
D. Käsermann  
J.-C. Leuba

12



### Sciences du sport

Comment entraîner muscles, tendons et  
articulations  
J. Hegner

14



### Divers

Le ballon avalanche ABS  
Institut fédéral pour l'étude de la neige et des  
avalanches

17

### Echos de l'EFSM

CFS: dialogue avec Mario Botta  
H. Löffel

19

Retrouvailles à Macolin

19

Cours de perfectionnement pour maîtresses  
et maîtres de sport / Cours de l'EFSM donnés  
dans le cadre de l'année de transition 1995/96

20

### Bibliographie et audiovisuel

Pour ma bibliothèque  
E. Nyffenegger

22

Nouvelles acquisitions  
F. Huguenin

23

### Jeux et loisirs

B. Vœffray

24