

Les sports de la neige

Anton Fendrich

• LES SPORTS • DE LA NEIGE



• HACHETTE & C^{IE}_— •

[Anton Fendrich](#)

Les sports de la neige

Traduction par [René Auscher](#).
[Hachette](#) & Cie, 1912.

[Texte sur une seule page](#)

• LES SPORTS • DE LA NEIGE



TABLE DES MATIÈRES

Préface	VII
-------------------------------	-----

COMMENT SE DÉPLACER SUR LA NEIGE ?

<u>Moteur humain</u>	2
Le ski. — La raquette.	
<u>Moteur pesant</u>	4
La luge. — Le skeleton. — Le toboggan. — Le bobsleigh.	
<u>Moteur animal</u>	18
Le traîneau.	
<u>Moteur mécanique</u>	21
Le traîneau automobile.	
<u>Centres de tourisme d'hiver</u>	25
EN FRANCE : Les Vosges. — Le Jura. — Les Alpes. — Les Pyrénées. — Le Massif Central. — Algérie.	
À L'ÉTRANGER : Suisse. — Autriche-Hongrie et Allemagne. — Suède et Norvège.	

LE SKI

<u>Histoire du ski</u>	35
<u>Le ski en France</u>	40
<u>Un peu de chronologie</u>	43
<u>Tableau des meilleures performances en ski obtenues dans les trente dernières années</u>	45
<u>Ce dont on a besoin en ski</u>	47
Le ski. — L'attache. — La canne. — L'équipement. — Le sac. — La neige. — Elle colle !	
<u>Fabrication des skis</u>	71
<u>Comment on apprend le ski</u>	74
<u>La descente</u>	76
<u>Comment on se relève</u>	78
<u>Demi-tour</u>	80
<u>Marche en plaine</u>	83
<u>Ascensions</u>	84
<u>Marche en chasse-neige</u>	87
<u>Le « Telemark » et le « Christiania »</u>	92
<u>Le saut</u>	102
Construction du tremplin. — Comment doit-on sauter ? — Le départ. — Le saut. — Le maintien dans l'air. — Arrivée du saut. — L'arrêt. — Bons exercices pour le saut. — Le saut doit-il être long ou élégant ?	

<u>Marche en terrain difficile</u>	116
<u>Skijöring</u>	118
<u>Hygiène et accidents</u>	119
<u>Réflexions d'un skieur psychologue</u>	121
<u>Conseils techniques</u>	124
Brisure des skis. — Manière de ménager l'attache. — Amas de neige sous les souliers. — Gauchissement des skis. — Freins. — Cannes en bambou. — Skis mal laqués. — Graisse de souliers. — Peaux. — Conservation et tendage des skis en été. — Conduites chaudes et radiateurs. — Lunettes de neige. — Boussole et carte. — Cours de ski.	
<u>Applications du ski</u>	127
Le ski et l'individu. — Le ski et la collectivité. — Le ski dans l'armée.	
<u>Conclusion</u>	132