

La montagne,

Un fabuleux terrain de jeu



Traces documentaires, propositions ludiques et applications web

Bibliothèques municipales, Espace sport

Plaine de jeunes 2018, Genève

En plus des références documentaires qui suivent, vous trouverez sur notre réseau d'autres ressources sur les jeux vidéo et la montagne, notamment :



Des jeux vidéo à tester et à emprunter
au 4^e de la Cité

Bibliothèques Municipales
de la ville de Genève



Notre Blog et ses sections ados,
musique, cinéma... et bientôt sport



Des cartes d'excursions dernière
génération (imperméables)



Des questions/réponses relatives au
sport, aux jeux, à Genève

Au programme des pages suivantes :

La montagne en jeu vidéo	2
La montagne en applis web	6
La montagne en mots et en images	
Alpinisme	10
Escalade	13
(Ski) Randonnée	17
Environnement / Avalanches	19
Nœuds	20
Nos magazines	22

La montagne en jeu vidéo

Aujourd'hui, le jeu vidéo est un bien culturel, au même titre que les nombreux livres, films ou œuvres musicales que nous proposons déjà. Nous souhaitons donc conserver notre rôle de prescripteurs et de proposer un choix de jeux adapté à notre public et à l'idée que nous nous faisons de « l'expérience jeu » en bibliothèque : s'ouvrir à des univers **riches** et **interactifs** à travers une expérience **ludique** !

Pour cette thématique, nous avons souhaité vous ouvrir quelques pistes. Que la montagne soit au centre du jeu ou que ses **décors** soient montagneux, ces quelques titres vous permettront de vous évader, le temps d'une vraie excursion :

 PC Windows

 Playstation 4

 Nintendo Switch

 Smartphone iPhone

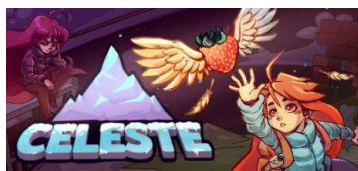
 Mac

 Xbox One

 Smartphone Android



 **Alto's adventure** s'inscrit dans le genre très représenté des « endless runner ». Il arrive pourtant à tirer son épingle du jeu grâce à sa réalisation très soignée, ses paysages de montagne poétiques et sa grande simplicité. Ramassez vos lamas éparpillés dans la montagne tout en fuyant une avalanche.



 **Celeste** raconte l'histoire de Madeline qui tente de gravir une montagne fictive de l'ouest du Canada. Le sommet semble posséder le pouvoir de manifester le tourment intérieur de la personne l'affrontant. Le jeu vous demandera adresse et persévérance si vous souhaitez en voir la fin.



 Dans **Descenders**, vous allez descendre les flancs d'une montagne en VTT. Chaque partie propose une expérience différente car les terrains sont générés aléatoirement. Choisissez de rejoindre une des trois équipes de joueurs existante et entraînez-vous avec votre équipe.



 Entre le film et le jeu vidéo, **Everest VR** se veut une expérience immersive : parcourez 5 étapes scénarisées du campement de base au sommet. Le jeu a été réalisé en photographiant une équipe partant réellement à l'assaut du géant himalayen.



 Dans **Firewatch**, vous incarnez Henry qui décide du jour au lendemain de surveiller des feux de forêts, dans les étendues sauvages du Wyoming. Son seul contact avec le monde extérieur est son superviseur, nommée Delilah et joignable à tout moment par radio. Explorez montagnes et forêt et enquêtez sur des faits passés.



 Absurde, expérimental et introspectif, **Getting over it** vous met dans la peau d'un homme-tronc, émergeant d'un chaudron et armé d'une masse. Son seul but ? Escalader une immense montagne. Un jeu difficile, sans pardon, mais intéressant.



 **Mark McMorris Infinite air** s'inscrit dans les jeux de snowboard classiques, moins présents depuis quelques années. Si sa prise en main est assez immédiate le jeu garde une certaine profondeur et vous demandera de la persévérance pour être maîtrisé.



 A la limite entre l'œuvre d'art et le jeu vidéo, **Mountain** place le joueur face à une montagne, créée automatiquement par les dessins du joueur. Cette montagne évolue, parle et parfois, des objets apparaissent sur elle. Est-ce que Mountain est un vrai jeu ? Une satire des jeux vidéo indépendants ?



 **Shelter 2** vous met dans la peau d'un puissant lynx à travers de vastes paysages. Donnez naissance et élevez votre progéniture en maîtrisant vos capacités de chasse. Explorez la beauté sauvage de la nature et faites tout votre possible pour préparer votre famille contre les créatures vivant dans la toundra.



 **Snow** est un jeu gratuit de ski, de snowboard et de motoneige permettant au joueur d'évoluer dans des domaines de montagne variés. Explorez des environnements variés et réalistes et modifiez le si nécessaire pour les adapter à votre style.



 **Steep** est un jeu vidéo de sports extrêmes ayant pour cadre les Alpes et les Rocheuses d'Alaska. Ski, snowboard, wingsuit, parapente, luge, base jump, speedgliding et rocket wing sont disponibles alors que le titre met l'accent sur l'exploration, permettant au joueur de débloquent de nouvelles montagnes.



Windows **The Climb** est un jeu à la première personne où le joueur doit escalader des environnements de jeu, jusqu'au sommet. L'accent est mis sur l'interaction avec les prises disponibles et la rapidité, au détriment d'une approche plus réaliste.



Windows Dans **The long dark**, vous incarnez un pilote de brousse qui s'est écrasé dans la nature sauvage glacée du Canada et doit lutter pour sa survie après une catastrophe planétaire. Le jeu est une simulation en milieu hostile mais propose aussi une histoire intéressante et immersive.



Windows Réservé à un public averti, **Through the Woods** est un jeu scandinave d'horreur et d'aventure, qui se déroule dans une forêt en montagne, située sur la côte ouest de la Norvège. Le titre raconte l'histoire d'une mère et de son fils disparu.





Pour utiliser PressReader sur tablette et smartphone



- 01** Connectez-vous au réseau wifi «BMU» dans l'une de nos bibliothèques
- 02** Téléchargez l'application PressReader correspondant à votre appareil (IOS ou Android) à l'adresse suivante : http://about.pressreader.com/pr_download.html
- 03** Téléchargez autant de titres que vous voulez sur votre tablette ou smartphone et consultez-les ultérieurement. Vous pouvez ensuite mettre à jour les éditions ou télécharger d'autres titres pendant 7 jours depuis un autre réseau.



Pour utiliser PressReader sur un ordinateur



Vous pouvez également consulter les journaux proposés par le site web de Pressreader (<http://www.pressreader.com>) depuis votre ordinateur portable en vous connectant sur le réseau wifi «BMU» mais sans pouvoir télécharger les titres. Vous pouvez encore accéder à ce site pendant 7 jours depuis d'autres réseaux. PressReader est également consultable depuis les postes internet des Bibliothèques municipales.

La montagne en applis web

Les technologies de l'information et de la communication ne cessent de progresser et d'offrir de nouveaux outils facilitant la consultation et la recherche de données, permettant leurs personnalisations et leurs téléchargements (pour un usage hors connexion), usant de la géolocalisation pour être secouru ou encore des fonctions de publication pour partager itinéraires et exploits...

Les sports outdoor et de montagne sont même devenus un terrain de jeu rêvé pour les développeurs et la palette est telle que nous avons tenté de faire une petite sélection - loin d'être exhaustive - de ces outils/applis qui nous aident, nous orientent, nous tracent et qui parfois nous rendent légèrement accros... (et encore on évoquera pas Strava ici ;)

	 Http	 Android	 Iphone
	  	L'assistance médicale aérienne suisse a conçu une app qui permet d'avertir les secours en cas d'urgence. Très simple à utiliser, elle transmet automatiquement les données de localisation de l'émetteur d'alarme aux équipes de secours via GPS	Gratuit Donateur : 30 CHF/an # secours # géolocalisation
White risk 	 	White Risk est l'appli pour tous ceux qui évoluent en montagne l'hiver en dehors des pistes sécurisées. Elle vous informe sur la situation nivologique et avalancheuse en Suisse grâce aux bulletins d'avalanches et aux données nivologiques et météorologiques. Par ailleurs, l'appli White Risk propose des connaissances basiques permettant d'évaluer le danger d'avalanches	Gratuit # prévention # avalanches # freeride

SuisseMobile 		L'app donne accès à un grand nombre de cartes sur lesquelles se géolocaliser sur la multitude de sentiers. La <i>version plus</i> permet en outre de tracer un itinéraire, d'obtenir les données de la randonnée (temps, dénivelé) et de consulter les cartes hors connexion	Gratuit <i>SuisseMobile Plus</i> : 35 CHF/an	# randonnée # traces GPS
Peakfinder 		Affiche les noms de toutes les montagnes et pics environnants avec un panorama à 360°. Ces fonctions sont totalement hors ligne, et dans le monde entier! L'app connaît plus de 350'000 pics, depuis le Mont Everest jusqu'à la petite colline du coin	5 CHF	# sommets # cartographie
Camptocamp 		Camptocamp est une association qui a pour but de faciliter le partage d'informations entre les pratiquants de sports de montagne et de contribuer à la sécurité des activités. L'app se nourrit des retours des pratiquants depuis le terrain et propose à l'heure actuelle les activités de montagne suivantes : ski, surf, alpinisme, escalade, cascade de glace, randonnée / trail, raquette, parapente, VTT, via ferrata, slackline, highline	Gratuit	# communauté # montagne # topos # cartographie
Whympr 		Whympr vous aide à préparer et organiser vos courses en montagne. Accédez aux descriptions détaillées de milliers de sommets et itinéraires sur votre mobile. L'app s'appuie notamment sur camptocamp.org et sur les cartographies IGN. Accessible pour l'instant que sur IOS	Gratuit	# montagne # topos # cartographie

Uepaa 	 	Uepaa! est un service de sécurité certifié qui peut te sauver la vie et celle des autres. Reste sain et sauf n'importe où, quel que soit la personne qui t'accompagne et quel que soit ton activité. L'app s'assure que tu es en sécurité et toujours connecté(e) à un réseau de sécurité mondial. Ce réseau de sécurité comprend: * Tes contacts d'urgence personnels * Une centrale d'alerte joignable 24h/24, 7j/7 avec plus de 450 organisations de secours dans le monde entier * Tous les utilisateurs dans les environs	De 3 CHF / jour à 70 CHF / an	# secours # géolocalisation
		Le site entièrement dédié au ski de randonnée. Il offre un espace pour échanger, informer sur les conditions de neige, choisir son matériel, organiser sa prochaine sortie ou partager son expérience. Skitour est l'un des sites de référence des randonneurs, un lieu de discussion historique qui existe depuis 2002, des forums actifs dans un bel esprit communautaire	Gratuit	# ski de rando # communauté # topos
Oblik 		Anciennement « carnet-de-croix.net », Oblyk est destiné aux grimpeurs voulant garder une trace de leurs réalisations. C'est avant tout un site communautaire d'escalade outdoor et indoor : on peut y noter ses croix, et voir l'activité des grimpeurs de la communauté	Gratuit	# escalade # communauté # topos

Projet 	 	e-Resamont est une application mobile grand public au service de la population à risque en montagne. Son objectif est de pouvoir accéder en tout temps et sans connexion Internet à un contenu informatif sur le mal des montagnes, à des questionnaires d'évaluation de santé ainsi que toute information de contact d'urgence liée à la France, l'Italie et la Suisse	Gratuit	# médecine de montagne # santé
4riders Ski 	 	Destinée aux amoureux de la montagne, 4riders est la première application mobile pour vous géolocaliser sur votre domaine skiable préféré ! Grâce à sa cartographie en 3D des pistes de ski, vous pourrez également retrouver vos amis, trouver le meilleur itinéraire pour les rejoindre, et revivre vos sessions de ski grâce au tracking GPS	Gratuit	# tracking gps # domaines skiables # géolocalisation # cartographie
ClimbingAway 	 	Climbing Away, c'est près de 6000 sites d'escalade pour grimper à travers le monde, avec un maximum d'infos, des localisations précises + des photos, des infos topo, le tout mis à jour régulièrement par la communauté des grimpeurs	Gratuit De 1-14 CHF pour la version plus	# escalade # communauté # topos
Salomon PowderQuest	 	Salomon PowderQuest est une application destinée aux skieurs et snowboarders adeptes des sorties en haute montagne. L'application, en plus de vous informer sur les conditions d'enneigement de l'endroit où vous comptez vous rendre, vous permet de connaître les risques d'avalanches.	Gratuit	# prévention # avalanches # freeride # cartographie

La montagne en mots et en images



1865 : l'âge d'or de l'alpinisme

Modica, Gilles

L'alpinisme comme discipline à part entière naît dans les Alpes autour de l'année 1865. L'ouvrage retrace cette époque au cours de laquelle sont fondés la plupart des clubs alpins alors que les premières ascensions (l'Aiguille verte, le Cervin, le Mont-Blanc) se multiplient, emmenées par les premiers grands guides dont C. Almer, M. Anderegg ou M. Croz.



Alpinisme : 1.001 astuces

Kirkpatrick, Andy

Manuel pratique pour connaître de nombreux trucs et astuces techniques utiles à l'ascension de falaises, en montagne, sur glace ou terrain mixte, lors des préparatifs d'une expédition ou encore de l'entraînement.



Une autre vie

Steck, Ueli

L'alpiniste revient sur l'ascension de l'Annapurna qu'il a réalisée en solitaire en 28 heures, exploit récompensé par un Piolet d'or. Ce succès fut cependant remis en cause dans le monde de l'alpinisme, car il avait été effectué de nuit, sans preuve. Il raconte également comment, au lieu du sentiment de triomphe attendu, il a été rongé par l'angoisse d'avoir vu la mort en face.



Risque et alpinisme : réflexion philosophique sur l'homo alpinus

Ghersen, Alain

Réflexion historique et philosophique sur les liens entre alpinisme et risque. Sont étudiées l'évolution de la pratique ainsi que les notions de hasard, d'état de nature, d'engagement, etc.



Cervin absolu

Aymon, Benoît

Portrait de l'alpiniste Edward Whymper à travers le récit de deux femmes de son entourage. Elles relatent l'expédition qui l'a conduit, le premier, au sommet du mont Cervin dans les Alpes valaisannes, lui donnant la victoire dans la compétition acharnée qui l'oppose à son rival Antoine Carrel. Premier roman.



En hauts lieux : montagne et spiritualité : hospices du Grand-Saint-Bernard et du Simplon

Perraudin, François

Le guide de montagne présente les liens entre quête spirituelle et alpinisme. Il invite à découvrir la tradition d'hospitalité et la spiritualité des chanoines de la congrégation du Grand-Saint-Bernard.



En solo : alpinistes et grimpeurs racontent

Chappaz, Gilles

Témoignages des plusieurs alpinistes sur les motivations qui les poussent à affronter les dangers de l'escalade en solo : Jacques Balmat, Ueli Steck, Catherine Destivelle etc.



ENSA, l'école des sommets : 70 ans de ski et d'alpinisme

Chappaz, Gilles

Présente l'histoire de l'école, qui forme les professionnels de la montagne et attribue les diplômes de guide de haute montagne, de moniteur de ski ou de pisteur secouriste.



Femmes alpinistes

Couzy, Agnès

Deux cents ans d'alpinisme féminin sont retracés à travers l'histoire de 18 pionnières de l'ascension de haute montagne, de Henriette d'Angeville, qui fit l'ascension du mont Blanc en 1838 à Catherine Destivelle et Chantal Mauduit, morte en 1998 dans l'Himalaya, prise dans une avalanche.



Les nouveaux alpinistes

Gardien, Claude

Depuis l'ascension de l'Everest en 1953, l'alpinisme ne cesse de se renouveler : défis extrêmes, escalade libre, climats polaires. Le grimpeur parle des acteurs de la révolution, aborde les différents domaines de la discipline, les évolutions techniques mais aussi mentales.



Everest (DVD)

Baltasar Kormakur

Inspiré d'une désastreuse tentative d'ascension de la plus haute montagne du monde en 1996, Everest suit deux expéditions distinctes, dirigées chacune par Rob Hall et Scott Fischer, qui se retrouvent confrontées aux plus violentes tempêtes de neige que l'homme ait connues. Luttant contre l'extrême sévérité des éléments, le courage des grimpeurs est mis à l'épreuve par des obstacles toujours plus difficiles à surmonter alors que leur rêve de toute une vie se transforme en un combat acharné pour leur salut.



Guide de la montagne : randonnée, escalade, alpinisme, trekking, expédition

Steven Cox

Le Guide de la montagne s'adresse à tous les amoureux des cimes. Cet ouvrage très complet vous dévoilera tous les secrets des sports de montagne. Pour la randonnée, l'escalade, l'alpinisme, le trekking... Et même si vous envisagez de participer à une expédition, ce manuel sera un allié précieux. Pour le choix des chaussures, la traversée d'un glacier, les premiers soins, les préoccupations environnementales, la météo...



La haute route d'hiver

Benoît Aymon, Pierre-Antoine Hiroz, Emmanuelle Nobecourt

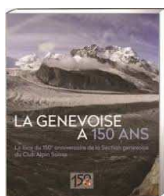
Ils sont douze, ne se connaissent pas et relèvent un pari fou : relier Chamonix à Zermatt à ski pour la première fois. Des paysages somptueux, des larmes, de la sueur et de grosses émotions, avec en prime une tempête au passage de la Tête Blanche, point culminant de ce voyage initiatique. L'expédition est encadrée par deux guides d'exception : Erhard Loretan et son compagnon d'expédition, Frédéric Roux.



Le petit alpiniste : la montagne, l'escalade et l'alpinisme expliqués aux enfants

Destivelle, Catherine, Decamp, Erik

Album d'initiation à l'alpinisme, par les deux meilleurs spécialistes mondiaux de la discipline. Les gestes techniques sont décrits, ainsi que l'histoire de l'alpinisme, les alpinistes célèbres, un chapitre est consacré au monde des glaciers et les montagnes du monde les plus belles présentées.



La Genevoise a 150 ans

Club alpin suisse

Le livre du 150e anniversaire de la Section genevoise du Club Alpin Suisse / coordination éditoriale et concept Quentin Deville.



Les plus belles courses des grands alpinistes

Chavy, Jocelyn

Le journaliste dresse le portrait de 30 alpinistes dont il a demandé à chacun les plus belles voies, les plus difficiles ou celles qui les ont marqués à vie.



Le guide complet de l'escalade

Lourens, Tony

Pour toutes les disciplines liées à l'ascension (escalade et alpinisme), ce manuel présente : types de roches et d'environnements, techniques, équipement, éthique... Avec des chapitres sur la préparation, l'entraînement et les procédures d'urgence.



Un monde d'escalade : les plus beaux sites de la planète

Ciavaldini, Caroline

Pearson, James

Deux figures emblématiques de l'escalade invitent à découvrir les lieux les plus insolites de leurs aventures, de la Patagonie à la Malaisie en passant par l'île de La Réunion ou la Tasmanie.



Mont-Blanc granite : les plus belles voies d'escalade

Volume 2, Aiguilles de Chamonix

Damilano, François

Désécures, Julien

Laurent, Louis

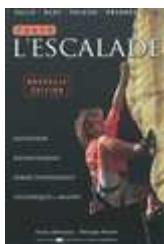
Une description synthétique de les plus belles voies rocheuses des Aiguilles de Chamonix à l'aide de croquis, de tracés sur photographies, avec des informations sur la pratique de l'escalade, l'esthétique des lignes, les approches et les descentes, l'équipement et les cotations homogénéisées.



Objectif septième degré

Hörst, Eric

Nul besoin d'être grimpeur professionnel et d'y consacrer tout son temps pour progresser jusqu'au mythique septième degré. Objectif septième degré s'adresse à l'immense majorité des grimpeurs, à toutes celles et à tous ceux qui ne parviennent pas à s'élever au-delà du sixième degré - et ce en dépit de leur motivation et parfois d'années de pratique. Son message est des plus encourageants : les portes du septième degré sont ouvertes à tous les grimpeurs ou presque, quelle que soient leur âge et leur disponibilité.

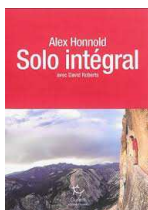


Toute l'escalade : initiation, entraînement, perfectionnement, techniques & manips (+DVD)

Labreveux, Fred

Poulet, Philippe

Un manuel pratique pour les grimpeurs, du débutant au compétiteur, avec des conseils allant de la diététique à l'entraînement. Présente également les sites les plus réputés et des informations pratiques.



Solo intégral

Alex Honnold

Un autoportrait du grimpeur américain A. Honnold avec des commentaires de D. Roberts sur le solo intégral, une technique d'escalade qui consiste à pratiquer une ascension sans corde et sans aide.

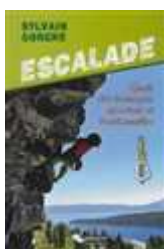


Escalade : blessures et traumatismes : les prévenir, les guérir

Hochholzer, Thomas

Schöffl, Volker

Chirurgiens spécialisés dans la médecine du sport, les auteurs proposent dans ce guide une initiation à l'anatomie, aux blessures et traumatismes spécifiques aux grimpeurs, afin de permettre à ceux-ci de mieux se préparer et de mieux comprendre les réactions de leur corps.



Escalade : guide des techniques sportives et traditionnelles

Conche, Sylvain

Ce guide rassemble les techniques nécessaires à la pratique de l'escalade illustrées de photographies et de dessins explicatifs. Des conseils sur la sécurité permettront à tous les grimpeurs de pratiquer l'escalade dans de bonnes conditions.



Escalade mode d'emploi : falaise, bloc, salle

Sébastien Constant

Ce guide pédagogique s'adresse à tous les grimpeurs débutants ou initiés désireux de pratiquer l'escalade en falaise, en salle (SAE), sur pan ou encore sur bloc. Vous trouverez tous les gestes et les techniques de base, les principaux noeuds ainsi que les manoeuvres pour assurer ou encore pour parer un grimpeur en bloc. Vous trouverez des conseils et des astuces d'un professionnel pour grimper de façon plus fluide, pour progresser et prendre des décisions simples.



L'escalade de bloc : tonicité, équilibre, force

Charpentier, François

Découvrez tous les bienfaits de l'escalade de bloc, une pratique sportive conviviale et tendance. Vous trouverez dans votre guide des conseils pour apprendre les bases en toute sécurité, des informations pour travailler sa technique, évaluer et améliorer ses forces, apprendre à développer sa souplesse et sa coordination, effectuer des exercices complémentaires pour davantage de tonicité (renforcement musculaire, étirements...).



L'escalade : tu connais ?

Destivelle, Catherine

Ouvrage d'initiation à l'escalade. L'alpiniste raconte l'histoire de la discipline, présente ses héros, ses légendes, les outils et les techniques, et délivre des conseils.

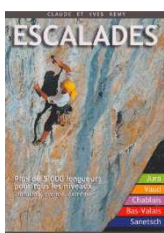


Escalade en salle : débiter et progresser

Guyon, Laurence

Broussouloux, Olivier

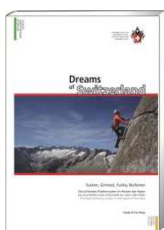
Un guide pour s'initier à l'escalade en salle grâce à des conseils sur l'équipement, une présentation des échelles de difficulté, des clés pour maîtriser les techniques de base, veiller à sa sécurité ou encore gérer ses émotions.



Escalades : initiation, avancé, extrême : Vaud, Chablais, Bas Valais, Sanetsch

Claude et Yves Remy

Un guide mis à jour des principales voies d'escalade dans le coin. Complet et détaillé par deux experts en la matière. La référence de la région...



Dreams of Switzerland

Claude Remy

Des voies exceptionnelles servies sur un plateau d'argent. Le guide de sélection d'escalades consacré aux plus belles grandes voies de la région du Susten, du Grimsel, de la Furka et du Nufenen lance le début d'une nouvelle collection des Editions du CAS.



Le 9e degré : 150 ans d'histoire de l'escalade libre

Chambre, David

Présente des hommes et des femmes passionnés par l'escalade libre, depuis la fin du XIXe siècle, ainsi que les déclinaisons de ce sport, dans tous les continents, des petits blocs aux hautes montagnes, en passant par les falaises et les murs artificiels.



Alain Robert, l'homme araignée (DVD)

William Japhet

Seul homme à pratiquer la grimpe urbaine en solo sans corde. Alain emmène Arnaud en haut des falaises du Verdon, les premières qu'il a gravies en solo. Puis, en hommage aux victimes du Népal, Alain grimpe une nouvelle fois la Tour Montparnasse. Arnaud, stupéfait, veut comprendre ce qui pousse cet homme à monter toujours plus haut au mépris du danger.



Une histoire du ski : aluminium, gens de glisse et compétition

Cochoy, Franck

Une présentation de l'univers du ski à travers l'apparition de l'aluminium comme matériau révolutionnaire, tant dans le domaine des pratiques sportives que dans celui des procédés de fabrication, à la fin de la 1e Guerre mondiale.



Skieurs de légende

Pasteur, Alexandre

Cette monographie présente 47 portraits de skieurs alpins vainqueurs de coupes du monde ou des jeux Olympiques, de Luc Alphand à Katja Seizinger en passant par Lindsey Vonn et Ingemar Stenmark.



Freeride : ski, snowboard, freerando

Rebreyend, Philippe

Un guide pour tout savoir sur le freeride : technique, sécurité et matériel. Avec des décomposés en images pour les techniques de glisse et de montée, et des conseils de professionnels.



Alpes, randonnées insolites & spectaculaires : du Léman à la Méditerranée

Sombardier, Pascal

La découverte des Alpes françaises à travers une trentaine de randonnées en terrain escarpé et sauvage, nécessitant quelques compétences en matière d'alpinisme, d'escalade, de spéléologie et de canyoning : des parcours inédits et variés tant sur le plan du paysage que de la géologie.



Humeurs vagabondes

Volume 2, Marche et rêve... : 42 nouvelles balades en Romandie

Burkhalter, Olivier

Des suggestions de randonnées en Romandie. Pour chacune, sont précisées des informations pratiques sur le temps de marche, la distance ou encore le dénivelé. La faune et la flore sont présentées, accompagnées d'informations historiques ainsi que de références picturales et littéraires.



Les 1.001 randonnées qu'il faut avoir faites dans sa vie

Un guide proposant une sélection des grandes randonnées du monde entier, mais aussi des randonnées urbaines et des sentiers dans des parcs naturels ou dans des lieux chargés d'histoire pour tous les marcheurs, qu'ils soient randonneurs sportifs ou promeneurs. Il invite à découvrir l'Ice Box Canyon, dans le Nevada, le sentier de Larapinta en Australie, le cratère du Ngorongoro en Tanzanie, etc.



Encordés

Frédéric Favre

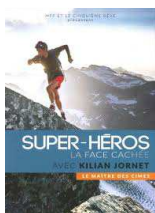
Pendant une année et demie, le cinéaste suit trois skieurs alpinistes, Florence Beffa, Guillaume Clavier et Antoine Wilberg, alors qu'ils se préparent pour la Patrouille des Glaciers, une course des plus dures à travers les Alpes suisses.



Les plus belles traces des Aravis

Christophe Hagenmuller

Arabesques élégantes d'un skieur, empreintes furtives d'une faune en survie, travail de l'érosion sur les pentes ou encore griffes éphémères du froid sur la nature, les traces sont multiples en hiver. Dans ce quatrième opus de la collection "Les Plus Belles Traces", l'auteur vous guide dans le massif des Aravis à la découverte des curiosités naturelles d'un des paradis français du ski de randonnée.



Kilian Jornet, le maître des cimes

Nicolas Thomä

Kilian Jornet, multiple médaillé d'or de ski-alpinisme et six fois champion du monde de skyrunning. Considéré comme le plus grand coureur en montagne de tous les temps, capable de dominer toutes les distances et de vaincre les plus grands sommets du monde, en aller-retour et en équipement ultra léger. C'est à Tromsø, au nord du cercle polaire norvégien, qu'Arnaud retrouve Kilian afin de découvrir d'où vient cette endurance exceptionnelle.



La montagne : sports en milieu extrême (DVD – 4 épisodes)

C'est pas sorcier, France télévision

L'ascension du Mont Blanc : Fred et Jamy partent à l'assaut du plus haut sommet des Alpes pour nous expliquer les risques de la montagne et les phénomènes liés à l'altitude.

Descente au cœur d'un glacier : Les Sorciers nous font découvrir les plus beaux glaciers de la vallée de Chamonix et nous expliquent l'évolution de ces longs fleuves de glace.

Ski, surf and sun : Du surf aux skis paraboliques, Fred, Jamy et Sabine nous apprennent toutes les techniques de la glisse pour affronter les pistes en toute sécurité.

L'escalade : Sur les lieux mythiques de l'alpinisme français, Fred, Jamy et Sabine nous font partager les sensations fortes de ce sport extrême



Petit guide médical pour le voyage : du mal de gorge à la blessure grave : randonnée, trekking, montagne...

Cauchy, Emmanuel

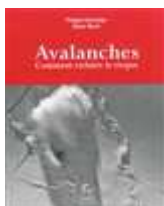
E. Cauchy, alias Docteur Vertical, propose un guide pour préparer son voyage et parer à toutes blessures et maladies lors de balades ou d'ascensions.



Attention avalanche !

Bognesi, Robert

Pour découvrir le phénomène des avalanches à partir de descriptions et de témoignages, et apprendre à évaluer et réduire les risques.



Avalanches : comment réduire le risque

Descamps, Philippe

Moret, Olivier

Un guide à l'intention de tous les pratiquants de sport de neige, inspiré des connaissances du nivologue suisse Werner Munter et proposant des outils et une méthode pour apprendre à analyser le risque d'avalanche, faire des choix judicieux et éviter les situations dangereuses. Avec deux fiches pratiques à transporter avec soi.



Avalanches : connaître et comprendre pour limiter le risque

Sivardière, François

En neuf chapitres, cet ouvrage offre des conseils pour éviter de se trouver sous une avalanche : connaître la neige, l'influence des conditions météorologiques, les comportements à adopter, la préparation de sa sortie en montagne, etc.



Apprendre les noeuds : voile, escalade, scoutisme, camping...

Sainte-Croix, Philip de

Un guide pratique pour réaliser 35 noeuds différents (noeuds marins, noeuds d'attache, noeuds multi-usages). Avec des photos et des schémas étape par étape, et deux cordes de deux mètres (4 mm et 8 mm de diamètre).



Le grand livre des noeuds

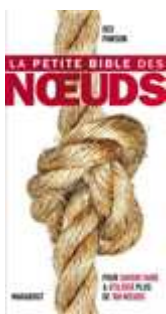
Ashley, Clifford W.

Fruit d'une recherche menée durant plus de quarante ans, cet ouvrage consigne 3.800 noeuds utilisés par des professionnels, à des fins décoratives ou dans la vie quotidienne. La façon de les réaliser est exposée à l'aide de croquis et des informations d'ordre scientifique ou ethnographique accompagnent le texte explicatif.



Utilisation de la corde en alpinisme : nœuds, encordements, manœuvres spéciales

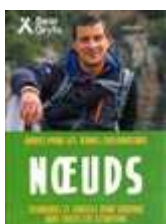
Ecole nationale de ski et d'alpinisme



La petite bible des noeuds pas à pas : pour savoir faire & utiliser plus de 100 noeuds

Pawson, Des

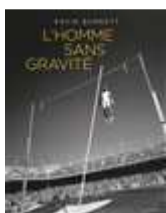
Un guide pratique pour savoir réaliser une centaine de noeuds, pour la maison, le camping, sur un bateau, pour la pêche, l'escalade ou la décoration : noeuds d'arrêt, pour lier, attelages, boucles, tresses, bracelets, etc.



Noeuds : techniques et conseils pour survivre dans toutes les situations

Grylls, Bear

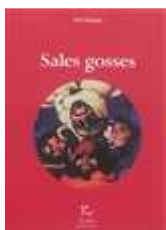
Destiné aux enfants, un guide de survie dans la nature expliquant comment réaliser des noeuds solides et rapides tels que les noeuds d'arrêt, de jonction ou de boucle.



L'homme sans gravité : les 100 photos de sport les plus renversantes

Burnett, David

Des photographies, prises lors des jeux Olympiques de 1984 à 2012, saisissant des athlètes en apesanteur. L'homme sans gravité a reçu en 2016 le prix Sportel du Comité National Olympique et Sportif Français. Ce prix récompense "ceux qui mettent en valeur de manière créative le geste sportif et la beauté du sport dans l'image".



Sales gosses

Beaugey, Sam

Fils de professionnels de la montagne, S. Beaugey en a la passion. Avec ses amis, tous les sports de glisse et les exploits les plus risqués seront tentés : alpinisme acrobatique, ski extrême, base jump.



The free man (DVD)

Fraser, Toa

Des moments de plénitude et de liberté absolue, suspendus à 1000 mètres au-dessus du sol, valent-ils la peine de tout risquer, y compris sa vie ? C'est ce que le skieur et freestyler Jossi Wells, va tenter de comprendre en partant à la rencontre des Flying Frenchies. Ce collectif d'artistes hors du commun, composé d'ingénieurs, de guides de haute montagne, de travailleurs sur corde, d'artistes de cirque et de musiciens, poussent quotidiennement leurs limites jusqu'au point de non-retour.

Nos magazines

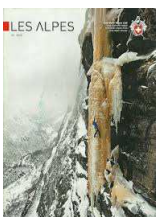
RANDONNER.CH



Randonner.ch

6 numéros / an

n° 1 des magazines de randonnée en Suisse, pour profiter des avantages suivants:
Reportages de randonnée attractifs; dernières tendances en matière de randonnée
Propositions de randonnées compactes à collectionner et à emporter avec soi



Les Alpes (revue du CAS)

12 numéros / an

Revue mensuelle du Club Alpin suisse CAS.



Montagne magazine

11 numéros / an + 1 HS

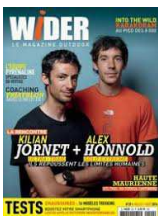
Magazine de sports de montagne, alpinisme, ski, randonnée.



Trek magazine

7 numéros / an

Le magazine du voyage à pied. Pour partager pleinement la passion du voyage à pied et organiser son prochain itinéraire de grande randonnée. Découvrez dans chaque numéro, une destination de trek, mythique, incontournable, inédite, rare...



Wider, le magazine outdoor

6 numéros / an

Retrouvez au fil des pages l'actualité des activités outdoor, tests de matériel, trail, vtt, ski, trekking, canoë, kayak, escalade...

press reader

Des e-revues électroniques dans plusieurs langues à télécharger (voir p. 5)

Dès le 1^{er} novembre 2017, la collection spécialisée en sport et en activité physique est accessible à la bibliothèque de Saint-Jean, aux mêmes horaires que l'espace adultes.

Vous y trouvez des ouvrages, des DVD, des revues ainsi que des ressources électroniques sur la majorité des activités sportives, la condition physique et l'entraînement, le sport et les sciences, la montagne et la randonnée. Les typologies sportives sont aussi représentées telles que le sport handicap, seniors et féminin ou encore les domaines de la jeunesse et du sport et du sport de compétition.

L'espace Sport prend également la route avec la Mobithèque - le véhicule connecté des bibliothèques municipales - pour être présent sur les lieux des manifestations et infrastructures sportives genevoises (infos sur www.bm-geneve.ch).

HORAIRE ET ADRESSE

BM Saint-Jean
Avenue des Tilleuls 19
1203 Genève
Tél. 022 418 92 01

HORAIRES ESPACE ADULTES

mardi 15h00 - 19h00
mercredi 10h00 - 18h00
jeudi 15h00 - 19h00
vendredi 15h00 - 19h00
samedi 13h30 - 17h00

Impression Ville de Genève

L'ESPACE SPORT DES BM C'EST :

**DES OUVRAGES, DES DVD, DES REVUES,
DES RESSOURCES NUMÉRIQUES**

Activités sportives

Sports d'eau, de glace, de neige
Balles et ballons
Sports de combat, mécaniques
et aériens
Athlétisme et gymnastique

Condition physique

Endurance
Théorie de l'entraînement
Yoga, pilates, musculation
Course à pied, triathlon

Typologie sportive

Jeunesse et sport
Sport féminin, seniors
Sport handicap

Sports et sciences

Montagne et randonnée
Récits d'aventure

