

# LIBROS Y REVISTAS

«INTRODUCTION AUX FONDEMENTS THEORIQUES ET METHODELOGIQUES DE LA RECHERCHE SPORTIVE». — Raymond Thomas. — Librairie J. Vrin. — PARIS, 1970.

El libro pertenece a la colección «Psydro-Pedagogie du Sport», y su autor, profesor de Educación Física, entrenador nacional francés, seis veces campeón de Francia, cuatro veces recordman de peso y medalla de oro en los Juegos Mediterráneos de 1955, entre otros trofeos y distinciones conseguidas.

En el libro, trata en su capítulo primero de la investigación y las características del investigador. El segundo capítulo se dedica a metodología general, pasando en el tercero a tratar del método experimental; tratando en el cuarto capítulo de las ayudas que la técnica (cine), Biología y Ciencias humanas facilitan a la investigación.

En su último capítulo analiza la colaboración que las matemáticas y la estadística presta a la experimentación.

El tomo de 178 páginas carece de bibliografía.

«EL NUEVO AEROBIX». — Dr. Kenneth, H. Cooper. — Editorial Diana. — MEXICO, 1972.

La idea del autor es presentar una serie de ejercicios para contrarrestar los problemas del letargo y la inactividad que predomina en la población. El autor se inclina a dosificar este libro como un «manual de ejercicios aeróbicos» más que como un nuevo concepto en biomecánica.

El libro de 253 páginas está dividido en once capítulos y un apéndice, contando con una extensa bibliografía ordenada por capítulos.

Los capítulos 4.º, 5.º y 6.º son los de más interés, por ser los que detallan todo el programa de ejercicios y el conjunto de los cuadros aeróbicos.

El capítulo noveno está dedicado a la mujer. Es interesante señalar que el programa de aptitud física de la Fuerza Aérea de los Estados Unidos está basado en los ejercicios aeróbicos.

