Objekttyp: **FrontMatter**

Zeitschrift: **Mobile : die Fachzeitschrift für Sport**

Band (Jahr): **10 (2008)**

Heft 2

PDF erstellt am: **29.05.2024**

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.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

P 516.485
MED

2 | 08 BASPO & SVSS

Die Fachzeitschrift für Sport

mobile

Sto.

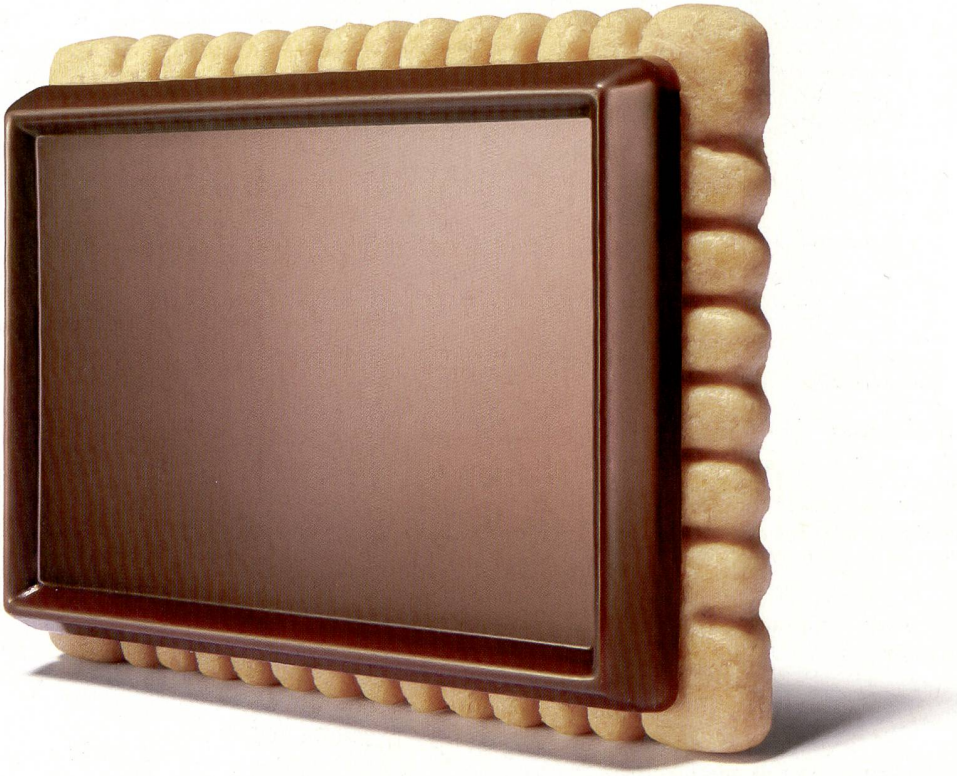
ETH-Bibliothek
EM000006421740

10
Atmung //
Mehr Luft für Topleistungen

30
Ernährung //
Sportler brauchen mehr

In Zusammenarbeit mit den Kantonen, den Versicherern und der FMH.

Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera



JUNG&MATT/Limmat

Naschen beim Fernsehen macht doppelt dick. Vor dem Fernseher sitzen ist schlecht für ein gesundes Körpergewicht. Gleichzeitig naschen noch schlechter. Für Ihr Kind – und natürlich auch für Sie. Denn das Sättigungsgefühl stellt sich vor dem Fernseher zu spät oder gar nicht ein. Essen Sie deshalb bewusst am Tisch. Begrenzen Sie zudem die Zeit vor dem Bildschirm und schalten Sie auf gemeinsame Aktivitäten drinnen und draussen um. Es braucht wenig, um viel zu verändern. www.gesundheitsfoerderung.ch