

Zeitschrift: Mobile : die Fachzeitschrift für Sport
Herausgeber: Bundesamt für Sport ; Schweizerischer Verband für Sport in der Schule
Band: 3 (2001)
Heft: 4

Werbung

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

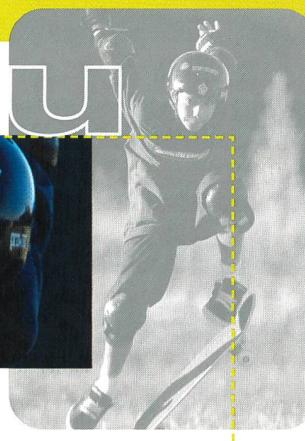
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

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. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 04.02.2026

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

**Nächste Ausgabe**

Bewegungsförderung ist Gesundheitsförderung!

«mobile» 5/2001 ist im ersten Teil dem Thema Gesundheitsförderung gewidmet, unter anderem mit didaktischen und organisatorischen Empfehlungen für die Durchführung von Bewegungsförderungsprojekten. Ausgangslage für eine Reihe von Artikeln ist folgende Tatsache: Wie gut das Bewegungs- und Sportangebot der Zukunft aus Sicht der Gesundheitsförderung ist, wird sich weniger daran zeigen, wie sehr es den Vorstellungen der Vereinsfunktionäre, der Expertinnen oder Leiter im Sportfach oder der Trainerinnen und Trainer entspricht. Entscheidend wird sein, ob es gelingt, den Menschen die Gesundheitsressourcen Bewegung und Sport zugänglich zu machen. Denn Bewegungsförderung bedeutet auch Gesundheitsförderung – und umgekehrt.

Die Bewegungsförderung hat aber je nach Kontext (Schulsport, Vereinssport, Leistungssport, informeller Sport) andere Ziele. Damit die Bewegungsförderung

auch einen Beitrag zur Gesundheitsförderung leisten kann, müssen genaue Ziele formuliert werden, und die Bewegungsangebote müssen sich nach diesen Zielen richten.

Regeneration im Sport

Im zweiten Teil der Zeitschrift wird die Bedeutung der Regeneration im Sport thematisiert. Zum Einstieg erzählt Werner Günthör, was für ihn während seiner Aktivzeit Erholung und Ruhe bedeutete. Die klassischen Massnahmen – und gleichzeitig mit der Homöopathie auch eine etwas alternative – werden im Detail vorgestellt. Unter anderem kommen das eigentlich altbekannte Aufwärmen und die Erholung nach der körperlichen Anstrengung zur Sprache – nicht für alle eine Selbstverständlichkeit!

«mobile» 5/2001 erscheint Ende September

Börse

Zu verkaufen:

Aus dem aufgelösten Bildungszentrum «Wäldi» sind Trainingsgeräte für Fitness und Vestibulartraining, geeignet für Schulen, J+S- und Freizeitorganisationen oder Fitnesscenter, zu verkaufen:

- Spacecurl bzw. Aero-Trim: Gestell von 295 cm Höhe mit drei sich frei bewegenden Ringen auf einem Kreisring von 295 cm Durchmesser abgestützt. Farbe schwarz/weiss. Für den Transport in Einzelteile zerlegbar. Verkaufspreis: Fr. 5000.– (Neupreis Fr. 12 500.–).

- Akro-Bungy: Verzinktes Gestell (Höhe 6 Meter, Grundfläche 4,5 x 4,5 Meter) mit Gummizügen und

einem frei drehenden, kugelgelagerten Hüftring für Drehungen in der Körperquerachse vorwärts oder rückwärts oder mit Hüftring für Drehungen in allen Achsen. Gerät drinnen und draussen benutzbar. Für Transport in Einzelteile zerlegbar. Verkaufspreis Fr. 2500.– (Neupreis Fr. 5800.–).

- Akro-Skis: 20 Paar neue Skis (Marke «Olin») mit Mietbindung, Länge 140 cm und 150 cm, für Springen und Ballett. Verkaufspreis ca. Fr. 100.–/Paar (Neupreis Fr. 480.–).

Kontaktperson: Urs Illi, Fliederstrasse 10, 8006 Zürich, Telefon 01/252 37 43.

Ein Dankeschön an unsere Partner:

Die Schweizerische Beratungsstelle für Unfallverhütung bfu ist unser Partner in allen Fragen der Sicherheit im Sport.



Rivella sorgt für die Attraktivität der hinteren Umschlagseite und bietet interessante Angebote für den mobileclub.



Helvetia Patria unterstützt unsere Praxisbeilage.



VISTA Wellness bietet interessante Angebote für den mobileclub.



Biosoma bietet interessante Angebote für den mobileclub.

«mobile» (3. Jahrgang: 2001) entstand aus der Zusammenlegung der Zeitschriften «Magglingen» (seit 1944) und «Sporterziehung in der Schule» (seit 1890)

Herausgeber

Bundesamt für Sport Magglingen (BASPO), vertreten durch Direktor Heinz Keller

Schweizerischer Verband für Sport in der Schule (SVSS), vertreten durch Präsident Joachim Laumann

Chefredaktor
Nicola Bignasca (NB)

Redaktionsrat

Marcel Favre (MF), Erik Golowin (Gol), Arturo Hotz (Hz), Barbara Meier (bm), Walter Mengisen (wm), Rose-Marie Repond (RRe), Max Stierlin (St), Janina Sakobielski (JSA), Peter Wüthrich (Wü)

Redaktorinnen und Redaktoren
Bernhard Rentsch (bre, deutsche Redaktion), Eveline Nyffenegger (Ny, französische Redaktion und Sekretariat), Véronique Keim (vke), Gianlorenzo Ciccozzi (cic, italienische Redaktion)

Bildredaktion
Daniel Käsermann (dk)

Übersetzungen
Janina Sakobielski, Markus Küffer

Redaktion
«mobile», BASPO, 2532 Magglingen
Telefon: +41/(0)32/327 62 57
Fax: +41/(0)32/327 64 78
E-Mail: mobile@bspo.admin.ch
www.mobile-sport.ch

Gestaltung und Druckvorstufe
agenturtschi.
Soodstrasse 53/Postfach
8134 Adliswil 2
www.agenturtschi.ch

Insetate
Pilatus Annoncen
Postfach 365
6011 Kriens
Telefon: 041/318 34 74
Fax: 041/318 34 70

Druck
Sticher Printing AG
Reusseggstrasse 9
6002 Luzern
Telefon: 041/429 66 66
Fax: 041/420 99 36
E-Mail: printing@sticher.ch

Abonnementsbestellungen und Adressänderungen
Redaktion «mobile», BASPO,
2532 Magglingen
Telefon: +41/(0)32/327 63 08
Fax: +41/(0)32/327 64 78, E-Mail:
mobile@bspo.admin.ch

SVSS-Mitglieder: Sekretariat SVSS,
Neubrückstrasse 155, 3000 Bern 26
Telefon: 031/302 88 02
Fax: 031/302 88 12
E-Mail: svssbe@access.ch

Bezugspreise
Jahresabonnement (6 Ausgaben):
Fr. 35.– (Schweiz), Fr. 40.– (Ausland)
mobileclub: Fr. 15.–

Nachdruck
Die in «mobile» publizierten Artikel und Fotos sind urheberrechtlich geschützt. Nachdrucke oder Kopien sind mit der Redaktion zu vereinbaren. Die Redaktion lehnt die Haftung für unverlangt eingeschickte Texte und Fotos ab.

Auflagen
deutsch: 10 233 Exemplare
französisch: 3184 Exemplare
italienisch: 1515 Exemplare

ISSN 1422-7851



Kurs in Magglingen

Einführung in die Sportmassage

Wie können verhärtete Muskeln nach Training, Spiel oder Arbeit gelockert werden? In einem zweitägigen Seminar können Sie mit dem mobileclub in Zusammenarbeit mit unserem Sponsor DUL-X/Bikosma die theoretischen und praktischen Grundkenntnisse der Sportmassage kennen lernen. Sie erhalten auch Tipps und Tricks zur Sofortbehandlung und Prävention von Sportverletzungen. Bei aktivem, kreativem Sport werden Sie Ihre eigenen Muskeln spüren, um dann die wohltuende Wirkung der Massage noch intensiver zu erleben.

Ort: Die Infrastrukturen des Bundesamtes für Sport in Magglingen bieten eine ideale Umgebung für den Kurs.

Datum: Sa/So, 13./14. Oktober 2001.

Kosten: Für Klubmitglieder Fr. 365.–; für Nicht-Mitglieder Fr. 390.–. Im Kursgeld für den zweitägigen Kurs sind eine Übernachtung, sämtliche Mahlzeiten sowie sämtliches Kurs- und Arbeitsmaterial inbegriffen.

Anmeldung: Anmeldungen bitte mit unten stehendem Talon an die Geschäftsstelle mobileclub. Auskünfte: Telefon 032/3975255. Die nötigen Unterlagen erhalten Sie rechtzeitig vor dem Kurs direkt zugestellt. Die Teilnehmerzahl ist beschränkt. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Eingangs berücksichtigt. Der Kurs wird nur durchgeführt, wenn sich mindestens 16 Personen anmelden.



Aus dem Verlag SVSS

Badminton – alles clear

Für Klubmitglieder zum Spezialpreis von Fr. 25.–

Bewegungsspiele mit Musik

Für Klubmitglieder zum Spezialpreis von Fr. 25.–

Aus der Mediathek BASPO

Video «Faszination Triathlon»

Dieser kurze Animationsfilm eignet sich besonders für Schulen, Vereine und Triathlonclubs.

Für Klubmitglieder zum Spezialpreis von Fr. 25.–

mobileclub

Bestellungen für Klubmitglieder (Neumitglieder benutzen bitte zusätzlich den Talon auf der rechten Seite).

«mobile»-Sitzball

Mitglied mobileclub Fr. 29.– (inkl. MWST, plus Porto)
 Nicht-Mitglied Fr. 37.– (inkl. MWST, plus Porto)

Massagekurs

Mitglied mobileclub Fr. 365.–
 Nicht-Mitglied Fr. 390.–

Kurs «Dehnen im Sport – Vor- und Nachdehnen»

Mitglied mobileclub Fr. 180.–
 Nicht-Mitglied Fr. 210.–

Badminton – alles clear zum Spezialpreis von Fr. 25.–

Bewegungsspiele mit Musik zum Spezialpreis von Fr. 25.–

Video «Faszination Triathlon» zum Spezialpreis von Fr. 25.–

Vorname / Name

Adresse

PLZ/Ort

Telefon

Datum, Unterschrift

Einsenden oder faxen an: Geschäftsstelle mobileclub, Bernhard Rentsch, BASPO, 2532 Magglingen, Fax 032/327 64 78

mobileclub

Leserclub für «mobile»-Abonnenten

Angebot VISTA Wellness AG

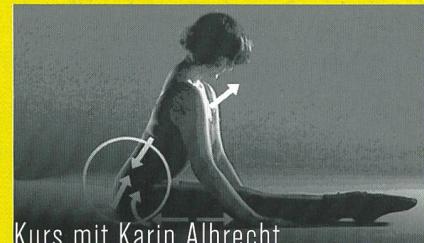
Exklusiver «mobile»-Sitzball

In Zusammenarbeit mit unserem Partner VISTA Wellness AG bieten wir exklusiv für unsere Leserinnen und Leser einen «mobile»-Sitzball an. Mitglieder des mobileclub profitieren von einem zusätzlichen Rabatt.

Modell: Gymnic-Plus 65 cm mit «mobile»-Logo auf der eine Seite und dem Logo Vista Wellness auf der andern Seite. Farbe hellblau.

Preise: Für Leser/-innen: Fr. 37.– anstatt Fr. 43.–. Für Klubmitglieder: Fr. 29.– anstatt Fr. 43.–. (Preise inkl. Mehrwertsteuer, zuzüglich Porto)

Bestellungen: Senden Sie Ihre Bestellungen mit unten stehendem Talon bitte an die Geschäftsstelle mobileclub. Lieferung und Rechnungstellung erfolgen durch VISTA Wellness AG, 2014 Bôle, Tel. 032/841 42 52, Fax 032/841 42 87, E-Mail office@vistawellness.ch



Kurs mit Karin Albrecht

Dehnen im Sport – Vor- und Nachdehnen

Karin Albrecht ist nicht nur Buchautorin, sie ist in erster Linie eine erfahrene Praktikerin, die ihr Wissen in vielen Ausbildungslehrgängen weitergibt. Unter dem Titel «Dehnen im Sport – Vor- und Nachdehnen» organisiert «mobile» einen Spezialkurs unter der Leitung von Karin Albrecht. Mitglieder des mobileclub profitieren dabei von speziellen Rabatten.

Datum: Sonntag, 9. September 2001.

Zeit: 9.30 Uhr bis 17 Uhr.

Ort: Cham.

Leitung: Karin Albrecht.

Kosten: «mobile»-Leser/-innen Fr. 210.– (anstatt Fr. 220.–). Mitglieder mobileclub Fr. 180.– (anstatt 220.–).

Anmeldung: Mit unten stehendem Talon an Geschäftsleitung mobileclub, Bernhard Rentsch, Bundesamt für Sport, 2532 Magglingen, Tel. 032/397 52 55, Fax 032/327 64 78, E-Mail bernhard.rentschi@baspo.admin.ch.

Die Anzahl der Teilnehmenden ist beschränkt. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt. Etliche Anmeldungen sind eingegangen – es hat nur noch einzelne Plätze frei.

Bestellung

Einsenden oder faxen an:

Redaktion «mobile», BASPO, 2532 Magglingen, Fax 032/327 64 78

Ich möchte «mobile» für ein Jahr abonnieren und gleichzeitig Mitglied im mobileclub werden (Schweiz: Fr. 50.–/Ausland: Fr. 55.–).

Ich möchte «mobile» für ein Jahr abonnieren (Schweiz: Fr. 35.–/Ausland: Fr. 40.–).

Ich möchte «mobile» im Probeabonnement (3 Ausgaben für Fr. 15.–).

Ich bin bereits Abonnent von «mobile» und möchte Mitglied im mobileclub werden (Fr. 15.–/Jahr).

Vorname/Name

Adresse

PLZ/Ort

Telefon

Fax

Verwendung der Abonnenten-Adresskartei zu Marketingzwecken

Das Sponsoringkonzept für die Zeitschrift «mobile» sieht vor, den Sponsoren die Abonnenten-Adresskartei zu Marketingzwecken zu überlassen. Falls Sie nicht damit einverstanden sind, dass Ihre Personalien an unsere Sponsoren weitergegeben werden, muss dies hier explizit vermerkt werden.

Ich will nicht, dass meine Personalien für Marketingzwecke verwendet werden.

Datum, Unterschrift



WELCHE FARBE
HAT DEIN DURST?



rivella rot.

FÜR EINEN GESUNDEN DURST.

www.rivella.ch

