

**Zeitschrift:** Mobile : die Fachzeitschrift für Sport  
**Herausgeber:** Bundesamt für Sport ; Schweizerischer Verband für Sport in der Schule  
**Band:** 9 (2007)  
**Heft:** 5

## **Inhaltsverzeichnis**

### **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:** 23.12.2025

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

ETH-ZÜRICH

- 8. Okt. 2007

BIBLIOTHEK

**7 Plattform // Standpunkte**

Matthias Remund // Lassen wir Taten sprechen  
Véronique Keim // Loris, der Held

**9 Schaufenster // News**

Eine Sonderausgabe für Sie!

**10 Fokus // 5- bis 10-Jährige****26 Gesundheit // Anorexie**

Abnehmen verboten, Bewegung auch?

**29 Training // Corweb**

Ein Gitter für Luftsprünge

**32 Sicherheit // Schädelbruch**

Einmal «oben ohne» ist einmal zu viel

**34 Dossier // Im Bann der Sinne****44 Seitenblicke // Funktionelle Bekleidung**

Höherer Spassfaktor dank passender Ausrüstung

**53 mobileclub****55 Medien // Unter der Lupe****57 Schaufenster // News**

Im Zeichen des Fussballs

**59 Schaufenster // Institutionen**

Baspo mit neuem Onlineshop

**60 Vis-à-vis // Ernst Banzer**

Eine unbequeme Kämpfernatur

**62 Menschen // Marc-André Giger**

Gleichzeitig an mehreren Fronten

**Fokus****5- bis 10-Jährige**

**10** Freiwillige vierte Sportlektion // Täuffelen sammelt gute Erfahrungen

**13** Leistung wieder im Vordergrund // «J+S» setzt klare Massstäbe

**15** Auf den Spuren der Jüngsten // Wir wissen genug, um zu handeln!

**18** Studien im Visier // Woher stammen unsere Kenntnisse?

**20** COMPI // Die neue Plattform für den Ideenaustausch

**21** Walter Mengisen // Jetzt säen – 2012 ernten

**24** Bewegte Elementarstufe // Zukunft beginnt im August 2008

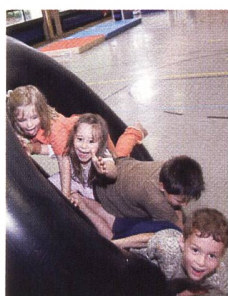
**Dossier****Bewegungsgefühl**

**34** Techniktraining // Im Bann der Sinne

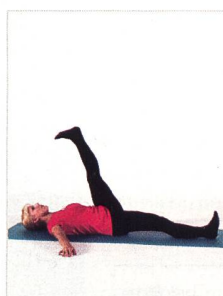
**40** Ralph Krüger // Eine Frage des Feelings

**41** Nachgefragt // Wasser und Hektik vertragen sich nicht

**42** Frühwarnsystem // Was wäre, hätten wir keine?

**Praxisbeilagen****J+S Kids**

► **Lustvoller Sportunterricht** // 5- bis 10-jährige Kinder befinden sich für das Bewegungslernen mitten im «goldenen Lernalter». Diese Gelegenheit darf nicht verpasst werden. Mit dieser Praxisbeilage liefern wir Ihnen Ideen für altersgerecht gestaltete Sportlektionen.

**Beweglichkeit**

► **Grössere Bewegungsweite** // Wer im Aufwärmen dynamisch, also in Bewegung, und nach der Trainingseinheit statisch dehnt, macht das Wesentliche richtig. Um die Beweglichkeit zu verbessern, braucht es aber ein gezieltes Training. Diese Praxisbeilage liefert die nötigen Grundlagen dazu.



# Sportarena Leukerbad

Das Sport- und Freizeitangebot der Sportarena Leukerbad ist sehr vielfältig – in Kombination mit dem Thermalbadangebot und der weiteren Infrastruktur im Ort einmalig.

Egal ob Sie eine umfassende Trainingsstätte suchen oder sich einfach während Ihrer Ferien oder Freizeit sportlich betätigen wollen, die 1990 erbaute Sportarena wird Ihre Bedürfnisse und Wünsche erfüllen.

Die Höhenlage von Leukerbad (1411 m) erlaubt ein optimales Training. Die spezifisch eingerichteten Sportanlagen garantieren ein zielgerechtes Training, sowohl im konditionellen wie im technischen Bereich.

Neu sind der Streichelzoo für unsere kleinen Besucher und der kleine Spielplatz neben der Gartenterrasse des Restaurants Sportarena, wo sich die Eltern verwöhnen lassen können.

Herzlich willkommen, wir freuen uns auf Ihren Besuch!



## Aktiv-Ferien für Familien

Kinder unter 8 Jahren spielen bei uns gratis.



**Sportarena Leukerbad**

3954 Leukerbad  
Tel. 027 470 10 37  
Fax 027 470 37 07  
info@sportarenatop.ch  
www.sportarenatop.ch

### Gratis-Teilnahmeschein für die 1. Trainingsstunde

Name: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_

Kurs: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

Gültig bis Mai 08 –  
nicht auszahlbar oder kumulierbar



### Unsere Angebote 2007/2008

**Zwischensaison**  
1. 5. 07 – 30. 6. 07

**Montag – Freitag von**  
13.00 – 21.30 Uhr

- Kinderparadies
- Spiel und Spass
- Auf den Spuren unserer Vorfahren
- Nordic Walking
- Bouldern
- Bauch-, Beine- und Po-Programm
- Uni-Hockey
- Fit für Kids
- Spinning Mental Balance
- Rückengymnastik
- Powerspinning

**Sommersaison**  
1. 7. 07 – 30. 10. 07

**Schön- oder Schlechtwetter-  
Programm:**

**Montag – Freitag von**  
9.00 – 10.30 Uhr und  
12.30 – 20.45 Uhr

- Wanderung für Gross und Klein mit Grillabschluss
- Nordic Walking
- Spiel und Spass
- Klettern (outdoor)
- Inline-Skating
- Mittagsspicknick
- Schule bewegt (Wechselprogramm)
- Spinning Mental Balance
- Auf den Spuren unserer Vorfahren
- Fit im Wald
- Rückengymnastik
- Body-Relax
- Powerspinning