

Zeitschrift: Mobile : die Fachzeitschrift für Sport

Herausgeber: Bundesamt für Sport ; Schweizerischer Verband für Sport in der Schule

Band: 11 (2009)

Heft: 2

Vorwort: Liebe Leserin, lieber Leser

Autor: Di Potenza, Francesco

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: 08.01.2026

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

mobile

«mobile» (11. Jahrgang: 2009) entstand aus der Zusammenlegung der Zeitschriften «Magglingen» (seit 1944) und «Sporterziehung in der Schule» (seit 1890)

Herausgeber: Bundesamt für Sport BASPO vertreten durch Direktor Matthias Remund, Schweizerischer Verband für Sport in der Schule (SVSS), vertreten durch Präsident Ruedi Schmid

Co-Herausgeber: Die Schweizerische Beratungsstelle für Unfallverhütung bfu ist unser Partner in allen Fragen der Sicherheit im Sport

Adresse: Redaktion «mobile», BASPO, 2532 Magglingen, Telefon: +41 (0)32 327 64 18, Fax: +41 (0)32 327 64 78, E-Mail: mobile@baspo.admin.ch, www.mobile-sport.ch

Redaktion: Francesco Di Potenza, Pot (Chefredaktor, deutsche Ausgabe), Raphael Donzel, RDo (Stv. Chefredaktor, französische Ausgabe), Nicola Bignasca, NB (Redaktor, italienische Ausgabe), Lorenza Leonardi, LLe (Redaktorin italienische Ausgabe), Daniel Käsermann, dk (Bildredaktor)

Layout: Franziska Hofer, Monique Marzo

Ständige Mitarbeit: Janina Sakobielski, Christin Aeberhard, Philipp Reinmann (Bild), Ueli Känzig (Bild)

Übersetzungen: Jean-Paul Käser

Korrektorat: Elisabeth Oberson

Druck: Zollikofer AG, Fürstenlandstrasse 122, 9001 St. Gallen, Telefon: +41 (0)71 272 77 77, Fax: +41 (0)71 272 75 86

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.

Abonnementsbestellungen und Adressänderungen: Zollikofer AG, Leserservice, Fürstenlandstrasse 122, 9001 St. Gallen, Telefon: +41 (0)71 272 72 36, Fax: +41 (0)71 272 75 86, E-Mail: mobileabo@swissprinters.ch

Preise: Jahresabonnement (6 Ausgaben): Fr. 42.– (Schweiz), € 36.– (Ausland)
Einzelausgabe: Fr. 10.– / € 7,50 (+ Porto)

Inserate: Zollikofer AG, Alfred Hähni, Riedstrasse 11, 8824 Schönenberg, Telefon: +41 (0)44 788 25 78, Fax: +41 (0)44 788 25 79

Verkaufte Auflage (WEMF 2009)
deutsch: 9757 Exemplare
französisch: 2216 Exemplare
italienisch: 2426 Exemplare
ISSN 1422-7851

Titelbild: Keystone

Login www.mobile-sport.ch:

User: mobile2

Password: %mobile2am

www.baspo.ch
www.svss.ch



Liebe Leserin, lieber Leser,

ETH-ZÜRICH

06. April 2009

BIBLIOTHEK

«So ein Velo ist schon etwas Praktisches», sagte kürzlich ein Bekannter zu mir. «Man setzt sich drauf, und es rollt einfach. Vor allem in der Stadt! Den Stau zu Stosszeiten vermeide ich geschickt auf dem Radstreifen.» Das kann ich nur bestätigen. In die Pedale zu treten, gehört in meinen Alltag wie das Zahneputzen. Und zwar seit frühesten Kindheit. Eine kurze Zeit lang habe ich mich vom Bike-Hype verführen lassen, mehrere Länder in Europa bereist, samt schwer bepackten Satteltaschen und Landkarte. Ich versuchte mich mit dem Mountain-Bike in Cross-Country, Downhill und wie sie auch immer heißen, die mit «knackigen» Namen bezeichneten Aktivitäten auf dem Velo. Oder meinetwegen «Bike». Heute bin ich wieder ein ganz einfacher Velofahrer im Alltag. Auf meinem rostigen Militär-Drahtesel habe ich bisher noch jede Strecke geschafft. Im Alltagsverkehr mitunter eine echte Herausforderung, die nur zu bewältigen ist, wenn man das Motto des ersten Kapitels («Erst denken, dann lenken») unserer Praxisbeilage befolgt.

Sie ahnen es vielleicht: In dieser Ausgabe brechen wir eine Lanze für das Velofahren im Alltag. Denn Velofahren fördert die Geschicklichkeit, die Aufmerksamkeit und bietet (auch) Schulkindern eine hervorragende Gelegenheit, um sich neben dem Sportunterricht regelmäßig bewegen zu können. Ab Seite 10 dieses Heftes erfahren Sie mehr über unterschiedliche Projekte zur Förderung des Velofahrens, über gesundheitliche Auswirkungen und auch über die schweizweit (noch) nicht einheitlich reglementierte Verkehrserziehung von Kindern. Oder besser, ganz allgemein von Velofahrern.

Eine weitere spannende Problematik ist die Handhabung der Dispensationen vom Sportunterricht. Aus mehreren Quellen – sogar von Ärzten – verlautet, dass Zeugnisse, die einen Schüler zu 100 Prozent vom Unterricht freistellen, recht schnell ausgestellt werden. Auch dann, wenn der Lernende zumindest partiell am Sportunterricht teilnehmen könnte. Pflegende Mediziner fühlen sich von unmotivierten Schülern und deren Eltern unter Druck gesetzt; es ist eben viel einfacher, ein Zeugnis auszustellen, als in den einzelnen Fällen die Diskussion um die gesundheitsfördernde Wirkung von Bewegung neu zu entfachen. Das wiederum stellt die Sportlehrpersonen vor ein Problem: Denn Arztzeugnisse sind undiskutabel. Das ist und bleibt so. Es drängt sich auf: Müssten Arztzeugnisse präziser formuliert werden und bezeichnen, was dem Schüler fehlt und welche Aktivitäten für ihn noch möglich wären? Was kann eine Sportlehrkraft unternehmen, um eine/-n Lernende/-n trotz leichter Verletzung oder andersartiger Unmöglichkeit in eine etwas adaptierte Sportlektion zu integrieren? Antworten zu solchen und mehr Fragen finden Sie ab Seite 26. ■

Kontakt: francesco.dipotenza@baspo.admin.ch

Hilft auch bei Wunden

IVF HARTMANN AG, CH-8212 Neuhausen, www.ivf.hartmann.info

Erste Hilfe? DermaPlast®!

Fitness mit dem Thera-Band für jedes Niveau und Alter

Die regelmässige Ausübung eines Kraftprogrammes ist Bestandteil für gesunden Sport. Zudem wirkt es vorbeugend gegen den im heutigen Sitzzeitalter häufigen Haltungszerfall. Theraband können Sie überall hin mitnehmen, ist einfach anzuwenden, effektiv, wirksam und erst noch äusserst preiswert.

Ob Anfänger oder Profi: Sie können Theraband blitzschnell an die jeweilige Übung und Ihren Leistungsstand anpassen.



GYMSTICK™
einfach genial

Ganzkörper-Training oder gezielt Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit trainieren.

Unzählige einfache Übungen und komplexe Bewegungsabläufe sind möglich. Zur Auswahl stehen fünf farblich gekennzeichnete Widerstandsstufen in praktischer Verpackung mit DVD oder als Telescopic Gymstick (ausziehbar).

BEZUGSQUELLEN AUF ANFRAGE

Generalimporteur, **LMT** Wallisellen
Tel. +41 (0) 44 877 84 00, lm@lmt.ch
www.theraband.ch, www.gymstick.ch

www.  .ch