Zeitschrift: Mobile : die Fachzeitschrift für Sport

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

Band: 12 (2010)

Heft: 1

Titelseiten

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: 02.11.2025

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

P 516.485

mobile

Sto.

ETH-Bibliothek
EM000006756786

8 **Guter Sportunterricht**
Ständig bewegt und respektvoll

20 **Parkour**
Alles unter Kontrolle

Thera-Band®

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).

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.

BEZUGSQUELLEN AUF ANFRAGE

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

www.LMT.ch

Mit Schülern biken: auf die sichere Tour

Was braucht es für eine Bike-Tour mit Schülern? Wie fährt die Sicherheit mit? Wie die Technik verbessern? Antworten darauf im bfu-Kurs «Grobe Stollen – leichte Beine»

29. Mai 2010, 9-17 Uhr, Magglingen und Umgebung
Kosten CHF 100.– inklusive Verpflegung

Mehr Informationen und Anmeldung auf **www.bfu.ch**, unter «Kurse und Tagungen»

bfu – Beratungsstelle für Unfallverhütung, Postfach 8236, CH-3001 Bern
Tel. +41 31 390 22 22, Fax +41 31 390 22 30, info@bfu.ch, www.bfu.ch

bfu