

**Zeitschrift:** Mobile : la revue d'éducation physique et de sport  
**Herausgeber:** Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école  
**Band:** 2 (2000)  
**Heft:** 5  
  
**Rubrik:** Vitrine

### **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:** 25.02.2026

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

## Les sponsors de «mobile»

### Remerciements à nos partenaires

Le financement de la revue «mobile» est assuré par les abonnements et par des subventions fédérales. Grâce au soutien financier de nos partenaires, la présentation graphique a pu être sensiblement améliorée. Nous les en remercions vivement!

**rivella**

La dernière page de couverture, en couleur, est due à Rivella qui propose en outre des offres intéressantes aux membres du *mobileclub*.

**HELVETIA PATRIA**



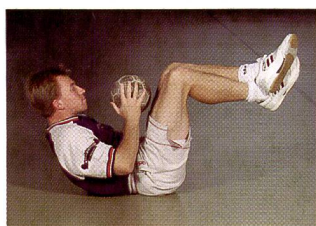
Helvetia Patria parraine le Cahier pratique.

**VISTA WELLNESS**

VISTA Wellness propose des offres intéressantes aux membres du *mobileclub*.

**BIOKOSMA**  
NATURAL COSMETICS

Biokosma propose des offres intéressantes aux membres du *mobileclub*.



## Avant-première

### La condition physique

Les facteurs classiques de la condition physique sont-ils dépassés? Qu'entend-on par méthodes d'entraînement intégratives et quelles formes ces méthodes revêtent-elles dans l'entraînement de la force? Ou dans l'entraînement d'athlétisme entre autres disciplines sportives? Quels tests de condition physique est-il judicieux de faire passer aux enfants et aux adolescents? Dans son prochain numéro, «mobile» tentera de répondre à ces questions et à bien d'autres encore. Son volet «Sport et culture» sera consacré au thème des jeunes au sein des clubs sportifs. Ce prochain numéro paraîtra à fin novembre.

## Sac à dos VARIO

### A bretelles et à roulettes

Entre mobile est devenu un style de vie. Nos activités de loisirs tout comme nos activités professionnelles nous amènent souvent à nous déplacer. Vite au club de fitness pendant la pause de midi, au centre-ville pour faire des achats, au cours d'informatique ou d'espagnol après le travail, la vie d'aujourd'hui est un tourbillon constant. Et il est rare que nous nous déplaçons les mains vides: affaires de sport, livres d'étude, commissions nous accompagnent souvent au gré de nos pérégrinations. Pas étonnant que le sac à dos soit devenu l'ami des citadins!

Porté convenablement, il contribue au renforcement de la musculature du dos, mais il ne faut pas pour autant exagérer... La roue, depuis son invention a toujours été un excellent moyen de transport. La combinaison du sac à dos et du sac à roulettes est donc la solution idéale si vous avez l'habitude de vous déplacer avec plus qu'un simple troussseau de clés. VISTA Wellness a concrétisé cette combinaison et vous propose VARIO, le sac à dos qui se transforme en deux temps trois mouvements en sac à roulettes.



Qu'il soit utilisé comme sac d'école, sac de randonnée, sac de voyage ou sac de sport, VARIO donne satisfaction aussi bien aux écoliers et aux jeunes cadres dynamiques qu'aux aînés actifs. Equipé d'une poignée télescopique qui se règle jusqu'à 95 cm de hauteur, il s'adapte à l'anatomie de chacun. Vario comporte en outre de nombreuses poches extérieures ainsi qu'une poche intérieure destinée à accueillir vos valeurs. Ses bretelles, larges et rembourrées, sont conçues pour vous assurer un confort optimal. Et ses bandes fluorescentes destinées à améliorer votre sécurité dès que la nuit commence à tomber.

(Voir bulletin de commande page 51)



## Des abonnements spéciaux pour les clubs

La rédaction de «mobile» a proposé à de nombreux clubs, ces dernières semaines, de bénéficier d'offres spéciales, notamment avec la création d'une nouvelle catégorie d'abonnement. Ainsi, les clubs qui commandent au moins cinq exemplaires de «mobile» bénéficient de conditions avantageuses.

### En cadeau pour les bénévoles

Cette nouvelle catégorie propose aux clubs diverses solutions et avantages. La revue pourra être redistribuée à l'intérieur du club en fonction des thèmes par exemple. Ou mieux encore: pourquoi le club ne remercierait-il pas ses bénévoles en leur offrant la revue «mobile»? Les formateurs seraient certainement très heureux de profiter des idées qui y

sont présentées pour améliorer leurs leçons ou leurs entraînements.

### Abonnez-vous!

Les clubs qui sont abonnés connaissent déjà les règles du jeu et peuvent bénéficier directement de l'offre. Avis à tous les autres présidents ou présidentes de clubs: si vous désirez profiter de cet abonnement avantageux, contactez la rédaction (l'adresse figure sur cette page, à droite), qui se fera un plaisir de vous fournir les informations nécessaires dans les plus brefs délais. Nous traitons également à cette occasion les commandes pour les abonnements individuels et rappelons que «mobile» – le «must» pour tout maître de sport, entraîneur ou moniteur engagé – est vendu au prix de 35 francs pour 6 numéros par année.

**mobile**

La revue d'éducation physique et de sport

«mobile» (1<sup>re</sup> année de parution: 1999) est née de la fusion des revues «Macolin» (1944) et «Education physique à l'école» (1890).

Directeurs de la publication



Office fédéral du sport (OFSP), représenté par Heinz Keller, directeur  
Association suisse d'éducation physique à l'école (ASEP), représentée par Joachim Laumann, président

Rédacteur en chef  
Nicola Bignasca (NB)

Comité de rédaction  
Marcel Favre (MF), Erik Golowin (Gol), Arturo Hotz (Hz), Barbara Meier (bm), Walter Mengisen (wm), Rose-Marie Repond (RRe), Martin Rytz (Ry), Janina Sakobielski (JSA), Peter Wüthrich (Wü)

Rédacteurs  
Eveline Nyffenegger (Ny), rédaction française et secrétariat; Gianlorenzo Ciccuzzi (cic), rédaction italienne; Bernhard Rentsch (bre), rédaction allemande.

Photographe  
Daniel Käsermann (dk)

Traducteurs  
Patrick Pfister (PP), Nicole Buchser, rédactrice (nib), Christine Martin (CR), Dominique Müller (dm), Marc Bueler, Chantal Bonny, Jean-Paul Marchand

Adresse de la rédaction  
«mobile», OFSP, 2532 Macolin  
Tél.: +41/(0)32/327 64 18  
Fax: +41/(0)32/327 64 78  
E-mail: eveline.nyffenegger@baspo.admin.ch

Graphisme et prépresse  
agenturtschi.  
Soodstrasse 53/Postfach  
8134 Adliswil 2  
www.agenturtschi.ch

Régie des annonces et impression  
Sticher Printing AG  
Reusseggstrasse 9  
6002 Lucerne  
Tél.: 041/429 66 66  
Fax: 041/420 99 36  
E-mail: printing@sticher.ch

Enregistrement des abonnés et changements d'adresse  
Rédaction «mobile», OFSP  
2532 Macolin  
Tél.: +41/(0)32/327 63 08  
Fax: +41/(0)32/327 64 78  
E-mail: nicola.bignasca@baspo.admin.ch

Membres de l'ASEP: Secrétariat de l'ASEP  
Neubrückstrasse 155  
3000 Berne 26  
Tél.: 031/302 88 02  
Fax: 031/302 88 12  
E-mail: svssbe@access.ch

Prix de vente  
Abonnement annuel (6 numéros):  
Fr. 35.– (Suisse), Fr. 40.– (étranger)  
*mobileclub*: Fr. 15.–

Reproduction  
Les articles, les photos et les illustrations publiés dans «mobile» sont soumis à droits d'auteur. Ils ne peuvent être reproduits ni copiés même partiellement sans l'autorisation de la rédaction. La rédaction décline toute responsabilité concernant les textes et photos non commandés qui lui sont adressés.

Tirage du numéro 5/00  
Edition en français: 3184 exemplaires  
Edition en allemand: 10233 exemplaires  
Edition en italien: 1515 exemplaires

ISSN 1422-7878



# mobileclub

Le club des lecteurs abonnés à la revue «mobile»

## Cours d'introduction au massage sportif

Comment détendre et décontracter les muscles crispés ou fatigués après l'entraînement, le jeu ou le travail? Au cours d'un séminaire de deux jours, DUL-X de Biokosma vous offre la possibilité d'acquies les connaissances de base théoriques et pratiques du massage sportif. Vous apprendrez également quelques «trucs» utiles, et les mesures immédiates à prendre en cas de blessures dues au sport, ainsi qu'à leur prévention. Vous aurez également l'occasion de ressentir personnellement les bienfaits d'un massage sportif après avoir pratiqué des activités sportives à l'extérieur.

**Lieu:** le Centre sportif de Tenero, récemment

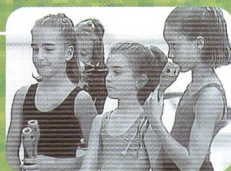


agrandit, est un endroit idéal pour le cours. La durée de ce dernier a été planifiée de telle sorte que les participants et les participantes ont la possibilité de prolonger, s'ils le désirent, leur séjour au Tessin.

**Date:** du vendredi 17 au samedi 18 novembre 2000 (vendredi dès 16 h).

**Frais:** Fr. 350.- pour les membres du club; Fr. 390.- pour les non-membres. Le prix de ce séminaire de deux jours comprend une nuitée, tous les repas ainsi que l'ensemble du matériel.

**Inscriptions:** les inscriptions se font au moyen du bulletin ci-dessous et sont à retourner au Secrétariat du mobileclub. Le nombre des participants est limité. Les inscriptions seront acceptées selon leur ordre d'arrivée. Le cours n'a lieu que si 16 personnes au minimum sont inscrites. Pour de plus amples renseignements, appelez le 032/397 52 55. Les documents nécessaires vous seront expédiés avant le cours, directement à votre adresse.



A la médiathèque de l'OFSP

### Vidéocassette «Le sport avec des enfants»

Méthodes et présentation de l'enseignement du sport avec des enfants de 10 à 13 ans.

Prix spécial pour les membres du club: Fr. 29.-.



Aux éditions de l'ASEP:

### MC (musicassettes) «Programmes d'échauffement»

Prix spécial pour les membres du club: Fr. 25.-.

Offre de VISTA Wellness

### Sac à dos VARIO

Ménagez votre dos grâce à VARIO, le sac à dos qui se transforme en deux temps trois mouvements en sac d'école, de voyage ou de sport à roulettes (voir description page 50).

**Prix:** Au lieu de Fr. 95.-, Fr. 75.- pour nos lecteurs et lectrices et Fr. 65.- seulement pour les membres du mobileclub (TVA et frais de port non compris).

**Commandes:** Envoyez votre commande au moyen du bulletin ci-dessous au Secrétariat du mobileclub. Votre commande vous sera livrée et facturée par VISTA Wellness SA, 2014 Bôle, tél. 032/841 42 52, fax 032/841 42 87, e-mail: office@vistawellness.ch

# mobileclub

- ☐ Sac à dos VARIO
  - ☐ Membre du club Fr. 65.-
  - ☐ Non-membre Fr. 75.-
- ☐ Cours de massage
  - ☐ Membre du club Fr. 350.-
  - ☐ Non-membre Fr. 390.-
- ☐ Vidéo «Le sport avec des enfants» au prix spécial de Fr. 29.-
- ☐ MC (musicassettes) «Programmes d'échauffement» au prix spécial de Fr. 25.-

Nom/Prénom

Adresse

NPA/Localité

Téléphone

Date et signature

A retourner à l'adresse suivante: Bernhard Rentsch, OFSPO, 2532 Macolin. Fax 032/327 64 78.

## Commande

A retourner à l'adresse suivante:

Rédaction de la revue «mobile», OFSPO, 2532 Macolin, fax 032/327 64 78.

- ☐ Je m'abonne pour un an à la revue «mobile» ainsi qu'au mobileclub (Fr. 50.- pour la Suisse, Fr. 55.- pour l'étranger).
- ☐ Je m'abonne pour un an à la revue «mobile» (Fr. 35.- pour la Suisse, Fr. 40.- pour l'étranger).
- ☐ J'aimerais un abonnement à l'essai (3 numéros au prix de Fr. 15.-).
- ☐ Je suis déjà abonné(e) à la revue «mobile» et j'aimerais devenir membre du mobileclub (Fr. 15.- par an).

Nom/Prénom

Adresse

NPA/Localité

Téléphone

Fax

Utilisation des données personnelles des abonnés à des fins commerciales

Dans le cadre du concept de sponsoring de la revue «mobile», les données personnelles des abonnés seront communiquées aux sponsors. Si vous ne souhaitez pas que vos données personnelles soient transmises à nos sponsors, veuillez nous le faire savoir expressément.

- ☐ Je ne veux pas que l'on utilise mes données personnelles à des fins commerciales.

Date et signature



**DE QUELLE COULEUR  
EST VOTRE SOIF?**

