

**Zeitschrift:** Mobile : la revue d'éducation physique et de sport  
**Herausgeber:** Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école  
**Band:** 8 (2006)  
**Heft:** 4

## **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:** 29.01.2026

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



La revue d'éducation physique et de sport

# mobile



10

Bouger malin //  
**Une heure par jour**

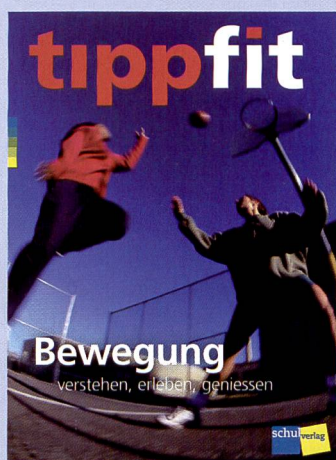
28

Rythme des leçons //  
**Une question d'alternance**



## tipffit – dartfit

tippfit (seulement en allemand)



**tippfit**

1<sup>re</sup> édition 2006, 204 pages  
illustré en couleurs, broché

6 652.00	18.00 (27.70)
----------	---------------



Interkantonale Lehrmittelzentrale

La sédentarité et ses conséquences pour la santé figurent aujourd'hui parmi les grands fléaux de notre société. Pour lutter contre cette réalité, schulverlag s'est associé à l'Office fédéral du sport: ensemble, ils ont créé un livre destiné à faire bouger les jeunes.

## Un guide, une référence

C'est souvent lorsqu'ils quittent l'école ou terminent leurs études pour entrer dans la vie professionnelle que les jeunes décident, sans forcément s'en rendre compte, de la place que le sport occupera dans leur vie d'adulte. Ce livre est conçu pour les accompagner au-delà de leur scolarité: manuel à découvrir en classe, il est aussi un guide à consulter au fil des ans et des situations.

matière proposée est destinée à faciliter l'accès à l'activité physique et sportive et à donner envie d'inscrire le mouvement dans son quotidien.

**Buts:**

- Promouvoir et préserver la santé
- Améliorer les capacités physiques et intellectuelles
- Donner envie de bouger davantage

Avec les nouvelles recommandations de l'OFSPD destinées aux enfants et aux adolescents!

## dartfit – la cible motrice

Cible avec 3 fléchettes  
et 25 cartes d'exercices

7.884,00 € 58 – (58.–)

## Jeu de trois fléchettes de rechange

7.976.00 3.- (3.-)

## dartfit – la cible de l'activité physique

Pour compléter le livre, schulverlag propose:

- une cible motrice métallique (format original) et 3 fléchettes aimantées,
- 25 cartes avec 5 exercices par catégorie d'activité.

Les enfants et les adolescents devraient bouger au minimum une heure par jour. La cible motrice comprend 5 zones différentes correspondant chacune à un domaine d'action: le rouge pour stimuler le cœur, le violet pour renforcer les muscles, le bleu pour consolider les os, le vert pour améliorer l'habileté et le jaune pour entretenir la souplesse.

«dartfit», l'accessoire incontournable dans toute salle de classe, club de sport et association de jeunesse.



Bestellen: Geben Sie in das PaperLink-Fenster auf [www.schulverlag.ch](http://www.schulverlag.ch) die Artikelnummer (mit oder ohne Trennpunkte) ein. So gelangen Sie direkt zu den Detailinformationen des gewünschten Artikels.

■ Artikelnummer  
■ Schulpreis (Privatpreis)

alle Preisangaben in CHF.  
Preisänderungen vorbehalten.