Zeitschrift: Mobile : la revue d'éducation physique et de sport

Herausgeber: Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à

l'école

Band: 9 (2007)

Heft: 1

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: 14.12.2025

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

- Agora // Voix libres Marcel Favre // Formatage ou formation? Marianne Chapuisat // Des hauts et des bas
- A la une // Coup d'œil
- 10 Focus // Qualité en vue
- 22 Entraînement // Acide lactique Quand les muscles perdent la tête Janina Sakobielski, Urs Boutellier
- 24 Entraınement // Respiration Un tigre dans les poumons Francesco Di Potenza
- 26 Alimentation // Magali Di Marco Messmer Bien dans son assiette

Véronique Keim

- 28 Sécurité // Infrastructures sportives Minimiser les risques Valérie Gohelet
- 30 Dossier // Entraînement en altitude
- 39 Programme éducatif // Musée Olympique Fortes têtes épinglées Nicole Vindret
- 40 Face à face // Départ d'un symbole Barbara Boucherin et ses années J+S Lorenza Leonardi Sacino
- 44 mobileclub
- 45 Parutions nouvelles
- 46 Projet // Racisme et sport Coaching des supporters Francesco Di Potenza
- 48 Sciences et recherches // Sport et violence Le bien-être comme médiateur
 - Karin Moesch
- 53 Vitrine
- 54 Avant-première

Focus



Qualité en vue

- 10 Tirer à la même corde // Travail d'équipe à la Tour-de-Trême Véronique Keim
- Regard neuf // Comment évaluer la qualité de l'EPS? Mirko Schmidt
- 14 Boîte à outils // Feedback ciblé Mirko Schmidt
- 19 Motivation intrinsèque requise // qeps.ch vue par Walter Mengisen Nicola Bignasca

Dossier



Entraînement en altitude

- 30 Une pièce du puzzle // Viktor Röthlin et sa préparation Francesco Di Potenza
- 34 A la recherche du second souffle // Dernières découvertes Christin Aeberhard
- Live high train low // A qui profite l'hypoxie? Christin Aeberhard
- 40 Camps sportifs // Rencontre au sommet Adrian Burki

Cahiers pratiques

Force 1

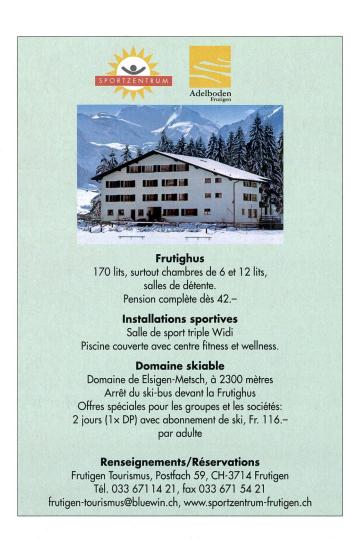
▶ Equilibre musculaire // La force représente un facteur. incontournable de la performance dans la plupart des sports. Avant d'entraîner de manière spécifique certains groupes musculaires, le sportif doit développer sa force de

David Eqli, Jost Hegner, Ralph Hunziker, Andreas Weber graphisme: Monique Marzo Traduction: Véronique Keim

Futsal

Avantage aux techniciens // Nombreux buts, dribbles à couper le souffle, plaisir, tels sont les ingrédients de la nouvelle variante du football en salle, inspirée du «Fútbol de Sala» espagnol. Nul doute qu'elle devrait faire fureur dans les écoles suisses.

. Luca Zanni Photos: Daniel Käsermann; dessins: Leo Kühne; . graphisme: Monique Marzo



PGMZCMI veste lo sport



L'équipement parfait pour votre équipe

Choisissez parmi près de 100 modèles de base:

- Modèle et couleurs
- · La qualité de la matière
- Les inscriptions

Demandez des informations et des prospectus gratuits:

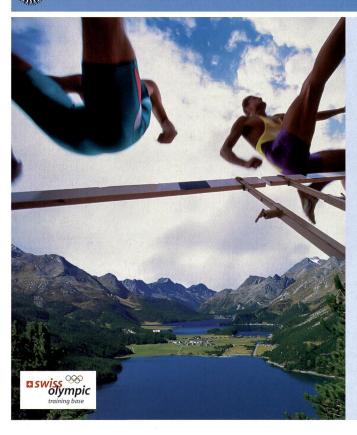
Vera Bühler

Grossmatt 16 6440 Brunnen tél. 041/820 46 41 (aussi le soir) fax 041/820 20 85 panzeri-sport@bluewin.ch

Avec PANZERI®, votre club est habillé à un prix avantageux!

🎇 TOP PERFORMANCE

www.stmoritz.ch



Centre international de sport d'entraînement en altitude St. Moritz

A 1800 mètres d'altitude. Climat unique, sec et rafraîchissant. Installations sportives modernes pour toutes les disciplines d'été et d' hiver, telles que: ski alpin, ski nordique, saut à ski, sports de glace, bob, luge et skeleton, athlétisme, vélo, sports aquatiques, sports équestres. Avec suivi médical.

-> **Informations** St. Moritz Sport Via Maistra 12 CH-7500 St. Moritz Tel +41 81 837 33 88 Fax +41 81 837 33 89 sports@stmoritz.ch

