

Zeitschrift: Mobile : la revue d'éducation physique et de sport
Herausgeber: Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école
Band: 10 (2008)
Heft: 2

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: 28.01.2026

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

7 Agora // Voix libres

Bixio Caprara // Des services qui comptent
Corinne Spahr // Du savoir au faire

8 A la une // Coup d'œil**10 Focus // Respiration****26 Sécurité // bpa**

300 grammes de plastiques vitaux

28 Projet // En forme pour l'Euro

Prêts pour le défi!

30 Dossier // Alimentation**42 Sous la loupe // Capoeira**

Entrez dans la ronde

44 Face à face // Andreas Schär

«Tirons tous à la même corde»

47 Projet // Rentabilité économique

Promotion du sport et hospitalité

49 mobileclub**51 Médias // Eclairage****53 Etude // Surpoids sous surveillance**

Mieux cerner l'obésité

58 Vitrine // News**59 Portrait // Benedikt Weibel**

Un événement amical et joyeux

61 Vitrine // News**62 Rencontre // Sylvie Dufour**

La princesse de l'heptathlon

Focus

10

Respiration

10 Natation synchronisée // A couper le souffle

12 Physiologie // Sur les traces de l'oxygène

16 Qualité de vie // Sagesse orientale

18 Exercices respiratoires // Améliorations en vue

21 Enfance // Un arc-en-ciel dans le ventre

22 Entraînement // Le potentiel de l'air

Dossier

30

Alimentation

30 Christof Mannhart // L'équilibre est déterminant

33 Pyramide alimentaire // Sportifs sur mesure

35 Compléments // Bien se nourrir est irremplaçable

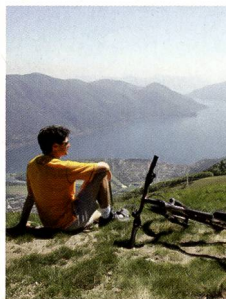
36 Repas // En forme pour toute la journée

38 Camp de sport // Menus sur un plateau

40 Boissons sportives // A consommer avec raison

Cahiers pratiques**Frisbee**

► Il n'y a guère plus de plages ou d'aires de jeu où un disque en plastique ne plane. Conquérant, le frisbee fait maintenant son entrée dans les cours d'école et le sport associatif. Ses trajectoires si particulières sont source de nouveaux défis techniques et tactiques. //

Régénération

► Négliger la récupération peut conduire à la stagnation des performances ou à leur recul. Et même, dans les cas extrêmes, au surentraînement. Le sportif désireux de progresser ne peut contourner cette phase importante de l'entraînement. //

Leukotape®



**Un plaisir
à utiliser.**

Le Taping signifie bien plus que la simple application d'un bandage d'immobilisation. C'est un concept médical global employé tant pour la prophylaxie que pour le traitement thérapeutique des blessures. Pour cette raison, nous avons développé une large gamme de produits couvrant tous les aspects du Taping. Ceci afin que chacun de nos bandages puisse tenir toutes nos promesses. Leukotape. La gamme BSN medical de produits de Taping.

Just tape it
Leukotape