

**Zeitschrift:** Gioventù e sport : rivista d'educazione sportiva della Scuola federale di ginnastica e sport Macolin

**Herausgeber:** Scuola federale di ginnastica e sport Macolin

**Band:** 29 (1972)

**Heft:** 3-4

**Rubrik:** Gioventù e Sport

### **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**

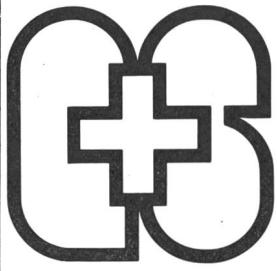
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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:** 18.04.2026

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



**GIOVENTÙ  
E SPORT**

## Alpinismo G + S al Furka

L'Ufficio cantonale G+S organizza anche quest'anno, dal 18 al 27 luglio 1972, il corso cantonale di alpinismo per la gioventù del nostro Cantone.

Sarà il secondo corso G+S, stavolta non più sperimentale, e allo stesso sono ammessi giovani d'ambosessi, svizzeri e stranieri domiciliati, in età dai 14 ai 20 anni, principianti e iniziati, che abbiano passione per la montagna. Il corso sarà installato al Fort Galenhütte (regione del Furka).

Le iscrizioni (posti limitati) devono essere effettuate su formulario da chiedere all'Ufficio Gioventù e Sport Ticino, 6501 Bellinzona (tel. 092/24 17 12) da inoltrare, unitamente alla tassa di Fr. 80.— (che comprende vitto, alloggio, istruzione, assicurazione, gite — il viaggio a metà tariffa, con tessera di legittimazione, a carico dei partecipanti —), al più tardi per il 5 luglio 1972.

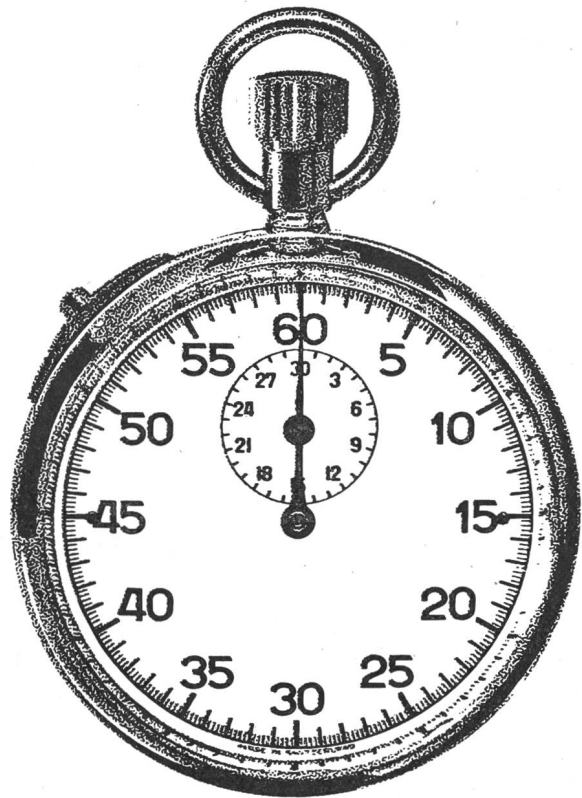
## Sport per tutti

### Fit - Parade 1

In occasione del concorso per slogans svoltosi lo scorso anno nel quadro della campagna «Sport per tutti», un partecipante chiese: «Perchè Hit-Parade, tanto noto e apprezzato, non potrebbe essere trasformato in Fit-Parade?»

Dando seguito a questa suggestione la commissione «Sport per tutti» dell'Associazione nazionale di educazione fisica (ANEF) presentava il Nr. 1 della sua «Fit-Parade», vale a dire l'opuscolo «Muscolazione per tutti».

Questo piccolo fascicolo, redatto dal professore di educazione fisica Jörg Stäubli, mostra chiaramente come la forza sia in certo qual senso la base della condizione fisica. Le illustrazioni delle sale di muscolazione, chiamate pure «camere di tortura», non sono proprio precise. Si può infatti allenarsi anche con dei semplici oggetti, quali per esempio, un libro o una sedia: in questo caso la muscolazione diventa un gioco e un divertimento. «Fit-Parade 1, muscolazione per tutti» offre 20 idee riunite in quattro programmi di allenamento. È un opuscolo che si potrà ottenere gratuitamente, nel Ticino, in quasi tutti i negozi di sport o direttamente presso l'Ufficio cantonale G+S, 6501 Bellinzona. In copertina contiene «Le piramidi dell'efficienza (mobilità, resistenza, forza)» che ognuno sarà orgoglioso di poter riempire. «Fit-Parade 1» (che ha potuto contare sull'apporto della Nabholz SA, di Schönenwerd, che fornisce i training alle squadre svizzere ai Giochi Olimpici '72) sarà seguito, nel corso dell'anno, dai numeri 2 e 3 dedicati alla marcia e al nuoto.

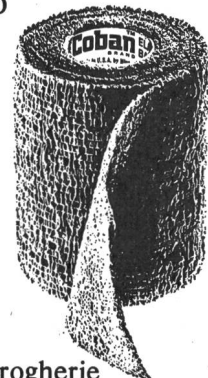


## FORMA SMAGLIANTE NEI GIOCHI E NELLO SPORT... CON COBAN!

I migliori cannonieri, i più bravi giocatori di birilli, gli appassionati escursionisti, i grandi nuotatori, i campioni dello sci — tutti gli sportivi che desiderano essere in forma richiedono Coban, la straordinaria fascia elastica di seta artificiale porosa che accompagna ogni movimento. Coban sorregge e protegge senza allentarsi. È molto più leggera ed ingrossa molto meno delle solite fasce. Consente all'epidermide di respirare ed essendo autoadesiva va fissata senza l'ausilio di ganci. Ecco perchè tutti gli sportivi che usano Coban saltano un po' più facilmente ogni ostacolo ed arrivano un po' più velocemente al traguardo.

# Coban<sup>TM</sup>

Coban sorregge, protegge...  
e mantiene in forma



In vendita nelle farmacie e drogherie