

**Zeitschrift:** Macolin : mensile della Scuola federale dello sport di Macolin e di Gioventù + Sport  
**Herausgeber:** Scuola federale dello sport di Macolin  
**Band:** 52 (1995)  
**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:** 13.12.2025

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

**Redattore responsabile:** Arnaldo Dell'Avò.  
**Collaboratore redazionale:** Nicola Bignasca.  
**Comitato di redazione:** Clemente Gilardi, Damiano Malaguerra, Carlotta Vannini, Ellade Corazza.  
**Indirizzo della redazione:**  
 Scuola federale dello sport, 2532 Macolin  
 tel. 032 27 61 11  
 telefax 032 27 64 04.  
**Redazione principale:**  
 c/o Centro sportivo nazionale della gioventù,  
 6598 Tenero  
 tel. 093 67 14 49 - telefax 093 67 15 76.  
**Abbonamento annuale:** Fr. 29.- (Svizzera),  
 Fr. 33.- (estero).  
**Incasso:** Servizio PTT degli abbonamenti ai giornali (a seconda dell'inizio dell'abbonamento, la fatturazione avviene per trimestre, semestre o per anno).  
**Numeri arretrati:** Fr. 3.- (Svizzera), Fr. 3.50 (estero).  
 Da ordinare alla Scuola federale dello sport, Biblioteca, 2532 Macolin.  
**Stampa:** Arti grafiche ticinesi SA Grassi & Co.,  
 via Lugano 3, 6500 Bellinzona.  
**Inserzioni:** Agence d'annonces Bienne SA,  
 Längfeldweg 135, 2501 Bienne - tel. 032 42 8 2 95 / 96  
 SA Arti grafiche ticinesi SA Grassi & Co., via Lugano 3,  
 6500 Bellinzona - tel. 092 25 18 71.  
**Amministrazione e servizio abbonamenti:**  
 Servizio PTT abbonamenti ai giornali, 3029 Berna.  
**Cambiamenti d'indirizzo:** da comunicare tramite  
 l'apposita cartolina delle PTT N. 257.04 (ottenibile presso  
 gli uffici postali) al suddetto servizio PTT.  
**Termine di redazione:**  
 il 1° del mese precedente la pubblicazione.  
 Gli articoli firmati impegnano unicamente i rispettivi  
 autori.  
**Riproduzione** parziale o totale è autorizzata purché sia  
 citata la fonte. Un giustificativo è da inviare alla reda-  
 zione. Il contenuto degli annunci pubblicitari non impe-  
 gna la responsabilità della redazione.  
**Hanno collaborato a questa edizione:**  
 Renato Sacchi, Sergio Bosisio, Bruno Morisoli (impagi-  
 nazione), Olinto Ricciardi (fotocomposizione), Daniel  
 Käsermann (fotografie).

**Pubblicazione mensile in tre lingue**

**Commissione di redazione:**  
*Presidente:* Hans Altorfer  
*Membri:* Eveline Nyffenegger e Françoise Huguenin  
 (redazione francese), Arnaldo Dell'Avò e Nicola Bigna-  
 sca (redazione italiana), Daniel Käsermann (redazione  
 fotografica), Marisa Bühlmann (segretaria).

**Svarione**  
 E grosso anchesi. Nell'edizione di gennaio è entrata «a sbal-  
 zo» un'intera pagina. Si tratta del dossier a pagina 17, che è  
 la riproduzione parziale, e quindi incompleta, di un articolo  
 apparso sulla rivista Educazione fisica nella scuola. Una  
 bella frittata, non c'è che dire! Ce ne scusiamo con i lettori.

## SOMMARIO

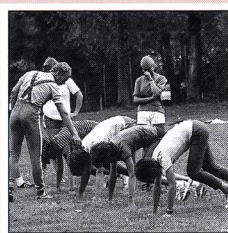
pagina

### Editoriale

Macolin «anche» del Ticino - I  
Clemente Gilardi 1

### Teoria e pratica

Nuovi test di atletica leggera  
Rolf Weber 2



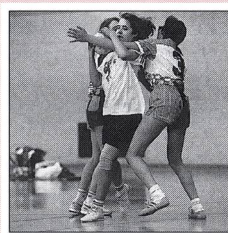
Musica per giochi,  
improvvisazioni e creazioni  
Fred Greder 4

### CST

I diritti del bambino  
Lucio Bizzini 7

### Scienza

Stress e attività ludico sportiva:  
teoria e prevenzione  
Boris Luban-Plozza 11



Acido lattico, questo (s)conosciuto  
Vincenzo Liguori 13

Elisir di lungo sport  
Vincenzo Liguori 15

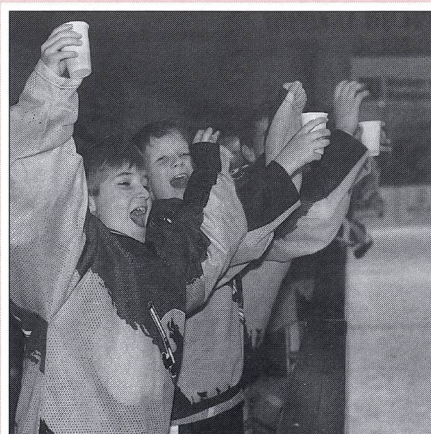
Etica, televisione e produzione di  
spettacoli sportivi  
Pierre Chazaud 19

### CFS

Invecchiare in salute  
Hansruedi Löffel 23

### Documentazione

Lecture  
Nicola Bignasca 24



**In copertina:** «Il bambino e lo sport». Comincia con  
 questa edizione la pubblicazione dei vari interventi  
 avuti durante l'omonimo ciclo di conferenze tenuto  
 l'autunno scorso presso il Centro della gioventù di  
 Tenero.