

**Zeitschrift:** Mobile : la rivista di educazione fisica e sport  
**Herausgeber:** Ufficio federale dello sport ; Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola  
**Band:** 2 (2000)  
**Heft:** 3  
  
**Rubrik:** Vetrina

### **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:** 11.02.2026

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

Gli sponsor di «mobile»

## Un grazie di cuore ai nostri partner

La pubblicazione di «mobile» viene assicurata grazie ai ricavi degli abbonamenti e a contributi da parte della Confederazione. Per rendere la rivista più attraente dal punto di vista grafico, abbiamo bisogno del sostegno dei nostri partner, che ci consentono di ottenere un prodotto notevolmente migliore. Grazie di cuore!

**rivella**

Rivella garantisce un'ultima pagina sempre attraente e presenta offerte nel mobileclub.

**HELVETIA PATRIA**



Helvetia Patria sponsorizza il nostro inserto pratico.

**VISTA WELLNESS**

VISTA Wellness propone interessanti prodotti ai membri del mobileclub.

**BIOKOSMA**  
NATURAL COSMETICS

Biokosma organizza corsi di massaggi per i membri del mobileclub.



Un accenno al prossimo numero

## Giochi di squadra

Il gioco è un'attività molto importante per lo sviluppo psicomotorio di bambini e giovani. Ma qual è il senso del gioco? Quali abilità tecniche si devono acquisire per diventare un buon giocatore? E quali sono i principi che permettono di gestire una squadra e di migliorare lo spirito di squadra? A queste e ad altre domande cercherà di dare una risposta il prossimo numero dedicato ai giochi di squadra. La rubrica «sport e cultura» affronterà il tema della violenza negli stadi e fra i tifosi. Arrivederci alla fine di luglio.

VISTA Wellness, partner di «mobile»

## Interessanti novità

Allegato a questo numero, i lettori trovano il nuovo catalogo della VISTA Wellness SA, partner di «mobile». Rispetto all'anno scorso ci sono delle interessanti novità che completano una gamma di prodotti ben fornita, di eccellente qualità e di prezzi contenuti. Le ordinazioni sono particolarmente vantaggiose se fatte in determinati quantitativi.

Una «Mediateca» composta di opere recenti – alcune prodotte «in casa» –



viene ad arricchire l'elenco dei numerosi prodotti, sia tradizionali che nuovi, per lo sport, la terapia o il fitness.

I fascicoli «Softgym con l'Overball» e «Movin'Sit» sono stati realizzati in collaborazione con noti specialisti. Essi contengono tutta una serie di consigli tecnici e di esempi di esercizi. I fascicoli sono inviati insieme ai prodotti.

Il sito internet [www.vistawellness.ch](http://www.vistawellness.ch) propone le ultime novità della casa. Le offerte speciali riservate al mobileclub figurano sulla prossima pagina.

Se non dovesse trovare allegato il catalogo Ritmobil®, qual-

cuno è stato più svelto di lei, ma non si preoccupi; può ordinare un nuovo esemplare al numero di telefono 032/841 42 52.

## Offerte speciali SCRIBO e Movin'Sit

Le attività a tavolino sono diventate ormai parte integrante della nostra cultura; a scuola, in ufficio, nei mezzi di trasporto e nel tempo libero passiamo moltissime ore in posizione seduta, spesso non certo ergonomicamente, con conseguenze che presto o tardi si fanno sentire sulla salute. Nonostante le raccomandazioni di medici e terapeuti, però, i mobili per la scuola e per l'ufficio non sono certo adeguati alle più recenti conoscenze. Una solu-

zione semplice, economica e che non prende molto posto per una migliore posizione seduta sul posto di lavoro alla scrivania è offerta dal leggito ergonomico SCRIBO e dal cuscino gonfiabile a cuneo Movin'Sit.

## Lo SCRIBO

- può essere utilizzato a scuola, in ufficio o a casa su quasi ogni tipo di tavolo;
- la superficie per l'appoggio del libro, a posizione variabile, funge a seconda dei casi da base per leggere o scrivere;
- una volta usato può essere ripiegato e occupa un minimo spazio;
- è stabile e grazie alle guarnizioni in gomma non scivola sul piano di lavoro;
- la seduta inclinata in avanti garantisce una rotazione del bacino in avanti ed una conseguente posizione ergonomicamente corretta della colonna vertebrale;
- il cuscino gonfiabile consente costanti piccoli movimenti del bacino e sostiene le correzioni posturali ed una migliore diffusione delle sostanze nutritive ai dischi intervertebrali.

Il tagliando di ordinazione è pubblicato sulla prossima pagina.



Per una postura corretta al tavolo da lavoro.

«mobile» (anno 2, 2000) è nata dalla fusione delle riviste «Macolin» (1944) e «Educazione fisica nella scuola» (1890)

Editori



Ufficio federale dello sport Macolin, rappresentato dal suo direttore, Heinz Keller

Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola, rappresentata dal suo presidente, il Prof. Dott. Kurt Murer

Caporedattore

Nicola Bignasca (NB)

Comitato di redazione

Barbara Meier (bm), Rose-Marie Repond (RRe), Janina Sakobielski (JSA), Marcel Favre (MF), Erik Golowin (Gol), Arturo Hotz (Hz), Walter Mengisen (wm), Martin Rytz (Ry), Peter Wüthrich (Wü)

Redazione

Eveline Nyffenegger (Ny), edizione francese e segreteria; Gianlorenzo Ciccozzi (cic), edizione italiana; Bernhard Rentsch (bre), edizione tedesca

Redazione fotografica

Daniel Käsermann

Traduttore

Mario Gulinielli (gul)

Indirizzo della redazione

«mobile», UFSPO, 2532 Macolin  
Tel.: ++41/(0)32/327 62 82  
Fax.: ++41/(0)32/327 64 78. E-mail: [gianlorenzo.ciccozzi@baspo.admin.ch](mailto:gianlorenzo.ciccozzi@baspo.admin.ch)

Grafica e impaginazione

agenturtschi.  
Soodstrasse 53/Postfach, 8134 Adliswil 2  
[www.agenturtschi.ch](http://www.agenturtschi.ch)

Stampa e annunci pubblicitari

Sticher Printing AG, Reusseggstrasse 9  
6002 Lucerna  
Tel.: 041/429 66 66  
Fax.: 041/420 99 36  
E-mail: [printing@sticher.ch](mailto:printing@sticher.ch)

Abbonamenti / Cambiamenti di indirizzo

Redazione «mobile» UFSPO,  
2532 Macolin  
Tel.: ++41/(0)32/327 63 08  
Fax.: ++41/(0)32/327 64 78  
E-mail: [mobile@baspo.admin.ch](mailto:mobile@baspo.admin.ch)

Membri dell'ASEF: Segreteria dell'ASEF,  
Neubrückstrasse 155, 3000 Berna 26  
Tel.: 031/302 88 02  
Fax.: 031/302 88 12  
E-mail: [svssbe@access.ch](mailto:svssbe@access.ch)

Prezzo di vendita

Abbonamento annuale (6 numeri):  
Fr. 35.- (Svizzera), Fr. 40.- (estero)  
mobileclub: Fr. 15.-

Riproduzione

Gli articoli, le foto e le illustrazioni pubblicate su «mobile» sono soggetti al diritto d'autore e non possono essere riprodotti o copiati, in tutto o in parte, senza autorizzazione da parte della redazione. La redazione declina ogni responsabilità per i testi e le fotografie inviati senza esplicita richiesta.

Tiratura

Edizione in italiano: 1515 esemplari  
Edizione in tedesco: 10 233 esemplari  
Edizione in francese: 3422 esemplari

ISSN 1422-7894



## Viaggio con i lettori a Parigi

### INSEP e grande rugby

La rivista «mobile» organizza per la prima volta un viaggio con i suoi lettori – con interessanti sconti per i membri del mobileclub. Meta del viaggio è Parigi, in particolare l'Institut national du sport et de l'éducation physique (INSEP). Nella mecca dello sport francese, con un trattamento di riguardo, potremo scoprire le strutture e i contenuti dello sport transalpino.

Inoltre potremo approfittare dell'occasione per partecipare da spettatori ad una particolare manifestazione sportiva: in programma abbiamo la partita di rugby Francia-Australia. Un'esperienza particolare nella metropoli francese!

Naturalmente ci sarà anche del tempo libero per andare ognuno per sé alla scoperta di Parigi, visitare i monumenti principali, fare acquisti...

**Data:** dal 3 al 5 novembre

**Prezzo:** Fr. 695.– per i membri del club. Fr. 750.– per i non membri (supplemento di Fr. 55.– per chi non possiede l'abbonamento metà prezzo).

**Incluso:** Viaggio in treno TGV prima classe, camera doppia in albergo a tre stelle (singola con supplemento), assicurazione, prenotazioni, trasporti a Parigi, una cena in gruppo, visita guidata all'INSEP, biglietto per Francia-Australia di rugby allo Stade de France.

Il viaggio a Parigi è organizzato in collaborazione con l'ufficio viaggi Natural di Bienne. Vi preghiamo di inoltrare le iscrizioni utilizzando il tagliando sottostante all'ufficio del mobileclub. Il numero dei partecipanti è limitato; le iscrizioni vengono considerate nell'ordine in cui pervengono. Il viaggio si tiene soltanto se gli iscritti sono almeno 12.

# mobileclub

Club dei lettori per gli abbonati alla rivista «mobile»

## SCRIBO e Movin'Sit



### Ordinazioni

Invia la sua ordinazione per mezzo del tagliando sottostante al mobileclub. Prezzo non comprensivo di IVA, porto e spedizione. Fornitura e fatturazione a cura della VISTA Wellness SA, 2014 Bôle, telefono 032/841 42 52, fax 032/841 42 87, e-mail office@vistawellness.ch

### Dalla mediateca dell'UFSPPO: Videocassetta «Corsa. Aspetti biomeccanici e medici»

Il film descrive le tre fasi di corsa «attitudine, appoggiare, condurre» con alcuni accenni sulla pratica e sul significato di queste tre fasi per la costruzione di scarpetta da corsa. Per i membri al prezzo speciale di Fr. 29.–.

### Dalle edizioni dell'ASEF:

- «Le guide pratique de la place de jeu», Fr. 23.–
- «Assis, assis j'en ai plein de dos», Fr. 18.–

## Disponibili ancora pochi posti

Nel corso «L'uso di immagini mentali nell'insegnamento dell'educazione fisica e dello sport» con Erik Franklin il 17 giugno 2000 a Lucerna (v. pubblicazione su «mobile» 2/2000) sono disponibili ancora pochi posti. Iscrizioni presso il mobileclub, Bernhard Rentsch, tel. 032/397 52 55.

## Corso di massaggi

Il mobileclub – in collaborazione con Biokosma – organizza uno speciale corso di massaggio, che presenteremo dettagliatamente nel prossimo numero. Il numero dei posti è limitato. Possibili pre-iscrizioni: mobileclub, Bernhard Rentsch, telefono 032/397 52 55.

**Data:** venerdì/sabato 17/18 novembre 2000 (venerdì dalle 16.00)

**Luglio:** Centro sportivo di Tenero

## Ausili didattici «Ernährung und Flüssigkeit im Sport»

L'offerta riguarda materiale didattico, purtroppo solo in tedesco, sul tema della nutrizione e dell'assunzione di liquidi nello sport, consistente in alcuni fogli informativi e nei trasparenti corrispondenti. Essi offrono uno sguardo d'insieme sulle cause e le conseguenze di una disidratazione a causa dell'eccessiva perdita di sudore e sui criteri che una bevanda deve soddisfare per fornire all'organismo le sostanze perdute sudando. La presentazione non ha una struttura rigida, per cui il docente può utilizzare con una certa libertà il materiale a disposizione.

**Prezzo speciale:** Fr. 12.– (anziché Fr. 20.–)

## mobileclub

Ordinazioni riservate ai membri del club (i nuovi membri vogliono usare anche il tagliando riportato sulla destra).

Quantità	Prodotti	Prezzo per i membri del club	Prezzo per i non membri
_____	SCRIBO	105.–	118.–
_____	SCRIBO e Movin'Sit*	129.–	148.–
_____	SCRIBO e Movin'Sit Junior	127.–	145.–
_____	Movin'Sit*	33.–	37.–
_____	Movin'Sit Junior	32.–	36.–

\* colore: ☐ blu ☐ blu-violetto

- ☐ Viaggio con i lettori a Parigi  
☐ Membri del mobileclub Fr. 695.– ☐ Non membri Fr. 750.–
- ☐ Videocassetta Corsa. Aspetti biomeccanici e medici al prezzo speciale di Fr. 29.–
- ☐ «Le guide pratique de la place de jeu» Fr. 23.–  
☐ «Assis, assis j'en ai plein de dos» Fr. 18.–

Nome/Cognome \_\_\_\_\_

Indirizzo \_\_\_\_\_

NPA/località \_\_\_\_\_

Telefono \_\_\_\_\_

Data e firma \_\_\_\_\_

Da inviare per posta o per fax a: mobileclub, Bernhard Rentsch, UFSPPO, 2532 Macolin, fax 032/327 64 78

## Ordinazione

Da inviare per posta o per fax a:  
 Redazione «mobile», UFSPPO, 2532 Macolin, fax 032/327 64 78

- ☐ Sottoscrivo un abbonamento annuale a «mobile» e aderisco al mobileclub (Svizzera: Fr. 50.–; estero: Fr. 55.–).
- ☐ Sottoscrivo un abbonamento annuale a «mobile» (Svizzera: Fr. 35.–/estero: Fr. 40.–).
- ☐ Mi piacerebbe ricevere «mobile» in abbonamento di prova (3 numeri per Fr. 15.–).
- ☐ Sono già abbonato a «mobile» e voglio aderire al mobileclub (Fr. 15.– all'anno).

Nome/Cognome \_\_\_\_\_

Indirizzo \_\_\_\_\_

NPA/località \_\_\_\_\_

Telefono \_\_\_\_\_

Fax \_\_\_\_\_

### Uso dei dati degli abbonati a scopi commerciali

Gli editori di «mobile» prevedono che agli sponsor vengano messi a disposizione i dati relativi agli abbonati per scopi commerciali. Se non è d'accordo che i suoi dati personali vengano trasmessi agli sponsor deve indicarlo espressamente qui di seguito.

- ☐ Non voglio che i dati relativi alla mia persona siano usati per scopi commerciali.

Data e firma \_\_\_\_\_



**GLI  
SPORTIVI  
BEVONO  
rivella.**

**Ma  
NON SOLO  
Loro.**

