

<b>Zeitschrift:</b>	Mobile : la rivista di educazione fisica e sport
<b>Herausgeber:</b>	Ufficio federale dello sport ; Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola
<b>Band:</b>	4 (2002)
<b>Heft:</b>	4
<b>Rubrik:</b>	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>**

# Coaching

Parlando di coach(ing) non tutti capiscono la stessa cosa, complice anche un'accezione linguistica non ancora univoca. Ecco allora che per alcuni il coach è il consulente attivo soprattutto come eminenza grigia del grande manager, per altri semplicemente l'allenatore (anglicizzando il termine), per altri ancora il tecnico attivo in sport particolarmente «americani» come basket e baseball. La distinzione fra coach ed allenatore in effetti è sottile e non sempre chiara; in questo numero cerchiamo di illustrare le numerose faccette di questa attività che spazia dalla preparazione tecnica alla assistenza, alla cura dell'atleta, a...

Lo facciamo proponendo anche alcuni esempi pratici che invitano a riflettere il proprio ruolo: cosa avrei fatto io al posto del coach? Come interpreto il mio ruolo come coach?

Il Coach G+S, figura centrale nella nuova concezione di Gioventù + Sport, svolge un'attività di primaria importanza: quali sono di preciso i suoi compiti presso società sportive e scuole? Quali strumenti ha a disposizione? Anche in questo caso cerchiamo di proporre delle risposte.

*Il numero 5/02 esce alla fine di settembre 2002.*

«mobile» (anno 4, 2002) 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, Joachim Laumann

**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), Bernhard Rentsch (bre), Max Stierlin (St), Peter Wüthrich (WÜ)

**Redazione**  
Eveline Nyffenegger (Ny) e Véronique Keim (vke), edizione francese;  
Gianlorenzo Ciccozzi (cic), edizione italiana;  
Roland Gautschi (gau), edizione tedesca

**Redazione fotografica**  
Daniel Käsermann

**Traduttori**  
Davide Bogiani, Mario Gulinelli (gul), Alberto Wohlgemuth

**Indirizzo della redazione**  
«mobile», UFSPO, 2532 Macolin  
Tel. ++41/(0)32 327 63 77  
Fax: ++41/(0)32 327 64 78. E-mail:  
gianlorenzo.ciccozzi@baspo.admin.ch  
www.mobile-sport.ch

**Grafica e impaginazione**  
agenturtschi.  
Soodstrasse 53/Postfach, 8134 Adliswil 2  
www.agenturtschi.ch

**Annunci pubblicitari**  
Zollikofer AG  
Alfred Hähni  
Riedstrasse 11  
8824 Schönenberg  
Telefon: ++41/(0)788 25 78  
Fax: ++41/(0)788 25 79

**Stampa**  
Zollikofer AG  
Fürstenlandstrasse 122  
9001 St. Gallen  
Tel.: 071 272 77 77  
Fax: 071 272 75 86

**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

**Membri dell'ASEF: Segreteria dell'ASEF,**  
Neubrückstrasse 155, 3000 Berna 26  
Tel.: 031 302 88 02  
Fax: 031 302 88 12  
E-mail: svssbe@smile.ch

**Prezzo di vendita**  
Abbonamento annuale (6 numeri):  
Fr. 35.– (Svizzera), € 31.– (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: 10233 esemplari  
Edizione in francese: 3184 esemplari

ISSN 1422-7894

# SIEF

## Società Italiana di Educazione Fisica

### «L'Educazione Fisica nell'handicap: obiettivi e limiti»

**L**a Società italiana di educazione fisica organizza a Siena, il 15 e 16 novembre 2002 il suo VII Congresso Nazionale. «Alla base del nostro lavoro» scrive Cristina Baroni, Presidente del Congresso, nel dépliant con il programma preliminare delle sessioni «sta la consapevolezza che ogni essere umano ha bisogno di esercizio fisico, e che esso quindi, laddove non sia proponibile per la disabilità, vada ricercato no-

nostante la disabilità, perché sempre e comunque è possibile apportare, attraverso l'educazione fisica... un qualche miglioramento nella qualità della vita delle persone che a noi si rivolgono.»



Siena  
15 - 16 novembre 2002

Via Alta Mura  
Nuovi Istituti Biologici - Aula Magna

PRIMO ANNUNCIO



Con il patrocinio della  
UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI DI SIENA

#### Programma:

Il Congresso si suddivide in due sessioni:

- I sessione: studi e prospettive in campo medico
- II sessione: esperienze di educazione fisica con disabili

e si conclude con una tavola rotonda, dal tema: «La situazione nel sociale e la qualità della vita delle persone disabili: quali risposte?»

#### Organizzazione:

Il Congresso gode del patrocinio della Università degli Studi di Siena, e si svolgerà appunto nell'Aula Magna dei Nuovi Istituti Biologici di Siena.

#### Iscrizioni:

È possibile, per chiunque fosse interessato a presentare lavori sull'argomento, mettersi in contatto con la Segreteria Organizzativa oppure direttamente con il Presidente del Congresso, entro e non oltre il 30 settembre 2002.

#### Segreteria Organizzativa:

Istituto Duchenne, Scuola Nazionale di Educazione Fisica, Via Bardazzi, 36/38, I-50127 Firenze. Tel. e fax (0039)0554360774. E-mail: info@duchenne.it. www.duchenne.it

Presidente del Congresso: Cristina Baroni, tel. (0039)055 830 74 75

## Un grazie di cuore ai nostri partner:



L'Ufficio svizzero per la prevenzione degli infortuni upi è il nostro partner per tutte le questioni inerenti la sicurezza nello sport.



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



Helvetia Patria sponsorizza il nostro inserto pratico.



Helvetia Patria sponsorizza il nostro inserto pratico.



Biokosma organizza corsi di massaggi per i membri del mobileclub.

Una visita speciale

## All'Expo.02 con il mobileclub

**L'**Expo.02 è l'evento dell'anno; tappa «obbligata» un po' per tutti. Perché non approfittare di un programma particolare? Il mobileclub offre la possibilità di vivere un'esperienza esclusiva. Nel mese di agosto durante gli Expo-Games delle discipline invernali a Yverdon organizziamo un appuntamento particolare che consente ai partecipanti di scoprire nei dettagli il progetto «Circuit» accompagnati da una guida competente e di partecipare ad un aperitivo. Naturalmente tutti hanno tempo a sufficienza per visitare anche le altre installazioni dell'Arteplage di Yverdon. Il tutto al prezzo speciale di 45 franchi (inclusa carta giornaliera e prestazioni accessorie).

**Data:** 16 agosto 2002, inizio alle ore 10.00, segue visita individuale.

**Luogo:** Arteplage Expo.02 di Yverdon, arrivo individuale.

**Programma:** visita guidata e commentata del progetto «Circuit», aperitivo, visita libera dell'Arteplage di Yverdon e degli Expo-Games delle discipline invernali.

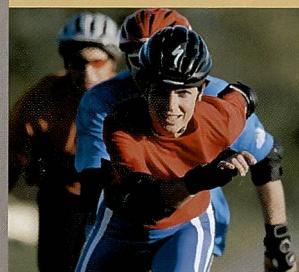
**Prezzo:** per i membri del mobileclub Fr.45.-; per i non membri Fr.55.-.

**Iscrizione:** Bernhard Rentsch, mobileclub, UFSPO, 2532 Macolin. Telefono 032 3422060, fax 0323276478, E-mail info@rebipromotion.ch (il numero dei posti disponibili è limitato, le iscrizioni saranno prese in considerazione secondo la data di arrivo).

# mobileclub

Club dei lettori per gli abbonati alla rivista «mobile»

## L'allenamento della resistenza fra teoria e pratica



I mobileclub offre ai lettori un corso che si riallaccia al tema trattato nell'inserto pratico. In esso la resistenza viene esaminata sotto due punti di vista; la parte pratica consente di conoscere

nel dettaglio e di provare il test dei 4 x 1000 m o varie forme di gioco e di esercizio per l'allenamento della resistenza, mentre il blocco teorico consente di analizzare da vicino la programmazione di un allenamento mirato della resistenza.

**Programma:** introduzione ai principi di pianificazione, blocco pratico con temi a scelta. La parte dedicata alla pianificazione può essere anche trattata nel corso del-

l'intera giornata, mettendo l'accento sulla fase di realizzazione nella pratica.

**Opzioni a scelta:** A = blocco teorico + test di prestazione. B = blocco teorico + forme di gioco e di esercizio. C = giornata interamente dedicata a pianificazione e realizzazione.

**Data:** sabato 16 novembre 2002, dalle 10.00 alle 16.00.

**Luogo:** Macolin

**Costo:** per i membri del club Fr.120.-, per i non membri Fr. 150.- (incluso materiale e vitto).

**Iscrizioni (con indicazione della formula scelta, A, B o C):** mobileclub, Bernhard Rentsch, UFSPO, 2532 Macolin, telefono 032 242 20 60, fax 032 327 64 78, E-mail info@rebipromotion (numero di posti limitato, le iscrizioni verranno considerate in base alla data di arrivo).

### Offerta VISTA Wellness

#### Un cuscino speciale per rilassarsi

Per sportivi stanchi, donne che allattano o incinte, fanatici della televisione e per chiunque cerca una posizione sdraiata comoda: il mobileclub - in collaborazione con la VISTA Wellness SA - offre un pratico cuscino (d'appoggio) Easy Cushion in materiale antiallergenico e ignifugo, lavabile in lavatrice a 60 gradi.



Il cuscino speciale (195 x 38 cm, 1200 g) è offerto a Fr. 62.30 per i membri del club e a Fr. 69.- per i non membri. Il rivestimento, nei colori blu o giallo, costa Fr. 27.30 per i membri del club e Fr. 32.- per i non membri. Nell'ordinazione specificare il colore.

# mobileclub

Gli sconti sono riservati unicamente ai membri del mobileclub (preghiamo i nuovi membri di compilare anche il tagliando a destra).

#### Corso «Allenamento della resistenza»

- Membri del mobileclub Fr.120.-
- Non membri Fr.150.-

#### All'Expo.02 con il mobileclub

- Membri del mobileclub Fr.45.-
- Non membri Fr.55.-

#### Cuscino speciale Easy Cushion

- Membri del mobileclub Fr. 62.30 (incl. IVA) + spedizione
- Non membri Fr. 69.- (incl. IVA) e spedizione

#### Rivestimento

- Membri del mobileclub Fr.27.30 (incl. IVA) + spedizione
- Non membri Fr.32.- (incl. IVA) + spedizione

Colore:  blu  giallo

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

Indirizzo \_\_\_\_\_

NPA/Località \_\_\_\_\_

Telefono \_\_\_\_\_

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

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

# Ordinazione

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

- Sottoscrivo un abbonamento annuale a «mobile» e aderisco al mobileclub (Svizzera: Fr.50.- estero: € 41.-).
- Sottoscrivo un abbonamento annuale a «mobile» (Svizzera: Fr.35.-/estero: € 31.-).
- Mi piacerebbe ricevere «mobile» in abbonamento di prova (3 numeri per Fr.15.-/€ 10.-).
- Sono già abbonato a «mobile» e voglio aderire al mobileclub (Fr.15.-/€ 10.- 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 \_\_\_\_\_



Che colore ha  
la tua sete?

**rivella rossa.**