

**Zeitschrift:** Mobile : la rivista di educazione fisica e sport  
**Herausgeber:** Ufficio federale dello sport ; Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola  
**Band:** 5 (2003)  
**Heft:** 2  
  
**Rubrik:** mobile club

### **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>**



Offerta Vista Wellness

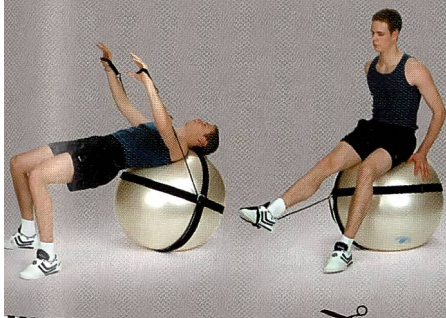
### **Pallone «mobile» e Fitball® Traction-Set**

In collaborazione con il nostro partner VISTA Wellness SA siamo in grado di offrire ai lettori un nuovo prodotto nel campo dell'allenamento della forza e del fitness. Con il Fitball® Traction si hanno tutte le possibilità di allenamento offerte dal pallone (vedi anche l'inserito pratico), mentre un set accessorio lo trasforma in un attrezzo completo sul quale eseguire ancora più esercizi (v. a pag. 59 per maggiori informazioni sul Set Fitball® Traction).

**Senza pallone:** Fitball®Traction con cinghie, due elastici blu o neri con impugnature. Per palloni con diametro di 65 o 75 cm. Opuscolo con gli esercizi.

**Con il pallone:** Fitball Gymnic Plus, 65 cm diametro, bianco perla. Opuscolo con gli esercizi.

**Ordinazioni:** da inviare per mezzo del tagliando riportato di sotto al mobileclub. Fornitura e fatturazione sono a cura della ditta VISTA Wellness SA, 2014 Bôle, Telefono 032 841 42 52, Fax 032 841 42 87, E-mail: office@vistawellness.ch



# mobileclub

**Club dei lettori per gli abbonati alla rivista «mobile»**

## **Introduzione al massaggio sportivo**

**N**el corso di un seminario di due giorni i partecipanti apprendono, in collaborazione con il partner di «mobile» DUL-X/Biokosma, i primi rudimenti teorici e pratici del massaggio sportivo. Il corso si indirizza principalmente ad allenatori e assistenti di società sportive, docenti di educazione fisica e sport, sportivi di ogni livello o semplicemente a chiunque abbia interesse per il tema.

**Data:** sabato 26 aprile 2003 e domenica 27 aprile 2003

**Luogo:** Macolin

**Costo:** per i membri del mobileclub Fr. 365.-, per i non membri Fr. 390.-. Sono compresi nel

prezzo d'iscrizione pernottamento, vitto e materiale per il corso.

**Iscrizione:** presso il responsabile del mobileclub, Bernhard Rentsch, UFSPQ, 2532 Macolin. Telefono 032 342 20 60, fax 032 327 64 78, E-mail: info@rebi-promotion.ch (il numero dei posti disponibili è limitato, le iscrizioni saranno considerate in base alla data d'arrivo).



## **Rafforzamento con la Swissball**

Il mobileclub propone un corso per il rafforzamento muscolare con la Swissball. Al tema è dedicato anche l'inserito pratico di questo numero. Il responsabile Rolf Altorfer illustra sia in teoria che nella pratica in che modo l'attrezzo possa essere utilizzato al meglio a casa, a scuola e nello sport, sia di massa che di prestazione.

**Data:** mercoledì 22 ottobre 2003, dalle 10.00 alle 16.00.

**Luogo:** Ufficio federale dello sport, Macolin.

**Responsabile:** Rolf Altorfer.

**Costo:** per membri del club Fr. 120.-, per non membri Fr. 150.- (inclusi documentazione e vitto). Il materiale viene dato in prestito per il corso.

**Iscrizioni:** responsabile del mobileclub, Bernhard Rentsch, BASPO, 2532 Macolin, telefono 032 342 20 60, Fax 032 327 64 78, E-Mail info@rebi-promotion.ch (il numero di posti disponibili è limitato, le iscrizioni saranno considerate secondo il loro arrivo in redazione).

# mobileclub

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

- ☐ **Corso sul rafforzamento con la Swissball**
  - ☐ Membri del mobileclub Fr. 120.-
  - ☐ Non membri Fr. 150.-
- ☐ **Corso «Introduzione al massaggio sportivo»**
  - ☐ Membri del mobileclub Fr. 365.-
  - ☐ Non membri Fr. 390.-
- ☐ **Set Fitball®Traction senza pallone**
  - ☐ Membri del mobileclub Fr. 40.- (IVA inclusa) più porto
  - ☐ Non membri Fr. 44.- (IVA inclusa) più porto
- ☐ **Set Fitball®Traction con il pallone, bianco perla**
  - ☐ Membri del mobileclub Fr. 74.- (IVA inclusa) più porto
  - ☐ Non membri Fr. 83.- (IVA inclusa) più porto
- ☐ **Pallone «mobile», diametro 65 cm, blu**
  - ☐ Membri del mobileclub Fr. 31.- (IVA inclusa) più porto
  - ☐ Non membri Fr. 37.- (IVA inclusa) più porto

**Nome / Cognome**

**Indirizzo**

**NPA/Località**

**Telefono**

**Fax**

**Data e firma**

Da inviare per posta o per fax a: mobileclub, Bernhard Rentsch,

## **Ordinazione**

Da inviare per posta o per fax a:

Redazione «mobile», UFSPQ, 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**