

Zeitschrift: Mobile : la rivista di educazione fisica e sport
Herausgeber: Ufficio federale dello sport ; Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola
Band: 10 (2008)
Heft: 1

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: 29.03.2026

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

- 7 Opinioni // Spazio aperto**
Peter Wüthrich // È dal desiderio di vincere
che nasce il vincitore
C. Bazzano, M. Bellucci // Abbiamo un sogno
- 8 Vetrina // Primo piano**
Dieta «freestyle»
L'Europa dei grassi
- 10 Copertina // Salute delle ossa**
- 20 Studio // Movimento e cognizione**
Più coordinati, meglio concentrati
- 22 Ritratto // Destino ingrato**
Le disavventure di uno snowboarder giovanissimo
- 25 Progetto // Museo Olimpico**
A Losanna per visitare la Cina
- 26 Sotto la lente // Giocolare**
Palco agli artisti
- 28 Dossier // Prevenzione della violenza**
- 44 mobileclub**
- 45 Educazione fisica // Aggiornamento**
Giornate formative speciali nella vicina Penisola
- 46 Educazione fisica // Respirazione**
La chiave della vita
- 54 Vetrina // Anteprima**
Corso di management per organizzazioni sportive

Copertina



La salute delle ossa

- 10** Una funicella a testa // Con poco si può ottenere tanto
- 12** Esercizi quotidiani // Per uno sviluppo corretto
- 17** Forti sino al midollo // Grazie al movimento precoce

Dossier



Prevenzione della violenza

- 28** SCI Esperia // Una nomea difficile da scardinare
- 31** Anton Lehmann // Intervenire con ponderazione
- 34** Soluzioni à la carte // Prima decodificare poi intervenire

Inseriti pratici

Fairplay



► Il programma di prevenzione «cool and clean» affronta argomenti quali la prestazione, la correttezza, le sostanze che creano dipendenza e il doping. Il tutto con l'ausilio di forme di gioco coinvolgenti. //

Coordinazione



► Gli atleti che dispongono di una buona coordinazione motoria apprenderanno con facilità nuovi movimenti. È soprattutto tra i 6 e i 10 anni che i bambini riescono a migliorare nettamente le proprie capacità coordinative. //

Siate visibili



3M Scotchlite™
Reflective Material

Con 3M Scotchlite sarete
meglio visibili nel traffico
stradale e questo fino a una
distanza di 160m.

www.scotchlite.ch

Trovate una vasta gamma nel commercio.

13/14.6.

Una volta devi andare a Bienne

progeno



Bieler Tagblatt

LA POSTE

Allianz
Suisse



50esima edizione della 100 km di Bienne
Campionato svizzero ultra 2008

Staffetta a 5 / Lei e lui

Maratona notturna / Mezza maratona notturna

Nordic walking notturno durante la maratona e la mezza maratona

Corsa Büttenberg / Nordic walking 14,5 km

Patr. mil. su 100 km

Kids-Run il 12 giugno

Informazioni e iscrizioni:

Bieler Laufage, Casella postale 283, CH-2501 Bienne, Svizzera

Tel. ++41 (0)32 331 87 09 / Fax ++41 (0)32 331 87 14

internet: www.100km.ch / e-mail: laufage@bluewin.ch

Iscrizioni tardive sino a 2 ore prima della partenza

CORSA DEL GIUBILEO
50esima edizione della 100 km



BIELER LAUFTAGE
COURSES DE BIENNE

Corsa dei 100 km

Azione

Speed Rope originale (verde)
(240 cm; per taglia 1.40 - 1.60 m)

Speed Rope originale (arancione)
(270 cm; per taglia 1.60 - 1.80 m)

Fr. 7.50 invece di Fr. 15.-

www.feelyourbody.ch

