

Zeitschrift: Mobile : la rivista di educazione fisica e sport
Herausgeber: Ufficio federale dello sport ; Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola
Band: 12 (2010)
Heft: 4

Rubrik: Esperienze positive

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>

Esperienze positive



Praticare il Nordic Walking in gruppo o aderire alla sezione maschile di una società di ginnastica? Allenarsi da soli in un centro fitness o seguire un corso di yoga? Sono numerose le possibilità che si offrono agli adulti per praticare un'attività fisica per tutta la vita o riprenderne una dopo una pausa più o meno lunga. I cinque ritratti che presentiamo di seguito sono uno spaccato dello sport per gli adulti. Due donne e tre uomini raccontano la loro storia e la relazione che intrattengono con lo sport. Infine, a pagina 18, la rubrica Stile personale è dedicata ad un monitore di un gruppo di jogging e al rapporto che intrattiene con i suoi «pupilli». ■

Foto: Università Berna, Alain Dössegger, Ueli Känzig

