

**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  
  
**Artikel:** Formazione ad ampio raggio  
**Autor:** Kunz, Bruno  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1001174>

### **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>**

# Formazione ad ampio raggio

Swiss Athletics applica, in ambito delle sue formazioni Running, le linee guida dello sport per gli adulti Svizzera esa. La federazione di atletica leggera s'impegna a favore di una formazione di qualità e di alto livello dei suoi monitori, offrendo loro un'ampia paletta di corsi di formazione e di perfezionamento.

Swiss Athletics è la federazione mantello di atletica leggera e Running in Svizzera. Il segretariato si trova a Ittigen, vicino a Berna, dove all'incirca 20 collaboratori si occupano di promozione dello sport giovanile, sport di massa e sport di punta nonché della gestione amministrativa. Così come la maratona fa parte del programma olimpico di atletica leggera, il Running è parte integrante del programma di Swiss Athletics che comprende una vasta gamma di discipline volte a promuovere la salute, oltre ad attività di sport di massa e di competizione. Swiss Athletics si occupa di ognuno di questi settori. La formazione per monitori di Running negli ambiti sport per la salute e sport di massa è passata nel 2005 sotto l'egida di Allez Hop e ora è stata trasferita nello sport per gli adulti. Un'evoluzione, questa, che Swiss Athletics considera positiva poiché il Running è, fra le altre cose, una disciplina da praticare allo scopo di migliorare la salute.

## Scambio di esperienze

Poco meno di 500 società sono affiliate a Swiss Athletics, molte delle quali propongono attività legate alla corsa a piedi e ora anche raduni di appassionati della disciplina, eventi che hanno sempre meno a che vedere con l'atletica leggera su pista. A tutte que-

ste società e organizzatori di raduni, Swiss Athletics offre un'ampia paletta di formazioni e corsi di perfezionamento in ambito di sport per gli adulti. Le attività esa di Swiss Athletics si rivolgono anche a monitori di altre associazioni e a coloro che lavorano a titolo privato. Il pubblico destinatario sono infatti tutti gli istruttori di gruppi di corsa che attribuiscono molta importanza alla qualità della loro offerta.

Già nel primo anno di esistenza di esa, Swiss Athletics propone una formazione di Running completa di modulo centrale e modulo tecnico. Oltre a questo, all'incirca 15 monitori provenienti da vecchie formazioni di running che proponevano corsi paralleli sono stati trasferiti nel sistema esa. A partire dall'autunno di quest'anno, la federazione mette a disposizione dei monitori di Running diversi corsi di perfezionamento, il primo dei quali si svolgerà sabato 31 ottobre 2010 a Ittigen. Si tratta in sostanza di uno scambio di esperienze sul tema dei raduni di runners. Il bando d'iscrizione è disponibile al sito di Swiss Athletics (v. link).

## Grande domanda

Swiss Athletics considera lo sport per adulti un'opportunità per migliorare, da un lato, la qualità delle offerte di allenamenti per quanto riguarda il Running e, dall'altro, per fare in modo che le numerose persone che si danno alla corsa possano continuare a praticare il loro sport preferito con motivazione e senza soffrire di problemi di salute.

La domanda registrata nel primo anno esa dimostra che il Running è un'attività che necessita di monitori formati a dovere. Ci sono molti adepti della corsa che vogliono essere consigliati da istruttori competenti e che aderiscono a gruppi guidati da persone capaci. Swiss Athletics vuole offrire a questi istruttori la giusta formazione. ■

Bruno Kunz

[www.swissathletics.ch](http://www.swissathletics.ch)

## Un'alleanza per la salute

A Swiss Athletics, lo sport per gli adulti è integrato nella sezione sport di massa e formazione, il cui responsabile Bruno Kunz è alla testa anche dei corsi di Running. Nel quadro della formazione esa di Swiss Athletics figurano anche Monika Vifian (Rothrist), Beat Fäh (Coira), Roland Giger (Olten), Thomas Hürzeler (Därligen), Ruedi Oegerli (Wangen), Günther Antesberger (Thalwil) e Etienne Languetin (Blonay). Per quanto riguarda gli aspetti amministrativi, il team che si occupa della formazione, guidato da Chiara Pfeiffer, gode del sostegno della sezione sport di massa e formazione. Swiss Athletics coordina le sue attività nello sport per gli adulti con i partner che compongono «Allianz Gesundheitssport». Ryffel Running ad esempio offre dei corsi di Nordic Walking e Aqua Fit, mentre Allez Hop Romandia ne propone diversi in lingua francese.

[www.swissathletics.ch](http://www.swissathletics.ch) > Running > Alliance sport santé