

Zeitschrift: Macolin : mensile della Scuola federale dello sport di Macolin e di Gioventù + Sport
Herausgeber: Scuola federale dello sport di Macolin
Band: 46 (1989)
Heft: 8

Inhaltsverzeichnis

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

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. [Voir Informations légales.](#)

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. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 14.03.2025

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

Redattore responsabile: Arnaldo dell'Avo.

Collaboratore redazionale: Nicola Bignasca.

Comitato di redazione: Clemente Gilardi, Damiano Malaguerra, Carlotta Vannini.

Indirizzo della redazione: Scuola federale dello sport, 2532 Macolin
tel. 032 22 56 44 - telex: etsch 931 230
telefax 032 226 291.

Abbonamento annuale: Fr. 29.— (Svizzera), Fr. 33.— (estero).

Incasso: Servizio PTT degli abbonamenti ai giornali (a seconda dell'inizio dell'abbonamento, la fatturazione avviene per trimestre, semestre o per anno).

Numeri arretrati: Fr. 3.— (Svizzera), Fr. 3.50 (estero). Da ordinare alla Scuola federale dello sport, 2532 Macolin.

Stampa: Arti grafiche ticinesi SA Grassi & Co., 6500 Bellinzona.

Inserzioni: Agence d'annonces Bienne SA, rue Franche 11, 2501 Bienne - tel. 032 21 62 96
Grassi-Pubblicità, 6500 Bellinzona - tel. 092 26 26 86.

Amministrazione e servizio abbonamenti: Servizio PTT abbonamenti ai giornali, 3029 Berna.

Cambiamenti d'indirizzo: da comunicare tramite l'apposita cartolina delle PTT N. 257.04 (ottenibile presso gli uffici postali) al suddetto servizio PTT.

Termine di redazione: il 1° del mese precedente la pubblicazione.
Gli articoli firmati impegnano unicamente i rispettivi autori.

Riproduzione parziale o totale è autorizzata purché sia citata la fonte. Un giustificato è da inviare alla redazione.
Il contenuto degli annunci pubblicitari non impegna la responsabilità della redazione.

Hanno collaborato a questa edizione: Renato Sacchi, Bruno Morisoli, Renzo Gianocca (impaginazione), Olinto Ricciardi (fotocomposizione), Hugo Lörtscher (fotografie).

Pubblicazione mensile in tre lingue

Commissione di redazione:

Presidente: Yves Jeannotat (redazione francese)
Membri: Hans Altorfer (redazione tedesca), Michel Bur-
nand (redazione francese), Arnaldo Dell'Avo (redazione
italiana), Hugo Lörtscher (foto), Suzanne Probst Meyer ed
Evelyne Nyffenegger (segreteria).

SOMMARIO

pagina



La Scuola federale dello sport di Macolin (SFSM) alla vigilia del '90
Heinz Keller 1

Da Clemente Gilardi a Max Etter 3

Lo sport è anche per loro
Nicola Bignasca 4



Pallacanestro: contrattacco e transizione
Piero-Alain Landenbergue 6

L'allungamento: 11

contrazione e rilassamento
Klaus Weckerle

Il campo... di gioco
Max Stierlin 14



L'intelligenza e l'attività motoria
Nicola Bignasca 16

Oltre il doping: magnesio e sport
Vincenzo Liguori 18



Anche gli animali sono sportivi di punta
Hugo Lörtscher 20



Educazione alla montagna per i giovani
Theodor Wyder 23



Centri sportivi - prodotti edili del
mercato unico europeo 24

In copertina: agosto, tempo d'escursioni. Nell'immagine che proponiamo, la magnifica zona appenzellese del Fählensee, con sullo sfondo il massiccio dell'Altman.