

**Zeitschrift:** Mobile : la rivista di educazione fisica e sport  
**Herausgeber:** Ufficio federale dello sport ; Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola  
**Band:** 2 (2000)  
**Heft:** 2  
  
**Rubrik:** Vetrina

### **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:** 02.04.2025

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

Gli sponsor di «mobile»

## Un grazie di cuore ai nostri partner

La pubblicazione di «mobile» viene assicurata grazie ai ricavi degli abbonamenti e a contributi da parte della Confederazione. Per rendere la rivista più attraente dal punto di vista grafico, abbiamo bisogno del sostegno dei nostri partner, che ci consentono di ottenere un prodotto notevolmente migliore. Grazie di cuore!

**rivella**

Rivella garantisce un'ultima pagina sempre attraente e presenta offerte nel *mobileclub*.

**HELVETIA PATRIA**



Helvetia Patria sponsorizza il nostro inserto pratico.

**VISTA WELLNESS**

VISTA Wellness propone interessanti prodotti ai membri del *mobileclub*.

**BIOKOSMA**  
NATURAL COSMETICS

Biokosma organizza corsi di massaggi per i membri del *mobileclub*.



Un accenno al prossimo numero

## Salute

Quali sono i risultati degli studi più recenti sul significato ai fini della salute del movimento e dello sport in età giovanile? Quali conseguenze si possono trarre per quel che riguarda lo sport nella scuola e nelle società? A queste e altre domande cerca di dare una risposta esauriente il prossimo numero di «mobile». Il numero 3/2000, nella seconda parte, tratta inoltre in maniera approfondita il tema «l'alimentazione nello sport». Arrivederci alla fine di maggio.

BIOKOSMA nuovo partner di «mobile»

## DUL-X per mantenersi mobili

In caso di distorsioni, infortuni muscolari o semplicemente quando si avverte una sensazione di fatica, i prodotti DUL-X sono i compagni fidati dello sportivo. L'odore tutto particolare di questi classici del massaggio sportivo fa parte integrante del mondo dello sport, ma non va confuso certo con una semplice «puzza di olio canforato»: oli essenziali al 100% conferiscono ai prodotti la forza della natura, ed è proprio questa che li ha portati al successo.

La marca DUL-X è fabbricata e distribuita da vari anni dalla BOKOSMA SA, impresa a conduzione familiare ricca di tradizione con sede a Ebnat-Kappel, che produce anche la linea di prodotti cosmetici «BOKOSMA». Tutti i prodotti sono fabbricati nel rispetto di severe direttive, riassunte in una sorta di «codice» che prevede fra l'altro che i prodotti devono essere di origine vegetale, non contenere alcuna sostanza tratta da animali morti e non devono essere sperimentati sugli animali. Inoltre nella fabbricazione si usano metodi alternativi rispettosi dell'ambiente.

### Un chiaro impegno per lo sport

Da oltre 30 anni i massaggiatori DUL-X sono presenti a innumerevoli ma-

nifestazioni sportive, ben noti agli atleti sia di punta che dilettanti. Fra gli atleti che godono dei nostri «servizi» troviamo anche i partecipanti a manifestazioni di prestigio come il Meeting internazionale di atletica di Zurigo, il «Grand Prix» di Berna e la «Course de l'Escalade» di Ginevra.

«DUL-X Health Trainer» è il titolo conferito agli oltre 5000 partecipanti ai 101 corsi che BOKOSMA propone da ormai dieci anni. Durante un corso introduttivo di due giorni hanno appreso le tecniche fondamentali del massaggio sportivo, approfondite successivamente in un corso di perfezionamento di quattro giorni. BOKOSMA fa affidamento sin dall'inizio sulla competenza come responsabile dei corsi di Kurt Benninger, terapeuta presso l'Istituto di scienza dello sport dell'UFSP, che gode di un'enorme esperienza con atleti di vari discipline.

Per BOKOSMA una ragione sufficiente per avviare una collaborazione con «mobile» per il tramite di DUL-X. Un modo per contribuire alla formazione e all'evoluzione nel campo dello sport. Nell'ambito del «mobileclub» proporremo ai lettori offerte speciali interessanti.

Per informazioni: BOKOSMA SA, Kapplerstrasse 55, 9642 Ebnat-Kappel, Telefono: 071/992 63 10 Fax: 071/992 63 15.



Foto: Daniel Ammann

I corsi di massaggi della Biokosma godono una grande reputazione.

### Corso di massaggi per i membri del mobileclub

Il Club dei lettori organizza un corso di massaggi in collaborazione con il nostro sponsor Biokosma. Il corso si terrà al Centro sportivo della gioventù di Tenero i prossimi 17 e 18 novembre. Il programma dettagliato verrà pubblicato nel prossimo numero. I membri del Club che desiderassero già sin d'ora iscriversi al corso, sono pregati di contattare la redazione.

«mobile» (anno 2, 2000) è nata dalla fusione delle riviste «Macolin» (1944) e «Educazione fisica nella scuola» (1890)

Editori



Ufficio federale dello sport Macolin, rappresentato dal suo direttore, Heinz Keller

Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola, rappresentata dal suo presidente, il Prof. Dott. Kurt Murer

Caporedattore

Nicola Bignasca (NB)

Comitato di redazione

Barbara Meier (bm), Rose-Marie Repond (RRe), Janina Sakobielski (JSA), Marcel Favre (MF), Erik Golowin (Gol), Arturo Hotz (Hz), Walter Mengisen (wm), Martin Rytz (Ry), Peter Wüthrich (Wü)

Redazione

Eveline Nyffenegger (Ny), edizione francese e segreteria; Gianlorenzo Ciccozzi (cic), edizione italiana; Bernhard Rentsch (bre), edizione tedesca

Redazione fotografica

Daniel Käsermann

Traduttore

Mario Gulinelli (gul)

Indirizzo della redazione

«mobile», UFSP, 2532 Macolin  
Tel.: ++41/(0)32/327 62 82  
Fax.: ++41/(0)32/327 64 78. E-mail: gianlorenzo.ciccozzi@baspo.admin.ch

Grafica e impaginazione

agenturtschi.  
Soodstrasse 53/Postfach, 8134 Adliswil 2  
www.agenturtschi.ch

Stampa e annunci pubblicitari

Sticher Printing AG, Reusseggstrasse 9  
6002 Lucerna  
Tel.: 041/429 66 66  
Fax.: 041/420 99 36  
E-mail: printing@sticher.ch

Abbonamenti / Cambiamenti di indirizzo

Redazione «mobile» UFSP,  
2532 Macolin  
Tel.: ++41/(0)32/327 63 08  
Fax.: ++41/(0)32/327 64 78  
E-mail: mobile@baspo.admin.ch

Membri dell'ASEF: Segreteria dell'ASEF,

Neubrückestrasse 155, 3000 Berna 26  
Tel.: 031/302 88 02  
Fax.: 031/302 88 12  
E-mail: svssbe@access.ch

Prezzo di vendita

Abbonamento annuale (6 numeri):  
Fr. 35.- (Svizzera), Fr. 40.- (estero)  
*mobileclub*: Fr. 15.-

Riproduzione

Gli articoli, le foto e le illustrazioni pubblicate su «mobile» sono soggetti al diritto d'autore e non possono essere riprodotti o copiati, in tutto o in parte, senza autorizzazione da parte della redazione. La redazione declina ogni responsabilità per i testi e le fotografie inviati senza esplicita richiesta.

Tiratura

Edizione in italiano: 1515 esemplari  
Edizione in tedesco: 10233 esemplari  
Edizione in francese: 3422 esemplari

ISSN 1422-7894

# mobileclub

Club dei lettori per gli abbonati alla rivista «mobile»

## Cardiofrequenzimetro

Le attività sportive di resistenza come jogging, walking, bicicletta, pattinaggio in linea, nuoto, sci di fondo, sono molto diffuse ed amate, soprattutto fra gli sportivi che desiderano migliorare la propria salute. L'allenamento della resistenza è efficace e può essere fatto praticamente ovunque.



A condizione che venga svolto alla intensità adeguata per produrre i risultati voluti.

I cardiofrequenzimetri di «Phase Pulse System» rispondono appieno alle esigenze dello sportivo sia di punta che di massa, e presentano un eccellente rapporto qualità-prezzo.

● Il trasmettitore, con il suo design moderno e rivoluzionario, connubia ergonomia ottimale, sudorazione ridotta e ottimale trasmissione del segnale. Grazie alle piccole perforazioni assicura una perfetta aderenza anche con una leggera tensione della cintura.

● Un ulteriore vantaggio è la possibilità di cambiare in tutta semplicità le batterie, senza inviare l'apparecchio al fornitore. Può cambiare lei stesso le batterie del trasmettitore, o farsele sostituire da qualunque orologiaio.

● Gli apparecchi Phase sono compatibili con la maggior parte dei principali prodotti sul mercato.

Come membro del mobileclub può ordinare entrambi i modelli ad un prezzo vantaggioso:

**Membri:** PHASE I Fr. 118.-, PHASE IV Fr. 181.-. **Non membri:** PHASE I Fr. 132.-, PHASE IV Fr. 199.-. (Prezzi incl. IVA, più spese di spedizione.)

Per ordinazioni a partire da sei apparecchi chiedi un'offerta alla VISTA Wellness SA.

Invia la sua ordinazione utilizzando il tagliando al mobileclub. L'invio del materiale e della fattura verranno curati direttamente dalla VISTA Wellness SA, 2014 Bôle, telefono 032/841 42 52, fax 032/841 42 87, e-mail office@vistawellness.ch

## Pallone multiuso «mobile»

In collaborazione con i nostri partner della Vista Wellness, offriamo ai nostri lettori un pallone multiuso con il logo tipo di «mobile». I membri del mobileclub usufruiscono di uno sconto ulteriore.

Modello: Gymnic-Plus 65 cm con logo «mobile». Colore celeste.

Questo tipo di palloni, conosciuti nel campo del fitness e della fisioterapia, sono adatti all'allenamento di diverse discipline sportive. Nella ginnastica agli attrezzi, per esempio, possono essere usati per introdurre e approfondire rotazioni e capovolte, per l'appoggio rovesciato e per vari esercizi acrobatici.



Per i lettori Fr. 37.- anziché Fr. 43.-. Per i membri del club Fr. 29.- anziché Fr. 43.-.

## Corso con Eric Franklin

### L'uso di immagini mentali nell'insegnamento dell'educazione fisica e dello sport

«L'insegnamento basato sulle immagini è un metodo fatto su misura per bambini e giovani. L'esperienza mostra che, più che il contenuto, è il tipo di presentazione che determina il successo di questo metodo. Gli esercizi devono sapere suscitare negli allievi interesse ed entusiasmo.»

In un corso esclusivo per i membri del mobileclub, Eric Franklin mostra nella pratica come utilizzare le rappresentazioni mentali con bambini e ragazzi, sulla base di interessanti esempi concreti.

**Data:** Sabato 17 giugno 2000. **Ora:** Dalle 10.00 alle 16.00. **Località:** Regione di Lucerna. **Costo:** Fr. 120.- per i membri del mobileclub, Fr. 150.- per i non membri. Prima del corso verrà inviato un bol-



Della mediateca UFSPO:

## Videocassetta «Arrampicata sportiva»

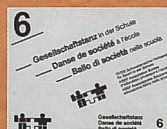
Il filmato mostra l'affascinante mondo dell'arrampicata sportiva e come avvicinarsi ad esso in modo strutturato. Adatto per scuole, società, monitori G+S e guide di montagna. Per i membri al prezzo speciale di Fr. 30.-.

## Anticipazioni

● Visita del Museo Olimpico di Losanna e del meeting di atletica leggera «Athletissima» sempre a Losanna: mercoledì 5 luglio 2000.

● Corso di massaggio Bioskoma a Tenero: venerdì/sabato, 17-18 novembre 2000 (dalle ore 16.00 di venerdì), v. pag. 50.

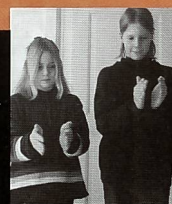
Informazioni dettagliate nel prossimo numero di «mobile». Il numero dei posti è limitato, prenotazioni sono possibili in ogni momento.



Edizioni ASEF:

## Cassetta musicale «Ballo di società»

Per i membri al prezzo speciale di Fr. 18.-.



lettino di versamento. Sono compresi nel prezzo l'onorario per il responsabile del corso, il materiale, le spese per le infrastrutture e il pranzo. **Iscrizione:** Tramite il tagliando riportato di seguito. **Scadenza:** 17 maggio 2000. Il numero di posti è limitato. Le iscrizioni verranno considerate in base al loro arrivo.

## mobileclub

Ordinazioni riservate ai membri del club (i nuovi membri usino il tagliando a destra).

Cardiofrequenzimetri PHASE

PHASE I  membri mobileclub Fr. 118.-

non membri Fr. 132.-

PHASE IV  membri mobileclub Fr. 181.-

non membri Fr. 199.-

Palloni multiuso «mobile»

membri mobileclub Fr. 29.-  non membri Fr. 37.-

Corso «L'uso di immagini mentali nell'insegnamento dell'educazione fisica e dello sport»

membri mobileclub Fr. 120.-  non membri Fr. 150.-

Videocassetta «Arrampicata sportiva» al prezzo speciale di Fr. 30.-

Cassetta musicale «Ballo di società» Fr. 18.-

Nome/Cognome \_\_\_\_\_

Indirizzo \_\_\_\_\_

NPA/località \_\_\_\_\_

Telefono \_\_\_\_\_

Data e firma \_\_\_\_\_

Da inviare per posta o per fax a: mobileclub, Bernhard Rentsch, UFSPO, 2532 Macolin, fax 032/327 64 78

## Ordinazione

Da inviare per posta o per fax a:

Redazione «mobile», UFSPO, 2532 Macolin, fax 032/327 64 78

Sottoscrivo un abbonamento annuale a «mobile» e aderisco al mobileclub (Svizzera: Fr. 50.-; estero: Fr. 55.-).

Sottoscrivo un abbonamento annuale a «mobile» (Svizzera: Fr. 35.-/estero: Fr. 40.-).

Mi piacerebbe ricevere «mobile» in abbonamento di prova (3 numeri per Fr. 15.-).

Sono già abbonato a «mobile» e voglio aderire al mobileclub (Fr. 15.- 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 \_\_\_\_\_



# rivella rossa.

PER UNA SETE SANA.

