

**Zeitschrift:** Mobile : la rivista di educazione fisica e sport  
**Herausgeber:** Ufficio federale dello sport ; Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola  
**Band:** 6 (2004)  
**Heft:** 3

## **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>**

Care lettrici,  
cari lettori,

cosa volete fare da grandi? Il docente di educazione fisica, l'allenatore, l'istruttore di fitness, il giornalista sportivo o, per farla breve, lavorare nello sport? Se queste professioni stuzzicano il vostro interesse, allora la presente edizione di «mobile» si rivolge proprio a voi. Il vostro numero è in costante ascesa. Siete in molti, infatti, a voler coronare – o ad aver già realizzato – il sogno di trasformare il vostro passatempo preferito in professione.

Un'occhiata alle statistiche dimostra che gli iscritti agli istituti di scienze dello sport negli atenei svizzeri sono aumentati considerevolmente negli ultimi tempi. Se fino a dieci anni orsono si aggiravano attorno alle 30-40 unità per semestre e per ateneo, attualmente il numero di matricole supera comodamente il centinaio. Le ragioni di questa esplosione sono molteplici. Il fascino del curriculum di studi è molto probabilmente il motivo principale di questo successo. Infatti, la riforma degli studi, attuata recentemente, ha permesso di diversificare ulteriormente i contenuti e le opportunità di scelta tra varie opzioni. All'indirizzo professionale tradizionale del docente di educazione fisica e sport si è aggiunto il nuovo orientamento – dalle prospettive molto promettenti – in scienze motorie e dello sport.

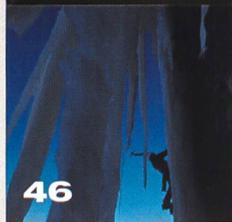
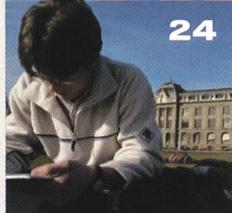
La nuova figura del laureato o del dottore in scienze dello sport potrebbe modificare sensibilmente lo scenario delle professioni nell'ambito dello sport. Questo settore è già di per sé molto vitale e in espansione. L'alta congiuntura del mercato delle professioni nello sport è certamente una piacevole conseguenza di un'accresciuta consapevolezza nella nostra società del valore di tutte quelle attività che migliorano il benessere psicofisico e la qualità di vita. Un interessante sbocco professionale dalle molteplici nicchie, infatti, riguarda quelle attività legate al fitness, alla promozione della salute e alla riabilitazione.

Se vi interessate ad una professione nello sport, allora potete ambire ad un'attività variata, multilaterale e dall'alto valore sociale che richiede molta flessibilità, capacità di sopportare carichi di lavoro elevati ed irregolari, resistenza fisica e doti di comunicazione. Questo breve elenco di opportunità e profilo delle esigenze è sicuramente incompleto ma dimostra il fascino di un passatempo – lo sport per l'appunto – che può anche trasformarsi in una professione esigente, stimolante e ricca di soddisfazioni.

Nicola Bignasca  
mobile@baspo.admin.ch



Foto: Daniel Käsermann



# mobile

La rivista di educazione fisica e sport

## Professione sport

Il movimento e l'attività fisica in generale non danno più da vivere soltanto ad una ristretta categoria di professionisti, quali i docenti di educazione fisica o le guide di montagna. Oggi il mercato delle professioni dello sport ha ampliato i propri confini e ha seminato delle nuove vocazioni, soprattutto nel campo dello sport-benessere. «mobile» offre una panoramica di questi nuovi e «vecchi» mestieri, passando attraverso i cicli di studio.

- 6 **Preludio**
- 8 **Un datore di lavoro chiamato sport – In 26 000 sul libro paga**  
*Nicola Bignasca, Lorenz Ursprung, Daniela Zryd*
- 22 **Cicli di studio – La riforma dei curricula elvetici vista da Peter Holenstein**  
*Nicola Bignasca*
- 24 **L'imbarazzo della scelta – Gli istituti di educazione fisica e sport sotto la lente**
- 27 **Parola agli studenti – Quando i sogni si tramutano in perplessità**  
*Bettina Della Corte*
- 28 **Dottore in scienze dello sport – Roberta Antonini Philippe ci accompagna nel suo appassionante percorso accademico**  
*Lorenza Leonardi*
- 30 **Docente di educazione fisica oggi – Passione, entusiasmo, grande motivazione**  
*Davide Bogiani*
- 32 **Allenatore – Arriva il diploma federale!**  
*Véronique Keim*
- 46 **Mestieri a confronto – Otto professionisti si raccontano**  
*Davide Bogiani, Dorian Löhner*

# Carburante per i muscoli.



I nutrizionisti sono unanimi: la mancanza di riserve di carboidrati e un basso tasso glicemico riducono la performance fisica. Grazie al loro prezioso contenuto di carboidrati naturali, familia Champion e familia Champion Crisp aumentano la resistenza. Inoltre, vitamine e sostanze minerali selezionate appositamente per gli sportivi, ottimizzano l'apporto energetico.

**Sfruttate tutto il vostro potenziale e fate il pieno di familia Champion.**

**Tutti i giorni!**

«Champion aiuta a dare il massimo, sia nello sport che nella vita di tutti i giorni.»

Brigitte McMahon  
Campionessa olimpionica  
di triathlon, Sydney 2000

*Brigitte McMahon*



In te c'è di più.

«mobile» (anno 6, 2004) 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, Joachim Laumann

## Coeditore



L'Ufficio svizzero per la prevenzione degli infortuni upi è il nostro partner per tutte le questioni inerenti la sicurezza nello sport.

## Caporedattore

Nicola Bignasca (NB)

## Comitato di redazione

Barbara Boucherin, Adrian Bürgi, Marcel Favre, Erik Golowin, Arturo Hotz, Andres Hunziker, Bernard Marti, Walter Mengisen, Bernhard Rentsch, Rose-Marie Repond, Max Stierlin, Peter Wüthrich

## Redazione

Véronique Keim (vke), edizione francese;  
Lorenza Leonardi (lle), edizione italiana;  
Roland Gautschi (gau), edizione tedesca

## Redazione fotografica

Daniel Käsermann

## Traduttori

Davide Bogiani, Gianlorenzo Ciccozzi, Roberta Ottolini Kühni, Lorenza Leonardi

## Indirizzo della redazione

«mobile», UFSP, 2532 Macolin,  
Tel.: ++41 (0)32 327 64 18, Fax: ++41 (0)32 327 64 78,  
E-mail: lorenza.leonardi@baspo.admin.ch,  
www.mobile-sport.ch

## Grafica e impaginazione

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

## Annunci pubblicitari

Zollikofer AG, Alfred Hähni, Riedstrasse 11,  
8824 Schönenberg, Telefon: ++41 (0)1 788 25 78  
Fax: ++41 (0)1 788 25 79

## Stampa

Zollikofer AG, Fürstenlandstrasse 122, 9001 St. Gallen,  
Tel.: 071 272 77 77, Fax: 071 272 75 86

## Abbonamenti / Cambiamenti di indirizzo

Zollikofer AG, Leserservice, Fürstenlandstrasse 122,  
9001 St. Gallen, Tel.: 071 272 74 01, Fax: 071 272 75 86,  
E-mail: mobileabo@zollikofer.ch

## Prezzo di vendita

Abbonamento annuale (6 numeri):  
Fr. 35.- (Svizzera), € 31.- (estero), mobileclub: Fr. 15.-  
Numeri arretrati: Fr. 10.-/€ 7.- (spese di spedizione escluse).

## 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.

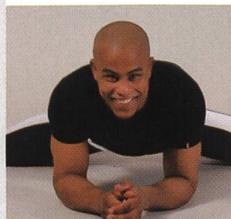
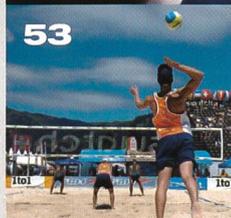
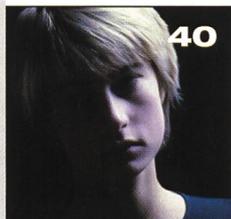
## Tiratura

Edizione in italiano: 1515 esemplari  
Edizione in tedesco: 10 233 esemplari  
Edizione in francese: 3184 esemplari

ISSN 1422-7894

## Rubriche permanenti

- 39 **Novità bibliografiche**
- 40 **upi – La sicurezza s'impara**
- 43 **Scuola sportiva Feusi di Berna – 27 discipline sotto lo stesso tetto**
- 45 **mobileclub**
- 53 **Vetrina**
- 54 **Anteprima**



## Insero pratico

### Vademecum dello stretching

Sergei Aschwanden, campione europeo e vice campione del mondo di judo, indica quali gruppi muscolari si possono e soprattutto si dovrebbero allungare. Lo scopo? Mantenere e migliorare la prestazione sportiva.

*Karin Albrecht, Roland Gautschi, Stephan Meyer*



## Per maggiori informazioni

[www.mobile-sport.ch](http://www.mobile-sport.ch)

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

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