

Zeitschrift: Mobile : la rivista di educazione fisica e sport
Herausgeber: Ufficio federale dello sport ; Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola
Band: 10 (2008)
Heft: 4

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: 02.04.2025

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

- 7 Opinioni // Spazio aperto**
Fränk Hofer // Miti intramontabili
Lorenza Leonardi Sacino // I ricchi e i poveri dello sport
- 9 Vetrina // Primo piano**
- 10 Copertina // Riscaldamento**
- 24 Reportage // Sport scolastico**
Tutte le scuole a Tenero
- 28 Dossier // Sport Svizzera 2008**
- 36 Ricerca // Classe modello**
Alunni in monitoraggio
- 38 mobileclub**
- 39 Novità // In libreria**
- 40 Educazione fisica // Equilibrio**
- 45 Incontro // Frank Bruno**
Un avventuriero dal cuore d'oro
- 45 Anteprima**

Copertina**Riscaldamento**

- 10** Vita vissuta // Adrenalina a freddo
12 Messa in moto // Ciak, si gira
16 Esempi // Il mio programma preferito
20 Prevenzione // Vecchi come le articolazioni
22 Articolazioni // Mobilizzazione a 360 gradi

Dossier**Sport Svizzera 2008**

- 28** Livello di sportività // Chi più, chi meno
30 Le differenze // Un fatto culturale
34 Effetti mediatici // Per uso e consumo personale

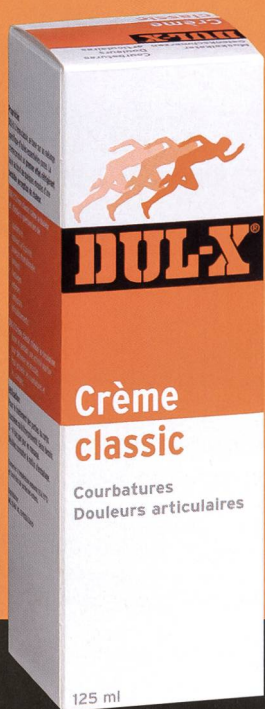
Inseri pratici**Tennistavolo**

► È uno dei pochi sport indicato per tutte le fasce di età. Si tratta di un'attività fisica molto ludica che aiuta a migliorare la coordinazione motoria, è poco costosa e soprattutto scevra di pericoli. Parliamo del ping-pong. //

Nordic Walking

► Nei boschi, per strada, in pieno centro città. Oggi s'incontrano ovunque persone impegnate nella pratica del Nordic Walking. Una disciplina sportiva che si presta ad essere introdotta anche a scuola. //

INDOLENZIMENTI?



DUL-X Crème classic
allevia i dolori muscolari
e articolari acuti.

Offriamo anche corsi d'introduzione nel massaggio sportivo. www.dul-x.ch

I prodotti DUL-X sono in vendita in farmacia e drogheria. Leggere attentamente il foglietto illustrativo.

DUL-X
MELISANA AG, 8026 Zurigo



CHF

79.-



I migliori
compagni
per i vostri
Giochi

CHF

69.-

SWISS OLYMPIC COLLECTION 2008

Switcher vi garantisce la tracciabilità di tutti i suoi vestiti: troverete ulteriori informazioni sotto www.respect-inside.org/ch/louis o zutter

SWITCHER