

**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:** 10

## **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:** 15.05.2025

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

**Redattore responsabile:** Arnaldo dell'Avò.

**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 Burand (redazione francese), Arnaldo Dell'Avò (redazione italiana), Hugo Lörtscher (foto), Suzanne Probst Meyer ed Evelyne Nyffenegger (segreteria).*

SOMMARIO

pagina



Lo sport che s'aiuta  
Arnaldo Dell'Avò

1



Tennistavolo: gioco troppo complesso?  
AA.VV.

2

Pericoli dell'allenamento della resistenza,  
della rapidità e della forza dell'infanzia  
Eckart Meyners

5



Tennistavolo: un circuito di destrezza  
Domenico Del Rossi

8



L'anemia dell'atleta  
Vincenzo Liguori

10

Dall'euforia alla crisi di fiducia nei confronti  
della «soglia anaerobica»  
Manuel Bueno

13



Obiettivi della CFS 1989-1992

18



Che settimana!  
Primo colpo...

20



Varie

21



Congresso IAKS a Colonia  
Theo Fleischmann  
11. fsb Colonia 1989

22



Lecture  
Nicola Bignasca

23

**In copertina:** Il tennistavolo è un gioco troppo complesso? Si chiedono gli autori dell'articolo a pag. 2 (testo rielaborato dall'esperto G + S Ennio Balmelli). Comunque uno sport veloce, che richiede il contributo di svariati fattori della condizione fisica... e non solo di quelli.