

**Zeitschrift:** Mobile : la rivista di educazione fisica e sport  
**Band:** 9 (2007)  
**Heft:** 3  
  
**Rubrik:** Vetrina // Novità

### **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:** 06.10.2024

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

## Per una mobilità dolce

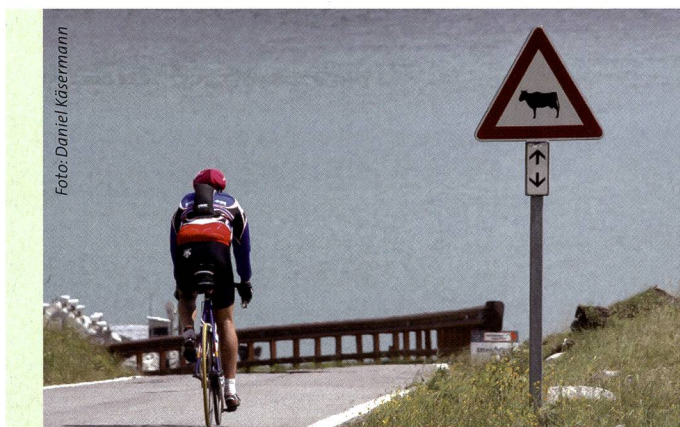


Foto: Daniel Käsermann

► **Itinerari di tutti i tipi** // «Mobilità dolce» è un concetto promosso dalla Confederazione che include tutti i modi di spostarsi tramite la forza muscolare umana. A piedi, in bicicletta, sui pattini a rotelle, in barca, c'è solo l'imbarazzo della scelta. Su richiesta di un consorzio composto di sei uffici federali, cantoni ed organizzazioni privati di trasporti, turismo e sport, nell'ottobre del 2004 la Fondazione «La Svizzera in bici» ha deciso di realizzare il progetto «Svizzeramobile», la cui inaugurazione è prevista nell'aprile del 2008. Saranno proposti 5'300 km di itinerari a piedi, 7'500 km per le biciclette, 2'500 km per i mountainbike, 1'100 km per i pattini inline e 400 km per la canoa. Oltre 400 località, cosiddette di servizio o di tappa, permetteranno al viaggiatore di soggiornare e di utilizzare i trasporti pubblici. «L'obiettivo è di offrire, per l'insieme delle quattro nuove attività, delle prestazioni di qualità identiche a quelle proposte per la bicicletta», spiegano i responsabili del progetto Markus Capirone e Bruno Hirschi, a capo del progetto «Svizzeramobile». Lanciata nel 1998, «La Svizzera in bici» riscontra un buon successo. Ogni anno, 150-200 milioni di chilometri sono percorsi dai ciclisti sulle strade proposte dalla Fondazione. L'idea ha già risvegliato l'interesse di numerose organizzazioni di altri paesi giunte nel nostro paese in qualità di osservatrici attente e curiose. //

► [www.veloland.ch](http://www.veloland.ch)

## Viviti bene

► **Progetto governativo** // Promuovere l'educazione alla salute in aula, potenziare l'apertura pomeridiana delle scuole per contrastare il disagio giovanile e favorire l'associazionismo sportivo. Sono alcune delle azioni previste dal piano triennale per il benessere dello studente «Vivitibene», varato dal ministro della Pubblica Istruzione Giuseppe Fioroni. L'obiettivo è di porre al centro dell'attenzione gli studenti di tutti i cicli di studio, il loro benessere inteso non solo come prevenzione di malattie ma come sviluppo psico-fisico. Nell'ambito di questa campagna, dal 20 al 27 aprile 2007 è stata organizzata la settimana nazionale del benessere dello studente, un percorso che ha coinvolto diversi soggetti impegnati, a vario titolo, nel processo di educazione e formazione dei giovani. L'accento è stato posto sulle dipendenze e sulle conseguenti patologie di tale comportamento, sull'obesità e sui disturbi dell'alimentazione, sul rispetto ambientale, sull'attività sportiva potenziabile all'interno degli istituti scolastici, sulla promozione del volontariato, sulla diversità di genere, di provenienza, del sostenimento delle famiglie adottive, del contrasto al bullismo e alla violenza dentro e fuori la scuola, sul comportamento stradale e sul corretto uso delle nuove tecnologie. Per i promotori dell'iniziativa, questa prima edizione rappresenta un importantissimo punto di partenza per un dialogo efficace e coinvolgente, a livello nazionale, con tutti gli studenti delle scuole primarie e secondarie di primo grado. //

► [www.pubblica.istruzione.it](http://www.pubblica.istruzione.it)



## mobile

Anteprima 4/07

### Copertina // Motivazione

- Sport scolastico // Come stimolare l'entusiasmo degli allievi
- Insegnanti // Carenza di motivazione o errore di valutazione?
- Sport di prestazione // Su quali meccanismi poggia la motivazione delle giovani leve?

### Dossier // Scuola in movimento

- Sachseln // Un istituto elvetico d'avanguardia
- Good practices // I migliori esempi tratti dalle classi partecipanti
- Anteprima // Uno sguardo al prossimo anno scolastico

### Altri contenuti

- Sicurezza // Meno incidenti con migliori capacità motorie
- Scienza // Lo sport contro l'anoressia
- Obiettivi specifici di apprendimento // Come apprendere gli stili di vita corretti in educazione fisica

Il numero 4/07 sarà pubblicato ad inizio agosto.

### Inseriti pratici

- Forza 2
- Baseball

### I nostri partner

**rivella**

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

**VISTA** sport salute

VISTA WELL propone interessanti prodotti ai membri del mobileclub.

# myotest

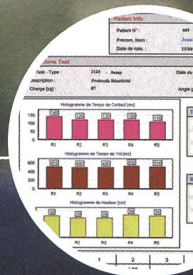
Strumento portatile che misura  
in **4** minuti la vostra "performance"



Forza



Potenza



Velocità



Il Myotest, un sistema portatile di valutazione della "performance" muscolare.

- **All'inizio della stagione sportiva:** valutate il livello muscolare e fissate gli obiettivi per l'allenamento.
- **Durante la stagione:** seguite l'evoluzione, confrontate i risultati e determinate l'orientamento del lavoro.
- **In seguito ad infortuni:** controllate la ripresa dell'attività agonistica.

**Nuovo Testing Reflex**  
Risultati in giornata



«Dichiariamo il nostro colore:  
Beviamo Rivella rossa per fintare la nostra sete.»

Petra Kundert, Matthias Hofbauer

The image features two young ice hockey players, Petra Kundert and Matthias Hofbauer, standing in front of a goal net. They are wearing red and white jerseys with 'rivella' and 'adidas' logos. Petra is on the left, holding a red hockey stick and a bottle of Rivella. Matthias is on the right, holding a blue hockey stick and a bottle of Rivella. A large, condensation-covered bottle of Rivella is in the foreground on the right. The background is a bright, indoor ice rink.

**Rivella**

Bosson de table gazéifiée avec 35% de lactosérum.  
Rivella: santé la soif!  
Beveranda da tavola gassata con il 35% di siero del latte.  
Rivella: salute per la sete!

Rivella, sponsor principale Swiss Unihockey