

Objekttyp: **TableOfContent**

Zeitschrift: **Mobile : la rivista di educazione fisica e sport**

Band (Jahr): **9 (2007)**

Heft 5

PDF erstellt am: **21.07.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern. Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

<http://www.e-periodica.ch>

- 7 Opinioni // Spazio aperto**
Matthias Remund // Passiamo ai fatti
Pasquale Coccia // Si può fare di più
- 9 Vetrina // Primo piano**
- 10 Copertina // 5-10 anni**
- 26 Scienza e ricerca // Anoressia**
Muoversi sì, perdere peso no!
- 29 Allenamento // Corweb**
Una griglia per saltare
- 32 Sicurezza // Frattura cranica**
L'imprudenza non perdona
- 34 Dossier // Senso del movimento**
- 44 Sotto la lente // Indumenti sportivi**
Occhio alla tenuta
- 52 mobileclub**
- 53 Novità bibliografiche**
- 54 Analisi // Il docente di educazione fisica**
Un mestiere all'avanguardia
- 56 Educazione fisica // Acquaticità**
Nuotare per la vita
- 62 Vetrina // Anteprima**

Copertina



10

5-10 anni

- 10** Una scuola all'avanguardia // Quattro lezioni, una realtà a Täuffelen
- 13** «G+S Kids» // Coinvolgere anche i piccini
- 15** Una mappa in fase di allestimento // Ma ne sappiamo già abbastanza per agire
- 18** Studi sull'argomento // Pochi risultati ma qualcosa si sta muovendo
- 20** COMPI // La nuova piattaforma per un proficuo scambio di idee
- 21** Walter Mengisen // Seminare oggi per raccogliere nel 2012
- 24** Scuola elementare in movimento // Il futuro inizia ad agosto 2008

Dossier



34

Senso del movimento

- 34** Allenamento della tecnica // In balia dei sensi
- 40** Ralph Krüger // Una questione di feeling
- 41** Il punto // L'acqua non è sinonimo di frenesia
- 42** Un sistema di preallarme // Che vita sarebbe se ne fossimo privi...

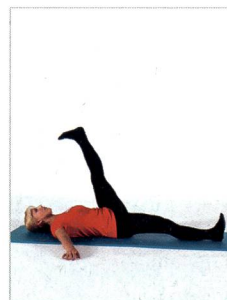
Inseri pratici

G+S Kids



► **Divertirsi in movimento //**
Dai 5 ai 10 anni i bambini sono particolarmente predisposti ad acquisire nozioni riguardanti le attività motorie. Sarebbe dunque un vero peccato lasciarsi sfuggire questa favolosa opportunità. In questo inserto pratico proponiamo idee utili da inserire nelle lezioni di educazione fisica.

Mobilità



► **Movimenti più ampi //**
Aumentare la mobilità articolare è possibile, a qualsiasi età. Prima dello sforzo fisico, l'allungamento muscolare dovrebbe avvenire in forma dinamica, mentre alla fine in modo statico. Altri consigli utili sul tema li trovate in questo inserto pratico.

Centro sportivo di Leukerbad

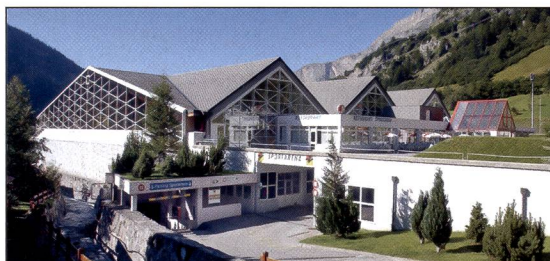
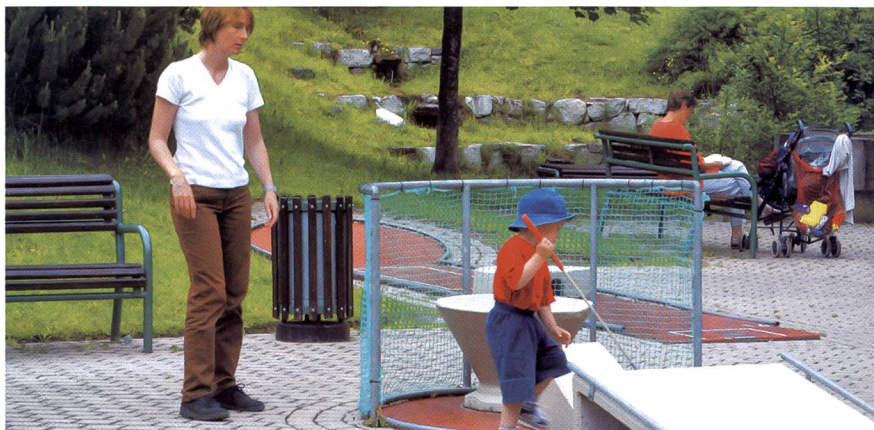
Il centro sportivo di Leukerbad offre molteplici attività sportive e di svago combinate alle piscine termali e alle proposte delle infrastrutture locali.

Se state organizzando un campo d'allenamento oppure siete alla ricerca di un luogo per trascorrere le vostre vacanze il centro sportivo di Leukerbad, costruito nel 1990, è sicuramente la destinazione che fa per voi!

La località di Leukerbad è situata a 1411 m, una posizione ideale per gli allenamenti in altitudine. Gli impianti sportivi specifici consentono di lavorare in modo individuale la condizione fisica e tecnica.

Nel giardino zoologico di animali domestici, aperto di recente, e nel parco giochi ubicati accanto alla terrazza del nostro ristorante i vostri bambini si divertiranno un mondo e voi potrete trascorrere istanti di tranquillità.

Vi auguriamo un piacevole soggiorno.



Vacanze attive in famiglia

Nella nostra struttura, i bambini di meno di 8 anni giocano gratuitamente.



Centro sportivo Leukerbad

3954 Leukerbad
Tel. 027 470 10 37
Fax 027 470 37 07
info@sportarenatop.ch
www.sportarenatop.ch

Le nostre proposte 2007/2008

Stagione estiva
1. 7. 07 - 30. 10. 07

Programma adattato a dipendenza delle condizioni meteo:
Da lunedì a venerdì dalle
ore 09.00 alle 10.30 e
ore 12.30 alle 20.45

Fuori stagione
1. 5. 07 - 30. 6. 07

Fuori stagione
ore 13.00 alle 21.30

- paradiso ludico per bambini
- giochi e divertimento
- giochi del passato (tiro con l'arco, ecc.)
- nordic walking
- parete d'arrampicata (interna)
- ginnastica total body
- unihockey
- ginnastica per bambini
- spinning mental balance
- ginnastica per la schiena
- power spinning

- gita per grandi e piccini con grigliata
- nordic walking
- giochi e divertimento
- parete d'arrampicata (esterna)
- inline-skating
- pic nic
- scuola in movimento (alternativo)
- spinning mental balance
- giochi del passato (tiro con l'arco, ecc.)
- ginnastica nella natura
- ginnastica per la schiena
- body-relax
- power spinning

Buono di partecipazione gratuita per un'ora di allenamento

Cognome: _____

Nome: _____

Corso: _____

Data: _____

Questo buono è valido sino a maggio 2008,
non è cumulabile né rimborsabile.

