BASPO Shop

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Mobile : la revue d'éducation physique et de sport**

Band (Jahr): **12 (2010)**

Heft 4

PDF erstellt am: **31.05.2024**

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

Brochure

Physis: Bases théoriques

La performance sportive réunit des composantes physiques et psychiques avec, à chaque fois, un accent soit sur l'énergie soit sur la régulation. Les quatre domaines qui en résultent peuvent être entraînés et influencés par les sportifs. La brochure «Physis – Bases théoriques», développée par Jeunesse+Sport, traite des corrélations scientifiques entre le côté subjectif et le côté objectif de la performance sportive.

Commande: au moyen du talon ci-contre.

Brochure

Physis – Exemples pratiques

Il s'agit d'une compilation de divers cahiers pratiques de la revue «mobile» publiés en 2007 et en 2008. Cette brochure (env. 100 pages) vient compléter l'ancienne brochure J+S «Théorie de l'entraînement» (2006) qui, suite à la révision du manuel clé en 2008 et aux adaptations terminologiques qui en ont résulté, a pour sa part été rebaptisée «Physis – Bases théoriques». La sélection d'exercices portant sur le potentiel de condition physique (vitesse, force, endurance et souplesse) et la capacité de coordination donne au lecteur des idées pour concevoir un entraînement riche et varié tout en restant ciblé.

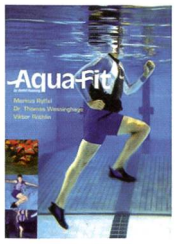
Commande: au moyen du talon ci-contre.

CD

Jeux de mouvements en musique (sport des adultes)

La musique facilite l'organisation de cours de sport et d'activités physiques avec des adultes. Les quinze jeux invitent aux mouvements et font la part belle à la spontanéité. Les morceaux de musique choisis sont adaptés à l'âge du groupe cible et s'inscrivent donc bien dans le sport des adultes.

Commande: au moyen du talon ci-contre.



DVD

Aqua-fit: Un entraînement unique du corps tout entier

Apprenez comment entraîner les facteurs de condition physique dans l'eau durant toute une heure, comment appliquer la bonne technique et profiter d'un tel entraînement même en qualité de sportif de compétition.

Commande: au moyen du talon ci-contre.

Brochure
Physis – Bases théoriques
☐ Fr. 25.– (TVA incluse) + port Fr. 8.–

Brochure
Physis – Exemples pratiques
☐ Fr. 25.– (TVA incluse) + port Fr. 8.–

CD
Jeux de mouvements en musique (sport des adultes)
☐ Fr. 25.– (TVA incluse) + port Fr. 8.–

DVD
Aqua-fit: Un entraînement unique du corps tout entier
☐ Fr. 20.– (TVA incluse) + port Fr. 8.–

Nom/Prénom

Adresse

NPA/Lieu

Téléphone

Courriel

Date et signature

A retourner à l'adresse suivante:
Office fédéral du sport OFSPO
Webshop
Route principale 247
CH-2532 Macolin

Tél. +41 (0)32 327 61 11 (centrale)
Fax +41 (0)32 327 64 04
Courriel: webshop@baspo.admin.ch
www.basposhop.ch

HARTMANN

DermaPlast® CoolFix

Appliquer, rafraîchir et soutenir

Fabian Lustenberger • Joueur international Suisse M21

. . . imbattable!

Bande de soutien réfroidissante

- lors de foulures
- lors de claquages
- lors de contusions

Disponible en pharmacie et droguerie

IVF HARTMANN AG, CH-8212 Neuhausen, www.dermaplast.ch

NEW!

VAINQUEUR GP BERNE, 20KM DE LAUSANNE 2009

Spira™

www.Spira-Swiss.ch

POWER breathe®

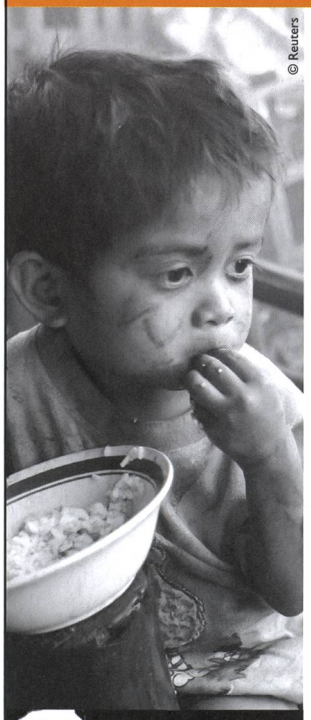
IRONMAN Official Respiratory Trainer

„le turbo pour vos poumons"

L'entraîneur respiratoire pour athlètes qui désirent améliorer leur endurance. Intelligemment, sans grands efforts, sans produits

call: 044 461 11 30 www.powerbreathe.com

En situation de crise, ces enfants ont besoin de vous!



© Reuters

❑ **Oui, je souscris un parrainage solidarité en faveur des enfants**

Je verserai chaque mois:

❑ Fr. 40.- ❑ Fr. ____

❑ Je souhaite recevoir plus d'information sur les parrainages de Terre des hommes

❑ Mme ❑ Mr 34552

Nom _____

Prénom _____

Rue _____

NPA/Lieu _____

Date _____

Signature _____

058 / 611 06 11

Terre des hommes, Parrainages
En Budron C8
1052 Le Mont-sur-Lausanne
Fax 058 / 611 06 77 • info@tdh.ch

Terre des hommes

aide à l'enfance - www.tdh.ch

Annonce gratuite