

Objekttyp: **TableOfContent**

Zeitschrift: **Mobile : die Fachzeitschrift für Sport**

Band (Jahr): **8 (2006)**

Heft 6

PDF erstellt am: **29.06.2024**

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 Plattform // Standpunkte**
Lorenz Ursprung // Zeit für eine Bilanz
Bernard Prébandier // Konzentrieren wir uns auf die Kinder
- 9 Schaufenster // News**
- 12 Fokus // Bewegungsstörungen**
- 22 Training // Ein Gerät bringt frischen Schwung**
Neue Massstäbe für das Fitnessstraining
Ralph Hunziker
- 24 Training // Einen Kick für die Fettverbrennung**
Welche Art von Training verbrennt am meisten Fett?
Francesco Di Potenza
- 26 Ernährung // Futter für das Gehirn**
Neuronen zu Tisch // Das Hirn isst als Erstes
Véronique Keim
- 28 Dossier // Korrigieren**
- 41 mobileclub**
- 43 Neuerscheinungen**
- 44 Wissenschaft und Forschung // Krafttraining im Seniorensport**
Positive Effekte dank negativem Training
Christoph Däpp
- 47 Projekt // science et cité**
Sportwissenschaft zum Anfühlen
Francesco Di Potenza
- 50 Vis-à-Vis // Der Kopfbegleiter**
Ein Velohelm erzählt // Das besondere Interview mit einem lausigen Zuhörer
Roland Gautschi
- 54 Schaufenster + Vorschau**

Fokus**Bewegungsstörungen**

- 12** Kein hoffnungsloser Tollpatsch // Ein Fallbeispiel weckt Hoffnungen
Lietta Santinelli
- 17** Pluspunkt Bewegung // Prävention statt Intervention
Roland Gautschi
- 20** Mit Mut zu mehr Selbstvertrauen // Interview mit Sonja Lienert

Dossier**Korrigieren**

- 28** Mit Inspiration und Leidenschaft zum Ziel // Desislava Bürgi-Zekhova über Feedbacks im Training
Erik Golwin
- 33** Drei Sportarten // Unterschiedliche Anweisungen zur Technikverbesserung
Janina Sakobielski, Arturo Hotz
- 37** Freestyle Skispringen // Wie viele Schrauben gehen noch?
Janina Sakobielski

Beilagen**Aufwärmen**

Gut begonnen ist halb gewonnen // Aufwärmen ist mehr als nur Vorbereitung. Es ist ein integraler Teil des Trainings oder der Lektion selbst. Diese Praxisbeilage zeigt, wie vielfältig und motivierend die Formen zum Aufwärmen und Einstimmen sein können.

Ralph Hunziker, Mariella Markmann, Andreas Weber.

Eislauf

Kunstvoll balancieren // Sobald wir den Schritt aufs Glatteis wagen, wird unsere Gleichgewichtskompetenz gefordert und gefördert. Erfahren Sie in dieser Praxisbeilage, wie Sie auf schmalen Kufen das Eis beherrschen lernen.

Karin Heim-Ryser, Ina Jegher



www.ticinno.ch