

Objekttyp: **TableOfContent**

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

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

Heft 5

PDF erstellt am: **11.09.2024**

### **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.library.ethz.ch)

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

- 7 Agora // Voix libres**  
Hans Höhener // Tout sauf un tigre de papier  
Cornel Hollenstein // Quand les talents se conjuguent
- 9 A la une // Coup d'œil**
- 12 Focus // Camps de sport**
- 24 Entraînement // Nouveauté**  
T-Bow // Simple, efficace, ludique  
Ralph Hunziker, Sandra Bonacina
- 26 Sécurité // Le grand boom du casque**  
Bpa // La prévention paie  
Christin Aeberhard
- 28 Dossier // Questions d'entraînement**  
Autour de la performance // Experts à l'épreuve  
Véronique Keim, Roland Gautschi
- 40 mobileclub**
- 43 Parutions nouvelles**
- 44 Ecoles professionnelles // Projet**  
Neuchâtel // Nouvelle boussole pour les enseignants  
Marcel Favre
- 47 Entraînement // Le dvd qui bouge**  
Olivier Bourquin // Des fourmis dans les jambes  
Véronique Keim
- 50 Face à face // Toni Breitenmoser**  
Maçolin // L'assiette des sportifs  
Roland Gautschi
- 54 Vitrine // Avant-première**

## Cahiers pratiques

### Handball

► **Contre-attaque** // Le handball offre quantité de pistes d'apprentissage. Jeu rapide par excellence, il permet une bonne circulation de la balle et de nombreuses combinaisons. Il convient particulièrement bien au secondaire 1 et 2.

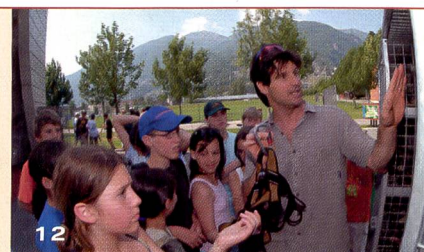
Roland Gautschi; traduction: Véronique Keim

### Jeux de mains

► **Coordination** // L'habileté joue un rôle déterminant dans le sport, mais aussi dans les activités du quotidien. Nombreuses sont les possibilités pour l'entraîner et améliorer ainsi ses capacités coordinatives. Les formes de jeu présentées dans ce cahier en sont une.

Christian Ziegler, Daniel Wieland, Ralph Hunziker;  
traduction: Véronique Keim

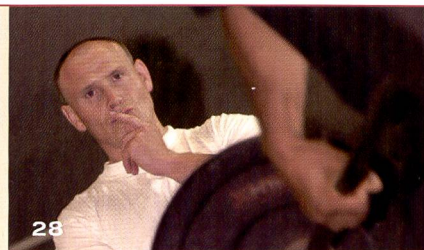
## Focus



## Camps de sport

- 12** Giorgio Piffaretti // Semaines sportives AOC  
Nicola Bignasca
- 16** Expériences gagnantes // Le bon dosage
- 18** HEP Fribourg // Les bouchées triples  
Janina Sakobielski
- 22** Bixio Caprara // Chercher de nouvelles formules  
Nicola Bignasca

## Dossier



## Questions d'entraînement

- 28** Autour de la performance // Experts à l'épreuve
- 32** Endurance // Améliorer la production d'énergie
- 34** Force // Entre coordination et force maximale
- 37** Vitesse // Qualité des appuis déterminante
- 39** Mobilité // Etirements sous la loupe



*Piz Vial, 6 septembre, 14 h 10,  
vu du Piz Valdraus.*

**Notre contribution dans différents domaines  
donne vie à des idées.**

A l'instar du Massif du Gothard qui est visible de partout, notre présence dans les mondes culturel et scientifique favorise leur découverte. Au travers de notre propre fondation culturelle Galleria Gottardo, nous favorisons l'accès à l'art à un large public et nous contribuons à donner corps à des idées dans le domaine du sport pour la jeunesse. Dans l'intérêt de la société et dans l'intérêt de chacun. [www.gottardo.com](http://www.gottardo.com)

*Banca del Gottardo, 12, rue de Rive, CH-1211 Genève, +41 22 318 77 22  
Banca del Gottardo, 3, avenue de Rumine, CH-1002 Lausanne, +41 21 341 74 11  
Siège central: Banca del Gottardo, Viale S. Francini 8, CH-6901 Lugano, Tel. +41 91 808 11 11  
Bellinzona, Chiasso, Locarno, Zurich, Bergame, Milan, Rome, Treviso, Turin,  
Athènes, Luxembourg, Madrid, Paris, Nassau, Hong Kong*

Swiss Life Group

**BANCA DEL  
GOTTARDO**