Arrampicata sportiva

Autor(en): **Josi, Walter**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Macolin : mensile della Scuola federale dello sport di Macolin e di Gioventù + Sport**

Band (Jahr): **40 (1983)**

Heft 5

PDF erstellt am: **01.06.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-1000335

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

Arrampicata sportiva

di Walter Josi

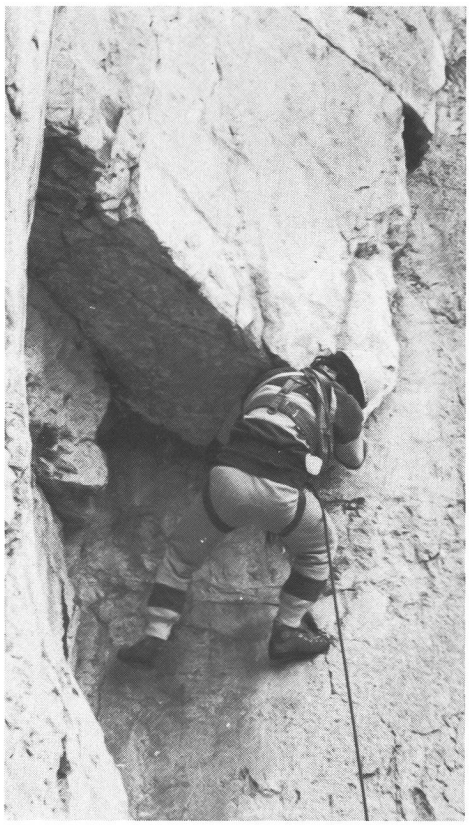
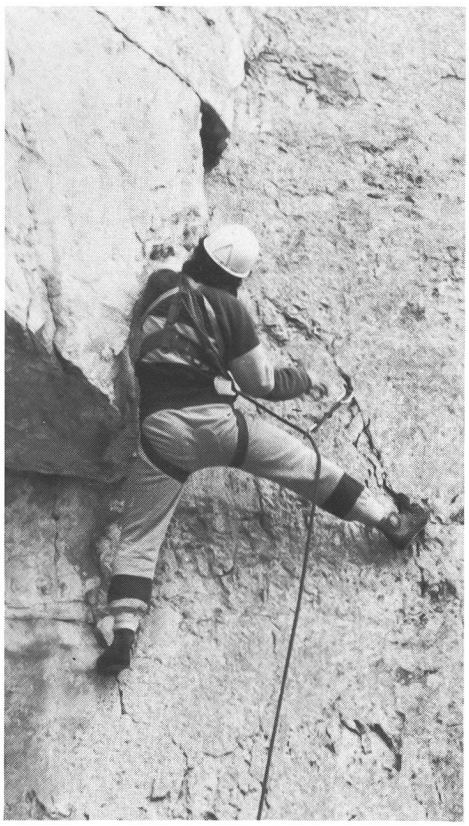
L'arrampicata sportiva, chiamata anche arrampicata libera, costituisce una specie di gioco dell'alpinista. Contrariamente al classico alpinismo, *l'arrampicata non è soltanto un mezzo per raggiungere lo scopo, bensì si tratta di uno scopo e di un obiettivo!* L'arrampicatore sportivo non intende innanzitutto scalare una vetta, arrampica per il piacere di arrampicare. Si sottopone volontariamente a determinate regole di gioco che variano a seconda delle regioni. L'idea di base è quella dell'*arrampicata libera,* cioè: l'arrampicatore si sposta essenzialmente sulle asperità naturali della roccia. Sostegni artificiali come chiodi, lacci, cunei e simili servono unicamente per assicurare la corda, in nessun caso possono essere utilizzati per gli spostamenti.

Questo principio dell'arrampicata nel senso sportivo non è comunque nuovo. Risale, se vogliamo, all'alpinismo stesso. Non è però il caso della Svizzera dove l'arrampicata sportiva prende piede nella metà degli anni settanta. Come mai?

- le Alpi sono ormai «scoperte», le vette tutte scalate, persino creste, pilastri e pareti sono conosciuti, spesso tramite diverse vie parallele. Diventa sempre più difficile trovare autentico terreno ancor tutto da scoprire;
- materiale e metodi d'assicurazione sono stati sviluppati e migliorati. La caduta in roccia non significa più la catastrofe in assoluto. È cosa che ormai si può calcolare;
- atteggiamento modificato, disponibilità all'allenamento;
- impulso dall'estero.

Non si tratta a questo punto di lamentarsi di tale sviluppo né di osannarlo. Il fatto è che attualmente sono numerosi i giovani che si sottopongono a un duro allenamento e sanno *affrontare passaggi particolarmente difficili,* proibitivi ancora una decina di anni fa (c'è stato anche un aggiornamento terminologico: non si parla più di arrampicata estrema bensì – appunto – di arrampicata sportiva o libera). Un altro fatto è pure che alpinisti «classici» – cioè della precedente generazione – praticano l'arrampicata sportiva. Come si allena l'arrampicatore sportivo?

- soprattutto svolge un allenamento generale di condizione fisica e di forza, spesso anche una disciplina sportiva complementare;
- l'arrampicata senza corda su pilastri di roccia o brevi pareti (cosiddetti «Bouldern») permettono di avvicinarsi ulteriormente ai limiti, di superare le difficoltà e di studiare nuove successioni di movimenti;
- dove mancano tali possibilità naturali, vengono costruite pareti artificiali d'arrampicata. Piloni di ponti e cave offrono un'adeguata possibilità d'allenamento;
- si scoprono di continuo nuove palestre di roccia e regioni d'arrampicata, la maggior parte delle quali si trova in vicinanza di zone urbane o, comunque, raggiungibili su strade carrozzabili. Spesso le vie sono della lunghezza di una corda, ma non è questo che conta bensì la qualità della roccia, i problemi tecnici, le difficoltà;
- si soggiorna nelle più rinomate regioni di arrampicata libera locali o all'estero (Verdon, Yosemite, Elbsanstein);
- una minoranza traspone le grosse difficoltà sulle grandi pareti dell'alta montagna (per esempio Monte Bianco).

Alpinisti e arrampicatori si ritrovano spesso sugli stessi percorsi, gli uni con i ramponi e i lacci, gli altri con gli Sleaks e la magnesia. Le opinioni divergono in merito allo stile; in tutti i casi non si tratta comunque di generalizzare sulle regole di gioco scelte. Ognuno si arrampica a modo suo, secondo la sua idea e le sue capacità.

Arrampicatori e alpinisti si tollerano e si rispettano vicendevolmente. □