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

Herausgeber: Scuola federale dello sport di Macolin

Band: 41 (1984)

Heft: 12

Artikel: La ragazza sul trampolino : Karin, di Kandersteg, crea una breccia in una disciplina finora riservata ai maschi

Autor: Lörtscher, Hugo

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1000168

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 09.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

La ragazza sul trampolino

Karin, di Kandersteg, crea una breccia in una disciplina finora riservata ai maschi

di Hugo Lörtscher

Una ragazza spicca il volo!

Karin ha oggi 15 anni. Due anni fa s'è messa in testa di fare del salto con gli sci. Ha raggiunto il suo scopo. Ancora non si slancia dal trampolino di 90 metri ma è considerata una promessa in questo sport tradizionalmente e, fino a poco tempo fa, esclusivamente maschile. Ha un viso aperto, allegro, fa piacere vederlo. Naturalezza e semplicità sono le sue caratteristiche principali, ma anche un'enorme volontà. Karin è piena di vita e di ardore. Quelli che avevano scosso la testa quand'aveva cominciato, ora riconoscono d'averla sottovalutata e d'aver avuto torto. Oggi la si ammira quasi senza riserve poiché, dopo 24 mesi di duro lavoro, l'idea di rinunciare non la sfiora neppure. Un bell'esempio per certi «saltatori»! Karl Holzer, un ex-competitore in questa specialità e che abita a Kandersteg, si occupa del reclutamento dei giovani adepti di questo sport difficile ed esigente. Crede fermamente nelle possibilità di Karin. Prende pure tutte le precauzioni necessarie affinché «non si monti la testa»: «Non impedisco ai giornalisti di avvicinarla — dice — ma non voglio in nessun caso che si crei la sensazione, potrebbe nuocere a un armonioso sviluppo della sua personalità».

Le domande poste da MACOLIN sono state semplici, prudenti e ad ampio respiro: parte d'estate, parte d'inverno.

MACOLIN: Karin, oggi possiamo dire che sei una... «saltatrice con gli sci», un'atleta senza macchia né paura! Per te è un grande successo. Come ci sei giunta?

KARIN: Mi ha preso la passione nel 1982, durante una gara estiva di salto con gli sci in piscina. Ero... innamorata di un «saltatore» e volevo assolutamente imitarlo!

MACOLIN: Come hanno reagito i tuoi compagni quando hai deciso di darti al salto con gli?

KARIN: Mi hanno deriso senza ritegno...

MACOLIN: Oggi ancora?

KARIN: Qualche volta, ma raramente ormai! Taluni restano comunque scettici sul mio conto. Altri sono gelosi, tutto qui! Un giorno, una compagna di scuola mi ha augurato di mordere la neve a ogni salto, in modo d'averne la bocca piena. Mi ha fatto molto male, è un fatto, ma ce ne voleva di più per scoraggiarmi.

Preparazione estiva

MACOLIN: A due anni dall'inizio, avrai senza dubbio acquisito un bel po' d'esperienza. Ma cosa ti ha dato più precisamente la pratica del salto con gli sci?
KARIN: Il salto con gli sci ha fondamentalmente cambiato la mia vita!

MACOLIN: E poi?
KARIN: Il salto con gli sci mi ha totalmente liberata interiormente. Prima non avevo uno scopo preciso, troppa poca ambizione, vivevo alla giornata. non sapevo cosa fare nel mio tempo libero e come ammazzare il tempo durante le vacanze. A parte lo sci, lo sport mi lasciava indifferente. Da quando salto, sono realmente trasformata: aspiro ad essere e a diventare la migliore e faccio tutto il possibile per riuscirvi.

MACOLIN: A che livello ti trovi attualmente? Fai dei progressi?
KARIN: All'inizio non avrei mai pensato che fosse così difficile. Me ne rendo conto, adesso, che non si può affrontare questa specialità senza darsi a fondo e che, prima d'imporsi, o semplicemente di farsi notare, c'è un lungo cammino da percorrere.

MACOLIN: Karl Holzer è il solo a seguire il tuo allenamento e a preoccuparsi del tuo perfezionamento tecnico?
KARIN: No! Anche Karl Schärer, di Kandersteg, si occupa di me. Ho potuto pure partecipare a un campo cantonale (Berna) svoltosi a St. Moritz sotto la direzione di Marcel Gehri. È un eccellente allenatore e mi ha dato preziosi consigli.

MACOLIN: Quando i membri della squadra nazionale o altre delegazioni si allenano a Kandersteg, hai l'autorizzazione di unirsi a loro?
KARIN: Si, ma gli allenatori presenti generalmente non hanno tempo d'occuparsi di me in particolare. Ci sono comunque le eccezioni. Lo scorso settembre, per esempio, i saltatori della Germania orientale mi hanno invitata ad allenarsi con loro. Sono stati molto gentili nei miei riguardi, ciò ha contribuito a rafforzare il mio morale. Ho pure molto approfittato dei loro consigli!

MACOLIN: Perché non fai parte del quadro delle speranze della FSS?
KARIN: Sono in corso delle trattative fra l'Associazione oberlandese e la FSS perché ciò sia possibile.

MACOLIN: Kandersteg dispone di un trampolino artificiale fra i più moderni d'Europa. Puoi utilizzarlo liberamente?
KARIN: No! Mi occorre un'autorizzazione, poiché sia d'estate, quando non c'è neve, sia d'inverno, la pista di slancio dev'essere preparata alla perfezione e sorvegliata per evitare incidenti.

MACOLIN: Segui un piano d'allenamento preciso?
KARIN: No, per il momento. D'estate mi alleno il giovedì sul trampolino con Karl Holzer. Il resto del tempo lo impiego per mettere a punto la mia condizione fisica: corsa a piedi, muscolazione, esercizi di scioltezza, ginnastica, Stretching. La sera pratico regolarmente esercizi di respirazione.

MACOLIN: Tieni un diario d'allenamento?
KARIN: No! Dovrei?

MACOLIN: Non sta a noi dirlo, ma ci sembra una buona cosa, poiché ricordarsi di quanto si è fatto in passato permette spesso d'essere più sicuri al presente e di meglio organizzare, di pianificare meglio il futuro. Detto questo, come ti senti, tu, sola ragazza nel mezzo di tutti questi ragazzi?
KARIN: Non ci penso nemmeno! Quando sono sul trampolino, credo che nessuno si domandi se sono una ragazza o un ragazzo: salto come gli altri, bene o male!

MACOLIN: Ci hai detto, all'inizio di questo colloquio, che il salto con gli sci ti aveva permesso di orientare la tua vita diversamente. Come vedi il tuo futuro, sia sportivo sia professionale?
KARIN: Sul piano sportivo desidero assolutamente acquisire una tecnica sufficiente per saltare dal trampolino di 90 metri. Sul piano professionale, desidererei poter seguire il ciclo di formazione di Macolin per diventare maestra di sport. Tuttavia, dapprima, farò un tirocinio di commercio a Kandersteg.

MACOLIN: Bisogna dire che le ambizioni non ti mancano! Occorrerà armarti di molta volontà e perseveranza per raggiungere gli obiettivi. E se tu dovessi rinunciare, per una ragione o l'altra, a proseguire la tua carriera sportiva, cosa succederebbe?
KARIN: Ci ho già pensato! Non cambierebbe nulla per il resto!

MACOLIN: Le tue risposte sembrano molto... riflettute. Da dove viene questa saggezza?
KARIN: Mia madre pratica lo Yoga e m'ha insegnato a gettare uno sguardo chiaro, realista e obiettivo sulla vita. Le devo molto sotto ogni punto di vista, poiché è anche la mia migliore amica. Ho bisogno, per riuscire, della sua presenza premurosa, cosa che mio padre, nonostante tutta la sua buona volontà, non può darmi nelle stesse proporzioni a causa delle sue occupazioni professionali.

MACOLIN: Karin! L'inverno è cominciato, una stagione senza dubbio molto importante per te. Ci hai molto impressionati con la tua franchezza e, se il successo sportivo ti sorriderà, ciò che MACOLIN ti augura di tutto cuore, speriamo che tu rimanga così: felice di vivere, allegra, aperta e modesta in una sana ambizione, una ragazza gentile, portatrice del miglior spirito sportivo!

Conclusione

Karin Grossen non dispone di doni eccezionali. Due anni fa ha scoperto lo sport, ne ha capito il valore e se n'è servita come stimolo e come mezzo per dare più sostanza alla sua vita. È perfettamente cosciente che nulla le sarà offerto sul piatto d'argento e che, come scrisse Goethe, la riuscita dipende molto più dall'assiduità e dal lavoro che dal talento. Dato che dispone ampiamente di queste due qualità, per lei tutto è dunque possibile. □