

Zeitschrift:	Giovani forti, libera patria : rivista di educazione fisica della Scuola federale di ginnastica e sport Macolin
Herausgeber:	Scuola federale di ginnastica e sport Macolin
Band:	9 (1953)
Heft:	4
Rubrik:	Comunicazioni

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: 12.02.2026

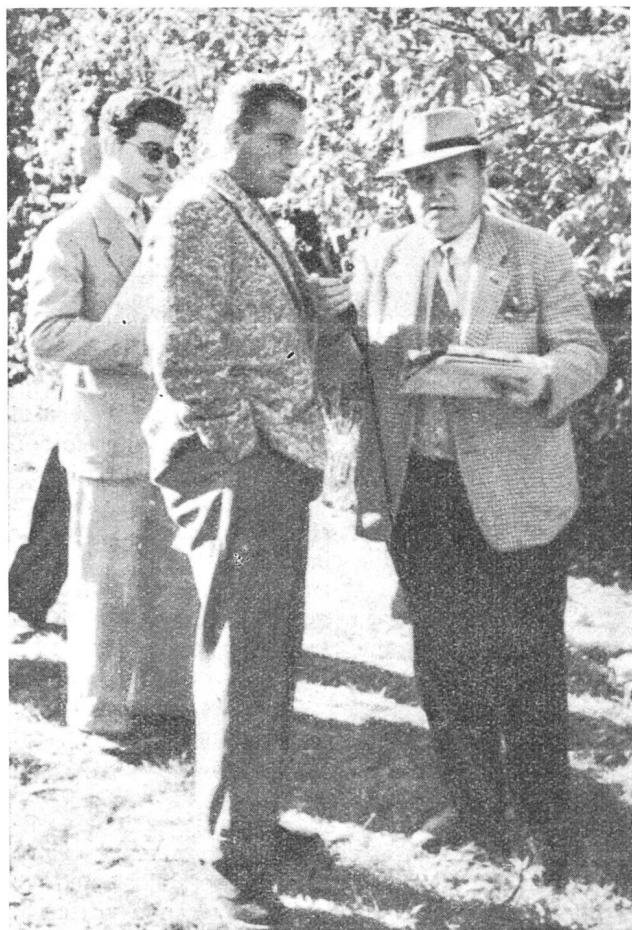
ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

La VII^a corsa ticinese di orientamento a pattuglie I. P.

Prevista nel programma annuale dell'attività della Sezione cantonale torna anche quest'anno, fissata all' 11 ottobre 1953, ricca di incognite e avvolta sino all'ultimo nel mistero, la

corsa ticinese di orientamento a pattuglie I. P.

giunta alla settima edizione. È già quasi un'anziana fra le corse di orientamento in Svizzera ed ha ormai la sua tradizione da far rispettare, una tradizione che la vuole incerta e combattuta, affascinante e avvin-



LA RADIO AL SERVIZIO DELL'I. P. Alle principali manifestazioni dell'I. P. ticinese la Radio della Svizzera Italiana e il Servizio onde corte della Radiodiffusione svizzera concedono largo appoggio e fattiva collaborazione che tornano a tutto vantaggio dell'istruzione fisica volontaria della nostra gioventù. Lo scorso anno, nel bel mezzo del bosco di castagni a Camignolo, in occasione della sesta edizione della corsa ticinese di orientamento, il nostro apprezzato collaboratore e noto radiocronista Vico Riggiani — che è pure membro del S.R.I. — intervistava Oscar Pelli, ispettore federale, che aveva studiato i magnifici interessanti tre percorsi attraverso i quali si sono misurate le 90 pattuglie in gara.

cente. Essa convoglia le pattuglie ticinesi e confederate in una regione del Ticino la quale, disseminata di una infinità di ostacoli naturali e di problemi da risolvere, metterà a gioiosa ma dura prova la preparazione dei concorrenti, sia dal lato fisico (e questo sarà acquisito nei corsi di istruzione base dell'I. P.), sia in quello dei vari modi nel sapersi orientare. A conclusione di questa emulazione farà stato — per la classifica — il tempo impiegato dai quattro pattugliatori.

Invitiamo pertanto, in primo luogo, a questa competizione, le pattuglie ticinesi che nella corsa di orientamento troveranno la giusta conclusione alla loro attività volontaria nell'I. P.: e in particolare ci rivolgiamo a coloro che alla nostra corsa hanno già partecipato e che, per averne vissute alcune, vorranno tornare anche a questa edizione. Siamo sicuri che altre nuove pattuglie si inscriveranno sì che assicurata sarà la continuità a questa bella e sana giornata di sport, al contatto con la natura che si veste del suo manto autunnale. E, naturalmente, estendiamo il nostro cordiale invito alle pattuglie della Svizzera romanda e tedesca, avantutto alle « fedeli » e a quelle che hanno particolari interessi da far valere in merito alle « challenges » sulle quali già figura il loro nome. La partecipazione delle pattuglie confederate è quella che, nel nome dello sport spinge, in questa ancor giovane disciplina, all'emulazione e incita a una sana camerateria fra la gioventù delle varie regioni della patria. In questa funzione la corsa di orientamento è particolarmente e simpaticamente apprezzata e fortemente sostenuta.

Salutiamo con sincera gioia i partecipanti alla « VII. corsa ticinese di orientamento » e con loro le Autorità, gli accompagnatori, la Stampa e la Radio che sempre sono con noi e della cui collaborazione ci valiamo perché questa nostra manifestazione abbia a conoscere un sempre crescente successo. A tutti il più cordiale benvenuto !

Sezione ticinese dell'I. P.

Aldo Sartori

Ultimo termine di iscrizione: 3 ottobre 1953.

I moduli di iscrizione saranno inviati, a richiesta, dalla Sezione cantonale dell'I. P., in Bellinzona (tel. 092 - 5 21 61), che è pure a disposizione per tutte quelle informazioni che si crederà opportuno di dover chiedere.

Infinite maniere per orientarsi

Nel bel mezzo di una felice passeggiata, dopo aver percorso per più ore pianura e montagna, capita all'improvviso, quando la fatica e la fame cominciano a farsi sentire, di pensare al ritorno. Piccolo brivido: « Dove mi trovo ? Non so più che strada prendere ». Non abbiamo bussola, né in tasca, né al polso. Non ci sono case in vista, dove poter chiedere qualche indicazione; e per di più il cielo si è coperto nascondendoci il viaggio del sole. Infine, si è fatto tardi e presto sarà notte.

Secoli di esperienza ci forniscono ottimi elementi per cavarcì d'impaccio. Proviamo ad elencarli.

Di giorno, il sole è una guida infallibile: noi sappiamo che sorge a est e si corica a ovest, e che piazzandoci in faccia a lui verso mezzogiorno, abbiamo il nord alle spalle. È vero che d'estate il sole verso mezzogiorno è così alto nel cielo (dove si trova, come si dice, « allo zenit ») che ci si potrebbe facilmente sbagliare sulla sua direzione; ma, in meno di mezz'ora, il suo percorso sarà facilmente individuabile; l'ombra degli alberi, dei pali o di altri oggetti avrà subito infatti una lieve deviazione in senso contrario, cioè verso est perché, si sa, il sole va sempre da est a ovest.

Durante la notte, la luna, con le sue diverse fasi, potrà esserci utile grazie alla sua marcia attraverso il cielo, (sempre da est a ovest). Quanto alle stelle, non c'è bisogno di essere dei maghi per ricavarne qualche indicazione, né astronomi provetti; c'è una stella che ci indica sempre il nord. Per riconoscerla basta cercare nella voltastellata due gruppi di stelle poco distanti, molto simili tra loro — benchè uno sia molto più grande — ma capovolti l'uno rispetto all'altro, come un 9 e un 6. Ciascuno di questi gruppi comprende sette stelle, di cui quattro formano un quadrato e tre sono messe in una fila quasi diritta, che si attacca ad uno degli angoli del quadrato. Nel primo gruppo (Orsa maggiore o Carro di Davide), se si paragonano le quattro stelle del quadrato a quattro ruote di un carro tirato da una fila di tre cavalli, si può immaginare di tracciare una linea retta fra le due ruote posteriori del carro prolungandola sino ad incontrare il cavallo di testa dell'altro gruppo (Orsa minore): questo cavallo è la Stella Polare: al nord, come sanno anche i bambini.

Come orientarci invece con cielo coperto ?

Per prima cosa ricorreremo ai mezzi geografici. L'aspetto « fisico » della località può dare infatti preziose indicazioni. Cerchiamo dei punti di riferimento: mon-

tagne, foreste, corsi d'acqua, mulini ecc. Prima di perderci, eravamo saliti su questa collina? Se sì, discendiamola. Al contrario, il nostro cammino è stato facile e dolce? Ciò significa che siamo discesi in una valle che ora dobbiamo lasciare per tornare sull'altopiano.

Il fiume era alla nostra destra? Ora deve essere alla nostra sinistra. L'acqua correva prima nella nostra direzione? Ora bisogna risalirne il corso. Il fiume era meno largo prima? La sua sorgente è più su. Concludendo, a meno di non essere caduti dal cielo o da un aeroplano, noi conosciamo così, in generale, tutti gli accidenti dal suolo, montagne, valli, fiumi, ecc., in rapporto al nostro punto di partenza: ritrovando il loro orientamento finiremo presto col ritrovare il nostro.

Poi c'è la topografia. Serve, per poco che si sappia riconoscere da lontano un villaggio, un podere, un albero isolato, un pozzo, una ferrovia, un monumento, la forma d'un campanile, il colore di un campo, o uno dei mille particolari che distinguono la topografia di una regione. Siamo troppo lontani da quel canale per vederne la direzione? Osserviamo i battelli che lo percorrono, o meglio ancora i loro battellieri: quelli che remano con più fatica certamente risalgono il corso. E a notte fatta, un barlume nel cielo servirà ad indicarci o una grande città, o una stazione illuminata elettricamente, così come una luce che brilla nell'aria ci ricorderà subito le alte ciminiere di un'officina.

Non soltanto la vista potrà esserci d'aiuto in questi casi, ma anche l'udito e l'olfatto. Infatti i rumori, per associazione d'idee, possono fissare rapidamente la nostra posizione: per esempio, il suono familiare di un orologio ci indicherà la direzione della chiesa, il sibilo di una locomotiva ci rammenterà la ferrovia vicina, la sirena di un battello ci dirà che là si trova il fiume. E ci sono anche le trombe della caserma o del forte, il campanello dei tram, il rumore delle automobili, il passo cadenzato di una truppa in marcia, lo stridio di una segheria, il chicchirichì da una cascina (in tutto questo però dobbiamo guardarci dalla ingannevole eco).

Inoltre, in casi estremi, lo stesso nostro olfatto — soprattutto di notte — ci potrà felicemente aiutare guidandoci attraverso i vari odori nell'aria, che ci indicheranno di volta in volta la vicinanza di una conceria, di una fabbrica di cioccolato, di uno zuccherificio, oppure un roseto, una pineta o, dal vento salmastro, la vicinanza di una spiaggia.

IL LIBRO D'ORO

CATEGORIA A

Coppa - challenge del
Lod. Consiglio di Stato

- 1947 Esploratori Balerna II
- 1948 Esploratori Effretikon
- 1949 «Fiorella» S.C.C. Bellinzona
- 1950 Ginnastica Fides Losone
- 1951 «Flavia» III. classe
Scuola Magistrale Locarno
- 1952 «Pippo» Società Studentesca Gaunia Lugano

CATEGORIA B

Coppa - challenge del
Dip. Militare Ticino

- Esploratori Balerna I
- Esploratori Soletta I
- Esploratori Soletta I
- Esploratori S. Giorgio, Riva San Vitale
- Esploratori Roverrotte Nelson, Zurigo
- La Flêche, Coffrane

CATEGORIA C

Coppa - challenge
«Lo Sport Ticinese»

- Esploratori Balerna
- Esploratori AGET
Bellinzona

Pattuglie inscritte partite

31	31
61	61
70	70
85	85
89	84
94	90

Lo sport dell'orientamento

(a.s.) Sta per iniziare, con un calendario oltremodo ricco, il periodo, la stagione delle corse di orientamento, questo sport ancora giovane in Svizzera ma che può già contare su diverse diecine di migliaia di partecipanti attivi e di una folla sempre più estesa di ammiratori. In generale è corsa aperta alle pattuglie, il che è caratteristica tipicamente svizzera in contrasto con quanto viene praticato nei paesi nordici in cui la corsa di orientamento è piuttosto concorso individuale — favorita anche dalla particolare configurazione del terreno — e praticata, si può dire, da tutto il popolo, senza differenza di età e di sesso.

In Svizzera la corsa anziana è quella zurigana che è diventata — entrata ormai nella tradizione e radunante circa settemila concorrenti — manifestazione popolare, una vera «festa del popolo». È organizzata da quell'appassionato e competentissimo specialista che è il dr. Ernesto Biedermann, membro influente della commissione nazionale dell'ANEF per le corse di orientamento il quale, in collaborazione con Jules Fritsch, già capo della Sezione cantonale zurigana dell'I.P., ha redatto un interessantissimo e praticissimo manuale illustrato di una ottantina di pagine «Der Orientierungssport» che nella Svizzera tedesca ha già trovato larga diffusione. È un'introduzione alle corse di orientamento, una facile trattazione di tutti i problemi che si pongono ai concorrenti e agli organizzatori di queste manifestazioni, un invito, quasi, a conoscere, apprezzare e praticare questo sano sport che più tardi rivela, in vari aspetti, la sua indiscussa utilità.

Il distinto direttore della Scuola federale di Macolin, signor Arnoldo Kaech, e l'istruttore svedese signor Björn Kjellström, hanno scritto una significativa prefazione per questo manuale (per ora soltanto in lingua tedesca) edito da Paul Haupt, Berna, con disegni di Alfred Bernegger, Zurigo, e montaggi topografici di Ernst Schori, Berna. Un libretto che non deve mancare nella biblioteca di ogni sportivo.

(Da «Lo Sport Ticinese»)

Scena di tutte le corse di orientamento, scena che si potrebbe trovare dappertutto: eppure essa è sempre nuova perché la regione ove si svolgono queste entusiasmanti ormai popolari competizioni giovanili muta ogni volta, perché i concorrenti si trovano di fronte a tanti ostacoli e problemi nuovi che rendono la corsa ardua e appassionante.

Alla gioventù già fatta grande, che corre verso la meta, l'avvenire, guardano, con ammirazione — nella corsa del 1952 svoltasi nella regione di Rivera — i più giovani; ansiosi di poter essere, presto, loro stessi attori.

Il calendario nazionale 1953 per le corse di orientamento

La Commissione dell'ANEF per le corse di orientamento ha diramato il calendario nazionale delle manifestazioni che sono state annunciate per l'autunno 1953.

Esso si presenta come segue:

- 6 settembre:** Corse regionali dello SRB a Herzogenbuchsee e a Lucerna
- 12 settembre:** Corsa notturna nazionale degli ufficiali delle amministrazioni
- 13 settembre:** Corse regionali dello SRB a Basilea campagna Soletta e Näfels
- 27 settembre:** Corsa basilese
Campionato svizzero dello SRB a Oftringen
- 4 ottobre:** Corsa zurighese
Corsa della SATUS a Berna
CORSA TICINESE DELL'A.S.Ti.
- 10 ottobre:** Corsa svizzese
- 11 ottobre:** VII CORSA TICINESE DI ORIENTAMENTO I.P.
Corsa turgoviese
Corsa friborghese
Corsa I.P. Coira
- 18 ottobre:** Campionati svizzeri di pattuglie
Corsa zugana
- 25 ottobre:** Corsa bernese
- 31 ottobre:** Corsa notturna zurighese
Corsa notturna della Società svizzera degli ufficiali zurighesi
- 7 novembre:** Corsa notturna a Köniz
- 8 novembre:** Campionati svizzeri individuali
- 15 novembre:** Campionati universitari svizzeri e di staffette a Berna
- 21 novembre:** Corsa dell'Università di Friburgo
Corsa dell'Università di Zurigo e del Politecnico federale.



Breve elogio della marcia

La nostra epoca è sportiva. Un po' dovunque sorgono stadi, arene e gallerie in cemento armato, e non manca il bar accogliente. Ognuno ha il suo o i suoi sport favoriti. È vero che molti li praticano per procura e seguono semplicemente dalla loro sedia le prodezze dei campioni. Lo sport seduto è il re della nostra epoca. Tante brave persone, che non hanno ancora l'età



Allegamente: sacco in spalla, e via per monti e valli, fra boschi profumati, per sentieri solitari, alla scoperta del paese!

della poltrona a rotelle, sono indignate di dover fare talvolta cinque minuti a piedi dalla loro macchina alle tribune.

Sì, perchè nella nostra epoca sportiva non si sa più camminare. Le famose passeggiate domenicali delle famiglie di una volta non sono che un ricordo. Del resto quei genitori che si tiravano dietro la loro progenitura a colpi di promesse fallaci e di sciropi tentatori, mancavano spesso d'entusiasmo e la passeggiata diventava piuttosto una detestabile faticaccia. Però si camminava. L'abitudine era presa. Uno dei miei vicini a settantotto anni fa ancora ogni domenica la sua giratella... e 20 chilometri non gli fanno paura.

C'è marcia e marcia. C'è quella dei campionati civili o militari, con partenza fissa, cronometro, comitati d'onore, discorsi ufficiali, coppa e asti spumante. Ci sono gli assi olimpionici che le folle applaudiscono e i poeti cantano.

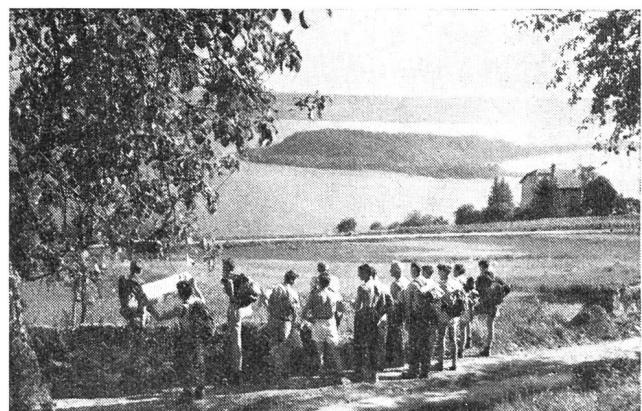
E c'è la marcia alla portata di molti, quella che praticava Jean Jacques Rousseau nelle sue « rêveries » solitarie, quella che i medici intelligenti raccomandano contro la obesità, l'artritismo, i disturbi cardiaci, nervosi o biliari. Un rimedio meno costoso di tante specialità alla moda e che fa meno male e spesso anzi giova assai. Sulla tecnica della marcia i sapientoni hanno emesso gravi teorie e tutti i dizionari che si rispettano

vi insegnano che il movimento successivo e ritmato delle due gambe si eseguisce in tre fasi. Vi faccio grazia dei particolari: l'essenziale è di marciare senza saperlo.

Cioè, l'essenziale sarebbe... poichè si cammina sempre meno e se le famose teorie dell'evoluzione della specie sono esatte e davvero la funzione crea l'organo, andiamo maluccio...

I nostri statisti, i nostri biologi e molti filosofi spiegano con sapienti considerazioni questa evoluzione dei costumi. Sovraccarico d'impegni e di fastidi, l'uomo moderno non ha più il tempo di camminare! E tuttavia i suoi orari di lavoro sono meno lunghi di una volta e il tempo libero non gli manca. Le nostre strade sono pericolose per il pedone! Evidentemente, e senz'ombra e col bitume che rammolla sotto le suole: no, non sono affatto ospitali. Ma ci sono ancora tanti sentieri deliziosi e ombreggiati.

La marcia permette di osservare gente e cose, cielo e uccelli, essa scandisce la riflessione e distende i nervi. Eccellenti scrittori debbono alla marcia la loro ispirazione. Nel diario di Robert de Traz, parlando dei suoi soggiorni in campagna, si legge: « Quando il mio lavoro rallentava, uscivo e me ne andavo sui sentieri, soprattutto su quello che va verso Châtel-Saint Denis. I miei personaggi si rimettevano a vivere, mi toccava notare ciò che essi mi dicevano. Rientravo, carico di raccolta che riversano sulla carta bianca ». Claured ha detto in termini profondi la soluzione di continuità che si produce fra l'anima e il corpo nel corso di una lunga giornata di cammino, creando uno stato di recettività e di sensibilità del tutto nuovo. Gustavo Roud, nel suo ammirabile « Petit traité de la marche en plaine » ha



Va e ammira la tua patria !

dimostrato la ricchezza del camminare, sorgente imprevedibile di conoscenza. E Crisinel, che fu uno dei più puri poeti svizzeri, costatava: « L'uomo ha rinunciato a camminare nello stesso tempo che ha rinunciato a esistere ». Il pedone, anzi il pedestre viaggiatore può sembrare preistorico e non alla moda; è sempre ancora un essere che esiste per se stesso.