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: 18 (1961)

Heft: 5

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: 11.08.2025

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

Come costruire un trampolino?

Scegliere avantutto un terreno, che di profilo, assomigli alla traettoria seguita da una pietra lanciata orizzontalmente. Questo terreno deve esser preceduto e seguito da un pendio sufficiente per lo slancio e l'atterraggio. Quindi costruire, nel posto dove si pensa di iniziare il salto, con l'aiuto di una pala, un muretto di neve di 150-200 cm di larghezza e di grande spessore. Quando il muretto di neve sarà alto circa 50 cm, riempire di neve lo spazio vuoto dietro al muro, battendo ben bene per avere una base solida.
Con freddo intenso e con neve polverosa, un innaffiatoio a spruzzo fine sarà di grande aiuto. La neve imbevuta d'acqua, gelando, renderà più solido il trampolino.
Il piano del trampolino deve essere leggermente inclinato. Controllate tale inclinazione, mediante una tavola di legno di 2 metri, posata orizzontalmente sul piano del trampolino, e con un filo a piombo. Il dislivello deve essere di 14 cm per 1 metro, 28 cm per 2 metri e così di seguito.
Il punto di passaggio dalla pista di slancio al piano di stacco non deve presentare un angolo ma un arco regolare di cerchio (curvatura progressiva).
In seguito, occorre battere, coscienziosamente ed al massimo, la pista di slancio, la pista d'atterraggio e lo spazio per l'arresto. Più le piste saranno dure, piùrari saranno gli incidenti, poichè le punte degli sci non penetrano nè possono piantarsi nella pista battuta. Si scivola semplicemente ed è impossibile farsi una slogatura o rompersi una gamba.

Franco Cattaneo

ISTRUZIONE PREPARATORIA GINNICA E SPORTIVA

Via allo sci

Come è ormai tradizione, i monitori I.P. di sci si sono ritrovati sulle nevi di Andermatt, fedeli all'appuntamento dell'8, 9 e 10 dicembre. Quest'anno il calendario è stato favorevole al prolungamento a tre giorni completi e i ben trentadue partecipanti al corso ne hanno notevolmente approfittato. Numerosa quindi la presenza con un aumento di una decina di unità rispetto allo scorso anno: chiara dimostrazione che l'I.P. ticinese è viva e progredisce assai in questo sport nazionale.
Il corso, organizzato dal nostro ufficio cantonale, è stato diretto per la parte tecnica dal bravo airolese, sempre giovane sulla breccia, Bruno Bonomi, assecondato dai competenti capiclasse: Cattaneo, Enrile e Bronz. Il lavoro pratico si è svolto interamente all'Oberalp, poichè ad Andermatt e anche sulla pista del Nätschen la neve scarseggiava. Dalle dieci del mattino alle quattro di sera, con una breve pausa per il «lunch», i monitori hanno approfondito le loro cognizioni tecniche, favoriti da una neve bellissima. Non sempre bellissimo invece il tempo, salvo il primo giorno; la partenza avveniva infatti fortunatamente quando lassù nevicava a larghe falde. Fortunatamente, sì, poichè altrimenti sarebbe stato senz'altro forte il distacco da quei luoghi incantevoli, dove il silenzio e il riposo dei colori dànno un senso di calma e di pace.
Proficuo dunque questo soggiorno, non solo per affilare il bagaglio tecnico alla vigilia della stagione sciistica, ma anche per il riposo dell'animo. Il tutto si integra in un corso lieto che i nostri monitori ritengono ormai indispensabile e che dà loro una naturale fierezza, quando si pensa che solo il Ticino organizza queste giornate. Ci sembra oltremodo strano che altri Cantoni non abbiano ancora intravvisto l'importanza di questo corso di ripetizione e che non prendano ancora l'esempio del Ticino. Crediamo di individuare questa indecisione nell'onere finanziario che l'organizzazione di tali corsi comporta e vorremmo perciò spezzare una lancia in favore di sussidi federali che attualmente non esistono. Siamo perciò riconoscenti al nostro Ufficio che, ben si può dirlo in questa occasione, non badando alle ingenti spese, si sobbarca ogni anno il fardello finanziario, conscio però di servire pienamente quella causa sportiva che va tracciando nella gioventù ticinese un solco sempre più profondo. Ci auguriamo perciò che gli organi competenti del Dipartimento militare federale abbiano a integrare questo corso nelle disposizioni esecutive e favorirlo quindi per tutti i Cantoni nella misura proporzionata al suo evidente valore.
All'Albergo Schlüssel, sempre familiarmente accolti, abbiamo trascorso le serate con teorie del direttore tecnico, con la presentazione del nuovo magnifico film a colori sui corsi cantonali di alpinismo estivo (girato da Willy Borelli al Furka) e con un'infinità di bellissime e artistiche diapositive proiettate dal nostro simpatico scalatore e provetto sciatore Paolo Steniner, che questa estate ha vissuto ore tragiche nella scalata del Weisshorn, lasciando sulla montagna l'amico carissimo Roger Frusetta.
Un grazie a tutti quanti hanno permesso anche quest'anno di vivere un corso particolarmente lungo e bello: dal direttore tecnico ai capiclasse, dagli amministratori Giovannacci e Galeazzi al dinamico e intraprendente nostro capo Aldo Sartori.
La stagione dello sci è in pieno svolgimento e certi di sapere tutti i monitori, lanciati dal corso di Andermatt, sulla via dell'insegnamento, auguriamo loro di tutto cuore: «buon inverno»!

mon. Piero Jelmini

In omaggio a due camerati scomparsi

Dopo una prima volta in primavera, dopo una seconda nell'ottobre scorso, negli ultimi giorni la morte ha voluto colpire ancora due volte la famiglia di Macolin. Scomparso Walter Brotschin, il nostro apprezzato fotografo, scomparso il Dr. Ernst Saxer (al quale rendiamo omaggio a pagina tre di copertina), due altri cari compagni di lavoro son caduti tra le file, a distanza di nemmeno quindici giorni.

Otto Würgler

Familiarmente, lo chiamavamo tutti Zatopek. Non perchè fosse corridore e emulo del grande Emilio, ma perchè, per la sua funzione di «postino» della Scuola, lo vedevamo sempre sul «percorso». Otto Würgler ebbe per anni, tra l'altro, il compito di ritirare e di spedire la posta della Scuola; puntualissimo e preciso, a lui tutto si sarebbe potuto affidare. Decine di migliaia di lettere, di pacchi, di giornali, di riviste, sono passati tra le sue mani: Egli era il messaggero fidato, sempre pronto a rendere servizio, che con gentilezza squisita e con semplicità sapeva rendersi conto dell'urgenza di una missiva, e, in questo senso, serviva allora il destinatario o il mittente.

Lunedì 28 novembre, come al solito, malgrado si sentisse poco bene, volle venire al lavoro; alle 7 salì a Macolin con la funicolare: ai camerati che erano con lui non sfuggì la sua cattiva cera, ma nessuno poteva prevedere che la fine fosse così vicina. Giunto al terzo piano della Scuola, sull'ultimo gradino, a pochi metri dal suo ufficio, si abbattè al suolo: a nulla valsero le cure immediatamente prodigategli dal medico già pochi minuti dopo al suo fianco. Il destino aveva voluto che Egli si stroncasse a pochi passi dal suo lavoro, in quella stessa casa che Egli aveva servito per tanti anni, con encomiabile senso del dovere.

Di Lui serberemo imperituro ricordo, come di un camerata gentile e buono; la nostra posta passerà per altre mani, ma ogni lettera che partirà dalla nostra scrivania o su di essa verrà deposta, avrà sempre il dono di farci pensare un momento a Otto Würgler.

Max Bollinger

Max era addetto alla biblioteca della SFGS; si occupava del servizio prestiti, del controllo degli indirizzi, dell'archivio, dei clichés; a Lui si ricorreva ogni momento, per i bisogni quotidiani del lavoro, quando ci occorreva un vecchio numero della rivista, quando un libro si faceva necessario, quando si doveva disporre di un cliché. Egli, come un buon papà soprattutto per noi più giovani camerati, si faceva subito in quattro, per poter tutti ben servire.

Una brutta malattia lo aveva allontanato dalla Scuola, a fine primavera, per alcuni mesi; in autunno era ritornato, smagrito ma almeno apparentemente rimesso, e aveva ripreso le sue funzioni. Una ricaduta lo aveva nuovamente costretto all'assenza, in ottobre, e da allora, Egli era divenuto l'ombra di se stesso. Chi di noi Gli aveva reso visita, negli ultimi tempi, cominciava a dubitare; Egli sembrava non aver più volontà di lottare.

La morte Lo ha sorpreso sabato 9 dicembre, dolcemente, quando il suo cuore non ha più saputo resistere allo sforzo cui era sottoposto per l'avanzare della malattia.

Pur nella coscienza, ormai da lungo tempo in noi, anche se non espressa, che Egli ci dovesse presto lasciare, la notizia della sua dipartita ha lasciato in noi un vuoto.

Dalla porta del suo ufficio, ancora nessuno ha potuto decidersi a togliere il cartellino con il suo nome, quasi Egli debba ancora tornare.

Anche il ricordo di Max Bollinger sarà sempre con noi; nelle file rinserrate si avrà sempre l'impressione che Taio, Walter, Ernst, Otto e Max continuino ad avanzare.

Clemente Gilardi