

<b>Zeitschrift:</b>	Gioventù e sport : rivista d'educazione sportiva della Scuola federale di ginnastica e sport Macolin
<b>Herausgeber:</b>	Scuola federale di ginnastica e sport Macolin
<b>Band:</b>	32 (1975)
<b>Heft:</b>	12
 <b>Artikel:</b>	Lo sport per la vita
<b>Autor:</b>	Libotte, Armando
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-1000790">https://doi.org/10.5169/seals-1000790</a>

### 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:** 20.02.2026

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

# Lo sport per la vita

Armando Libotte

La pratica sportiva agonistica si limita, in generale, ad un periodo che, secondo le specialità, varia dai 15 ai 35 anni. Ci sono delle discipline sportive, come la marcia, in cui non è raro di trovare degli atleti in piena efficienza anche oltre i 40 anni. Citiamo i casi del ginevrino Louis Marquis e dell'italiano Abdon Pamich. Nel tennis, si continua a giocare a 40 anni ed oltre, su livelli ancora elevati, come insegnava il caso dell'australiano Rosewall. Oltre i 35 anni, comunque, l'efficienza agonistica degli sportivi diminuisce progressivamente ed è intorno a questa età che la maggior parte dei campioni dello sport lascia definitivamente l'agonismo. Il che non vuole ancora, dire, che si abbandoni completamente l'attività sportiva. Chi ha fatto dello sport, continua, in generale, a praticarlo, ancorchè in forma limitata o comunque meno impegnata. Ma c'è anche chi pratica lo sport esclusivamente in forma non competitiva. Il numero di questi sportivi «dopolavoristici» non è valutabile, ma sono certamente molti. Basti pensare alle migliaia e migliaia di sciatori che animano i campi di sci, gli escursionisti e gli alpinisti, i cosiddetti «camminatori popolari», i nuotatori della pausa del mezzogiorno o del dopolavoro. La pratica dello sport, anche in forma non competitiva, costituisce una duplice necessità per l'uomo dei nostri giorni: per la salute e per lo spirito. La salute dei paesi cosiddetti industrializzati è costantemente insidiata dagli agi della vita: mancanza generale di moto, alimentazione eccessiva, tensione nervosa, ecc. Il genere del lavoro, generalmente troppo uniforme, sia nelle fabbriche, sia negli uffici, ha effetti deprimenti sulla psiche degli individui. Donde, la necessità di evadere dal grigiore generale, il bisogno di affermare la propria personalità attraverso un'altra attività. Lo sport, offre appunto questa possibilità.

Ma lo sport ha un altro grande pregio ed è quello di favorire la formazione di sentimenti sociali: l'amicizia, la camerateria, la fratellanza. E qui non alludiamo, certamente, a quegli sport di squadra che non fanno altro che suscitare torbide passioni di parte. Qui ci troviamo di fronte a vere e proprie aberrazioni. Demolire stadi, aggredire giocatori avversari ed arbitri, lanciare volgari insulti contro gli attori in campo, non ha nulla a che vedere, né con lo sport, né con l'educazione. È un ritorno alla barbarie. Gli autori di questi atti incivili non hanno che da vergognar-

sene. Lo sport che intendiamo noi è qualcosa d'altro. È la comunione spirituale di gente animata dalla stessa passione per il movimento, per l'agonismo rigorosamente contenuto entro i limiti del «fair play». Non v'è cosa più bella, stimolante, di un confronto con camerati della stessa forza o anche contro chi ci è superiori per mezzi tecnici e fisici. È lottando, del resto, contro i forti, che si riesce a migliorare, a superarsi. I ricordi più belli della vita, provengono, spesso, dall'attività sportiva. Ed il più delle volte, è il ricordo di un «bel gesto», di un atto di lealtà, di camerateria. L'avvento del professionismo ha, purtroppo, portato all'esperazione agonistica e nei cimenti agonistici ad alto livello si assiste spesso a cose tutt'altro che belle. Ma il professionismo non costituisce che una parte dello sport. La grande maggioranza degli sportivi rimane fedele al principio del dilettantismo, continua a praticare la propria attività per diletto, per ricavarne un profitto d'ordine fisico e morale. E questa pratica continua per tutta la vita. Si comincia da ragazzi, si continua nell'età giovanile e si va avanti fino all'età matura. Nel tennis troviamo sui campi degli ottuagenari e così nelle corse podistiche e nelle marce cosiddette popolari. Non pochi sono, anche, i ginnasti, che frequentano le palestre a un'età avanzata. Quasi tutte le discipline sportive hanno ormai i loro gruppi di veterani, nelle cui file si continua a svolgere, ancorchè in forma ridotta ed adeguata all'età, l'attività d'un tempo. Recentemente abbiamo partecipato alla festa annuale di un gruppo di ginnasti anziani. Ce n'era uno di 82 anni, una mezza dozzina avevano superato i 70 anni e una ventina era entrata nel 60.mo anno di età. Avevano gareggiato assieme su tutti i campi e su tutte le palestre d'Europa. La ginnastica, lo sport, li ha tenuti uniti fino ai nostri giorni. Ad un'altra riunione, sono stati premiati dei soci con 40 anni di attività nel campo dell'escursionismo estivo ed invernale. Anche in questa riunione c'erano molti anziani, accanto ai giovani. Tutti si sentivano legati alla stessa bandiera, tutti erano animati dagli stessi sentimenti. Sentimenti che si sono formati e consolidati attraverso gli anni, nella comune pratica dello sport. Così, lo sport diventa quello che ha da essere realmente, un legame per la vita, un meraviglioso mezzo per unire ed affratellare, nel segno dell'amicizia, della solidarietà.