

Zeitschrift: Gioventù e sport : rivista d'educazione sportiva della Scuola federale di ginnastica e sport Macolin

Herausgeber: Scuola federale di ginnastica e sport Macolin

Band: 38 (1981)

Heft: 2

Rubrik: Mosaico elvetico

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

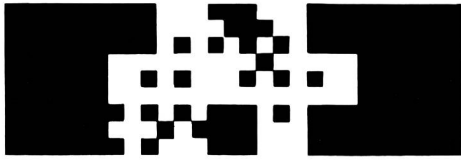
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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: 15.04.2026

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



Uno sguardo in casa nostra

Redio Regolatti

Riesce sempre difficile redigere un consuntivo delle principali discipline che in bene o in male hanno caratterizzato la passata stagione: l'imbarazzo della scelta, la diversità dei valori espressi e, da parte nostra almeno, una conoscenza piuttosto epidermica di certi settori, ci inducono sempre, per abitudine o tradizione, a ripiegare su quelle che più delle altre occupano i posti di maggior richiamo. Parliamo quindi di calcio, perché a scomodar tutte le altre ci vorrebbe sicuramente più spazio e tempo.

Lo sportivo in pantofole, che ogni tanto si sposta a veder qualche partita o va saltuariamente ad Ambri o Lugano o in una qualche palestra per un incontro di pallacanestro, sa che la TV somministra tutta una serie di altre discipline che a poco a poco entrano d'autorità nella vasta antologia degli sport di competizione. Resta però il fatto che la tradizione impone una classifica di merito e di notorietà, che vede a rincorrersi il calcio, il ciclismo e il disco su ghiaccio: più in là le altre, interessanti e attese, ma meno vissute, discusse e sofferte.

Il calcio, ridotto talvolta ad apparizione mediocre e sbiadita, non più in grado per incapacità cronica di interessare ed emozionare come ai bei tempi, resta pur sempre al vertice dell'attenzione. La mediocrità sostanziale e non apparente che esso sottolinea arrischia sempre di relegarlo al rango di semplice comprimario, sconfitto da attività più vicine alle attese di pubblico e tifosi.

Questo calcio, da noi malridotto e quasi abbandonato, lancia talvolta acuti appassionanti e stimolanti, che ci ricompensano da settimane e mesi di memorabile povertà e astinenza. Bisogna certo passare il Gottardo per trovare qualcosa di degno e accettabile (con tutto il rispetto che nutriamo per il Ticino calcistico e per i sacrifici che esso sopporta). Mai come oggi – e non è probabilmente un caso – ci si appassiona per i risultati che Grasshoppers e Basilea ottengono in campo internazionale: fino a poco tempo fa l'attenzione era ben più tiepida, per una riconosciuta e quasi rassegnata inferiorità che le nostre compagini accusavano nei confronti di qualsiasi altra squadra. Ben vengano incontri di Coppa Uefa tra Grasshoppers e Torino: recuperiamo alcuni di quei punti che la nostra credibilità calcistica da troppo tempo ha gettato al vento vuoi per propria vocazione vuoi anche per incapacità congenita e allarmante supponenza a gestire con consapevole umiltà l'organizzazione del mondo della palla rotonda.

Le sequenze di Coppa Uefa, andata e ritorno, ci hanno fatto piacere, al di là del risultato di per sé estremamente confortante. Ci hanno in fondo detto che l'immagine della nazionale è falsa perché non rappresentativa dei veri valori calcistici. Siamo poveri e lo sappiamo, ma può esservi povertà dignitosa, seria e composta, e povertà ambigua, supponente e irritante. Sono i due piatti della classica bilancia sui quali si situano da una parte parecchie squadre di club che magari con pochi mezzi e tanta serietà fanno il loro mestiere, e dall'altra una rappresentativa nazionale improvvisata a livello dirigenziale prima ancora che sul piano operativo tecnico.

Se ci confrontiamo con altri paesi – e l'Italia torna a proposito non solo per le coppe europee – ci rendiamo conto dell'improvvisazione che ci caratterizza ormai da qualche anno e dal falso amor patrio che ispira le nostre prestazioni. Per certi giocatori far parte della nazionale non sembra ormai più, e forse da lunga pezza, un'aspirazione profondamente voluta e sofferta, né sembra essere motivo di particolare orgoglio: è forse più propriamente una necessità accettata o gradita a seconda dei casi o delle persone e nulla più. Si potrebbe qui aprire un lungo discorso su quello che non si fa per stimolare maggiormente un orgoglio che potrebbe essere una delle carte vincenti ancora in nostro possesso: usciremmo però troppo arbitrariamente dall'argomento che ci

siamo proposti all'inizio della nostra chiacchierata.

Il calcio di questi tempi diventa impresa ardua non solo per chi è protagonista o comparsa, ma per chi è coraggioso spettatore. Altre e più invitanti tentazioni ci tengono lontani dai campi verdi, meno dai teleschermi. La TV diventa in fondo il nostro alibi, in attesa che qualche squadra riscatti valori e imprese decadute e ci richiami a un più convincente entusiasmo.

La speranza, per tradizione patria, è sempre stata riposta nella squadra del cuore, vicina per geografia e passione, e in quella rossocrociata, immagine appassionante dei ricordi nostalgici di circa trent'anni fa. Oggi le cose sono leggermente cambiate. Vive ancora, seppur talvolta sfumata, la passione per la squadra di casa; si è annebbiato nella delusione prima e nell'indifferenza poi quel piacere e quell'orgoglio sportivo che accompagnavano le prestazioni della nostra massima rappresentativa. Gli «amici della nazionale» faticano a riemergere dall'anonimato incolpevole nel quale si sono trovati: qualche anno fa invece la loro presenza era segno tangibile, invitante, di un entusiasmo che toccava un po' tutti. Sarebbe bello, per ritornare al consuntivo d'inizio articolo, che tutto quanto di sbagliato e fuori luogo il calcio nazionale ha prodotto venisse meditato da chi di dovere: ci sarebbe forse allora la speranza di rivedere i rossocrociati giocare come serietà e impegno comandano. Nutriamo a tale proposito forti perplessità. Può darsi che i tempi cambino e che qualche fuoriclasse venga a soccorrere il nostro modesto convento. È il solito rincorrersi di speranze e illusioni, puntualmente smentito alla prima vera prova dei fatti. Ciononostante, cocciutamente, si vorrebbe che qualcosa cambiasse. Ma anche se arrivassimo a una presunta perfezione organizzativa del nostro massimo apparato calcistico, arriveremmo a produrre risultati migliori? È domanda, la nostra, che non sottintende risposta necessariamente negativa, ma che dà poco margine a facili illusioni. Certo, se ci ispiriamo a certe squadre di club, la risposta potrebbe essere diversa. Ma un Grasshoppers o un Basilea non fanno primavera.

Al di là di tutte le accuse giuste e motivate che possiamo muovere, resta il fatto che la nostra scuola calcistica, ammesso che esista, può allinearsi al livello di quelle mediocri e prive di tradizioni che ci hanno sconfitto non tanto tempo fa: non molto più in là deve andare la nostra presunzione. Se però già potessimo metterci a guidare il gruppetto di queste semisprovvedute, con i tempi che corrono sarebbe gran cosa. Il fatto è che da queste compagini arrischiamo di pigliarle in ogni occasione e circostanza, e allora vien da chiederci perché e come mai siamo caduti così in basso. La risposta non è sicuramente facile per nessuno.

Mutazione nella Commissione federale di ginnastica e sport

Kaspar Wolf

La Commissione federale di ginnastica e sport (CFGFS), organo specialistico della Confederazione per i problemi ginnico-sportivi, autorità di sorveglianza dell'educazione fisica scolastica, di Gioventù + Sport e della SFGS di Macolin, ha chiuso con la fine dell'anno un ulteriore periodo di gestione, estesosi dal 1977 al 1980. Come sempre avviene in questi casi, vi è stato in pari tempo un avvicendamento di persone, alcune per età o altri motivi si dimettono, altre subentrano.

Della commissione plenaria che conta 21 membri, cinque hanno abbandonato l'incarico. Sono persone che per molti anni hanno fornito un sostanziale contributo nella promozione della ginnastica e dello sport nell'ottica federale. Si tratta di tre rappresentanti dell'educazione fisica scolastica Paul Curdy, Hans Futter e Heidi Haussener, del rappresentante della formazione degli insegnanti d'educazione fisica Heini Herter e dell'esponente dello sport accademico dott. Carl Schneider.

Nel corso di una breve cerimonia essi sono stati ringraziati per i servizi resi dal consigliere federale G.-A. Chevallaz e dal presidente della CFGFS Hans Möhr.

Il competente dipartimento federale ha proceduto alla sostituzione dei dimissionari nominando Regula Weber e Hansueli Grütter per il settore dell'educazione fisica scolastica, Urs Freudiger per lo sport accademico e Heinz Keller quale rappresentante della formazione d'insegnanti d'educazione fisica. Un seggio della CFGFS rimane vacante.

Ci sono state mutazioni anche nelle sette commissioni di esperti della CFGFS, come lo si potrà constatare dall'elencazione che segue.

A tutti i neo-eletti, la Scuola dello sport di Macolin presenta le sue congratulazioni e si augura una buona collaborazione.



Paul Curdy

Ispettore di ginnastica del canton Vallese. Dal 1961 membro dell'allora sotto-commissione della CFGFS per l'educazione fisica scolastica, dal 1969 membro della stessa CFGFS, dal 1973 presidente della commissione di esperti per l'educazione fisica scolastica. Sempre gentile, ma di una tipica tenacità vallesana nelle trattative. Ha raccolto grandi meriti nello sviluppo dell'educazione fisica scolastica in Svizzera.



Heini Herter

Insegnante a Uster. Dal 1965 membro della CFGFS, dal 1969 presidente della commissione di esperti per la formazione di insegnanti d'educazione fisica. Quale grande alpinista la pace in persona, ciò che ha avuto il suo effetto nei roventi dibattiti. Grandi meriti nella (difficile) coordinazione della formazione di insegnanti d'educazione fisica svizzeri.



Hans Futter

Rettore della scuola magistrale di Zurigo. Dal 1969 nella commissione di esperti per la forma-

zione di insegnanti d'educazione fisica, dal 1973 membro della CFGFS. Uno specialista, preciso e ponderato. Meriti particolari nella formazione ginnico-sportiva degli studenti della magistrale.



dott. Carl Schneider

Fino a poco tempo fa insegnante universitario d'educazione fisica a Zurigo. Dal 1973 membro della CFGFS e membro della commissione di esperti per la ricerca scientifico-sportiva. Grande pioniere dello sport accademico svizzero, brillante in vari settori, oggi ancora un eccellente fondista (a quasi 70 anni!).



Heidi Haussener

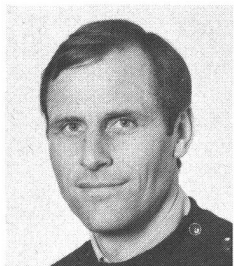
Insegnante d'educazione fisica a Basilea. Da poco però esperta in viticoltura a St-Blaise. Dal 1973 membro della CFGFS e vice-presidente della commissione di esperti per l'educazione fisica scolastica. La coscienza femminile della CFGFS, una specialista con «charme», coraggio e chiarezza di pensiero.



Hansueli Grütter

Insegnante d'educazione fisica a Lyss. Nuovo

membro della CFGS quale rappresentante della presidenza dell'Associazione svizzera per lo sport nella scuola. Nuovo membro della commissione di esperti per l'educazione fisica scolastica.



Heinz Keller

Direttore della formazione d'insegnanti d'educazione fisica del politecnico di Zurigo. Nuovo membro della CFGS quale rappresentante dell'educazione fisica scolastica, nuovo membro della commissione di esperti per la formazione d'insegnanti d'educazione fisica.



Regula Weber

Insegnante di ginnastica e sport a Dietlikon. Nuovo membro della CFGS quale rappresentante dell'educazione fisica scolastica, nuovo membro della commissione di esperti per la formazione d'insegnanti d'educazione fisica.



Urs Freudiger

Direttore dello sport universitario a Zurigo. Nuovo membro della CFGS quale rappresentante dello sport universitario elvetico.

Composizione della Commissione federale di ginnastica e sport e delle Commissioni di esperti per il periodo 1981/84

Commissione plenaria

Hans Möhr, Coira, presidente; dott. Léon E. Straessle, San Gallo, vice-presidente; consigliere di stato Bernhard Stamm, Sciaffusa; consigliere di stato e consigliere nazionale François Jeanneret, Neuchâtel; direttore ASS Ferdinand Imesch, Berna; Doris Buderer, Basilea; presidente ASS Karl Glatthard, Berna; Albert Bründler, Lucerna; Raymond Bron, Losanna; Hansueli Grütter, Lyss; Heinz Keller, Zurigo; Regula Weber, Dietlikon; PD dott. Fritz Pieth, Basilea; Urs Freudiger, Zurigo; Fridel Mayer, Liestal; Fidel Linder, Bienne; Arnold Gautschi, Lucerna; Walter Lutz, Zurigo; dott. Ulrich Frey, Berna; Oscar Pelli, Bellinzona; 1 seggio vacante.

Commissioni di esperti

Commissione d'esperti per la ginnastica e lo sport nella scuola

Dimissioni

Paul Curdy, Sion; Heidi Haussener, St-Blaise; Heinz Keller, Zurigo; Walter Stäger, Langnau i.E.

Periodo amministrativo 1981/84

Raymond Bron, Cugy VD, presidente; Jakob Biber, Sciaffusa; Kurt Rüdüsühli, Münchenbuchsee; Wolfgang Weiss, Macolin; Hansueli Grütter, Lyss, nuovo; Marco Bagutti, Massagno, nuovo; Elisabeth Angele, Horgen, nuova.

Commissione d'esperti per la formazione dei maestri di ginnastica e sport

Dimissioni

Heini Herter, Uster; Jean Brechbühl, Ginevra; Edwin Burger, Aarau; Hans Futter, Zurigo; Hans Rügsegger, Macolin.

Periodo amministrativo 1981/84

Fridel Mayer, Liestal, presidente, nuovo; PD dott. Fritz Pieth, Basilea; Jean-Claude Gilliéron, Losanna; Gérald Haury, Ginevra; Ernstpeter Huber, Langenthal; Heinz Keller, Zurigo; Jean-Pierre Salamin, Veyras; prof. dott. Ernst Strupler, Berna; Jean-Pierre Eberlé, Ginevra, nuovo; Ferdinand Firmin, Interlaken, nuovo; Regula Weber, Dietlikon, nuova. 1 seggio vacante.

Commissione d'esperti per Gioventù + Sport

Dimissioni

André Bozon, Losanna; André Juilland, Sion; Oswald Müller, Wangen b. Olten.

Periodo amministrativo 1981/84

Arnold Gautschi, Lucerna, presidente; Oscar Pelli, Bellinzona; Stefan Bühler, Coira; dott. Susi Demmerle, Sciaffusa; Martin Friedli, Riedern; sr. Elburg Riz, Ingebohl; Jules Zehnder, Svitto; dott. Walter Zimmermann, Macolin; Bernard Lecoultre, Neuchâtel, nuovo; Hans Stäheli, Thalwil, nuovo. 1 seggio vacante.

Commissione d'esperti per le federazioni ginnico-sportive

Dimissioni

Roland Hofer, Erlenbach ZH.

Periodo amministrativo 1981/84

dott. Léon E. Straessle, San Gallo, presidente; Bernhard Schneider, Berna; Urs Baumgartner, Macolin; Doris Buderer, Basilea; Ernst Deck, Uster; Franz Schmid, Brugg; Marcel Büttikofer, Kirchberg BE, nuovo. 2 seggi vacanti.

Commissione d'esperti per gli impianti sportivi

Periodo amministrativo 1981/84

Albert Bründler, Lucerna, presidente; Willy Mischler, Neuchâtel; Jaques Lienhard, Losanna; Marco Bagutti, Massagno; Urs Baumgartner, Macolin; Hans-Rudolf Burgherr, Lenzburg; Werner Hamm, Berna; Ferdinand Imesch, Berna; Martin Keller, Sciaffusa; dott. Otto Pfändler, Boppelsen, nuovo.

Commissione d'esperti per la ricerca scientifico-sportiva

Dimissioni

Yves-Alain Brechbühler, Neuchâtel; prof. dott. Henri Carnal, Berna; prof. dott. Michel Jaeger, Losanna.

Periodo amministrativo 1981/84

dott. Ulrich Frey, Berna, presidente; prof. dott. Olivier Jeanneret, Ginevra; prof. dott. Werner Meyer, Basilea; prof. dott. Hugo Aebi, Berna; prof. Michel Del Pedro, Losanna; prof. dott. Pierre Haab, Frigoglio; dott. Hans Howald, Macolin; prof. dott. Hans Hugli, Zurigo; prof. dott. Claude Kaspar, San Gallo; PD dott. Fritz Pieth, Basilea; dott. Carl Schneider, Zurigo; prof. dott. Konrad Widmer, Wallisellen; Hugues Feuz, Neuchâtel, nuovo; PD dott. Hans-Ulrich Debrunner, Berna, nuovo; PD dott. Michel-Pierre Glauser, Losanna, nuovo.

Commissione d'esperti per la ginnastica e lo sport nelle scuole professionali

Dimissioni

Raymond Bron, Cugy VD.

Periodo amministrativo 1981/84

PD dott. Fritz Pieth, Basilea, presidente; Bernhard Stamm, Sciaffusa; Hans Bratschi, Burgdorf; dott. Hans Chresta, Zurigo; Ernst Banzer, Macolin; dott. Rudolf Natsch, Berna; André Pasche, Le Lignon; Christian Thierstein, Interlaken-Matten; Fridel Mayer, Liestal. 1 seggio vacante.

Corso di perfezionamento per l'insegnamento dello sport nelle scuole professionali 1981

- Tema:** «Allenamento della condizione fisica e dei giochi»
- Scopi:**
- migliorare le capacità personali per insegnare la disciplina «allenamento della condizione fisica e dei giochi»
 - elaborare nuove forme e scambio di esperienze
 - scoprire e vivere altri aspetti dell'insegnamento dello sport
- Data:** 6-10 aprile 1981
- Luogo:** La Tour-de-Peilz/VD (Centre du CESSEV Burier)
- Direzione:** Scuola federale di ginnastica e sport
- Osservazione:** - questo corso è previsto in particolare per i maestri di scuola professionale autorizzati a insegnare lo sport agli apprendisti
- maestri specializzati in educazione fisica in possesso di un diploma federale sono ugualmente ammessi a questo corso
 - il numero di partecipanti è limitato a 30
- Iscrizione:** con il modulo ufficiale delle scuole professionali tramite l'Ufficio per la formazione professionale del proprio cantone
- Termine:** giovedì, 5 marzo 1981

Delegazioni

Delegato per la Scuola federale di ginnastica e sport

Hans Möhr, Coira

Comitato finanze SFGS

Karl Glatthard
Albert Bründler, Lucerna, nuovo
Arnold Gautschi, Lucerna, nuovo

Commissione federale della gioventù

Raymond Bron, Cugy VD

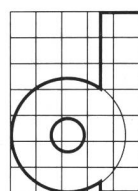
Commissione federale di coordinamento per la presenza svizzera all'estero

Ferdinand Imesch, Berna
Raymond Bron, Cugy VD, supplente

Consiglio di fondazione del Museo svizzero dello sport

Fridel Mayer, Liestal, nuovo

DIDACTA 81 - internazionale e rappresentativa



18.
DIDACTA

EURODIDAC

La 18a Fiera internazionale del materiale didattico, la DIDACTA 81, è il più importante punto d'incontro mondiale per tutti coloro che sono in cerca di informazioni e di offerte nel settore dell'inse-

gnamento e dell'apprendimento. È stato questo il risultato chiaro di due conferenze stampa preliminari a Basilea e a Ginevra. Dal 24 al 28 marzo 1981 si presenterà nei padiglioni della Fiera Campionaria Svizzera a Basilea, strutturata per gruppi, la gamma completa dell'attuale offerta di materiale didattico a un vasto pubblico specializzato proveniente dal mondo intero. Circa 600 espositori di 25 paesi si sono iscritti finora per una superficie netta di stand di ca. 20 000 m². Così Basilea diventerà per cinque giorni la scuola più grande ed internazionale del mondo, un luogo d'insegnamento, d'apprendimento, d'incontro, di discussione e di ritrovo.

Lo scopo della DIDACTA è quello di

- creare le condizioni per un contatto ottimale fra utenti del materiale didattico, produttori di materiale didattico e commercianti
- di attirare in modo attuale l'attenzione sugli argomenti «scuola» e «formazione»
- di offrire ai visitatori e agli espositori la possibilità per un incontro professionale a tutti i livelli e di offrire una panoramica rappresentativa dell'offerta mondiale.

Si attendono quali visitatori della DIDACTA:

- pedagoghi delle scuole preliminari e degli asili per l'infanzia
- docenti di tutti i generi e livelli delle scuole pubbliche e private
- presidi, amministratori del materiale didattico
- direttori e rettori
- direttori della pubblica istruzione, politici responsabili di questioni dell'educazione e autorità
- specialisti dell'istruzione provenienti dall'industria, dal commercio e dall'economia (istruttori interni per la formazione del personale, per la promozione, la tecnica e i servizi)
- esperti di organizzazioni internazionali e di paesi in via di sviluppo
- pedagoghi dell'insegnamento differenziale, sociologi
- dirigenti e collaboratori della radio e della televisione, di biblioteche e servizi film e audiovisivi
- scolari, studenti, apprendisti provenienti da scuole professionali, speciali, magistrali, ecc.
- proprietari e specialisti del commercio di materiale didattico
- specialisti dell'edilizia scolastica

In breve: Chi s'interessa delle questioni dell'istruzione in senso lato non deve mancare la DIDACTA 81.

Diverse mostre speciali e una serie di manifestazioni collaterali su argomenti attuali completeranno il quadro della DIDACTA 81 che trasmetterà di sicuro molte idee nuove e spunti per una strutturazione efficiente e attuale dell'insegnamento.

Veder bene per sciare meglio e con maggior sicurezza

Gli incidenti nello sport dello sci sono spesso da attribuirsi ad una cattiva vista. Dei preparativi per la stagione sciistica fanno parte perciò, oltre all'allenamento per mettersi in forma e al controllo degli attacchi di sicurezza, un esame della vista e la scelta di un'adeguata protezione degli occhi dal turbinio della neve e dall'elevata intensità della luce in montagna.

La stagione degli sport invernali attira di nuovo sulle piste decine di migliaia di appassionati sportivi dello sci. Per una elementare preparazione alla stagione sciistica lo sciatore deve compiere un graduale allenamento per mettersi in forma e far controllare gli attacchi degli sci. Con queste preventive misure precauzionali si può già ridurre notevolmente il rischio di un infortunio sugli sci. Ma che queste soltanto non siano del tutto sufficienti lo si deduce dai consigli dati agli sciatori dal Centro Informativo per una vista migliore.

«Pardon – non ho visto bene»

La campagna «La vista nel traffico» ha fatto rilevare che un automobilista su nove vede troppo poco. Se si confrontano gli incidenti su strada e quelli sulle piste da sci si riscontrano degli interessanti paralleli. Anche molti incidenti sugli sci – collisioni o gravi cadute – sono egualmente da attribuirsi ad una vista insufficiente. «Ho visto troppo tardi» o «Non ho visto bene» sono le espressioni addotte a giustificazione in caso di collisioni; e che spesso contengono la vera causa dell'infortunio. Molti sciatori non sanno di avere effettivamente una vista insufficiente.

Non è possibile difatti giudicare da sé la propria vista, perché non si ha la possibilità di fare un confronto con quella di una ottima capacità visiva. E «cattivo veggente» è non solo chi non porta gli occhiali, ma anche chi porta delle lenti, che da molto tempo non sono più appropriate alle condizioni dei suoi occhi. Un giudizio esatto sulla propria facoltà visiva viene dato soltanto da un breve controllo della vista da parte dell'oculista o dell'ottico. Questo controllo dura solo pochi minuti ed indica se si può andare in buona coscienza sulle piste da sci, senza pericolo per sé e per gli altri.

Una buona vista aumenta il piacere dello sport e influisce positivamente sullo stile di guida, perché fa riconoscere preventivamente gli ostacoli e le scabrosità della pista.



Protezione dalla neve e dal sole

Importante è anche la protezione degli occhi dalle influenze del clima e dall'irradiazione del sole in montagna. In caso di turbini di neve e di pioggia si serrano entrambi gli occhi e con questo le condizioni della vista non diventano certamente migliori. Gli occhiali per la neve proteggono gli occhi e consentono una vista chiara. Per chi porta già le lenti ci sono degli occhiali da sci di particolari dimensioni, che si possono applicare direttamente sulle altre. Un'altra possibilità è quella di far montare dallo specialista le lenti di correzione su speciali occhiali da sci.

In alta montagna occorre assolutamente la protezione contro i dannosi raggi ultravioletti, che possono provocare congiuntiviti o addirittura l'accecamento per i riflessi della neve. Gli occhiali protettivi devono essere di alto valore. Solo l'ottico può garantire la loro irreprensibile qualità. L'intensità della luce estremamente elevata in alta montagna richiede una tonalità sufficientemente scura delle lenti ed eventualmente una montatura con protezione laterale. Lo specialista del ramo è in grado di offrire ad ogni sciatore gli occhiali di protezione e da sole appropriati alle sue esigenze.



Centro sportivo nazionale della gioventù 6598 Tenero

il luogo ideale sulle sponde del Lago Maggiore per campi di sport, d'allenamento e d'escursioni, dotato di vasti impianti all'aperto e della palestra Sarna

- Alloggio:** in camere o in tenda (tende permanenti o proprie)
- Vitto:**
- refettorio
 - campeggio: dalla cucina del Centro oppure preparazione in proprio nella moderna cucina del campeggio
 - cucine da campo coperte
- Prezzo:** camera e pensione completa Fr. 110.– per persona la settimana campeggio da Fr. 15.– a 18.– per persona la settimana senza vitto
- Apertura:** da marzo a ottobre (durata minima dei corsi: 4 giorni)
- Informazioni e prenotazioni:** Centro sportivo nazionale della gioventù, 6598 Tenero, tel. 093 671955