

<b>Zeitschrift:</b>	Macolin : mensile della Scuola federale dello sport di Macolin e di Gioventù + Sport
<b>Herausgeber:</b>	Scuola federale dello sport di Macolin
<b>Band:</b>	43 (1986)
<b>Heft:</b>	10
<b>Artikel:</b>	Pareti d'arrampicata e costruzione di palestre
<b>Autor:</b>	Fleischmann, Theo
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-1000226">https://doi.org/10.5169/seals-1000226</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:** 13.01.2026

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



## Pareti d'arrampicata e costruzione di palestre

di Theo Fleischman, servizio impianti sportivi, SFGS



Alla base di ogni progettazione v'è una seria indagine relativa alle necessità. Solo chi localizza a tempo i propri desideri ha la possibilità di una realizzazione soddisfacente. Questa affermazione vale anche — e soprattutto — per le pareti d'arrampicata. Cose annunciate a metà o allo stadio grezzo, possono risultare, nel migliore dei casi, realizzate pure a metà. Anche il montaggio di possibilità d'arrampicata su pareti già esistenti, potrà solo parzialmente fornire soddisfazione.

L'arrampicata sportiva esige, come in tutti gli altri sport, un allenamento sull'arco di tutto l'anno e, se possibile, nelle vicinanze del luogo di domicilio. Dev'essere pure possibilmente specifico alla disciplina sportiva. E qui si pone il problema di pareti d'arrampicata all'aperto o in palestra. L'allenamento non dovrebbe forse svolgersi il più vicino possibile alla realtà? Nel nostro caso, a confronto con il vento e le condizioni meteorologiche?

La collocazione dev'essere coordinata con le necessità di altre discipline sportive. Se una parete liscia può risultare a qualcuno inutile, inutilizzabile, ad altri può essere un importante attrezzo per il perfezionamento di giochi con la palla. Spalliere, pertiche, finestre, porte già occupano parecchio spazio e le superfici per i giochi di palla sono, nella maggior parte dei casi, alquanto ridotti.

Sporgenze e cavità delle pareti d'arrampicata le rendono inutilizzabili per i giochi di palla. Attualmente si viola con molta facilità il principio della parete liscia. Ne risultano pericoli.

Siamo allora in un vicolo cieco? Non esiste possibilità di accordare necessità e offerta?

Sicuro! Cerchiamo il confronto con vento e condizioni meteorologiche, allora è semplice: muri di sostegno e facciate, previa consulenza specialistica, possono benissimo servire allo scopo. La sporgenza del tetto, un balcone o qualcos'altro creato artificialmente, può servire da protezione contro la pioggia.

Si preferisce l'allenamento al coperto? Dappertutto ci sono possibilità, soprattutto superfici verticali inutilizzate possono essere trasformate in pareti d'arrampicata sportiva. Vani d'entrata, di scale e gallerie sono i più attrattivi, ma non sono i soli. Contrariamente a opinione diffusa, le pareti d'arrampicata non devono essere alte. Lo spostamento orizzontale può essere altrettanto difficile di quello in verticale.

Si è deciso per la costruzione: ciò ha un effetto decisivo sulla scelta del materiale e — dato che si sceglie soprattutto cemento — una conseguenza anche sul concetto statico e fisico. Crepe, camini, passaggi e altro riescono meglio e «più naturali» se realizzati con il cemento.

Con la lavorazione e gli stampi si ottiene la struttura desiderata. Il cemento è inoltre il materiale ideale per collocare più tardi ulteriori possibilità di presa.

Anche la sicurezza di una parete d'arrampicata dev'essere progettata:

- devono essere evitati, o completati con protezioni, camini e grosse sporgenze fino all'altezza di almeno 2,50m
- devono essere create sufficienti e stabili possibilità di agganciare la corda di sicurezza. Hanno dato buoni risultati i binari «C» con ganci mobili a «presa di gatto»
- per l'arrampicata libera senza assicurazione, il settore viene delimitato con una linea ben visibile a circa 3m d'altezza.

Abbiamo quindi i presupposti di base per un'attività sicura. Il resto dipende dal grado di formazione, dall'informazione, dalla sorveglianza, ma anche dalla disciplina, prudenza e dalle conoscenze delle proprie capacità da parte degli utenti delle pareti d'arrampicata.



### **Materiali di costruzione**

Materiale	Vantaggi	Svantaggi
Legno	<ul style="list-style-type: none"> <li>- leggero</li> <li>- buon mercato</li> <li>- di facile lavorazione</li> <li>- trattato con la magnesia, di lungo utilizzo</li> <li>- buona manipolazione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- sempre applicato alla parete</li> <li>- su pareti esistenti, subito difficile da scalare (verticale)</li> </ul>
Cemento	<ul style="list-style-type: none"> <li>- in fase di progettazione, tener ben conto dei desideri</li> <li>- simile alla roccia, forme illimitate</li> <li>- buona solidità (anche per bulloni e ganci)</li> <li>- possibilità d'inserire ganci a morsetto</li> <li>- possibilità di completare ulteriormente</li> <li>- con magnesia, utilizzo molto lungo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- relativamente costoso</li> <li>- molto pesante (statica)</li> <li>- adatto solo per nuove costruzioni o rinnovi importanti</li> </ul>
Materie artificiali	<ul style="list-style-type: none"> <li>- molto leggero</li> <li>- buona manipolazione (sostituzione di elementi)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- relativamente costoso</li> <li>- nessun morsetto</li> <li>- nessuna esperienza</li> </ul>
Muri	<ul style="list-style-type: none"> <li>- semplici</li> <li>- possibilità di collocare morsetti</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- invariabili</li> <li>- molto pesante (statica)</li> </ul>
Pietra naturale	<ul style="list-style-type: none"> <li>- semplici</li> <li>- possibilità di collocare morsetti</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- senza magnesia, si logora velocemente</li> <li>- molto pesante (statica)</li> <li>- relativamente costosa</li> </ul>

secondo U. Gebauer