

**Zeitschrift:** Macolin : mensile della Scuola federale dello sport di Macolin e di Gioventù + Sport

**Herausgeber:** Scuola federale dello sport di Macolin

**Band:** 44 (1987)

**Heft:** 9

**Artikel:** Lo sport universitario : l'esempio di Berna

**Autor:** Holzer, Fritz

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1000087>

#### **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>**



## Lo sport universitario - l'esempio di Berna

di Fritz Holzer, direttore dello sport universitario all'Università di Berna

### Più di 100 000 ore all'anno

Nel semestre invernale 1986/87 erano stati iscritti all'Università di Berna 8929 studenti e studentesse che hanno approfittato bene delle possibilità d'attività sportive offerte. Circa 50% degli studenti hanno partecipato, in diversi modi — e sulla base dell'assoluta volontarietà — allo sport universitario, raggiungendo un totale di 100 000 lezioni (corsi e allenamenti).

### Impianti sportivi ideali

Gli impianti sportivi si situano vicino all'Università, in un posto ideale, raggiungibile rapidamente sia a piedi, con i mezzi pubblici di trasporto o con i propri mezzi di locomozione (preferibilmente la bicicletta).

Formano un piccolo idillio, ai margini della foresta del Bremgarten e di altri impianti sportivi nelle vicinanze. Gli studenti vi trovano quasi tutto quello che vogliono: palestre per allenamenti sport e giochi, una sala di muscolazione, una sala ultra-moderna di scherma, un piccolo locale di tiro, un Dojo, sauna, campi di gioco, piste atletiche e un percorso nella foresta per podisti. Per il recupero dopo l'allenamento, una piccola mensa all'interno del complesso principale invita al riposo e allo scambio di idee.

Lo sport non deve svolgersi tra pareti fredde di palestre, ha il compito di creare un'atmosfera che invita a tornarci. A questo proposito la sauna e il ristorantino svolgono una funzione importantissima. Da campo d'attività sportiva, lo sport universitario diventa luogo d'incontro.

### Sport universitario e tradizione

Lo sport degli studenti a Berna ha una lunga tradizione che risale perfino ai tempi precedenti la fondazione dell'università nel 1834. Eccone alcune tappe:

#### 1804

Il piccolo Consiglio dello Stato di Berna decide di offrire agli studenti dell'Accademia — precursore dell'Università — lezioni serali volontarie di scherma, danza, nuoto, ippica e di esercizi militari. Alcuni anni più tardi il noto pedagogo di ginnastica Phokion Heinrich Clas viene nominato come dirigente responsabile di questi corsi;

#### 1816

Gli studenti dell'Accademia che praticano la ginnastica si riuniscono nella prima società ginnastica svizzera (chiamata «Väterlandische Turngemeinde»);

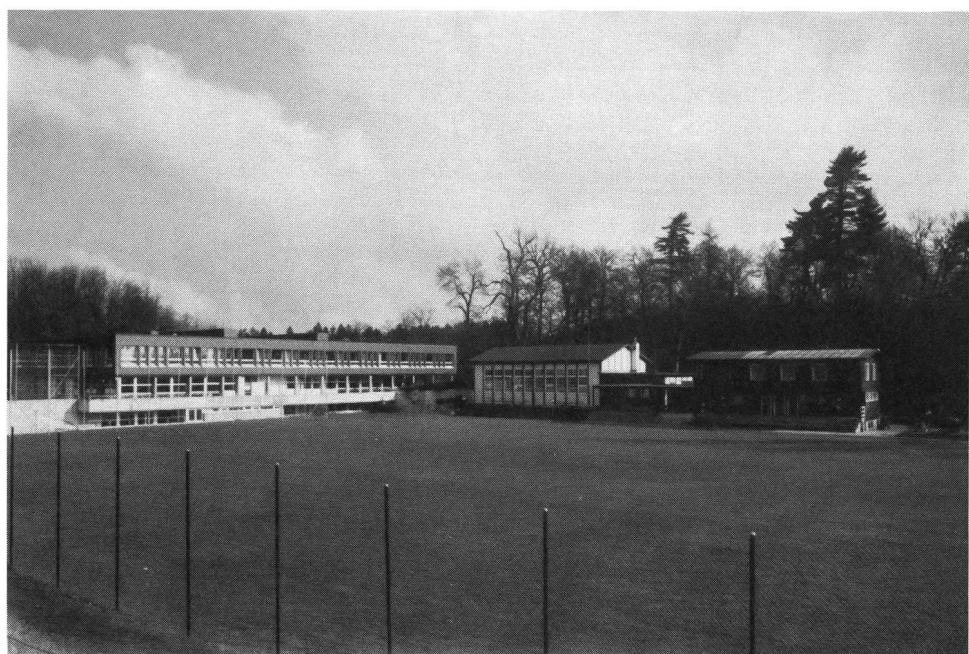
#### 1819

Da questa società sono emersi i pionieri che fondano le società ginniche di Basilea e Zurigo;

#### 1832

Nasce ad Aarau — anche grazie ai membri delle tre società ginniche studentesche — l'Associazione Svizzera di Ginnastica.

Agli inizi anche non-studenti, i cosiddetti «filistri», possono entrare nella società ginnica studentesca. In occasione della sua dissoluzione momentanea, questi fondano una propria società borghese di ginnastica, precursore del STB (Società ginnastica della città di Berna).



L'accogliente centro sportivo nei pressi di Bremgarten.

## Lo sport soppianta la ginnastica

La ginnastica come venne praticata all'Università di Berna nel secolo scorso, riflette bene la situazione della società: combattiva e patriottica com'è, tende a educare corpo e anima in pari modo. Proprio come lo voleva anche P. H. Clas, il suo primo direttore.

Verso la fine del secolo si fanno sentire delle voci che protestano perché secondo la loro opinione le attività ginnastiche si riducono sempre più alla scherma.

### 1896

Dopo i primi Giochi Olimpici dei tempi moderni ad Atene, il momento del cambiamento è arrivato: giochi e atletica leggera prendono il posto della ginnastica.

Per questa ragione, ex-ginnasiali fondano nel 1910 la società di ginnastica di Berna (GGB);

### 1914

Si ha per la prima volta una specie di «Giochi olimpici accademici» (campionati svizzeri universitari), organizzati a Berna.

## Problemi di spazio e di personale e la loro soluzione

### 1920

Il senato crea una commissione sportiva accademica, che ha un grande ruolo nella fondazione dell'ASTV (Federazione accademica di sport e ginnastica). Le 3 richieste dell'ASTV: un campo sportivo, un maestro di sport e ore libere per la pratica sportiva durante i corsi normali;

### 1931

La direzione cantonale dell'educazione accorda un credito per un maestro di sport responsabile dello sport universitario;

### 1945

Lo Stato di Berna assume un contratto di affitto per un campo sportivo per lo sport universitario, il «Riedsternplatz»;

### 1946

Inaugurazione della prima palestra (10m x 18m). Nello stesso anno viene impiegato con il Dr. Ernst Sixer quale primo maestro di sport universitario a tempo pieno;

### 1965

Un'altra palestra viene inaugurata;

### 1982

La costruzione del complesso sportivo universitario viene terminata.

## Un gran numero di monitori

Con i nuovi impianti lo sport universitario ha conosciuto un boom enorme. Per organizzare in modo ottimale lo svolgi-



Nella palestra trovano posto da 100 a 300 partecipanti.

mento dell'attività sportiva, l'Istituto conta oggi 1 dirigente, 3 maestri di sport universitario a tempo pieno, 1 maestra di sport e ca. 100 monitori di corsi e allenamenti.

Una commissione accademica sportiva (ASK) si occupa dell'organizzazione delle competizioni, come per esempio campionati universitari di Berna che riscuotono un grande interesse da parte degli studenti.

## Numerosi scopi

Lo sport universitario vuole raggiungere svariati scopi che si spiegano, da un canto, con la lunga tradizione, e dall'altro con le esigenze che studenti e studentesse hanno verso l'attività sportiva.

## Fitness

Nel secolo scorso l'attività sportiva degli studenti si è orientata a un'idea di combattimento per la patria, trasformatisi negli anni quaranta in spirito di difesa, che ha richiesto dagli studenti il miglioramento della condizione fisica. Ancora oggi questa idea di miglioramento della condizione fisica si manifesta nel movimento fitness. Il programma sportivo universitario offre ogni giorno almeno un allenamento di condizione fisica. Il numero di partecipanti che va fino a 200 o perfino 300 studenti e studentesse conferma il grande interesse che questo tipo d'allenamento suscita.

## Compensazione agli studi

Negli ultimi anni gli studi sono stati sempre più regolamentati e normalizzati. I piani di studio sono più impegnativi, i posti di studio sono limitati e il mercato del lavoro non offre più le possibilità di una volta. Più la pressione au-

menta, più gli studenti hanno bisogno di un'attività di compensazione. Lo sport universitario offre molte possibilità di svago. Soprattutto durante gli esami, gli studenti frequentano spesso gli impianti sportivi per liberarsi dalle pressioni.

## Lo sport universitario come luogo d'incontro

Nessun altro luogo e nessun'altra organizzazione dell'Università si prestano quanto lo sport universitario a raccapriccire i diversi gruppi che esistono all'interno dell'Università. Così si stabiliscono rapporti tra studenti e docenti, impiegati, attivi, accademici, sportivi di punta e del tempo libero, tra persone di diversissime opinioni politiche e di diverse regioni e paesi.

L'idea d'«incontro» è stata realizzata anche nel concetto degli impianti sportivi. Il bar, la sauna e altri luoghi servono proprio a questo: facilitare l'incontro di personalità di tutti i tipi.

## Lo sport per tutta la vita

Oggi sono generalmente noti gli effetti positivi dello sport praticato durante tutta la vita sia sul corpo che sullo spirito.

Lo sport universitario ha funzione di ponte. Spesso si perde il contatto con la ginnastica e lo sport quando si termina l'obbligo scolastico. È difficile stabilire più tardi il contatto con una società sportiva, ancora più difficile praticare uno sport.

Qui lo sport universitario colma una lacuna. Offre al nuovo studente interessanti possibilità d'attività sportive e crea rapporti e contatti con diverse discipline e società sportive.

Sono particolarmente idonee la pallavolo, l'allenamento della condizione fisica, la ginnastica e il podismo.



Ritratto dei vincitori svizzeri del tradizionale torneo di scherma del club accademico di Berna.

## Promozione dell'allenamento individuale

L'allenamento individuale è un elemento molto importante in vista dell'attività sportiva per tutta la vita. Naturalmente è un grande piacere avere 300 partecipanti in un corso di condizione fisica. Ma è ancora meglio se questi sportivi si allenano individualmente, per esempio, nella sala muscolazione o nella foresta del Bremgarten.

Lo sport universitario incoraggia l'attività sportiva individuale, offrendo possibilità di allenamenti personali durante tutto il giorno. A Berna, il podismo nella foresta e la muscolazione sono particolarmente popolari tra gli studenti.

## Varietà d'offerta

Il programma sportivo contiene più di 40 discipline. Lo scopo principale dello sport universitario è quello di offrire a ogni studente la possibilità di praticare uno sport secondo le sue inclinazioni e di promuovere le cosiddette discipline marginali. Tra queste discipline poco conosciute, che hanno fatto parte del programma sportivo all'Università di Berna negli ultimi anni, figurano:

- T'ai Chi
- tiro con l'arco
- tiro al piattello
- rugby
- Kendo
- volo a vela

## Le competizioni

Molti studenti sono nello stesso tempo membri di società sportive bernesi

dove si allenano intensamente. Lo sport universitario non ha la minima intenzione di fare concorrenza a questi club. Offre invece ottime possibilità di preparazione atletica.

All'interno dello sport universitario vengono organizzati dei campionati, sia a livello delle singole Università (per esempio il Campionato dell'università di Berna) sia a livello nazionale (campionati universitari svizzeri). A Berna sono soprattutto i campionati di sci, a Meiringen/Hasliberg, che contano ogni anno un numero elevato di concorrenti.

Vengono organizzate anche competizioni con altre Università svizzere o estere. Ogni due anni si svolgono inoltre le Universiadi — i Campionati del mondo per studenti — analogamente ai Giochi Olimpici con discipline invernali ed estive. Possono partecipare alle Universiadi studenti immatricolati in un'Università che hanno tra 18 e 28 anni. I partecipanti contribuiscono alle spese di viaggio. La Federazione svizzera dello Sport Accademico (FSSA) è responsabile per le selezioni.

Le Universiadi non servono solo alla competizione, al confronto delle prestazioni sportive, ma all'incontro tra studenti di diverse Università e paesi di tutto il mondo.

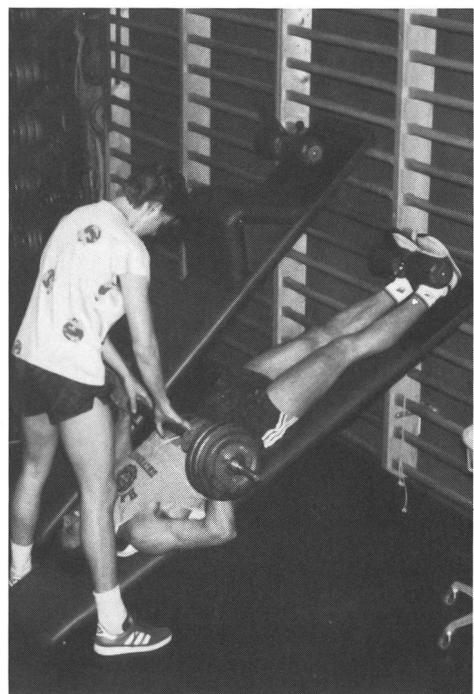
## Club universitari e associazioni di studenti

Lo sport universitario dell'Università di Berna è membro, tramite la Commissione accademica sportiva (ASK), della Federazione Svizzera dello Sport Accademico (FSSA). Con più di 70 000 membri, la FSSA è una delle più impor-

tanti federazioni in seno all'Associazione Svizzera dello Sport (ASS).

A livello internazionale, la FSSA è membro della Federazione Internazionale dello Sport Universitario (FISU) con circa 90 nazioni affiliate.

La FISU è frutto della fusione di due federazioni sportive studentesche dei paesi dell'Est e dei paesi dell'Ovest, avvenuta nel 1956. Il bernese Rudolf Bossard, vice-presidente della FISU, è stato, con i rappresentanti della Cecoslovacchia e della Francia, una delle forze motrici dell'unione. Da quando esiste, la FISU è neutrale e, contrariamente a molte federazioni internazionali, non ha conosciuto finora — e speriamo che resterà così anche nel futuro — il problema del boicottaggio.



Introduzione ai corsi di muscolazione in vista di un allenamento individuale.

## Sguardo al futuro

Oggigiorno, circa il 50% degli studenti partecipa attivamente allo sport universitario. Altri 20% praticano il loro sport preferito al di fuori della nostra organizzazione. Circa il 10% non ha interessi marcatamente sportivi. Rimane il 20% che potrebbe eventualmente essere motivato a praticare dello sport.

Dal 1978 il numero di partecipanti allo sport universitario di Berna si è moltiplicato per tre. Naturalmente non si può sperare in un simile aumento anche nel futuro. Scopo principale deve perciò essere l'ottimizzazione del programma sportivo offerto e il miglioramento qualitativo degli allenamenti. Per quanto riguarda lo sport universitario dell'Università di Berna, le previsioni per il futuro, dopo quasi duecento anni d'attività nell'interesse dello sport, sono più che ottimistiche. □