

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

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

**Band:** 45 (1988)

**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**

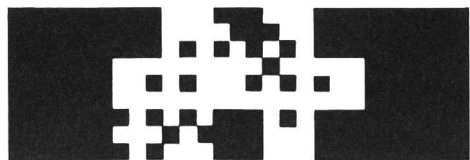
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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:** 17.01.2026

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



## Il Gioco del milione Olympia

Sono il palio premi per oltre un milione e mezzo di franchi. Siamo alla sesta edizione del «Gioco del milione Olympia» e, per la prima volta, la propaganda per quest'azione a favore dello sport dilettantistico svizzero, è stata estesa anche alla Svizzera italiana. Il gioco è stato presentato il mese scorso, con una conferenza stampa a Bellinzona e i primi sorteggi sono già avvenuti. L'azione dell'Aiuto sportivo svizzero mira a raccogliere ulteriori fondi destinati a sostenere e rafforzare la presenza elvetica in campo internazionale, soprattutto ai Giochi olimpici di quest'anno e quelli del futuro.

Ogni amico dello sport può facilmente dimostrare il suo sostegno agli atleti rossocrociati acquistando per 5 franchi l'adesivo del Gioco del milione Olympia. L'operazione, varata lo scorso mese, è articolata in due periodi che vanno dal 10 gennaio al 12 marzo e dal 6 agosto all'8 ottobre di quest'anno. La partecipazione è libera ad ogni momento e con più cartoline. A questo proposito: esiste una seconda possibilità di partecipazione al Gioco del milione, ed è quella di richiedere le cartoline (gratuite) del concorso, inoltrando una busta indirizzata e affrancata all'Aiuto sportivo svizzero, Gioco del milione Olympia, casella postale, 5431 Wettingen. Bisogna però rispondere a tre semplici domande.

Gli adesivi, abbinati alla cartolina del concorso, possono essere acquistati in oltre 4000 edicole, oppure presso altri punti di vendita come banche, negozi, scuole, società o in occasione di manifestazioni sportive. Per motivi giuridici (legge sulle lotterie) viene così assicurata la partecipazione gratuita. La Fondazione Aiuto sportivo svizzero spera comunque che siano in molti ad acquistare l'adesivo al prezzo di franchi 5.

La Fondazione spera che questo gioco-lotteria possa costituire un sostanzioso contributo allo sport svizzero. Ulteriore scopo è quello di far conoscere la sua attività a favore degli sportivi dilettanti d'élite che necessitano di un concreto sostegno per far fronte alla preparazione agonistica, oggi sempre più esigente sotto tutti i punti di vista.

### Aiuto serio e necessario

L'anno olimpico 1988 riveste grande importanza per la Fondazione aiuto allo sport svizzero sia dal profilo sportivo che da quello finanziario. Gli atleti elvetiche dilettanti e di élite devono distinguersi nei confronti internazionali e pertanto necessitano di un appoggio serio, rapido, efficiente e burocraticamente indipendente allo scopo di potersi misurare con uguali possibilità, anche nel futuro, con i migliori del mondo.

«In dieci anni di attività abbiamo amministrato dai 30 ai 35 milioni di franchi e abbiamo sollecitato l'economia privata

e la popolazione», afferma il direttore dell'Aiuto allo sport svizzero, Edwin Rudolf. E continua: «Appena liquidati i Giochi olimpici di Calgary e di Seul dovremo occuparci subito dei prossimi».

### Un eccellente bilancio 1987 per l'Aiuto allo sport svizzero

La Fondazione per l'Aiuto allo sport svizzero è particolarmente soddisfatta per i risultati finanziari registrati nel 1987 in quanto i bilanci accusano una entrata netta di circa 3,7 milioni di franchi, cifra sin qui mai raggiunta nei precedenti anni, segnatamente dal 1970, anno di fondazione dell'organismo. Appena otto anni or sono le entrate nette annuali avevano raggiunto il milione, ora, anno olimpico, per riuscire a soddisfare tutte le giustificate richieste, ci si prefigge di raggiungere i 4 milioni. Ogni volta devono essere trovate e accettate con successo particolari azioni, trovati nuovi sponsor ricorrenti (attualmente «soltanto» una sessantina di Ditte sportive, e qualche sportivo comprensivo individualmente, hanno firmato un contratto con la Fondazione



che permette l'uso parziale dell'emblema del Comitato olimpico svizzero – COS – per evidenziare certi prodotti), incentivare e interessare la popolazione a partecipare e collaborare attivamente a ogni richiamo. Per il 1988 torna il «Gioco del milione Olympia» che tanto successo ha riscosso per due anni. L'invito è rivolto a tutti perché legano e seguano gli appelli della stampa, radio e televisione, soprattutto per essere all'ascolto in occasione delle estrazioni per le quali sono in palio, ogni volta, ricchi e interessanti premi offerti da ditte e organizzazioni sportive. Ognuno partecipi: lo si può acquistando un adesivo per franchi 5. Ne vale la pena!

### I premi principali

Appartamento per vacanze a Veysonnaz (VS) del valore di 200 000 franchi

10 Subaru Justy

1 Subaru Super Station Turbo 4WD

11 buoni per arredamento della Mobili Pfister SA

10 viaggi Kuoni, per esempio negli USA o Cina

50 apparecchi fotografici Minolta

36 televisori a colori Thomson

5 orologi Tissot oro rush, 5 orologi Tissot oro braccialetto, 150 Rock watch

50 forni a microonde Bosch

150 «Cloud»-Micromaster, completo per tennis

10 telefoni per auto NEC Zodiac

110 attrezzature per bagni ossigenanti Fittelio

85 paia di sci Rossignol

34 Hifi-Racks Sanyo

3000 pacchetti-regalo della Biokosma

1500 biglietti di entrata alla «6 giorni di Zurigo».

### Premi immediati per 220 000 franchi

Inoltre i possessori degli adesivi «Gioco del milione Olympia», con il loro numero personale, possono vincere subito, ogni settimana, 300 premi offerti dalla Coop e dalla Knorr.

### Giudizi di sportivi

Werner Günthör, campione del mondo 1987 nel getto del peso:

*«Per lo sport dilettantesco e di élite è importante poter contare su ben determinato appoggio. Con il Gioco del milione Olympia ciò può essere effettuato giocando. Tutti possono partecipare e vincere».*

Evi Kratzer, sci-fondista, terza ai campionati 1987 nei 5 km:

*«Sono entusiasta del Gioco del milione Olympia. Auguro a tutti di vincere uno fra i più allettanti premi».*

Sepp Zellweger, ginnastica artistica, con 15 titoli di campione svizzero:

*«Il Gioco del milione Olympia è una cosa grandiosa per lo sport svizzero... se di nuovo migliaia e migliaia di amici sportivi l'aiutano partecipando!».*

Maria Walliser, campione del mondo 1987 nel Super-G e nella discesa:

*«Ora potete anche voi partecipare al Gioco del milione Olympia e aiutare lo sport dilettantesco e di élite con il vostro contributo. Un grande «grazie» a tutti coloro che sempre e di nuovo si inseriscono per sostenere il vero dilettantismo».*

## Asma e lo sport

È assurdo sostenere che degli asmatici non possono praticare attività sportive, semmai è proprio il contrario. Da molti anni lo sport ha per questa malattia un valore terapeutico e dona agli interessati grande indipendenza e sicurezza. È necessario però osservare alcune precauzioni.

Bisogna controllare che all'inizio non si esageri e che la respirazione sia regolare e tranquilla. È sconsigliato praticare sport che esercitano una pressione sulla respirazione (sollevamento pesi) visto che possono essere la causa d'un attacco asmatico in ogni caso è indicato l'uso di farmaci per la profilassi e la presenza sul campo sportivo d'uno spray. Praticare sport in luoghi con aria carica di polvere e forti odori può avere le stesse conseguenze.

L'asma bronchiale non esclude in molti casi la pratica di sport di massa o d'éli-

te. Anche in questo caso è importante una respirazione regolare. Nello sci di fondo questo comporta un moderato inizio di stagione per evitare una respirazione irregolare, forzata e produttrice d'un attacco asmatico.

Per la maggior parte degli asmatici le temperature sotto zero e l'aria asciutta creano non pochi problemi. Soprattutto lo spostamento da un locale caldo all'aria aperta può portare ad un attacco. Molti asmatici trovano anche un senso di disagio ed insicurezza se sono costretti a viaggiare in affollate ed anguste filovie.

Attività sportive ove lo sforzo non è continuo, per esempio giochi con la palla o nuoto, sono molto indicati per asmatici e non possono praticamente portare ad un attacco dovuto allo sforzo. L'organizzazione «Das Band» dell'associazione svizzera contro la tubercolosi e le malattie polmonari offre ai bambini malati d'asma a scadenze regolari delle ore di ginnastica e corsi di nuoto.

Le ricerche hanno dimostrato che l'asmatico che pratica regolarmente uno sport a lui idoneo rimane più attivo.

(ASTP)

## Ladri amatori di sci!

Per forza di cose, ossia di mancanza di neve nella maggior parte delle grandi stazioni invernali, i furti di sci segnalati a tutt'oggi sono praticamente inesistenti. Il che non toglie che i ladri vi aspettano a piè fermo, senza temere il freddo né la neve, pronti ad impossessarsi dei vostri sci di valore e, di preferenza, nuovi. Onde complicare loro l'impresa o, meglio, farla fallire, il Centro d'informazione degli assicuratori privati svizzeri consiglia quanto segue:

- marcate i vostri sci ed altro equipaggiamento con un segno distintivo personale, indelebile e ben visibile. I malintenzionati lo vedranno e rinunceranno certamente ad appropriarsi di prove tanto eloquenti
- sull'auto, fate montare dei porta sci con chiusura di sicurezza. Se abbandonate il veicolo, ponete gli sci all'interno dello stesso
- se vi fermate in un ristorante o in una capanna, evitate di piantare gli sci per paio davanti all'entrata; piazzateli l'uno distante dall'altro
- in caso di sosta non abbandonate gli sci al caso, ma fate in modo d'averli sempre sott'occhio
- riponete gli sci nei depositi sorvegliati o nelle apposite rastrelliere di sicurezza.

Queste poche precauzioni dovrebbero evitarvi una gita o vacanze rovinate dalla perdita del vostro materiale.



## Guida delle corse popolari FSAL 1988

Anche i principianti possono approfittare dell'esperienza dei campioni. Questo vale in particolare per la configurazione e la strutturazione degli allenamenti. Il tema centrale della nuova guida delle corse popolari è costituito dagli allenamenti complementari e sostitutivi (altri tipi di sport) per l'allenamento alla corsa vero e proprio.

Markus Ryffel illustra come anche per il benessere fisico e psichico degli atleti dilettanti sia raccomandabile seguire un allenamento di struttura poliedrica. Per i campioni è un'esigenza addirittura indispensabile. Ryffel dà anche consigli ed indicazioni su come strutturare un training del genere.

L'articolo del team medico, «Ginnastica del piede», è dedicato interamente alla corsa.

La 6<sup>a</sup> edizione della «Guida delle corse» viene pubblicata per la prima volta anche in italiano, non da ultimo grazie alla collaborazione con la Coop. La guida rappresenta un importante servizio della FSAL a favore dello sport di massa e un notevole contributo per promuovere la salute della popolazione e per un impiego intelligente del tempo libero.

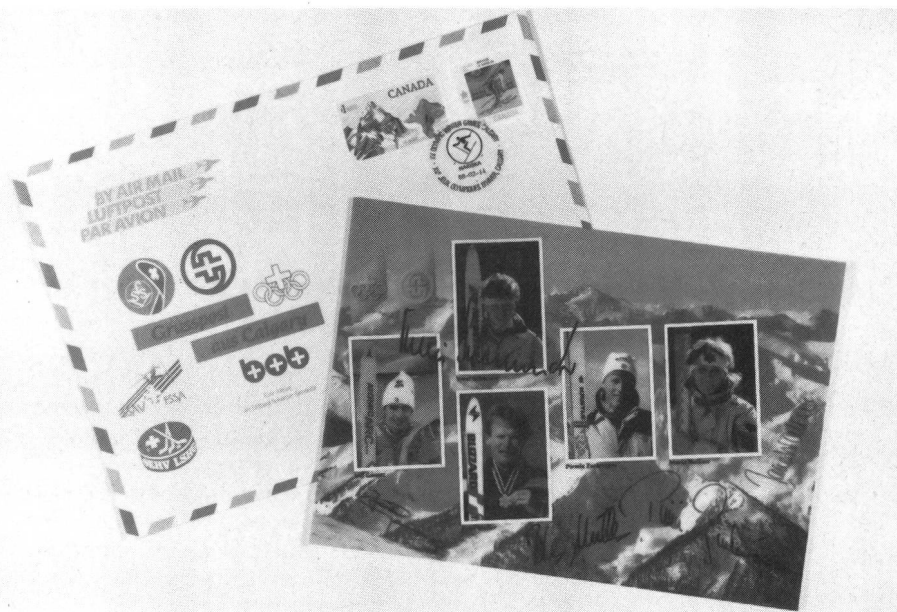
Parte integrante della «Guida delle corse» è il calendario ufficiale delle corse popolari FSAL 1988, con circa 600 manifestazioni. Sicuramente l'opera più completa in Svizzera.

La «Guida delle corse popolari FSAL 1988» costituisce per tutti, principianti o corridori esperti, un'indispensabile opera di consultazione. La guida è gratuita. Gli interessati possono richiederla presso la Federazione svizzera di atletica leggera, casella postale 2233, 3001 Berna, contro invio di una busta C5 indirizzata e affrancata, con l'indicazione «Guida delle corse 88».



La guida sarà disponibile in tutte le filiali Coop di tutta la Svizzera.

## Un saluto da Calgary



ass. È in corso la tradizionale azione d'autogrammi della Fondazione Aiuto sportivo svizzero, in collaborazione con la Federazione svizzera di sci, in occasione dei Giochi olimpici invernali 1988 di Calgary. Le cartoline postali con le firme dei nostri atleti (sciatori, fondisti, bobisti e giocatori di hockey, verranno spedite direttamente dal Canada.

La serie completa delle cartoline di Calgary '88 può essere ordinata, per la somma di franchi 18.50, presso la Fondazione Aiuto sportivo svizzero, casella postale 253, 3000 Berna 32.



FONDAZIONE AIUTO SPORT SVIZZERO

# GIOCO DEL MILIONE

OLYMPIA

**Vincete un appartamento per vacanze, ammobiliato, a Veysonnaz/VS, del valore di Fr. 200 000.--.**

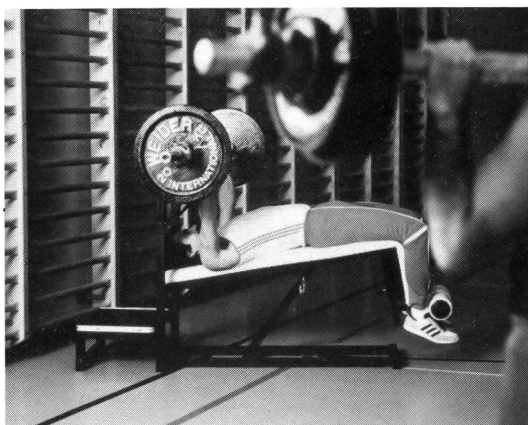
...ed altri fantastici premi come auto Subaru, buoni acquisto per mobili Pfister, fotocamere Minolta, impianti HiFi Sanyo, orologi Tissot, televisori Thomson, buoni viaggio Kuoni, fornita microonde Bosch, racchette da tennis Cloud, autotelefon NEC, sci Rossignol, bagni spumegianti Fittelio, pacchi regalo Biokosma, KNORR e Coop.

# Alder & Eisenhut AG

Fabbrica di attrezzi da ginnastica,  
sport e giuoco

8700 Küsnacht ZH  
9642 Ebnet-Kappel SG

01 910 56 53  
074 3 24 24



## NOVITA' nel nostro programma di vendita

### Apparecchi per la condizione fisica e la forza

- attrezzi semplici o a funzioni multiple
- costruzioni robuste e esenti da manutenzione
- prezzi vantaggiosi - vendita diretta dalla fabbrica a scuole, società, enti pubblici e privati

**Richiedete il nostro prospetto e listino prezzi**



Chi cerca una casa per vacanze in gruppo  
fa bene rivolgersi alla Dubletta per tutto  
Case ben arredate e attrezzate per

## vacanze in gruppo Estate 1988 e Inverno 1988/89

Per esempio Spluga, Sedrun oppure Vitznau al lago dei quattro cantoni.  
Richiedete documentazioni e offerte della casa e della località.  
Per favore indicate: date e numero di persone.  
Sulla via più diretta dal Vostro locatore.

### DUBLETTA-Ferienheimzentrale



Casella postale  
Grellingerstr. 68, 4020 Basilea  
Tel. (061) 42 66 40 (in tedesco)

Lo sportivo legge:

## MACOLIN

La rivista di  
educazione sportiva  
della  
Scuola federale  
di ginnastica e sport  
di Macolin

Volete evitare il mal di muscoli?

Prima e dopo ogni sforzo fisico non v'è nulla di più  
efficace di un massaggio con

## THERMOLIS

l'olio naturale per massaggi

olio per massaggi	150 ml	SFr. 14.—
pomata per massaggi	50 g	SFr. 14.—

Vendita presso le farmacie e le drogherie

Per informazioni rivolgeri a:

LABORATOIRE PHYTOLIS SA - Tél. (022) 830474 - 1217 MEYRIN / GENEVE



Tutti gli accessori e indumenti  
per l'hockey su ghiaccio in vendita  
presso OCHSNER Kloten!

Su richiesta vi inviamo gratuitamente  
il nostro catalogo di 136 pagine  
corredato da illustrazioni a colori

## UCHSNER

Articoli per hockey su ghiaccio Kloten

Marktgasse 15, CH 8302 Kloten  
Tel. 01 813 15 43 - Telex 825 520 ch - Telefax 01 813 07 12



## XV STAGE INTERNAZIONALE DI DANZA

3-10 luglio 1988 Château-d'Oex / Gstaad Svizzera

Jazz Dance: Bruce Taylor, USA — Flamenco: Jose de Udaeta, Spagna — Modern-Jazz: Jacques Bertrand; tecnico A.M. Porras, Francia — Modern-Dance: Jose Cazeneuve; tecnico P. Goss/J. Li-mon, Francia — Classique: Jean-Claude Mathieu; tecnico Golovine, Svizzera — Elementar-Jazz Dance: Ana Sanchez, Spagna  
Percussione: Morgan, Francia

**Termine d'iscrizione: 30 aprile 1988**

Per informazioni e iscrizioni:

### STAGE INTERNAZIONALE FERNANDO DAMASO

2532 MACOLIN / SVIZZERA

---

# **MACOLIN MACOLIN MACOLIN**

Lo sportivo legge:

La rivista di  
educazione sportiva  
della

Scuola federale  
di ginnastica e sport  
di Macolin

---