

**Zeitschrift:** Macolin : mensile della Scuola federale dello sport di Macolin e di Gioventù + Sport  
**Herausgeber:** Scuola federale dello sport di Macolin  
**Band:** 47 (1990)  
**Heft:** 10

**Artikel:** Arrampicata agonistica  
**Autor:** Josi, Walter  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-999940>

### **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](#)

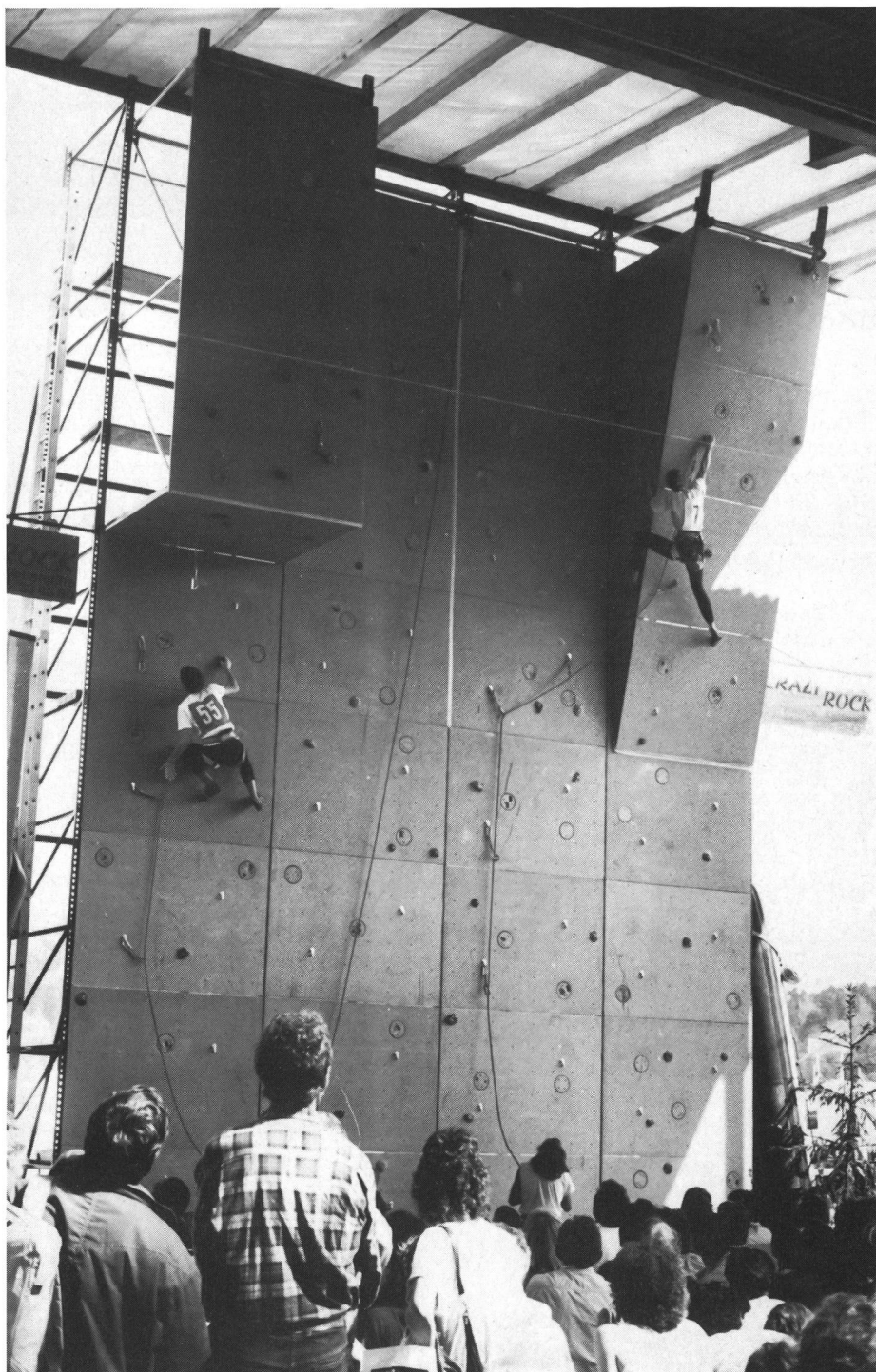
**Download PDF:** 02.05.2026

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

# Arrampicata agonistica

di Walter Josi, capodisciplina Alpinismo G + S  
foto di Hugo Lörtscher

*Le gare nascono dal bisogno di paragonare obiettivamente delle prestazioni, di misurarle. In molte discipline sportive le gare sono in stretto legame con l'attività sportiva stessa. Quanto alle gare d'arrampicata, la loro nascita è stata alquanto laboriosa, molto s'è discusso su senso e problema di tal genere di competizione. Le gare d'arrampicata sono diventate nel frattempo un fenomeno, e anche in Svizzera hanno trovato una loro ben precisa collocazione.*



Esempio di una parete artificiale d'arrampicata corrispondente alle normative.

Lucerna, finalissima della *Luga Cup*... Il primo dei due finalisti ha agganciato il suo piede sinistro sullo spigolo terminale, un po' sopra le due prese manuali. La gamba destra ha abbandonato l'appoggio e ora penzola nel vuoto. Mentre la mano sinistra si appiglia a una minuscola presa, la destra cerca il sacchetto di magnesio.

Posizione di riposo. L'arrampicatore sembra un pipistrello. Adesso appoggia il piede destro, gira simultaneamente la parte superiore del corpo e con un lungo, fluido movimento con la mano sinistra raggiunge una relativamente comoda posizione, un metro più sopra. Aggancia la prossima sicurezza - il tetto è raggiunto. Il pubblico applaude la perfetta azione. Adesso comincia il difficile. I minuscoli appoggi sono tagliati molto finemente. Le prossime mosse richiedono, oltre che forza e resistenza, una tecnica precisa ed equilibrio, ma anche fantasia e capacità rappresentativa. Lo scalatore, per un paio di volte, riesce a superare situazioni apparentemente senza via d'uscita. Avanza lentamente, metro dopo metro. Silenzio in sala. L'ultima mossa è affrontata in modo dinamico... mancata di poco. Finito - fine della rappresentazione. Applauso.

Come un ragno, lo scalatore scende al suolo con la corda. La sua delusione è evidente. Dieci minuti più tardi è però proclamato vincitore, dato che il suo diretto avversario ha pure fallito, due metri più sotto.

## Arrampicata quale competizione

Più in alto - più lontano - più veloce... più difficile. I motivi dell'incremento delle prestazioni nell'alpinismo non sono fondamentalmente diverse di quelle registrati in altri settori dello sport. La storica gara per la prima conquista del Cervino non è che una pietra miliare nello sviluppo dell'alpinismo agonistico. La conquista di cime famose in tutti i continenti, di pareti, direttissime, prime invernali, scalate solitarie: nello sviluppo sportivo dell'alpinismo c'è sempre stata, in un modo o nell'altro, una componente agonistica.

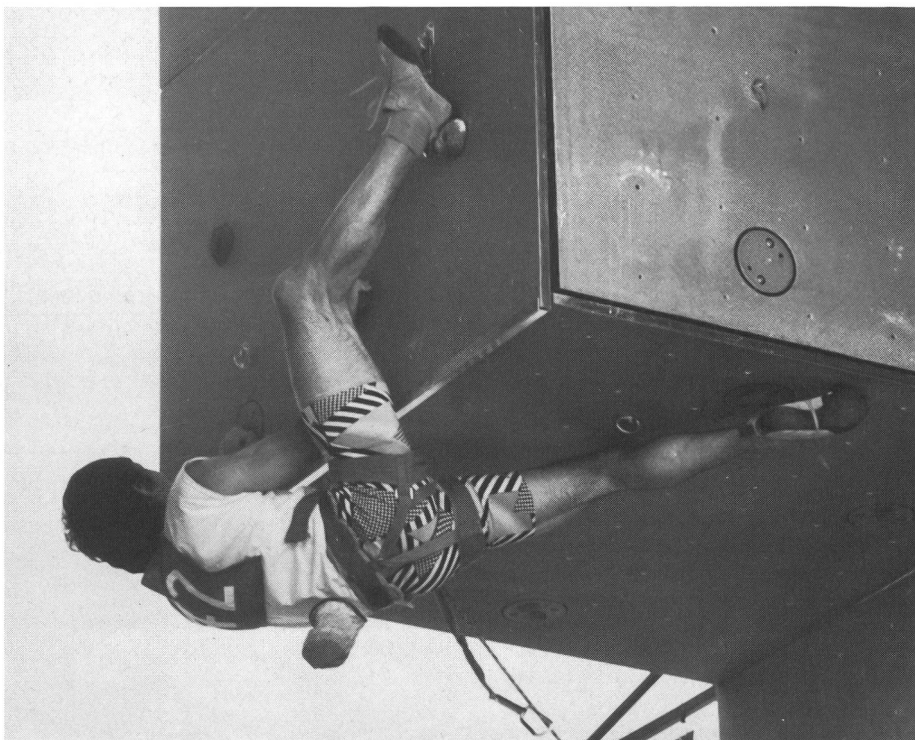
Il confronto standardizzato delle prestazioni, sotto forma di gare organizzate, è per contro relativamente giovane. Lo si pratica in Unione sovietica da decine di anni. Quando, dieci anni fa, i primi scalatori svizzeri hanno preso parte a un tale campionato in Crimea, le regole erano ben lontane da quelle attuali. Scalate cronometrate e assicurazione dall'alto! Il che lasciava una certa impressione di comicità:

veloci si, ma tecnicamente imprecisi, un arrampicare fugace. Su un grado di difficoltà UIAA 6 + (oggi giorno il tratto finale è di 9) un buon arrampicatore può compensare con la forza quasi tutti gli errori tecnici.

Nelle prime gare svoltesi in Europa occidentale, all'inizio degli anni '80, quelle cronometrate erano svolte solo accanto alle *arrampicate per difficoltà*. L'arrampicata cronometrata è nel frattempo praticamente scomparsa.

Bardonecchia (I) 1985, una pietra miliare nel nuovo sviluppo. Una gara internazionalmente molto ben frequentata, molti gli spettatori e, per la prima volta, grande interesse dei media. Da quel momento l'arrampicata agonistica ha costantemente incrementato la sua importanza. Le manifestazioni all'aperto, come quella di Bardonecchia, non hanno un futuro, soprattutto nei paesi nordici e per motivi ecologici. Può sembrare un paradosso: le gare d'arrampicata - almeno da noi - si svolgono esclusivamente su pareti artificiali. Gli altri motivi:

- indipendenza meteorologica
- stesse condizioni per tutti i competitori
- ogni gara dev'essere assolutamente «nuova». Con itinerari specialmente costruiti si evita che qualcuno conosca già i problemi
- graduazione delle difficoltà. Grazie alle prese interscambiabili e gli elementi mobili, la difficoltà può essere aumentata dopo ogni passaggio.



Con un «Foothook» si supera il tetto.

## Coppa Svizzera 90

Fanno stato le «Prescrizioni di gara per arrampicatori sportivi» della federazione internazionale, l'UIAA (Union internationale des associations d'alpinisme), della quale fa parte anche il CAS. In ogni gara di Coppa svizzera, vengono attribuiti dei punti, come nel sistema di coppa del mondo. Nella va-

lutazione rientrano circa due terzi di tutte le gare della stagione. La classifica finale della Coppa svizzera 90 servirà da base per le selezioni alle gare internazionali del 1991.

## Le principali regole di gara

### Idea fondamentale

Scalare in una sola prova una parete sconosciuta.

- in nessun momento di può caricare la catena di sicurezza (moschettoni, chiodo, corda)
- si *devono* agganciare tutti i punti di sicurezza disponibili
- non si possono toccare le delimitazioni laterali
- non si può superare il limite di tempo dato, per esempio 10 minuti (di regola, nessun problema).

Il tracciato è portato a termine quando si aggancia l'ultima sicurezza. In caso di caduta, conta l'ultimo punto (fissato o toccato).

I competitori non possono esaminare l'itinerario né osservare gli altri scalatori. Devono quindi attendere di passare all'azione in una zona d'isolamento.

### Svolgimento

Al termine di una selezione con più passaggi, si hanno i pretendenti alla semifinale e poi alla finale. Qualora più concorrenti completano l'itinerario finale, il vincitore uscirà da una super-finale.



Un momento delicato: agganciare la sicurezza al moschettone.

## Intervista

Partecipante alla gara di Lucerna, Marie-Luise Kilchör, 19 anni, di Adelboden.

*Come sei giunta all'arrampicata? Le tappe più importanti.*

Ho cominciato a nove anni con mio padre. Una fifa tremenda e pensavo che arrampicare non era qualcosa per me. Poi a tredici anni ecco nascere la passione. Ho partecipato con entusiasmo alle attività GO. Da allora la montagna è davvero la mia grande passione. Dopo aver concluso il tirocinio d'assistente d'albergo, l'estate scorsa, non faccio quasi altro che arrampicare.

*Perché partecipi alle gare?*

Le competizioni d'arrampicata sono una piacevole alternativa. Spesso ci si allena in modo isolato. A manifestazioni come questa ci si trova con molta gente. Mi piacciono particolarmente le gare internazionali. Il contatto con i migliori scalatori mi ha dato personalmente molto. E poi la concentrazione in un breve momento, forse dieci metri, questa tensione... si tratta già di una sfida.



Marie-Luise Kilchör.

*Come di ti sei preparata?*

Resistenza, forza e mobilità non sono male. Mi manca forse ancora un po' di forza massimale.

*È meglio così, dal punto di vista della progressione. Hai ancora tempo. Qual è il rischio del materiale?*

(risata) Su questa parete praticamente nessuno. Ho dimenticato a casa i miei Slicks (scarpette d'arrampicata). Queste me le ha prestate Susi Good. Una sportiva eccezionale (Susi ha vinto questa gara).

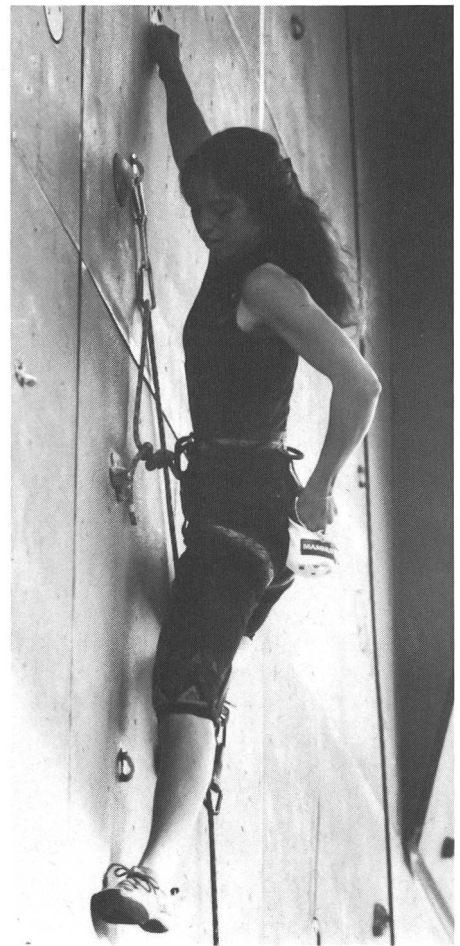
*Il tuo prossimo traguardo?*

Domani voglio provare il mio primo meno-nove (UIAA 9-) a Leen (vicino a Interlaken). Forse ci riesco! Arrampicare sulla roccia è molto ma molto più bello.

*Cosa sogni ancora?*

Di grandi montagne. La Cima Bonatti, per esempio, non sarebbe male.

NdA: Marie-Luise Kilchör si è classificata terza alla gara lucernese. Quattro giorni dopo ha gareggiato con lo sci club Adelboden nella «Patrouille des Glaciers», da Arolla a Verbier... e vincitrice fra le donne!



Prima di prender appiglio, la mano va sempre al sacchetto di magnesio.

## Impressioni

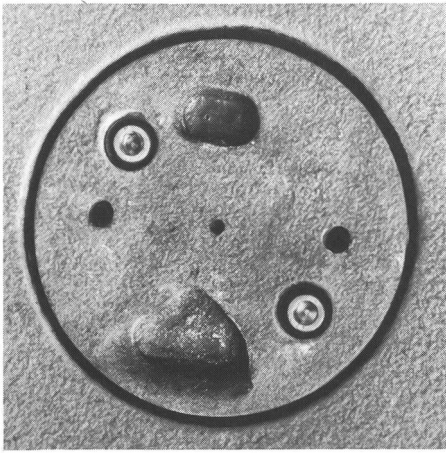
Quale alpinista della scuola classica, mi sono lasciato contagiare da questo allegro e rilassato ambiente della pacifica gara. Ero impressionato dall'alto livello sportivo della rappresentazione. Un complimento particolare agli organizzatori, che sono riusciti a proporre un concorso selettivo e leale.

### Apprezzamento soggettivo

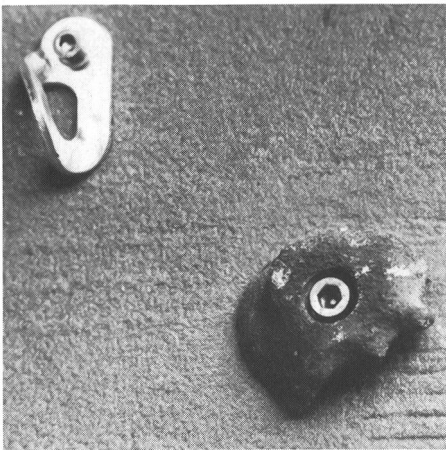
L'arrampicata agonistica ha aspetti positivi, negativi e problematici.

### Aspetti positivi

- compito appassionante: «arrampicare on-sight»
- competizione leale, regole realistiche, anche se qui e là devono essere ancora affinate
- forme d'allenamento fruttuose per l'intera arrampicata sportiva
- rischio limitato. La caduta è completamente integrata; tuttavia proprio per questo il rischio d'incidente è piccolo rispetto ad altre forme d'alpinismo agonistico (vedi sotto).



Elemento d'appiglio avvitato.



Appiglio avvitato e punto d'assicurazione.



Arte dell'arrampicare.

### Aspetti problematici

- considerevole dispendio, montaggio degli elementi mobili, preparazione dispendiosa degli itinerari
- lunga durata della gara (a Lucerna dal mattino presto fino alla sera alle dieci). Per il competitore, ciò significa spesso lunghe ore trascorse in zona d'isolamento
- aumento della specializzazione. I vertici dell'attuale generazione è spesso sorprendentemente anche polivalente. Sicuramente le cose cambieranno. Già l'inverno scorso alcuni hanno raggiunto buoni risultati a livello internazionale, quasi tutti esclusivamente su pareti artificiali



«Vertiginoso» anche per gli spettatori.

- la comparsa di fenomeni legati allo sport di punta come la commercializzazione, lo scompiglio dei media e il doping.

La discussione in merito all'arrampicata agonistica, anche all'interno del CAS, non è ancora terminata. Le gare ufficiali di quest'anno si sono comunque svolte sotto il patronato del CAS. Il futuro sviluppo di massa dell'arrampicata competitiva dipenderà molto da una sua regionalizzazione con minor dispendio.

L'alpinismo orientato verso la competizione ha, oggi, molti volti. L'arrampicata agonistica ne è uno. Altre forme quali:

- prime
- prime libere
- invernali
- solitarie
- discese con gli sci
- concatenamenti (successione di X pareti nord in una sola giornata)
- spedizioni

sono forse vecchie, ma per questo non meno problematiche. Prestazioni di punta sorprendenti sono registrate oggi in tutti i settori. La presenza dei media è comunque molto differenziata. Non dimentichiamoci che l'alpinismo, per i più, rimane uno sport per la salute e l'avventura e che si può praticare fino a tarda età. □