

**Zeitschrift:** Macolin : mensile della Scuola federale dello sport di Macolin e di Gioventù + Sport  
**Herausgeber:** Scuola federale dello sport di Macolin  
**Band:** 50 (1993)  
**Heft:** 11  
  
**Rubrik:** G+S

### **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:** 30.04.2026

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

## L'insegnamento dello sci con i bambini

Di Françoise Balmer, eutonista e monitrice di sci.  
Traduzione di Ellade Corazza

All'inizio, molto tempo fa, usavo gli sci costruiti da mio padre. Si scendeva il pendio a caso. Coloro che non sapevano frenare e girare erano in difficoltà e finivano nei ruscelli che scorrevano in fondo alla pista o tra il filo spinato che delimitava il pendio...

Durante il periodo invernale, lo sci era il nostro passatempo preferito. Aumentavamo le difficoltà a dipendenza del tempo e delle nostre possibilità: piste più ripide, poco preparate, con dossi o salti... Ricordi d'infanzia: giochi, apprendimento adattato alle situazioni, monitori che guidavano e consigliavano... per far sì che la pratica dello sci fosse l'attività ludica che fa nascere il piacere del movimento.

"Ci siamo divertiti come dei bambini", dicono gli adulti che si divertono! Giocare con il terreno, con le sensazioni, con i propri limiti. Giocare tanto per giocare, con il materiale a disposizione: io, loro, in questa realtà e lasciare all'immaginazione il potere di creare le situazioni ludiche, senza tuttavia trasformare il pendio in un campo da gioco.

Ciò per evitare che i bambini rientrano dal campo di sci dicendo: Abbiamo giocato ma... non abbiamo avuto il tempo di divertirci! I bambini vogliono divertirsi, muoversi, agire e impegnarsi in attività che hanno un senso: vogliono esercitarsi e non fare solo esercizi.

Un bel giorno, arrivati sulla cima ci dicono che verremo filmati. Ricordiamo la messa in scena: alzati troppo tardi, per non perdere tempo, infiliamo i guanti, i bastoni ed il berretto durante la discesa. Per svegliarci, ci stiriamo e sbadigliamo.

- Togliete la neve dagli sci, davanti e dietro in modo che la marca sia ben visibile alla televisione!
- Quando siete pronti per la registrazione, alzate uno sci, la punta rivolta al cielo e la coda nella neve. Mettetelo bene in mostra per il cameraman.

Identificazione - Stretching - Umorismo...!

- Chi guida il treno? Chi fa la locomotiva? Piero lo vuoi fare tu?
- No, io no! Non oggi! Vorrei rimanere vagone. Se faccio la locomotiva, il treno arrischia di deragliare...
- Non voglio sempre fare la locomotiva. Ogni tanto voglio essere un vagone!
- Vedrai, risponde Piero, domani andrà meglio e riprenderò il ruolo della locomotiva!

Il gioco sotto questa forma trasforma la realtà, porta l'attenzione altrove.

Piero cade.

- Attenzione! Questo pendio è pieno di buchi e gobbe. Nella neve sono nascosti dei "piccoli mostri", soprattutto nei buchi. Se per sfortuna vi fermate vi disturberanno cercando di frenare la vostra corsa. Per evitare situazioni del genere dovete cercare di saltare da una bobba all'altra.
- Vedi, quando mi sono fermato so-

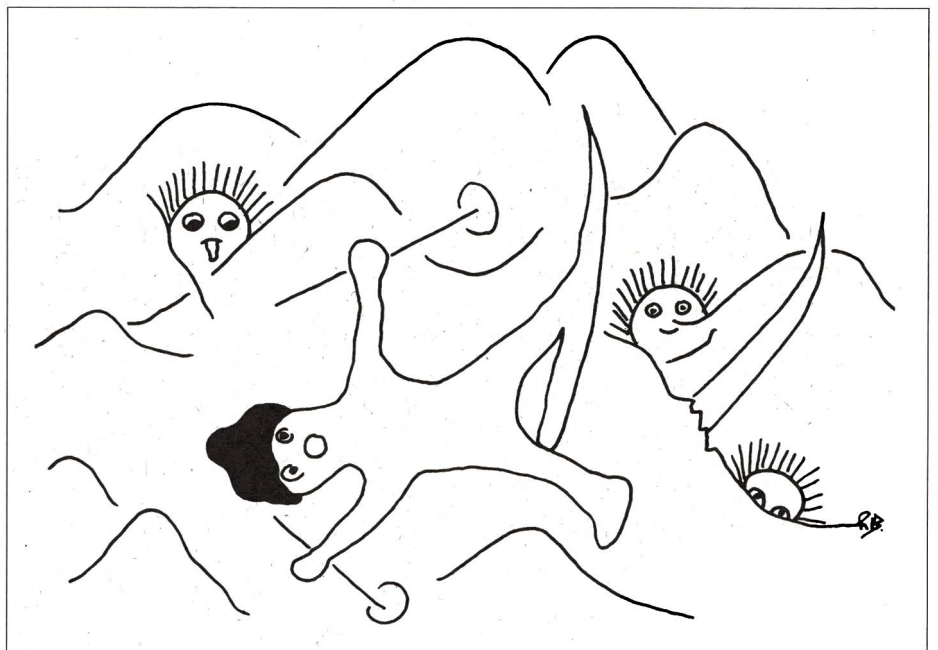
no rimasto bloccato da un mucchio di neve e l'ho visto... era tutto verde, brutto e peloso. Ha tirato la lingua e quando ho voluto partire mi ha tolto uno sci!

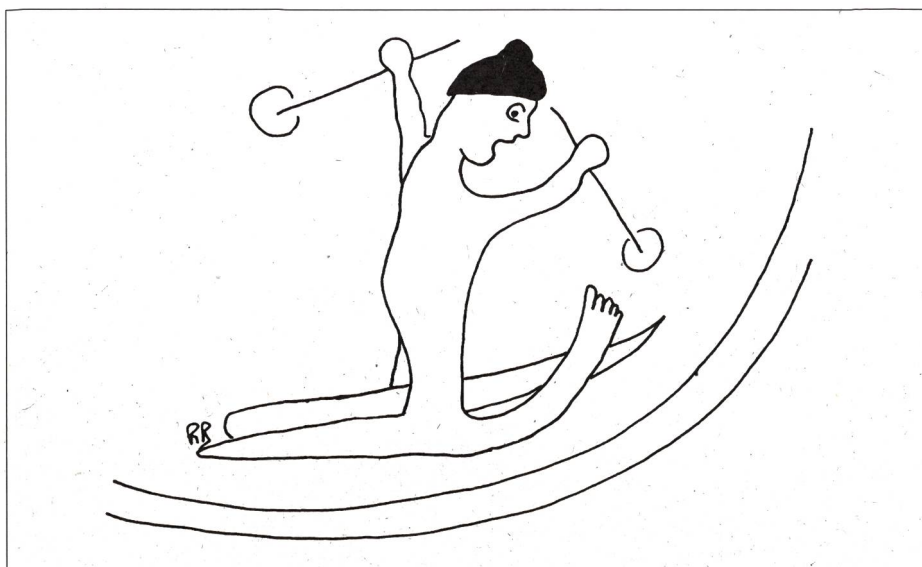
Comunque ho capito che d'ora in avanti scivolo, senza frenare eccessivamente per non venire bloccato.

Piero valuta la situazione cercando di sdrammatizzare.

E' successo come su quel pendio troppo difficile dove il monitor aveva programmato l'allenamento: due bambini piangevano, tre si sono nascosti dietro a dei dossi e il resto del gruppo eseguiva coraggiosamente lo spazzaneve...

- Non voglio più continuare. Non ce la faccio più! Bisogna cercare aiuto...
- Ah! E cosa ti fa così tanta paura?
- Ho paura di cadere ancora, di scivolare fino in fondo al pendio, di perdere uno sci, di farmi male....
- Queste gobbe sono enormi; non posso né frenare, né girare, e mi rompo l'osso del collo...
- Hai ragione. Questa pista è difficile ma soprattutto è lunga. Ti ricordi lo scilift di ieri che tanto ti piace perché pieno di dossi... Potresti scendere senza problemi, girare senza cadere. Non avevi paura vero? Adesso è la stessa cosa... la discesa è solo più lunga. Sono sicura che riesci ad arrivare fino in fondo senza problemi...





E dopo la presa di coscienza della realtà, tutti affrontarono la discesa e... si divertirono un mondo!

Quando avevo 17-18 anni insegnavo agli OG (= organizzazione giovanile) del nostro club. Ricordi di monitrice in erba: per me era importante una discesa elegante con sci paralleli e chiusi, come dimostrava l'insegnante più esperto... il mitico maestro di sci!

- Paolo, il tuo stile mi piace!

Scivola, frena, gira, salta - intuitivamente, istintivamente.

- Durante la curva, dovresti cercare di mantenere gli sci più chiusi.

- Ma perché? Non va bene come faccio?

Sciare significa innanzitutto scivolare, frenare, girare come lo si fa e come lo si sente. Tutto il resto è "un apprendimento culturale".

- A destra va bene, al contrario ho invece delle difficoltà!

- Ah! E... come fai a destra?

- Dunque... e mi racconta come effettua la curva.

- Bene! Fa lo stesso per la curva a sinistra!

Paolo prova e... ci riesce! Parlarne e sentire, ecco la soluzione!

- I miei spigoli non "tengono". Gli sci mi sfuggono. Non valgono niente!

- Non mi meraviglio, continui a litigare con loro! Cerca di accettarli come amici e non trattarli come nemici!

- Cerca di accarezzare la neve e non calpestarla. Sfioralala, non schiacciarla!

- Schiaccia le gobbe!

- Cerca di sentire questi piedi lunghi; sono i tuoi alluci che guidano le operazioni. Dà loro degli ordini...

- Le mie dita non vogliono ascoltar-mi...

- Parla più forte!

- E' vero, ora mi ascoltano, obbediscono...

- Utilizza i tuoi sci per fare dei disegni sulla neve ad esempio due cerchi al termine di una curva e non delle nubi!

Il linguaggio immaginoso si capisce meglio. Cosa significa per un bambino "condurre una curva"?

- Conduci la tua auto. Nella curva non può uscire di strada! Mantieni la scia!

- Fai attenzione dove vai!

Trovarsi dove sono i bambini o non dove il monitore desidera che siano o pensa debbano essere!

Quella monitrice con il suo gruppo - condotto in modo compatto - si ferma dopo ogni curva per controllare che non sia successo niente e... naturalmente non succede nulla... i bambini non imparano niente!

Vorrei suggerirle di lasciare sciare da soli i bambini. Su piste non pericolose possono prendere lo scilift e scendere il pendio senza particolari problemi. La monitrice può rimanere sulla pista e consigliare, se necessario, i bambini che necessitano di aiuto...

Vedremo così questi sciatori in erba scivolare, frenare, girare, cadere, senza l'angoscia della monitrice alle calcagna.

- Carla, perché non ti alzi?

E' seduta in mezzo alla neve. Cerca di sollevarsi ma ha perso gli sci. Si rialza per poi subito ricadere, più volte. Mi avvicino a Carla. I suoi scarponi sono troppo stretti, non riesce a rimanere in piedi e le sue caviglie sono bloccate... il monitore, senza volerlo, ha stretto troppo!

In mezzo alla pista intravedo Prisca che ha i brividi e batte i denti. Impossibile sciare in queste condizioni. E' congelata... la porto a bere una cioccolata e nel ristorante le apro la giacca. Che scoperta! Sotto la giacca indossava solo una camicetta, il maglione lo ha dimenticato!

- Ma questa mattina splendeva il sole!

In qualità di monitori, preoccuparsi ogni tanto del controllo dell'equipaggiamento dei nostri allievi potrebbe essere utile.

La sicurezza dei bambini è un gioco... a volte divertente e pieno di sorprese.

Antonio, alla partenza della discesa, è arrabbiatissimo con i suoi sci che non riesce a mettere! Il monitore si avvicina e gli chiede:

- Sei sicuro che sono i tuoi sci?

- Chiaro, c'è il mio nome...

Il monitore cerca un cacciavite, libera scarpone e attacco dalla neve e si innervosisce:

- Sei sicuro che sono i tuoi scarponi?

- Chiaro, pensi non li riconosca...

Dopo un attimo entrambi si rendono conto che Antonio ha calzato gli scarponi al contrario...

Fine della giornata, in fondo alla pista:

- Possiamo ancora fare una discesa?

Il monitore è responsabile del gruppo e deve capire se i bambini sono ancora in grado di effettuare una discesa, indipendentemente dai loro desideri.

- No, per oggi è abbastanza!

Oppure:

- Ok, ne facciamo ancora una ma senza andare troppo veloci. Scendiamo lentamente!

- Ho freddo, vorrei fermarmi...

- Ho male alla pancia e alla testa...

Dichiarazioni come queste sono da prendere sul serio e da accettare, anche se forse nascondono altre motivazioni.

La sicurezza affettiva si guadagna con la fiducia e l'ascolto.

- Non è giusto! Scio bene come lui eppure sono nella classe inferiore.

- Credo che ti trovi nella classe che corrisponde alle tue capacità. Puoi incontrare il tuo amico dopo lo sci, per giocare... puoi così vivere insieme dei bei momenti.

Il giorno seguente:

- Nonostante tutto sono contento di essere in questo gruppo perché l'altro è troppo veloce...

Una frustrazione, riconosciuta e discussa con altri è talvolta un mezzo per crescere...

Infine, partita con un gruppo di bambini per una nuova giornata di gioco e di piacere, tra le neve ed il sole, ho anche avuto la gioia di sentirli dire:

- Siamo fortunati ad essere qui! Che bel regalo!!! ■

**Prima di ogni stagione sciistica e per tutti gli sci**

## **Controllo degli attacchi da sci, ma sicuro!**

*Una discesa di sci può facilmente portare all'ospedale. Per poter scia-  
re in sicurezza sono determinanti tre fattori: la pista da sci, l'equipag-  
giamento ed il comportamento dello sciatore. Un equipaggiamento  
completo prevede tra l'altro degli attacchi di sicurezza. Loro compito  
è quello di alleviare le conseguenze di un eventuale infortunio. Com-  
pito che possono assolvere soltanto se funzionano perfettamente in  
tutte le situazioni. Il controllo annuale degli attacchi da sci su un appa-  
recchio esaminato dall'upi garantisce il loro perfetto funzionamento.*

Ogni anno sulle piste da sci svizzere si verificano innumerevoli incidenti. 30 000 sciatori circa (cifra stimata) ne riportano delle lesioni. Le parti del corpo più colpite sono la coscia, la gamba, l'articolazione del ginocchio e la caviglia. Aumenta il numero delle lesioni alle estremità superiori, al collo ed alla testa, a seconda delle condizioni della pista e della neve.

La sicurezza nello sci è data dai seguenti tre fattori:

- pista da sci
- sci, attacchi di sicurezza e scarponi da sci
- comportamento dello sciatore.

### **Pista da sci**

L'esercente è responsabile della sicurezza delle discese da sci demarcate. Le piste vengono preparate, controllate e demarcate secondo il loro grado di difficoltà o chiuse se sussiste il pericolo di valanghe.

### **Equipaggiamento**

Sci, scarponi da sci e attacchi di sicurezza formano insieme un sistema unitario che funziona perfettamente soltanto se ogni singolo elemento è intatto. Una suola consumata, degli spigoli degli sci smussati o degli attacchi da sci regolati male possono ridurre considerevolmente il livello di sicurezza. Dei danni si possono però verificare anche se gli attacchi di sicurezza non vengono adoperati per più anni. L'intero sistema di sicurezza deve essere fatto periodicamente controllare dallo specialista (nel negozio di articoli sportivi o nel relativo reparto di un grande magazzino).

### **Comportamento**

Per sciare in modo sicuro senza correre il rischio di subire incidenti si deve osservare il terzo fattore di sicurezza: il proprio comportamento in pista.

### **E siamo già alla terza campagna**

Nell'inverno 1993/94 l'upi in collaborazione con L'Associazione svizzera dei negozianti di articoli sportivi ASMAS, svolgerà già per la terza volta la campagna del contrassegno di regolazione degli attacchi da sci (consegna di 600000 contrassegni). Sempre più negozi e reparti di articoli sportivi si impegnano nei confronti dell'upi a far controllare e regolare gli attacchi di sicurezza soltanto da personale istruito e solamente su apparecchi di regolazione esaminati dall'upi. In segno di una corretta regolazione degli attacchi da sci al cliente viene data una ricevuta elettronica di regolazione. Sullo sci destro viene applicato il contrassegno con il quale si vuole ricordare al cliente di far ricontrattare gli attacchi da sci nel negozio specializzato nei mesi da ottobre a dicembre 1994, cioè prima della stagione sciistica successiva.

### **Risultati ottenuti con la campagna dei contrassegni 1992/93**

Nei mesi di novembre e dicembre 1992 l'istituto di ricerca di mercato e di sondaggio dell'opinione pubblica, ISOPUBLIC, ha condotto su incarico dell'upi un'inchiesta sul grado di notorietà del contrassegno di re-

golazione. Delle 1029 persone interrogate il 28 per cento conosceva il senso e lo scopo del contrassegno, di cui il 30 per cento nella regione linguistica tedesca ed il 22 per cento nella regione linguistica francese. Dal 7.2. al 21.3. in quattro località sciistiche prescelte sono stati contattati i contrassegni di regolazione. I rilevamenti sono stati effettuati nei parcheggi in modo da evitare che il risultato fosse falsificato dalla presenza degli ospiti stranieri. Sono stati contattati soltanto i contrassegni attuali (nel 1993 ne sono stati consegnati 500000); il 10-15 per cento circa degli sci controllati recavano un contrassegno del 92.

Luogo del ri-levamento	sci recante il contrassegno attuale 1993
Engelberg (OW)	22,3%
Laax (GR)	21,1%
Wangs-Pizol (SG)	13,6%
Les Crosets (VS)	11,9%



I negozi specializzati che effettuano la regolazione degli sci su un apparecchio di regolazione esaminato dall'upi sono riconoscibili dal contrassegno.

### *I nostri consigli*

- Far controllare e regolare gli attacchi da sci di tutti i membri della famiglia nei mesi da ottobre a dicembre (in un negozio specializzato che dispone di un apparecchio di regolazione esaminato dall'upi).
- Richiedere la ricevuta elettronica della regolazione.
- Richiedere il contrassegno 1994.
- Sostituire assolutamente gli attacchi da sci che non possono più essere regolati sull'apposito apparecchio.

## Sciatori, attenti a non finire su una barella

Su circa 2 milioni, in cifra tonda, di praticanti lo sci nel nostro paese, più di 25000 sono annualmente vittime di un incidente. Questi infortuni costano all'insieme della collettività alcune centinaia di milioni di franchi, di cui una parte considerevole è sopportata dalle assicurazioni (infortuni e responsabilità civile in particolar modo).

Come lo rileva il Centro d'informazione degli assicuratori privati svizzeri, l'INFAS, a Losanna, l'alto numero d'infortunati è dovuto, tra l'altro, alla democratizzazione dello sci, ai progressi tecnici realizzati, come pure alla proliferazione dei mezzi di risalita meccanici, che conducono sempre più in alto una moltitudine di amatori mal preparati allo sci d'alta montagna.

A queste facilità ed all'impreparazione vanno aggiunte troppo spesso la negligenza, la mancanza di allenamento, di disciplina, l'imprudenza e la sopravvalutazione delle proprie forze.

L'80% degli infortuni sono dovuti ad un errore di comportamento e di un incidente su due è vittima lo sciatore principiante o che pratica questo sport da meno di un anno.

E' un fatto, che adottando un comportamento adeguato ogni sciatore può ridurre sensibilmente il rischio d'infortunio. Non per nulla, la Federazione internazionale di sci (FIS) ha pubblicato a suo tempo delle norme ben precise che stipulano, tra l'altro, che ogni sciatore eviterà di mettere in pericolo o danneggiare terzi; adatterà velocità e condotta alle condizioni del terreno e meteorologiche; prevederà una direzione che eviti il pericolo di collisione con uno sciatore a valle e manterrà una distanza tale da consentire le evoluzioni dello sciatore sorpassato.

Prima di immettersi su una pista o di attraversarla, si accerterà che la via sia libera. Inoltre eviterà le soste sulla pista e, in caso di caduta, la sgombererà il più presto possibile.

Come nella circolazione stradale, ogni sciatore è tenuto a rispettare la segnaletica ed a prestar soccorso in caso d'incidente.

Lo sciatore vittima di una ferita di cui è il solo responsabile, si rivolgerà all'assicurazione contro gli infortuni. Chi non è assoggettato alla legge sull'assicurazione obbligatoria contro gli infortuni (LAINF), avrà interesse ad avere un'assicurazione infortuni privata o un'assicurazione malattia che copra pure i rischi d'infortunio.

Per contro, lo sciatore che commette una negligenza e ferisce una o più

persone implica la propria responsabilità civile. Questa sarà tuttavia coperta dall'assicurazione privata RC da lui stipulata a titolo individuale o quale capo famiglia. Se non possiede una tale assicurazione, il responsabile di un incidente corre un grosso rischio; in particolare, se l'infortunio riveste una certa gravità, può essere costretto al pagamento di forti indennità. Infine, è utile ricordare l'importanza di un'assicurazione di protezione giuridica che difende lo sciatore sul piano penale o s'incarica di ottenere le indennità giustificate presso l'assicurazione infortuni o presso il responsabile e dalla sua assicurazione RC.

### Ladri amatori di sci!

Nelle nostre stazioni invernali, sono stati segnalati, anche quest'anno, durante il periodo delle feste, diversi furti di sci. Il centro d'informazione degli assicurati privati svizzeri, l'INFAS, a Losanna, attira quindi l'attenzione degli appassionati della neve sull'attività dei ladri specializzati nel furto di sci d'un certo valore.

Per evitare rabbia e seccature e, se non altro, per complicare le operazioni dei rubaioli, l'INFAS 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 un 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. Gli spiccioli che dovrete sborsare per la consegna - come d'altronde l'applicazione degli altri consigli - possono evitarvi un fine settimana o vacanze rovinato o, se non foste assicurato, la spesa per l'acquisto di un nuovo paio di sci.

### Il codice dello sciatore, lo conoscete?

Alla vigilia delle vacanze invernali, occorre far notare che preparazione insufficiente, mancanza di allenamento, tecnica imperfetta, fatica e temerità sono alla base del maggior numero d'incidenti di sci. Sovente, gli sciatori dimenticano di osservare l'uno o l'altro dei 10 comandamenti emanati dalla Federazione internazionale di sci (FIS).

Questo codice è riproposto dal Centro d'informazione dell'Associazione svizzera d'assicurazioni, l'INFAS, a Losanna:

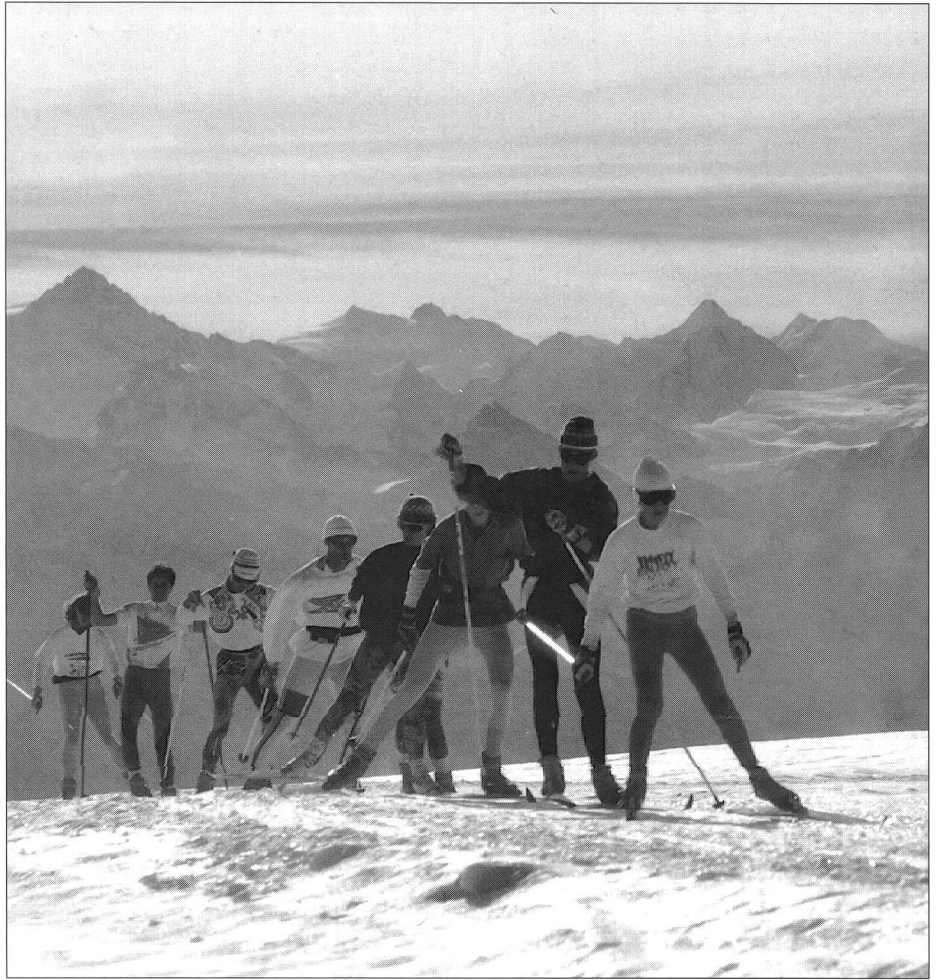
1. Rispetto per gli altri: Ogni sciatore deve comportarsi in modo da non mettere in pericolo o danneggiare altri.
2. Padronanza della velocità e del comportamento: lo sciatore deve adattare velocità e comportamento alle sue capacità personali come pure alle condizioni generali del terreno e del tempo.
3. Scelta della direzione: lo sciatore a monte, la cui posizione dominante gli permette la scelta del percorso, deve prevedere una direzione che eviti il pericolo di collisione con lo sciatore a valle.
4. Sorpasso: il sorpasso può essere effettuato tanto a monte quanto a valle, sulla destra o sulla sinistra, ma sempre ad una distanza tale da consentire le evoluzioni dello sciatore sorpassato.
5. Attraversamento e incrocio: lo sciatore che si immette su una pista o attraversa un terreno di esercitazione deve assicurarsi, mediante controllo visivo a monte e a valle, di poterlo fare senza pericolo per sé e per gli altri. Lo stesso comportamento deve essere tenuto dopo ogni sosta.
6. Sosta: lo sciatore può fermarsi solamente sul bordo della pista o in punti con buona visibilità.
7. Salita: lo sciatore che risale la pista deve procedere soltanto ai bordi di essa e deve discostarsene in caso di cattiva visibilità. Lo stesso vale per lo sciatore che scende a piedi.
8. Rispetto della segnaletica: ogni sciatore è tenuto a rispettare le demarcazioni ed i segnali.
9. In caso d'infortunio: ogni sciatore deve prestare aiuto. E allarmare i servizi di soccorso.
10. Identificazione: chiunque sia coinvolto in un incidente e ne sia testimone è tenuto a fornire le proprie generalità.



# KOVO

Rappresentanza generale  
D-I-FL-CH  
GNÄDINGER & CO.  
CH-6803 Camignolo  
Tel. (0041 91) 95 12 88  
Fax (0041 91) 59 54 38

PINS (spille)  
Superqualità (fatte a mano)  
a prezzi convenienti già a  
partire da 300 pezzi.  
Chiedete la nostra documentazione



Die neue  
Generation

## Tricodur® Friktionsbandagen



**Rasche  
Schmerzlinderung**  
durch Friktionskerne mit  
Massage-Wirkung.

**Sicherer Sitz**  
durch spezielles Wellen-  
gestrick.

Indikationen:  
Reizzustände und Überlastungs-  
erscheinungen, Gelenkergüsse  
und Schwellungen bei Arthrose  
und Arthritis, nach Verletzungen  
und Immobilisierungen.

Erhältlich bei:  
Orthopädie- und  
Sanitätsfachhändlern,  
Apotheken, Drogerien.

BDF ●●●●●

**Beiersdorf**





**panzeri®**  
**veste lo sport**

V. Toscanini, 7 - 22040 MONGUZZO (Como)  
 Tel. 0039-31-650171 Fax. 0039-31-617090

Il miglior abbigliamento per società sportive  
 Produzione personalizzata - riassortimento  
 garantito anche per pochi capi

Nuova esposizione vicino alla  
 fabbrica aperta anche il sabato

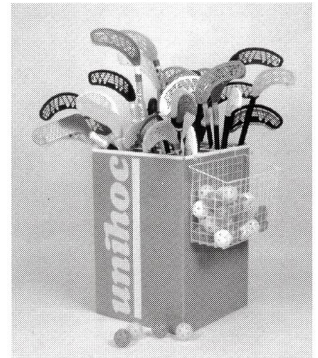


Freizeit, Sport und Touristik AG

Franzenmattweg 2, CH-6315 Oberägeri, Telefon 042 72 21 74, Fax 042 72 16 74

## Unihockey, il gioco per tutti!

- "MATCH SPEZIAL"  
nero/bianco
- "STINGER"  
bastone: giallo
- "GREEN STAR"  
bastone: verde
- "FIBER SUPER"  
bastoni: giallo/verde/bianco



- Prezzo al pezzo:
- "MATCH SPEZIAL" fr. 22.-
  - "STINGER" fr. 34.-
  - "GREEN STAR" fr. 34.-
  - "FIBER SUPER" fr. 31.-

Nel set sono compresi tutti i  
 pezzi (10 bastoni / 2 bastoni  
 da portiere / 5 palline)



Per altri prodotti UNIHOC  
 richiedete il nostro prospetto!

# unihoc®

# Forza Ticino

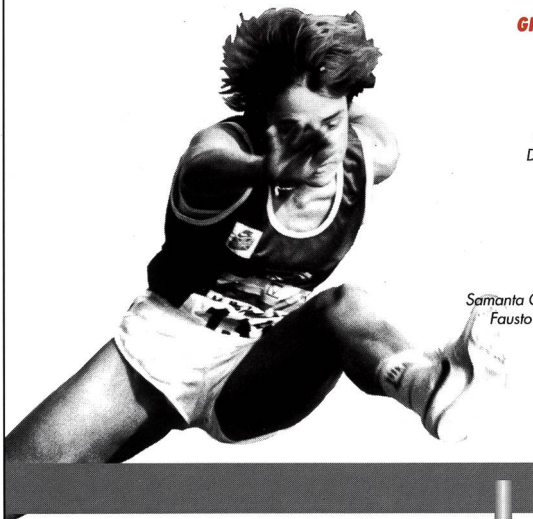
## Un'estesa campagna a favore dello sport ticinese.



Fondazione Aiuto Sport Svizzero

Un'azione promozionale della Fondazione Aiuto Sport Svizzero a sostegno dello sport cantonale.  
 L'aiuto concreto dell'industria, del commercio e della finanza ticinesi a beneficio degli atleti del nostro cantone.  
 Un futuro un po' meno duro per lo sport ticinese.  
 La possibilità per i nostri sportivi di competere ad alto livello.

**LA FASS RINGRAZIA SENTITAMENTE I  
 PARTNER DELL'AZIONE FORZA TICINO.**



### GINNASTICA RITMICA SPORTIVA

Laura Beffa

### CANOTTAGGIO

Ivan Pin

### ATLETICA

Massimo Balestra Isabella Moretti  
 Daniela Pagani Monica Pellegrinelli

### GOLF SU PISTA

Jean-Louis Cazzato

### TIRO PRATICO

Miro Mazzucchelli

### NUOTO

Samanta Cavadini Eliana Fieschi Nathalie Inderbitzin  
 Fausto Mauri Marco Minonne Christian Narra  
 Katia Olivi Nanette Van der Voet

### PALLAVOLO

Anne-Lyse Gobet

### SCI NAUTICO

Cristina Muggiasca

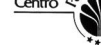
### SCI NORDICO

Natascia Leonardi

Centro  
 Breggia  
 Balerna



Centro panoramic  
 Cadro



**BSI** 1873  
 Banca della Svizzera Italiana



**BRIC** Centro del Rio da la  
 aggregazione Locarno  
 Lamone Erabengo Locone Biasca Mendrisio

**Coop**

**POST COMPUTER** NCR  
 © 093 32 25 65

**gaggi**  
 gaggi-bizzozero sa

**laRegion**

**CORRIERE DEL TICINO**

**L'eco dello sport**

**Giornale del Popolo**