

<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>	52 (1995)
<b>Heft:</b>	1
<b>Rubrik:</b>	Qui Macolin

### **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:** 08.01.2026

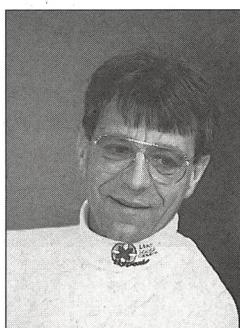
**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Chi va e chi viene

## Ritorno all'università

Nel gennaio 1991, un candidato fra i 15 pretendenti alla successione della signora Ursula Weiss alla testa dell'Istituto di scienze dello sport (ISS) si stacca decisamente dal lotto: il dott. Hans Hoppeler, professore straordinario d'anatomia e d'istologia dell'Istituto d'anatomia dell'Università di Berna. Trovato l'uccello raro, bisognava fare in modo di tenerlo. Fortunatamente cantone, università di Berna, Ufficio federale del personale, Controllo delle finanze federali, Dipartimento federale dell'interno e la responsabile del personale della SFSM seppero coniugare i loro talenti amministrativi e dar prova di un grande senso dell'invenzione: il frutto dei loro sforzi prese la forma del «joint appointment» (doppio impiego), permettendo l'arrivo di Hans Hoppeler alla direzione interinale dell'ISS al 75% a partire dal 1° aprile 1992.

## Un vulcano



Hans Hoppeler possiede qualità rare: la capacità di ridurre rapidamente all'essenziale e di formulare succintamente i termini di un problema complesso; una curiosità insaziabile, che opera in lui come un autentico fermento intellettuale; una grande capacità di lavoro; e, anche, la facoltà di staccarsi completamente. Un ribollito intellettuale permanente, con talvolta il risultato di idee simili a un'eruzione vulcanica: Hans Hoppeler è veramente un vulcano... Un elenco, certo non completo, permette di farsi un'idea dei cambiamenti avvenuti e delle innovazioni introdotte durante il suo passaggio all'istituto:

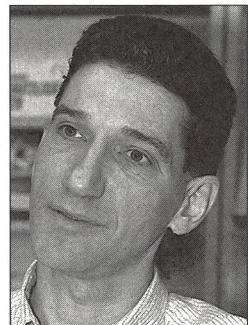
- l'Istituto di ricerche (IR) è stato ribattezzato Istituto di scienze dello sport (ISS);
- tre nuovi settori – medicina dello sport, educazione e salute, scienza dell'allenamento – sono stati creati per meglio rispondere alle necessità dello sport svizzero;
- i mezzi a disposizione della ricerca sono stati leggermente aumentati, ciò che ha permesso di sostenere nuovi progetti a Macolin o altrove;
- lo sviluppo di propri progetti di ricerca: esami non invasivi con risonanza magnetica nucleare alfine d'ottenere diagnosi funzionali del metabolismo muscolare; aspetti dell'adattamento all'altitudine della muscolatura scheletrica; studio degli effetti di un allenamento di resistenza di debole intensità;
- è stata sviluppata la prevenzione al doping. Sono stati fissati degli obiettivi e i primi risultati si fanno già sentire;
- le prestazioni mediche dell'ISS sono ora fatturate;
- seminari e moduli di formazione in medicina dello sport sono stati proposti e hanno registrato un vivo successo (studenti universitari e postgraduati);
- le necessità dei partner più importanti dell'ISS sono state valutate (EVAP) e i punti forti (IDENTIS) fissati in funzione dei risultati ottenuti;
- sono state formulate le prime basi di un progetto importante sulla «promozione della salute tramite l'attività fisica e lo sport».

Inoltre, Hans Hoppeler ha operato con molta energia nel quadro della Società svizzera di medicina dello sport, alla creazione di una nuova sottospecializzazione in medicina dello sport.

Hans Hoppeler si è rapidamente reso conto che i suoi compiti alla direzione dell'ISS non gli lasciavano più il tempo per i suoi lavori di ricerca

personale e le altre attività universitarie. Inoltre, uno specialista della prevenzione o un fisiologo sarebbe stato meglio alla guida dell'ISS che non un anatomista. Perciò la sua decisione di tornare completamente nel giro universitario è indubbiamente la buona. Ciò non toglie che lo rimpiangiamo dal punto di vista umano.

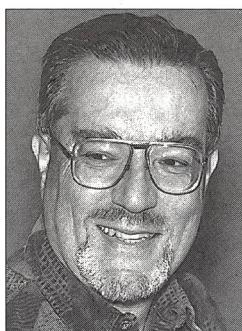
## Nuovo capo



«Solo di recente, negli ultimi cinque-dieci anni, è stato scientificamente stabilito e riconosciuto l'importanza di una pratica regolare d'attività fisiche e sportive per la prevenzione e il mantenimento della salute...» (Marti, B., in: Weiss W., 1993). Questa citazione, estratta dal contributo di Bernard Marti a uno studio sulla «Salute in Svizzera» può apparire un po' secca e lapidaria. La dimostrazione che regge quest'affermazione, con tutti i convincenti argomenti, non è meno appassionante da seguire e caratteristica di Marti, che ha centrato le sue ricerche sull'importanza dell'attività fisica e dello sport nel settore della prevenzione medica, settore nel quale è diventato una delle personalità di maggior spicco. La sua carriera professionale non si scosta molto dal suo sport prediletto, la corsa d'orientamento, che ha praticato ad alto livello poiché ha fatto parte della nazionale svizzera tra il 1972 e 1978 e fra il 1981 e 1984. Questi i punti disseminati sul suo percorso: scolarità e studi di medicina a Berna, un semestre di studio all'estero, più precisamente a Helsinki, poi ritorno a Berna, studi di geologia e di geografia, non portati a termine, una tesi di medicina sociale e preventiva sotto la direzione del prof. Abelin («Capacità di resistenza dal punto di vista fisiologico ed epidemiologico: ricerca sui partecipanti al Grand-Prix di

Berna, 1984), un anno di ricerca a Helsinki grazie a una borsa di studio accordata dal Fondo nazionale della ricerca, una lunga attività di ricercatore e d'insegnante alla facoltà di medicina dell'Università di Zurigo presso il prof. Gutzwiller coronata da un'abilitazione («Gli effetti preventivi dell'attività fisica: panoramica degli effetti dell'attività fisica e più particolarmente della corsa a piedi sulla salute»); infine, dal 1992, Bernard Marti dirigeva la divisione Epidemiologia e malattie infettive dell'Ufficio federale della salute pubblica. La nomina di Bernard Marti alla testa dell'Istituto di scienze dello sport della SFSM, con il 1° gennaio 1995, non è dovuta al caso: la promozione della salute tramite l'attività fisica e lo sport necessita, in Svizzera, di nuovi impulsi e di nozioni bene ancorate. Tutti gli svizzeri, sportivi o no, approfitteranno dell'arrivo di Bernard Marti all'ISS. La Scuola federale dello sport ugualmente, non c'è dubbio...

### **Veni - Vidi - Witschi**

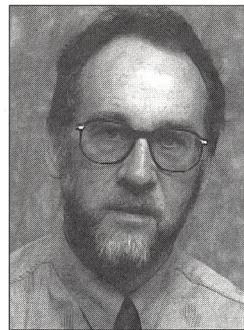


È così che i latini di Macolin hanno sempre plagiato Cesare per dire Gerhard Witschi, alla SFSM sin dall'aprile del 1962. Impegnato dapprima nei corsi di base dell'Istruzione preparatoria (IP), poi sostituto del caposezione IP, Willy Rätz, in missione speciale per integrare le ragazze nell'allora Istruzione post-scolastica facoltativa, detta anche istruzione premilitare. Non se ne fece nulla per molti motivi, non da ultimo i cambiamenti in atto nel secondo dopoguerra. Infatti, l'IP divenne Gioventù + Sport con dentro le ragazze. Già nel 1964, Gerhard Witschi è attivissimo nel plasmare la nuova istituzione, che venne suffragata e realizzata con la votazione popolare del 1972. Dopo oltre una quarantina d'impegni nei corsi di formazione di monitori dell'IP, nel 1976 divenne capodisciplina G+S nell'e-

scursionismo e sport nel terreno. In innumerevoli campi ha realizzato molte delle sue creative idee, bivaccando sotto le stelle o sugli alberi. Famosa è la sua trasformazione policroma dei grigioverdi Mowag dell'esercito.

In tutti quegli anni di responsabilità d'una disciplina così eterogenea ha potuto conoscere e capire molti giovani e nel suo quotidiano vi sono pure le collaborazioni con le istituzioni giovanili. Un lavoro non sempre facile. Nel 1986 prende le redini delle «piccole discipline G+S» ottenendo un vasto sguardo su diversi sport. Negli ultimi due anni s'è occupato di un gruppo di capodisciplina G+S, ponendo in risalto le sue enormi conoscenze di G+S, dovute anche al suo costante impegno. Gerhard s'identificava nei suoi compiti e nella SFSM – di lui si poteva contare. Sempre pronto ad aiutare, con la calma dei forti. Non c'era manifestazione festaiola della SFSM senza i suoi versetti (Schnitzelbänke) tipici del carnevale basilese. Episodi di vita vissuta tradotti in modo caricaturale. Nel corpo insegnante, Gerhard Witschi lascia una lacuna. Ci si era abituati alla sua personalità, al suo stile, alla sua disponibilità. È stato un autentico collega, ponderato, naturale, immaginativo e anche innovatore nel modo di concepire lo sport.

### **... e al suo posto arriva**



Hansruedi Mutti, con il bagaglio d'una vasta esperienza in G+S e in particolare della responsabilità quale capodisciplina di corsa d'orientamento, buone prerogative per dirigere il gruppo delle «piccole discipline».

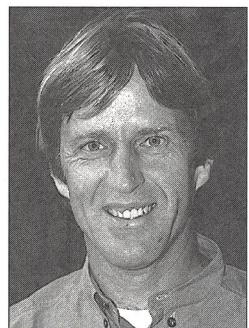
Mutti è stato oltre 20 anni insegnante alla scuola primaria di Belp. La sua esperienza pedagogica sarà molto utile nella consulenza dei suoi colleghi responsabili di discipline G+S. Ottime anche le sue doti di organizzatore. Una pagella completata dal

suo impegno quale rettore delle primarie di Belp, con quattro edifici scolastici e circa 40 classi. Oltre a ciò, ha concluso con successo la scuola di management BPIH di Berna.

Con l'arrivo di Hansruedi Mutti si arriva a integrare una disciplina esterna (corsa d'orientamento) nuovamente nella SFSM. Siamo convinti del suo impegno. Si occuperà dello sport di campo, scaricando il responsabile dell'Escursionismo e sport nel terreno. Trovandosi a cavallo di due discipline sportive potrà dare sicuramente un valido contributo alla formazione in G+S.

Hansruedi Mutti è un personaggio ponderato e completerà in modo ottimale il suo gruppo di capodisciplina. Ci rallegriamo della sua collaborazione.

### **Un altro se ne va**



Hansruedi Hasler (1947), dirigente del settore educazione e salute all'Istituto di scienze dello sport (ISS) ha lasciato la SFSM al termine dello scorso anno. È ora Direttore tecnico

dell'Associazione svizzera di calcio (ASF). È stato chiamato a coprire tale carica, un onore per lui ma – nonostante la partenza di un personaggio straordinario – anche per la SFSM. Hansruedi Hasler ha cominciato nel 1973 la sua attività a Macolin quale insegnante di sport, è stato capodisciplina calcio, ha nel frattempo concluso con successo gli studi di pedagogia all'Università di Berna e, nel 1992, nell'ambito della nuova organizzazione dell'ISS, ha assunto la responsabilità del succitato settore e della coordinazione scientifica. Sedeva insomma nella stanza dei bottoni della promozione della scienza dello sport per la Svizzera ed ha influito enormemente nella messa a punto pedagogica dell'insieme della formazione alla SFSM. Con il cuore è rimasto calciatore. È stato attivo, quale giocatore e allenatore, in diverse società fino alla Lega nazionale.

### **... e il partente dice**

Lascio la SFSM con sentimenti contrastanti: da un canto sono felice di assumere nuovi compiti all'ASF, dall'altro mi è difficile lasciare la mia patria professionale (SFSM) e la sua gente. Il calcio è stato in gran parte la mia vita nel sapere che migliaia di persone in Svizzera vi trovano gioia e arricchimento. È per me importante che il calcio possa contribuire a una migliore qualità della vita di giovani e anziani. Nella mia attività scientifica ho imparato ad approfondire le cose, prima ancora di parlare e di trattare. Affrontare i problemi alla base, anche quando non si può avviare una ricerca su ogni problema.

Mi occuperò dapprima dei compiti del settore tecnico dell'ASF, per conoscerlo meglio e poi, da qui, formare un team con tutti i collaboratori e collaboratrici. Alla SFSM ho imparato ad affrontare i problemi in modo competente, impegnato e con affetto affinché ne risulti un positivo sviluppo dello sport in Svizzera. E ciò in un'atmosfera di reciproco rispetto. In questo senso resto un macoliano, che lavora all'ASF.

### **Boscaiolo cercasi**

Werner Thomet è entrato al servizio della Confederazione il 19 agosto del 1963. Un benvenuto rinforzo per la squadra che si occupa della manutenzione degli impianti esterni. Proveniva dal mondo contadino; nulla di nuovo, quindi, nel lavorare nella e con la natura. Diligente ed esatto nel suo lavoro, gli si poteva affidare qualsiasi compito. Ha curato in modo particolare i boschi di Macolin.

Alla prima nevicata si occupava di tracciare le piste di sci di fondo, dalla Fine del mondo al Twannberg. E' stato pure il «gerente» della Cappanna, in alto sopra la Hohmatt, la quale la sa lunga di storie, di feste, manifestazioni varie, ospiti graditi e altro ancora. Modesto di natura, Werner Thomet è stato un collaboratore servizievole. Lo accompagnano gli auguri di una serena quiete.



**SFSM** Scuola federale dello sport di Macolin Svizzera  
**ESSM** Eidgenössische Sportschule Magglingen Schweiz  
**EFSM** Ecole fédérale de sport de Macolin Suisse  
**SFSM** Scuola federale da sport Magglingen Svizzera

*La SFSM Macolin cerca*

### **Dirigente del settore «Educazione e salute»**

*L'Istituto delle scienze dello sport (ISS) della Scuola federale dello sport di Macolin (SFSM) è un centro della Confederazione scientificamente competente e di prestazioni di servizio. Nel suo futuro si prospetta la promozione della salute tramite movimento e sport. Per questa ragione, la SFSM ricerca una persona ideale per la conduzione di questo settore.*

#### **Presupposti:**

- ◊ *Esperienza nella ricerca sociale empirica applicata, possibilmente nel campo dello sport e della salute*
- ◊ *interesse per la problematica scientifico-sportiva*
- ◊ *Nozioni di biostatistica (esperienza EED)*
- ◊ *Capacità di lavorare e pianificare in modo interdisciplinare*
- ◊ *Senso del lavoro di gruppo, esperienza pedagogica e interesse allo sport.*

*Allo scopo di rafforzare la presenza latina e femminile anche nelle funzioni dirigenziali, sono gradite tali candidature.*

#### **Condizioni:**

*Offriamo un attraente e vivace campo di lavoro, uno stimolante clima operativo e grande autonomia nella pianificazione e realizzazione di progetti.*

#### **Entrata in servizio:**

*Secondo accordi.*

#### **Informazioni:**

*PD dr. med. Bernard Marti, dir. Istituto di scienze dello sport della Scuola federale dello sport di Macolin; tel. 032 276 320*

**Utenti della strada: attenzione alle slitte!**

## Slittare, ma sicuro!

**L'andare in slitta è un passatempo rilassante e divertente. Chi vuole però sfrecciare in modo sicuro sulla neve deve osservare alcuni punti importanti nella scelta della slitta ed attenersi alle apposite regole per lo slittare. Gli utenti della strada da parte loro devono sempre aspettarsi di vedersi improvvisamente venire incontro una slitta nei quartieri d'abitazione e sulle strade di montagna fuori mano. La soluzione migliore per tutti sono le piste per slitte segnalate.**

L'andare in slitta può essere una gran bella esperienza se effettuato insieme ad amici o con la famiglia. Lo slittare fa inoltre bene alla salute per il suo essere praticato all'aria aperta e per la possibilità che da di riacquistare nuove energie. L'importante è che lo si faccia per rilassarsi e non per scaldarsi l'animo. Tutti – dal più piccolo al più anziano – sanno e possono slittare. Nel farlo dovrebbero comunque avere tutti riguardo per la propria costituzione fisica. Come in tutte le attività sportive vale analogamente anche per lo slittare il principio: riscaldarsi prima di ogni discesa.

### Articolo 50 dell'Ordinanza sulle norme della circolazione stradale

**Giuochi e sport sulla strada**  
 1'E vietato, salvo sulle strade con poco traffico (ad es. nei quartieri d'abitazione), di giocare e praticare lo sport sulla carreggiata, segnatamente di circolare con tricicli, pattini a rotelle, sci a rotelle e simili, come anche slittare e sciare. Giocando e praticando lo sport sulle strade con poco traffico non si deve né ostacolare, né mettere in pericolo gli altri utenti della strada.

**2**I giochi e lo sport sui marciapiedi sono permessi solo se non ostacolano o non mettono in pericolo i pedoni e il traffico sulla carreggiata.

**3**L'impiego di sci e di slitte come mezzi di circolazione è permesso dove è di uso locale.



### Slitta di legno o di plastica?

Le tradizionali slitte di legno (marche Davos e Grindelwald) offrono una certa protezione dai colpi e dalle ferite grazie al loro sedile rialzato. L'arresto su questo tipo di slitta è facile da effettuare a condizione che si calzino scarpe ben intagliate. Quanto più persone siedono sulla slitta, tanto più difficile diventa pilotarla. Per questo motivo è preferibile usare delle slitte ad uno o due posti soltanto. Per quel che riguarda le slitte in materia plastica sono raccomandabili i modelli che presentano la classica forma della slitta. I bob dovrebbero disporre di un volante e di un freno di metallo in posizione centrale in modo da consentire di pilotare e frenare contemporaneamente.

### Pista da sci, pendio o pista per slitte?

Le piste da sci non sono adatte per slittarvi. Sulla maggior parte di esse è perciò proibito andare in slitta. I pendii usati per slittare spesso sono popolati da numerosi bambini, persone accompagnatrici e anche

cani. Il che causa frequenti collisioni. Questi scontri non sono comunque troppo pericolosi, poiché le velocità alle quali si corre, se paragonate a quelle raggiunte sulle piste per slitte, sono basse.

Più divertente è slittare su un'apposita pista per slitte segnalata e preparata. Perché il divertimento non venga offuscato da un infortunio, è utile osservare le seguenti regole:

- non sottovalutare la velocità
- portare scarpe alte e intagliate, guanti e copricapo
- evitare di andare in tre o quattro su una slitta
- evitare di slittare a pancia in giù e a capofitto
- evitare di slittare in condizioni di cattiva visibilità ed al buio
- osservare i divieti per slitte

### Segnaletica delle piste per slitte

Per i tratti di strada usati per slittare, normalmente denominati piste per slitte, è necessario prendere dei provvedimenti atti a salvaguardare la sicurezza stradale e prevedere degli appositi segnali. Sulle piste per slitte deve vigere il divieto generale di circolazione nelle due direzioni. Degli sbarramenti da prevedere a monte ed a valle della pista complementano tale misura. Se in via eccezionale deve essere garantito il servizio a domicilio, la pista per slitte deve fungere da strada a senso unico con divieto di circolare dal basso verso l'alto ed essere segnalata a questo scopo. A valle della pista deve essere allestito uno spazio di frenata, rimuovendo per es. la neve, spargendo sabbia o ghiaia, in modo da arrestare la slitta prima che raggiunga la strada trasversale. Lo stesso vale per le piste che vanno a finire contro edifici, steccati, alberi o altri ostacoli solidi. L'apertura parziale della pista alla circolazione stradale non è ammissibile per motivi di sicurezza.

Gli utenti della strada devono sapere che i bambini quando giocano sono spesso imprevedibili. D'inverno è importante guidare con particolare cautela quando si scorgono dei bambini – con o senza slitta – su strade e marciapiedi innevati. ■