

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

Herausgeber: Scuola federale dello sport di Macolin

Band: 53 (1996)

Heft: 12

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: 16.01.2026

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

Un promemoria per i monitori di sci-excursionismo

Escursioni con lo snowboard nell'ambito di G+S

di Walter Josi
traduzione di Franca Denti

Questo promemoria riguarda le escursioni con lo snowboard nell'ambito dei corsi di disciplina sportiva G+S «Sci-excursionismo». I partecipanti equipaggiati di snowboard (in seguito snowboarder) possono essere inseriti nei corsi di sci-excursionismo se vengono soddisfatte le condizioni seguenti:

1. Programma del corso

Le escursioni con gli sci a cui partecipano gli snowboarder devono essere chiaramente indicate nel programma del corso.

2. Condizioni per il monitor

- Avere una buona esperienza nello snowboard-excursionismo (i partecipanti G+S non sono delle cavie).
- Aver seguito un corso di perfezionamento specifico (molto raccomandato).
- Spostarsi con lo snowboard o gli sci (miglior raggio d'azione in caso di incidenti).

3. Condizioni per i partecipanti

- Buona tecnica dello snowboard per la neve alta e con alle spalle lo zainetto.
- Buona condizione fisica (lo snowboard-excursionismo è più faticoso dello sci-excursionismo).

4. Scelta dell'escursione / Zona del corso

Sono adatte:

- le salite facili, non troppo ripide;
- le discese su pendii regolari e abbastanza larghi;
- numerose brevi discese e salite conformi e paragonabili a una gita nelle Prealpi;
- la neve crostata e la neve pesante è più favorevole che agli sciatori.

Situazioni problematiche:

- le traversate su pendii ripidi;
- le parti pianeggianti;
- le brevi contropendenze;
- i terreni attraversati da rocce;

Altri mezzi ausiliari per la salita:

- i minisci (improvvisati); adatti anche per le normali piste di sci;
- gli scarponi morbidi o soft: hanno poca presa sull'erba o nella neve fresca;
- i ramponi sono utili in date situazioni;
- lo snowboard d'escursionismo separabile può causare difficoltà durante la salita di traversate ripide.

Discesa:

- Imballare correttamente i mezzi ausiliari usati per la salita (pericolo di ferite).
- Un corridoio largo è indispensabile per una curva ad ampio raggio.
- Con lo snowboard si è più rapidi che con gli sci.
- Fare una ricognizione prima di effettuare eventuali salti sulle cornici o altri ostacoli.

Lo snowboard-excursionismo necessita delle stesse nozioni sul terreno e sulle valanghe dello sci-excursionismo.

Perciò:

- Maggiore attenzione (pericolo di valanghe, pericolo di cadute)!
- Una pianificazione particolareggiata (prevedere)!
- Fare con cautela la scelta dell'escursione, del percorso e della tattica!
- Istruzioni precise!
- Disciplina assoluta!

In questo senso: vi auguriamo un grande successo e un'esperienza indimenticabile con lo snowboard-excursionismo! ■

