

**Zeitschrift:** Mobile : la rivista di educazione fisica e sport  
**Herausgeber:** Ufficio federale dello sport ; Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola  
**Band:** 9 (2007)  
**Heft:** 2

**Artikel:** Sapere dove andare  
**Autor:** Sakobielski, Janina  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1001306>

### 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:** 10.02.2026

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

# Sapere dove andare

**Giovani talenti** // I quattro atleti del liceo sportivo di Davos incontrati da «mobile» hanno grandi ambizioni. E faranno di tutto per poter raggiungere i loro obiettivi. Ma tutto significa proprio tutto?

Janina Sakobielski

► «Naturalmente corrono voci che ai massimi livelli sportivi la lista del doping non venga apparentemente presa troppo sul serio», afferma la fondista Tatjana Stiffler. Anche i suoi compagni di scuola Samuel Kind e Leslie Kappeler a volte sono sorpresi da quanto poco tempo impegno i loro idoli degli sport sulla neve a riprendersi da un infortunio. Nemmeno la golfista Melanie Mätzler crede che l'onestà dei nostri eroi sportivi sia al di sopra di ogni dubbio per quanto riguarda le sostanze proibite. Ciononostante, tutti e quattro desiderano

ardentemente far parte, un giorno, della categoria dei migliori al mondo. Ma quale prezzo sono disposti a pagare per realizzare il loro sogno?

## Doping? No, grazie!

«Non credo che riuscirei a godere di una vittoria in Coppa del mondo sapendo di essermi dopata», dice Leslie Kappeler. «Inoltre ho investito talmente tanto per arrivare al mio livello attuale che non potrei assolutamente rimettere tutto in gioco assumendo sostanze proibite.» E il loro investimento è davvero considerevole. Per raggiungere i massimi livelli, infatti, sono necessari dei duri allenamenti, una disciplina di ferro e la rinuncia al tempo libero. Di questo i giovani atleti sono assolutamente consapevoli e perciò il loro più grande desiderio è continuare a prendere esempio da grandi sportivi integeri-

### Il punto

#### Fairplay in tutti i settori

► «mobile»: in che modo la scuola affronta l'argomento doping? Urs Winkler: basiamo tutto principalmente sul fairplay. Un concetto che sta al centro di tutti i settori e che promuoviamo attraverso un'informazione esaustiva e delle chiare direttive di comportamento sia nei confronti del doping sia delle sostanze che creano dipendenza.

**Quale contributo può fornire la scuola in ambito di prevenzione?** Siamo convinti che confrontando gli allievi con l'argomento e trasmettendo loro nuovi valori possiamo fornire un valido contributo in ambito di prevenzione.

**Trattare il tema doping nelle lezioni. Quali sono le sue osservazioni in merito?** Notiamo un consenso sempre maggiore nei confronti della lotta contro il doping e sempre meno comprensione per chi è riconosciuto colpevole di aver assunto sostanze proibite. I giovani atleti si confrontano con l'argomento in modo molto razionale e credono fermamente di poter raggiungere la classe mondiale anche senza ricorrere al doping. //

➤ Urs Winkler, rettore del Liceo sportivo di Davos  
Contatto: urs.winkler@sportgymnasium.ch

Quattro giovani speranze unite da un unico intento: vincere senza doparsi.



Foto: Janina Sakobielski

mi. «Nel Liechtenstein viaggiamo spesso con corridori di Coppa del mondo come Marco Büchl, racconta Samuel Kind. «Sarei estremamente deluso il giorno in cui dovesse apprendere che uno dei miei idoli ha vinto grazie al doping». Per i quattro ragazzi una cosa è chiara: bisogna rinunciare assolutamente al doping.

### Non è un argomento tabù

Secondo Melanie Metzler, doparsi non è un comportamento corretto nei propri confronti e nei confronti degli altri. «È una questione di personalità», aggiunge. Le fa eco Tatjana Stiffler. «Posso immaginarmi che in condizioni completamente diverse dalle nostre, degli sportivi possano ricorrere a misure non autorizzate. Qui, tuttavia, viviamo in un ambiente sano, in un luogo confortevole e seguiamo una buonissima formazione. Tutti elementi, questi, che ci permettono di non pensare affatto al doping.» Sembra dunque che la sensibilizzazione dei giovani atleti sull'argomento con tutte le sue sfaccettature associata all'apprendimento di nozioni rappresentino la base per prevenire gli abusi e proteggersi da essi.

### La lista pone dei limiti

I quattro studenti sono bene informati sulla lista del doping. «Naturalmente scegliamo i farmaci contro il raffreddore che non contengono alcuna sostanza figurante su questo elenco. In caso di dubbi, conosciamo l'indirizzo a cui rivolgervi per raccogliere informazioni sul medicamento in questione», spiega Samuel Kind, che in passato è già stato sottoposto ad un controllo antidoping inatteso, che comunque ha dato risultati negativi. «Gli infortuni e le malattie vanno certamente curati con

le medicine, asserisce Leslie Kappeler, la lista del doping ha il compito di definire i limiti oltre i quali non bisogna andare.» Maggiori sono le conoscenze in ambito di doping, più facile dovrebbe essere riuscire a dire di no!

### Pene più severe

Cosa succederebbe se un giorno il doping dovesse essere legalizzato? Per Samuel Kind tutto si ridurrebbe ad un unico interrogativo: chi potrebbe acquistare i farmaci migliori e più efficaci? «A quel punto, sostiene, le vittorie e gli insuccessi dipenderebbero solo dal denaro a disposizione degli sportivi.» E Melanie Mätzler aggiunge: «per restare attrattivo, lo sport deve rimanere un territorio su cui evolvono gli uomini e non la scienza». I quattro giovani studenti sanno che le sostanze proibite sono nocive per la salute e tutti condividono l'opinione che le persone riconosciute colpevoli di doping andrebbero punite più severamente. Essi s'impegnano per uno sport pulito e corretto e hanno pure aderito al programma «cool and clean» con due gruppi della scuola che l'anno scorso hanno partecipato al Gigathlon. E anche per l'edizione 2007 di questo appuntamento è già stato costituito un gruppo di atleti. Dalle loro dichiarazioni emerge molta fiducia. Se lo sport vuole continuare ad essere lo specchio della società resta soltanto da sperare che anche questi ragazzi rimangano fedeli ai loro ideali. Così, la strada che conduce ad uno sport pulito e corretto sarebbe spianata. //

### Commento

## Una gioventù che lascia ben sperare



► Possiamo riporre nei giovani la speranza di un mondo sportivo futuro senza doping? Credo che debbano essere i giovani sportivi a rispondere a questa domanda. Sono pronti ad assumersi le loro responsabilità? E sono in grado di farlo costantemente? Con il nostro sostegno finanziario ci aspettiamo indirettamente che essi lo facciano e potranno riuscirci soltanto se sanno esattamente di cosa si tratta. Però ogni tipo di informazione sul doping e di sensibilizzazione riguardo a questo tema sono di fondamentale importanza. Anche il programma «cool and clean» si basa, oltre che sulla responsabilità individuale e sul

rispetto del proprio corpo, anche sul ruolo di esempio che i giovani talenti devono assumersi una volta raggiunto il successo. Quanto prima riusciamo a mettere in atto la prevenzione, tanto meglio sarà, dato che il doping non inizia con l'assunzione di sostanze proibite.

Per un giovane atleta è pure molto importante ricevere il sostegno del proprio entourage (genitori, allenatori, assistenti, federazione, scuola e soprattutto mezzi d'informazione) e che esso li guidi con fiducia nella direzione giusta, in particolare quando i ragazzi vivono dei momenti di crisi e hanno bisogno di aiuto.

Se lo sport auspica un futuro senza doping deve dar prova di credibilità offrendo alle nostre giovani leve le premesse e i mez-

zi preventivi migliori, trasmettendo loro le conoscenze necessarie e rendendoli consapevoli del loro ruolo di esempi. Solo così potranno rispettare per tutta la vita il terzo commitment di «cool and clean» «Non faccio uso di doping!». //

► Judith Conrad, membro della direzione di Swiss Olympic  
Contatto: judith.conrad@swissolympic.ch  
[www.coolandclean.ch](http://www.coolandclean.ch)