

**Zeitschrift:** Mobile : la rivista di educazione fisica e sport  
**Herausgeber:** Ufficio federale dello sport ; Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola  
**Band:** 11 (2009)  
**Heft:** 5

**Artikel:** Trucchetti da manuale  
**Autor:** Gautschi, Roland  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1001263>

#### **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:** 11.02.2026

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



# Trucchetti da manuale

tempi. Oppure, semplicemente, non suscitano grande entusiasmo. Per fortuna esistono le eccezioni. Il manuale «Slopetricks», pubblicato di recente, ha la stoffa giusta per spopolare sulle piste da sci.

Roland Gautschi; foto: Ueli Känzig

**H**o sciatato molto con i miei amici e ci siamo osservati a vicenda tante volte mentre eseguivamo dei Tricks», racconta Alex Hüsler. «Molti salti li avevo memorizzati dopo averli visti in filmati sullo snowboard», continua Reto Loser. I tre snowboarder Daniel Friedli, Alex Hüsler e Reto Loser non hanno imparato a destreggiarsi con la loro tavola leggendo dei libri. Tuttavia, di recente, hanno pubblicato un manuale intitolato «Slopetricks», che insegna il modo in cui eseguire diversi Tricks in pista. Di primo acchito sembrerebbe un'incongruenza. I tre amici sono comunque convinti che il manuale finirà nelle tasche dei pantaloni di molti appassionati di sport invernali. Questo perché durante la redazione e la concezione del prodotto, gli autori si sono posti delle domande critiche e mirate, come: qual è il modo migliore di rivolgersi agli snowboarder? E di che cosa hanno realmente bisogno?

## Un sogno diventato realtà

Due anni fa, Alex Hüsler – campione svizzero «Slopetricks» nel 2008 – sognava di pubblicare una raccolta di Tricks sotto forma di DVD. Allora come oggi era consapevole che «le piste da sci offrono molte possibilità per rendere ancor più coinvolgente la pratica dello snowboard». Se si osserva attentamente l'attività nelle zone sciistiche, si constata che molte persone non sfruttano la zona compresa fra lo Snowpark e lo skilift limitandosi a sfrecciare verso valle con poca fantasia. Stando a Daniel Friedli, capo disciplina G+S Snowboard, negli ultimi dieci anni i Tricks per pista hanno subito un'enorme evoluzione. Ma finora non è mai stata dedicata loro alcuna raccolta compatta. Per questa ragione, Friedli cercò di realizzarne una in collaborazione con Swiss Snow-

## In edizione tascabile

Slopetricks  
Snowboard Trickmanual  
Daniel Friedli, Reto Loser, Alex Hüsler  
ISBN 978-3-03700-146-2  
INGOLDVerlag 2009  
Preis: CHF 29.–  
[www.ingoldag.ch](http://www.ingoldag.ch)



sports (SSSA) e G+S. Quest'ultima purtroppo ha però rinunciato a mettere in pratica il progetto.

Nella persona di Alex Hüsler, Daniel Friedli trovò un nuovo partner con cui dar vita alle sue idee. Entrambi erano del parere che la raccolta di Tricks andasse pubblicata sotto forma di manuale e non di DVD, per consentirne l'utilizzazione direttamente sulle piste. Le immagini rimanevano comunque un elemento centrale: ogni Trick doveva essere illustrato con delle sequenze. Fu a quel punto che entrò

in scena il terzo socio, Reto Loser, esperto di riprese e di elaborazione video, nonché appassionato di snowboard. Dopo aver scattato le prime fotografie e preparato il contenuto del tascabile giunse il momento di pensare alla produzione. Le Edizioni Ingold si dichiararono pronte a collaborare. Un vero e proprio colpo di fortuna. A detta di Friedli, la casa editrice specializzata nella pubblicazione di supporti didattici si dimostrò subito cooperativa, aperta e pronta a correre dei rischi.

### Di tutto un po'

Ma a quale genere appartiene il libro che presto occuperà gli scaffali delle librerie? È una semplice raccolta di tricks o piuttosto un manuale didattico? I tre autori scartano l'ultima opzione, perché lo scopo principale è di spingere i lettori a imparare in modo autodidattico. Per Friedli si tratta «soprattutto di apprendere dei nuovi tricks e non di soffermarsi su dei dettagli». Si punta su un pubblico di maestri di snowboard e di docenti che organizzano dei campi sportivi sulla neve. Può capitare che sebbene questi ultimi siano meno abili sulla tavola rispetto ai loro allievi, desiderino comunque fornir loro dei nuovi stimoli. Un desiderio questo che lo «Slopetricks» è in grado di esaudire, grazie alle sequenze di immagini che raffigurano i Tricks, alle descrizioni dettagliate e ai consigli sul modo più facile per mettere in pratica la tecnica. E in caso di dubbi basta consultare la panoramica a pagina 9, dove i Tricks descritti sono strutturati in base al concetto dei «movimenti chiave», noto anche in altri sport. Nello snowboard si parla di «flettere-tendere», «ruotare» e «piegarsi/curvare». Gli amanti di questa disciplina saranno attratti soprattutto dalla grafica e dagli «Individuals», le nuove creazioni che ognuno può realizzare ogni inverno.

### Lacuna colmata

Sul mercato, esistono innumerevoli stampati il cui contenuto si rivolge ai principianti nello snowboard e anche parecchio materiale didattico destinato ai professionisti del settore. Con lo «Slopetricks» i tre autori hanno colmato una lacuna importante, poiché il manuale si rivolge alle migliaia di sciatori che si trovano fra questi due poli e che finalmente avranno fra le mani un tascabile che li inciterà a migliorare la loro tecnica sulla tavola e a realizzare nuovi tricks. ■

### Da sapere

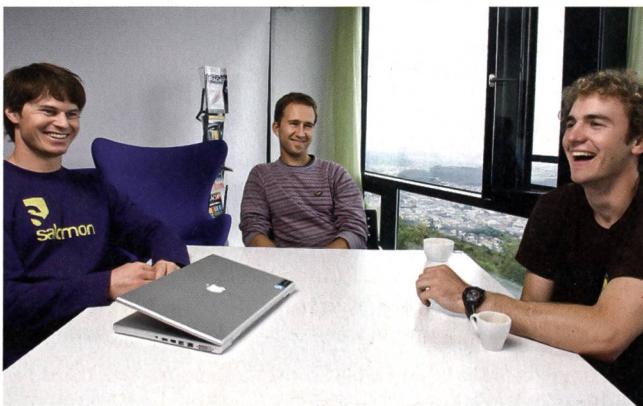
**Cosa sono gli Slopetricks?** Si tratta di rotazioni e/o di salti che non sono eseguiti negli Snowpark o nella neve alta ma durante le discese in pista. I singoli Tricks sono allenati dove il terreno si presta meglio. Chi li pratica può eseguirli senza essere subito redarguito e migliorare il proprio feeling con la tavola. Esistono da molto tempo e stanno diventando sempre più complessi e combinati.

**Chi li può imparare?** Qualsiasi persona che possiede delle conoscenze tecniche di base dello snowboard, come scivolare, curvare e spigliare è in grado di effettuare i primi Tricks, ognuno dei quali nel manuale è illustrato in una sequenza di immagini. Nella parte dedicata ai consigli sono sottolineate tutte le cose correlate al Trick.

**Da cosa è meglio iniziare?** Si inizia dai «Basics», che formano la base di ogni Trick. I movimenti inclinati spingono ad eseguire dei Wheelies, dei valzer che nascono dalle rotazioni in avanti e i primi salti durante la discesa riescono quando si piega e poi si tende il corpo in modo dinamico.

**Che tipi di Tricks esistono?** Nel manuale sono suddivisi in quattro tipi. Ci sono innanzitutto i «Trick.Basics», la cui combinazione (a due a due) dà vita ai «Basic.Combos». Se sono eseguiti in curva si chiamano «Trick.Turns». Infine ci sono gli «Individuals», ovvero delle varianti sviluppate individualmente. Tutti i Tricks sono ripartiti in sei livelli, in modo tale che la difficoltà di ognuno di essi possa essere stimata in modo realistico.

**Cosa si valuta durante i campionati di Slopetrick?** Durante questi campionati si scende liberamente da un pendio scelto da una giuria che giudica la sicurezza e la difficoltà dei singoli Tricks, nonché la creatività con cui si sfruttano le caratteristiche della pista e la fluidità della discesa. Attualmente, tuttavia, gli Slopetrick Contest sono ancora assai rari. Per gli snowboarder di ogni livello, in Svizzera esistono da due a tre possibilità di prendere parte ad un simile evento (per esempio a Wildhaus, nel Toggenburgo). Queste gare non si svolgono però esclusivamente sulla pista, comprendono infatti anche degli ostacoli e dei piccoli salti. L'unico campionato svizzero ufficiale di Slopetrick è disputato in occasione dello SwissSnowHappening (campionati svizzeri destinati ai maestri di sci elvetici) ed è aperto ai membri di Swiss Snowsports. La prossima edizione si terrà a Arosa dal 15 al 18 aprile 2010.



**Retò Loser** è esperto G+S Snowboard, diplomato in scienze dello sport e allenatore del quadro regionale di freestyle «Snowfarm». È anche maestro di sci (livello 2) e docente di scuola elementare.

[reto@slopetricks.ch](mailto:reto@slopetricks.ch)

**Daniel Friedli** è capodisciplina G+S Snowboard, docente di educazione fisica e istruttore di windsurf come pure membro dello Swiss Snow Demo Teams SSSA. [daniel.friedli@baspo.admin.ch](mailto:daniel.friedli@baspo.admin.ch)

**Alex Hüsler** è esperto G+S Snowboard, diplomato in scienze dello sport e allenatore del quadro regionale di freestyle «Snowfarm». È pure campione svizzero Slopetricks 2008 e vice campione svizzero 2009. [alex@slopetricks.ch](mailto:alex@slopetricks.ch)