Zeitschrift: Gioventù e sport : rivista d'educazione sportiva della Scuola federale di ginnastica e sport Macolin

Herausgeber: Scuola federale di ginnastica e sport Macolin

Band: 32 (1975)

Heft: 5

Artikel: Le marce popolari

Autor: Libotte, Armando

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1000753

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: 02.07.2025

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

Le marce popolari

Armando Libotte

La gente, da qualche tempo in qua, sta ritrovando il gusto per le lunghe camminate. Si tratta, nella maggior parte dei casi, di marce organizzate, da società sportive e anche da imprese private, a scopo pubblicitario. In passato c'è stata anche qualche marcia con finalità politiche o squisitamente umanitarie. Ma sono le cosiddette marce non competitive che, attualmente, godono dei favori delle masse. Purtroppo, non poche di queste marce «non competitive» si riducono a delle corse vere e proprie, mancando così al loro scopo, che è quello di far camminare la gente, possibilmente in un ambiente naturale, lontano dai rumori assordanti e dall'aria mefitica dei grossi centri e delle arterie congestionate dal traffico.

Il camminare è attività vecchia quanto l'uomo e costituisce una delle necessità-base per la sua salute. Purtroppo, in un'epoca di generale motorizzazione ci si dimentica che il corpo ha bisogno di movimento e che questo movimento, per essere benefico, va praticato sistematicamente. Il che non avviene sempre, anche da parte di chi si cimenta con molta buona volontà nelle marce «non competitive».

Un tempo, specie nei paesi nordici, il camminare faceva parte del sistema d'educazione dei giovani. Ad una certa età si partiva di casa con pochissima roba in un sacchetto e si andava a girare il mondo, guadagnandosi il necessario per vivere con lavori occasionali, il più delle volte dai contadini. I tedeschi li chiamavano i «Wanderjahre» e Goethe ne parla a lungo nei suoi libri. Il non meno famoso compositore Schubert ha musicato diversi «Lieder» (canzoni) dedicati al camminare, su testi dello stesso Goethe («Wanderers Nachtlied»), di Wilhelm Müller («Das Wandern») e di Schmidt da Lubecca («Der Wanderer»). Canti che si accompagnano bene al camminare ce ne sono anche da noi, ma purtroppo se ne è perso il ricordo, perchè, appunto non si cammina abbastanza. Ed è soprattutto il camminare in gruppo, che invita al canto, che è quasi sempre espressione di sentimenti collettivi. Il camminare e il canto venivano praticati, in passato, con assiduità, anche nelle scuole, ma nei programmi moderni, queste due benefiche manifestazioni di vitalità fisica e di serenità spirituale devono cedere il passo ad altre materie, magari meno importanti. Ci si scorda, insomma, che un corpo sano ed una mente serena sono in grado di risolvere da sè molti problemi che più tardi, di fronte a certe crisi, vengono affidati allo . . . psichiatra, senza possibilità di soluzioni.

È il camminare in gruppo, che affascina, attualmente, una massa non indifferente di persone, di ogni età, uomini e donne. Si tratta, a non dubitarne, di un segno dei tempi. La gente sente il bisogno di riavvicinarsi ai suoi simili, di trascorrere insieme dei momenti più lunghi dei soliti sporadici incontri, sottolineati da un saluto o, al massimo, da un breve scambio di parole. Nelle lunghe camminate, che i vari organizzatori propongono oggi ai partecipanti, c'è tempo per formare dei gruppi, secondo amicizia o simpatia, di allacciare nuove relazioni, di creare legami che dureranno oltre il primo approccio. Chi ha camminato, camminerà. Infatti, ben pochi rimangono alla prima esperienza. La cosa fa piacere — anche se costa un po' di fatica e anche qualche dolorosa vescica ai piedi — e perciò si continua. Se da una parte ci sono i «fanatici» — chiamiamoli così, senza punta di cattiveria o ironia — che non si lasciano sfuggire una marcia che sia una, la maggioranza sa dosare perfettamente il proprio programma e regola le sue camminate secondo bisogno e disponibilità di tempo. È, questo, certo il modo migliore per dedicarsi al camminare. Che poi sia stata istituita una classifica, con tanto di premi, per chi in un anno ha effettuato il maggior numero di chilometri, non infirma il principio che anche nel camminare non si debba esagerare. Le prove «non competitive» che contano per questa classifica non sono molte e il premio finale — riservato ad un largo numero di «camminatori» — non vuole essere altro che un modesto riconoscimento per chi durante l'anno si è mostrato particolarmente volonteroso.

Le marce popolari «non competitive» vantano del resto una lunga tradizione. La più nota, in campo internazionale, è la «4 giorni di Nimega», in Olanda, aperta a civili e militari. La Svizzera vi prende parte ogni anno con una foltissima delegazione, in gran parte militari. Anche nel tormentato Israele si organizza ogni anno una marcia del genere. In Svizzera incontra un vistoso successo la annuale «2 giorni di Berna» e nel Ticino la «regina» delle marce non competitive è la «Marcialonga» in Valcolla. Mille e più partecipanti al via non costituiscono più una rarità per analoghe prove organizzate nel nostro Cantone, anche su percorsi esclusivamente montani come la traversata dal Lema al Tamaro.

Se nella maggior parte dei casi, i partecipanti alle «marce popolari» ne rispettano lo spirito non competitivo, c'è tuttavia sempre un piccolo gruppo di concorrenti che non può fare a meno di trasformare queste pacifiche camminate in accese dispute per un effimero primato. A questi incorreggibili bisognerebbe dire, una volta per sempre, che per chi ama correre e battersi per la vittoria, ci sono tante e tante corse. Le marce popolari non competitive devono rimanere una tranquilla camminata attraverso la natura, possibilmente con il conforto di belle cantate corali, come avveniva un tempo.