

# Comunicati

Objekttyp: **Group**

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

Band (Jahr): **39 (1982)**

Heft 5

PDF erstellt am: **11.07.2024**

## **Nutzungsbedingungen**

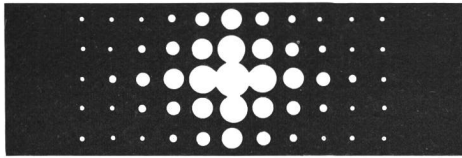
Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.



## Sci primaverile ed estivo

(sps) Sciare e fare delle escursioni al di fuori delle piste segnalate comportano dei rischi che lo sciatore deve conoscere se non vuole esporsi inutilmente al pericolo. Ormai da tempo, lo sci non è più uno sport stagionale riservato unicamente a pochi campioni; numerosi sono infatti gli sciatori che praticano il loro sport anche d'estate. La Federazione svizzera di sci ha raccolto alcuni consigli all'indirizzo degli appassionati dello sci primaverile ed estivo. Eccoli.

- le valanghe e i lastroni di neve rappresentano il maggior pericolo. La radio e il numero tel. 162 informano costantemente sulla situazione generale e sui luoghi particolarmente minacciati;
- quando si pratica lo sci primaverile o estivo, spesso non si tien conto delle differenze tra un pendio soleggiato e un pendio all'ombra. Ecco perché gli esperti consigliano d'indossare vestiti che s'adattino alle diverse temperature e che proteggano sia dal freddo sia dal caldo;
- bruschi cambiamenti meteorologici non sono eccezionali nelle regioni alpine. Dunque: guanti e berretto devono far parte dell'equipaggiamento;
- si possono evitare insolazione, infiammazioni agli occhi e colpi di sole coprendosi la testa, portando gli occhiali da sole e spargendo una crema antisolare (fattore di protezione 6). L'irradiazione ultra-violetta aumenta pure con l'altitudine;
- l'equipaggiamento dev'essere adatto alle circostanze. Succede che gli sci, preparati per piste dure, risultino improvvisamente inservibili. Utilizzando il metodo «fallo da te», si può facilmente porre rimedio. Con carta smerigliata o una lima, si preparano gli spigoli in modo da toglier loro il «filo». Si evitano così non soltanto gli errori di spigolo, ma si favorisce anche la facilità di curvare, economizzando così le forze. Inoltre, parecchi fabbricanti propongono scioline polivalenti che assicurano un buon scivolamento dello sci,

anche con cambiamenti estremi di temperatura;

- prima di praticare lo sci primaverile o prima di escursioni con gli sci, occorre bene esaminare gli attacchi. Le differenti condizioni e i fattori quali la melma, la sabbia, i sassolini e la sporcizia, sono ragioni sufficienti per indurre a un controllo degli attacchi;

- prima di un'escursione con gli sci, ci si dovrebbe fare un esame di coscienza circa la propria condizione fisica, se si sopporta l'altitudine e sapere come chiamare soccorso in caso di necessità. Il mezzo più sicuro per evitare cattive sorprese è farsi accompagnare da una guida che conosce, meglio di altri, la situazione in montagna.



## Un nuovo modello di promozione dello sport

Per la prima volta a partire di quest'anno, l'Unione Centrale dei Produttori Svizzeri di Latte (UCPL), sostiene i «Giochi nazionali della gioventù», organizzati annualmente dalla Federazione Svizzera di Atletica (FSA).

Questa collaborazione, basata su un progetto pilota, prevede che la FSA continui ad organizzare le competizioni eliminatorie sul piano locale, cantonale e nazionale. La conseguenza dell'interesse da parte dell'UCPL per lo sport di massa, è l'appoggio finanziario dato alla FSA per la

promozione dello sport giovanile e lo svolgimento delle competizioni.

I «Giochi nazionali della gioventù», che si chiameranno d'ora in avanti «Coppa Cristallina», portano ogni anno circa 100 000 giovani tra 8 e 17 anni sui campi sportivi del nostro paese. Vengono per misurarsi con i loro coetanei nelle discipline della corsa, del salto e del lancio.

La novità nel programma di promozione a favore dello sport da parte dell'UCPL, è il fatto che per la prima volta in Svizzera, un partner dell'industria si occupa intensamente ed ampiamente dello sport di massa e dello sport per la gioventù. L'UCPL spera che il consumatore sportivo appoggerà l'impiego dell'UCPL per lo sport di massa.

Lo sportivo legge: Gioventù e Sport

La rivista di  
educazione sportiva  
della

Scuola federale  
di ginnastica e sport  
di Macolin

## Panzeri

Abbigliamento sportivo

- La miglior qualità per le più alte pretese a prezzi convenienti
- Colori e combinazioni di colori secondo i vostri desideri
- TRAINING da Fr. 50.- a Fr. 155.-
- MAGLIETTE a partire da Fr. 14.-
- SHORTS a partire da Fr. 14.-



Chiedete il nostro  
prospetto gratuito.

Ordinazioni di pezzi unici  
non possono essere prese  
in considerazione!

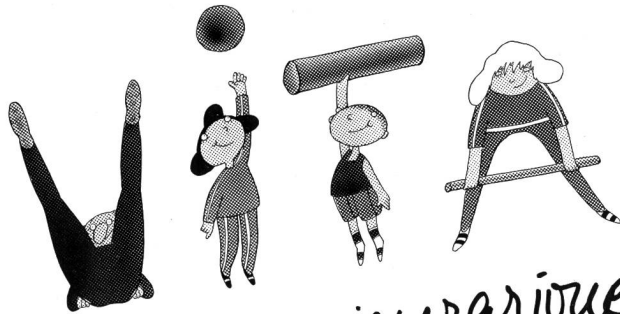
**Rappresentante:**  
**H. Bühler-Lehner**  
Schützenstr. 39  
6430 Schwyz  
tel. 043 21 59 36



**VITA Compagnia di assicurazioni sulla vita**  
L'assicurazione del Percorso VITA

AGENZIE GENERALI AD AARAU, BASILEA, BERNA, BIENNE, BURGDORF, COIRA, FRIBOURG,  
GINEVRA, GLARONA, KREUZLINGEN, LOSANNA, LUGANO, LUCERNA, NEUCHÂTEL, RAPPERSWIL,  
S. GALLO, SION, SOLETTA, WINTERTHUR E ZURIGO.

Un cordiale grazie  
a tutti coloro che ci hanno  
di nuovo aiutato a tenere  
in forma il Percorso  
VITA. Il quale, anno  
per anno, viene a sua  
volta in forma mezzo  
milione di persone.



VITA-La vostra assicurazione