Zeitschrift: Giovani forti, libera patria : rivista di educazione fisica della Scuola federale di ginnastica e sport Macolin

Herausgeber: Scuola federale di ginnastica e sport Macolin

Band: 20 (1963)

Heft: [5]

Rubrik: Comunicazioni

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

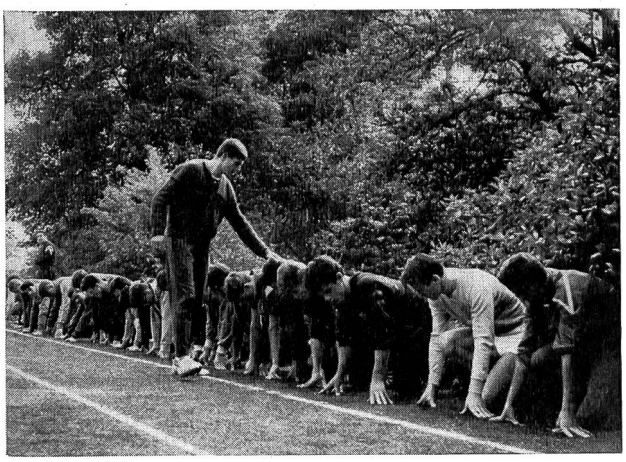
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 18.07.2025

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

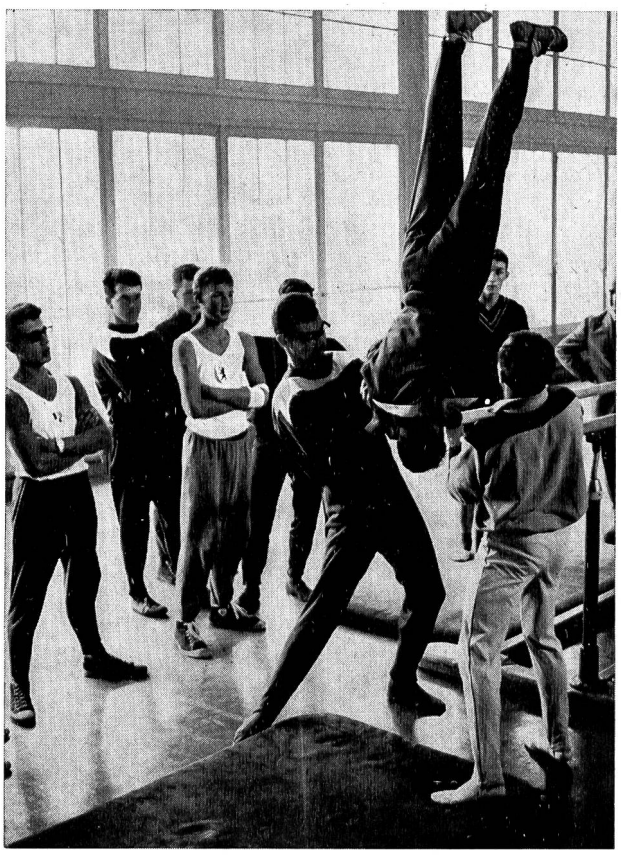
Il I° convegno IP 1963 a Macolin

Pieno successo ha coronato il I.o Incontro IP 1963 a Macolin, svoltosi gli scorsi 7 e 8 settembre presso la Scuola federale di ginnastica e sport.
In questa occasione, da ogni cantone sono giunti a Macolin 5 giovani dai 16 ai 19 anni; in tutto, compresi i due accompagnatori cantonali per gruppo, 175 partecipanti, di cui un buon numero respirava per la prima volta l'aria della SFGS. La selezione nei cantoni essendo avvenuta sulla base di concetti diversi (in primo luogo quello di premiare giovani particolarmente attivi), l'incontro ha acquistato un carattere tipico dell''IP, ossia la pratica facoltativa dello sport come occupazione del tempo libero. Anche se la ricerca della prestazione non è stata lo scopo primo dell'incontro, ciò non vuol dire che i giovani non abbiano dimostrato tutto il loro interesse per le belle istallazioni, per gli attrezzi esemplari, per il modo perfetto nel quale i maestri della SFGS e gli atleti di punta messisi a disposizione hanno lavorato. Sotto la direzione di Willi Rätz, capo-sezione IP alla SFGS, hanno funzionato come istruttori gli atleti Ernest Amman, Edy Hubacher, Peter Läng, Renè Maurer e Pierre Scheidegger, il personalmente ancora giovanissimo nuotatore Werner Hofmann (che, senza esitazione, ha dimostrato i diversi stili in acqua a soli 13 gradi di temperatura!), e i due ginnasti artistici Fritz Feuz e Werner Michel, grazie ai quali i partecipanti si sono potuti rendere conto che anche una capovolta alle parallele e un « fleurier » alla sbarra possono facilmente essere imparati. Unitamente ai maestri di ginnastica e sport Hans Ruegsegger, Clemente Gilardi, Jean Studer, Wolfgang Weiss (tutti di Macolin) e Hansjörg Würmli (San Gallo) e agli specialisti citati più sopra, i giovani hanno praticato a turno corsa, getto della boccia, salto in alto, salto in lungo, ginnastica agli attrezzi (parallele e sbarra) e nuoto, cercando dappertutto con entusiasmo di approfittare al massimo. Onde non lasciar mancare almeno una punta di competizione, sono stati disputati un torneo di pallamano e uno di calcio e una staffetta cantonale 5 x 200. I risultati sono senza grande importanza; sia qui soltanto menzionato che la pallamano è stata appannaggio del gruppo dei cantoni di Glarona, Turgovia, Sciaffusa e Zurigo, mentre il calcio del gruppo Ob- e Nidwaldo, Berna e Friborgo. Nella staffetta cantonale vediamo in testa i vallesani, seguiti dagli svittesi, dai nidwaldesi, solettesi, basilesi e vodesi.
Come già detto, grande entusiasmo tra i partecipanti, il che ha contribuito in maniera non indifferente alla riuscita della manifestazione. Malgrado la temperatura invernale di sabato pomeriggio, il



Esercizi di partenza — Peter Laeng corregge

Allenamento agli attrezzi con il campione svizzero Fritz Feuz



programma ha potuto trovar svolgimento all'aperto (soltanto gli attrezzi in palestra). Domenica mattina il sole è venuto a riscaldare corpi e animi. Numerosi gli ospiti presenti tra il pubblico, in rappresentanza delle autorità federali, cantonali e sportive. Il sabato sera i giovani hanno ancora dato vita ad una bella serata ricreativa, con produzioni variate e piacevoli.
Willi Rätz, capo-sezione IP alla SFGS, può rallegrarsi di aver raggiunto lo scopo prefissosi. L'incontro ha espresso in maniera chiara il modo in cui la SFGS si occupa dell'educazione fisica della gioventù e che l'IP non è un'attività di carattere militare, bensì un contributo importante all'occupazione del tempo libero, un argine alla mancanza di movimento e all'indebolimento fisico cui la nostra gioventù, in conseguenza della vita moderna, rischia sempre più di essere sottoposta.

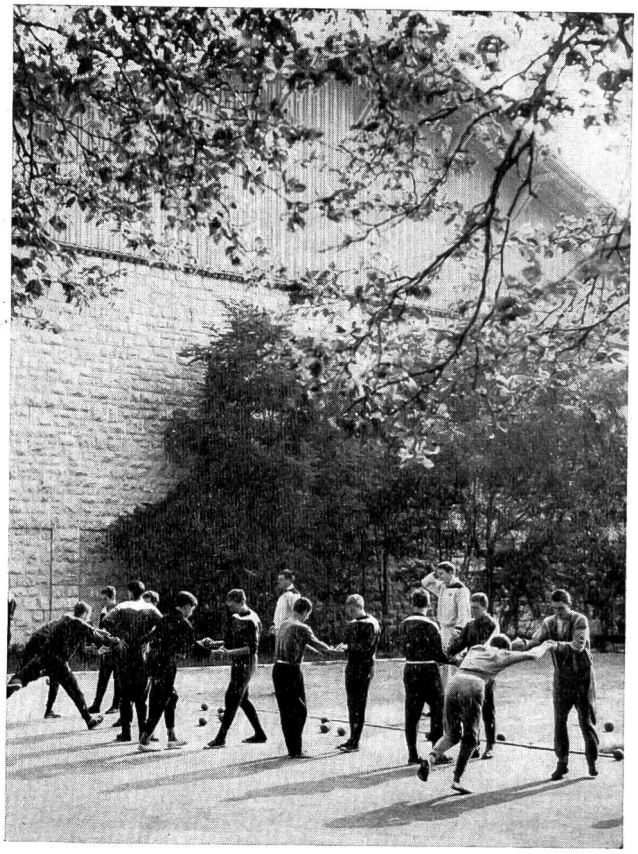
Il Direttore Arnoldo Kaech dell'Amministrazione militare federale (ex-direttore della SFGS) ha concluso la manifestazione, esprimendosi in italiano, francese e tedesco, con una delle sue tipiche e chiare allocuzioni, che siamo lieti di riprodurre per intero.

Cari amici,

Ho il compito di porre il punto finale a questo primo convegno IP di Macolin e di far sì che le mie parole vi accompagnino nel cammino verso casa.
Voglio cominciare con quelli che hanno il viaggio più lungo.

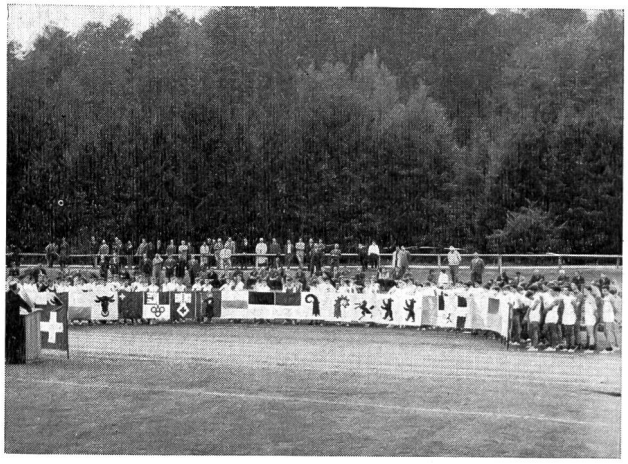
* Mi rivolgo ai nostri cari Ticinesi. La vostra partecipazione all'IP riveste un significato molto maggiore di quello rappresentato dall'effettivo. Esso mette in evidenza che noi tutti — pur essendo contraddistinti da particolarità ben diverse — ci sentiamo stretti in un ideale comune: l'amore e la fedeltà verso la patria svizzera.

** Je m'adresse ensuite au contingent romand. Vous êtes différents — et fort heureusement — de ce que vous avez rencontrés ici et qui sont venu de Zurich, Berne ou encore d'Appenzell ou de Glaris; différents non seulement par la langue, mais aussi par la manière de voir les choses, par l'appréciation des événement et des hommes, et par ce que vous attendez de la vie. Cette différence n'est pas seulement apparente; elle est un fait. Vous devez le ressentir par moment douloureusement. Le pays dans sa majorité réagit parfois à l'encontre de vos sentiments et de vos convictions. Je dis bien «parfois»; car les différences d'opinions, de convictions et de conceptions ne suivent pas toujours les frontières des langues. Loins de là! Est-ce-que l'aptitude d'un paysan valaisan ou fribourgeois face aux problèmes de l'heure n'est pas souvent plus près de celle d'un homme de Schwyz que celle d'un citadin de Neuchâtel ou de Genève?
Ceci pour dire qu'il y a diversité non pas seulement entre les groupes linguistiques, mais bien au-delà. Ce qui importe, c'est qu'il y a un dénominateur commun: la patrie suisse, cette unité qui embrasse d'un geste généreux toutes nos diversités.



Tecnica del getto del peso con Ernst Amman e Edy Hubacher

... e, per terminare, le parole del Dir. A. Kaech dell'Amministrazione militare federale



L'EP en est une expression. Votre engagement volontaire lui donne son sens profond; un sens qui va bien au-delà de ce qu'un exercice corporel peut contenir de positif et de bien. Par cet engagement à une cause, en un temps où la masse préfère flotter avec le courant, vous rejoignez ceux dont notre pays aura besoin s'il veut s'affirmer dans le monde de demain comme il a su le faire dans le passé.
Ed ora agli Svizzeri tedeschi, dei quali faccio parte. Macolin deve continuare ad insegnarci che la patria svizzera è abitata da figli diversi.
Dal momento che siamo i più forti — almeno numericamente — non dobbiamo credere di essere i migliori. Siamo quelli che causano alla patria le preoccupazioni più grandi e quelli che devono mostrare la comprensione e l'amore più grandi verso i propri fratelli.
Macolin esiste per renderci attenti a questa evidenza. Macolin esite non soltanto per rendere più forte il singolo, ma anche per renderlo cosciente dei suoi doveri verso tutti. Prendendo parte all'IP voi dimostrate di aver assunto questi doveri, per una cosa comune e patriottica.
Una parola di ringraziamento deve essere detta. Essa va innanzitutto agli sportivi di punta che si sono messi spontaneamente a disposizione per queste giornate. La competizione è il sale dello sport, la sua espressione più alta, la molla più forte che lo muove.
Io vi invito, giovani dell'IP, a seguire questi esempi. Pochi di voi li raggiungeranno. Se vi darete la pena, potrete però misurare a qual prezzo si pagano le vittorie. Essere pronto a pagare tal prezzo, esser pronto a dare il meglio di se stesso, senza avere altri pensieri che non la vittoria nel gioco sportivo, ecco la virtù più grande del concorrente.
Mi rivolgo ora alle organizzazioni cantonali dell'IP. Parlo a nome del Dipartimento militare federale, nel momento in cui vi ringrazio per la vostra costante applicazione. Parecchie teste qui presenti, che ho appreso a conoscere nel passato, son diventate grigie al servizio della causa comune. Grazie a voi tutti e l'augurio vi segua che i vostri cuori — nel lavoro per la gioventù e il futuro del paese — restino sempre giovani.
Devo ora ringraziare — e lo faccio a nome di voi tutti — la SFGS e coloro che quassù esplicano la loro opera. Che la loro mano non si stanchi, che i loro cuori non si perdano di coraggio.
Possano essi, nel continuo dare e ricevere reciproco, rinnovare le loro forze e mantenere giovane e forte la loro fede.

I rappresentanti del Ticino

Centro IP a Tenero

Un dono alla gioventù svizzera

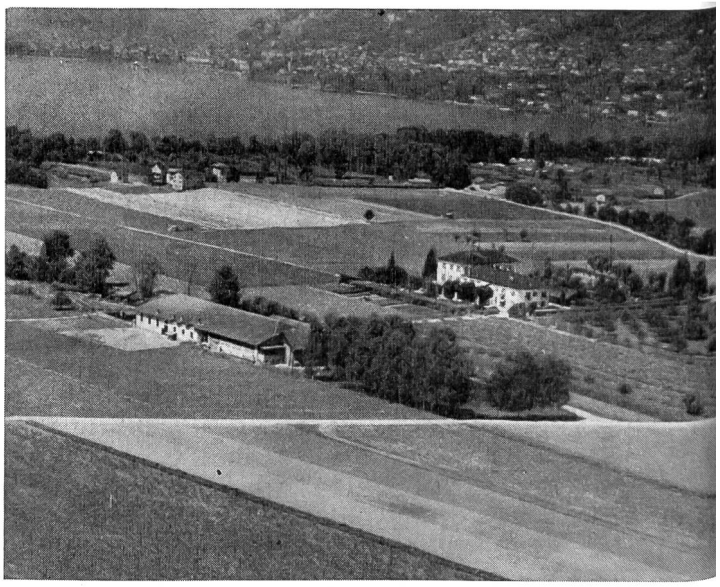
Per il movimento dell'istruzione preparatoria ginnica e sportiva, nonchè per le associazioni ginniche, sportive e giovanili svizzere, Tenero sta divenendo un concetto. Una semplice chiamata telefonica, che, nel corso della passata primavera, l'attivissimo amministratore Feitknecht ha fatto alla SFGS, ha messo in movimento un'azione, il cui significato non sarà mai apprezzato a sufficienza. A Tenero, un grande appezzamento di terreno, appartenente al Dono nazionale svizzero, sarà da ora in avanti a disposizione della gioventù elvetica. Giovani di tutto il paese potranno godere indimenticabili giornate di vacanza, sotto il cielo azzurro del Ticino, in una contrada magnifica, vera oasi di riposo nel bel mezzo di una delle regioni preferite dai turisti. Proprietario dei 60 ettari della tenuta è il Dono nazionale svizzero, che si occupa anche dell'amministrazione; fino al 1961 essa fu sede di una centrale militare di cura. Da allora, il grande casamento costruito all'uopo è vuoto, e, fino a poco tempo fa, se ne cercava un nuovo uso. È così che al gerente è venuta l'idea di mettere costruzioni e terreno a disposizione della gioventù svizzera.

I primi corsi hanno già avuto luogo. Essi sono stati organizzati dagli enti seguenti: Ufficio cantonale IP del Canton Berna, Società cantonale solettese di ginnastica, Gruppo IP di Erstfeld, Gruppo apprendisti della Contraves S.A. di Zurigo, Gruppo apprendisti della Fondazione Dapples di Zurigo, Corpo dei cadetti di Sciaffusa, Gruppo apprendisti della Heberlein & Co. di Wattwil, Gruppo IP di Altdorf, Club sportivo di Lucerna, Scuola secondaria Länggasse di Berna, Sezione SFG di Wülflingen, Gruppo IP Juko di Glarona, Gruppo IP Kleinlützel, Gruppo apprendisti della Carl Maier e Co. di Sciaffusa, e altri. I responsabili e i partecipanti a questi corsi si sono tutti espressi in maniera colma di elogi su Tenero, che essi hanno specialmente apprezzato come campeggio. Eccone i principali vantaggi:

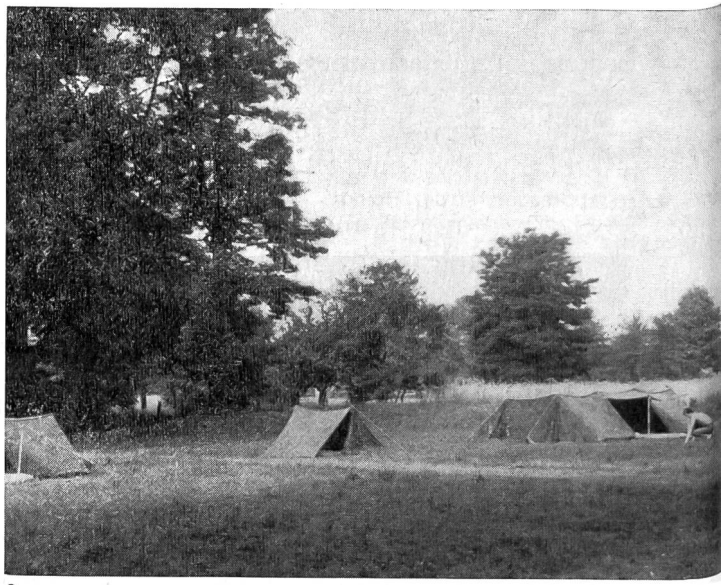
— la situazione unica del terreno, in riva al lago, con una spiaggia naturale di 360 m. di lunghezza e perfettamente adatta alla pratica del nuoto;
— la vasta distesa di terreno della quale si dispone e prestantesi a tutti i giochi;
— la possibilità di svolgere un corso completamente indipendente, in quanto terze persone non hanno diritto di accesso;
— il fatto che Tenero è sito al centro di una regione magnifica per le escursioni;
— le buone condizioni di alloggio nel casamento principale;
— l'avere a disposizione parecchie zone adatte al campeggio;
— la stazione FFS a breve distanza (10 minuti);
— l'eccellente cucina;
— il fatto che i gerenti, Signora e Signor Feitknecht, e il loro personale fanno tutto il possibile per rendere il soggiorno grato agli ospiti.

Scegliamo il passaggio seguente dal rapporto del direttore di uno dei corsi citati: « L'autunno scorso, ho consacrato invano due giorni alla ricerca di un terreno, con accesso al lago, sul quale fosse possibile l'organizzazione di un campo secondo i principi dell'IP. In considerazione degli inconvenienti posti dappertutto dalla presenza di praticanti il « camping » di ogni età e di quelli causati dai chioschi e dalle costruzioni analoghe tipiche del turismo moderno, stavo per rinunciare al progetto di passare una settimana nel Ticino con i 90 partecipanti al mio corso. Per questa ragione la mia gioia è stata particolarmente grande allorchè ho appreso che Tenero poteva essere messo a nostra disposizione. Ringrazio di tutto cuore i dirigenti dell'IP che ci hanno dato la possibilità di soggiornare sul terreno del Dono nazionale svizzero; tale soggiorno ha dato vita a uno dei più bei corsi ai quali ho partecipato durante gli ultimi dieci anni ».

Il rapporto in questione è una conferma delle difficoltà attualmente incontrate per trovare un luogo di campeggio per le organizzazioni giovanili. Sotto questo punto di vista, il valore intrinseco di Tenero si trova aumentato. Ma come mai il Dono nazionale svizzero ha scelto questa nuova utilizzazione della sua proprietà di Tenero? Riteniamo che la ragione risieda nel fatto che il nuovo impiego presenta alcune analogie con la precedente missione. Mentre finora il D. N. S. ha servito la Patria consacrando Tenero alla cura dei soldati malati, da ora in avanti potrà contribuire al mantenimento della salute della nostra gioventù, come pure allo sviluppo delle sue capacità di resistenza e delle sue attitudini fisiche. Compito altamente apprezzabile e corrispondente alle preoccupazioni del Dono naz. svizzero stesso

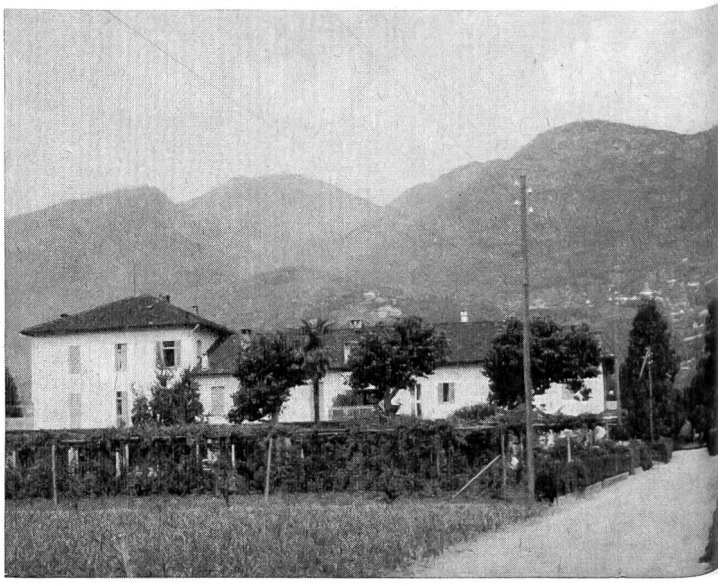


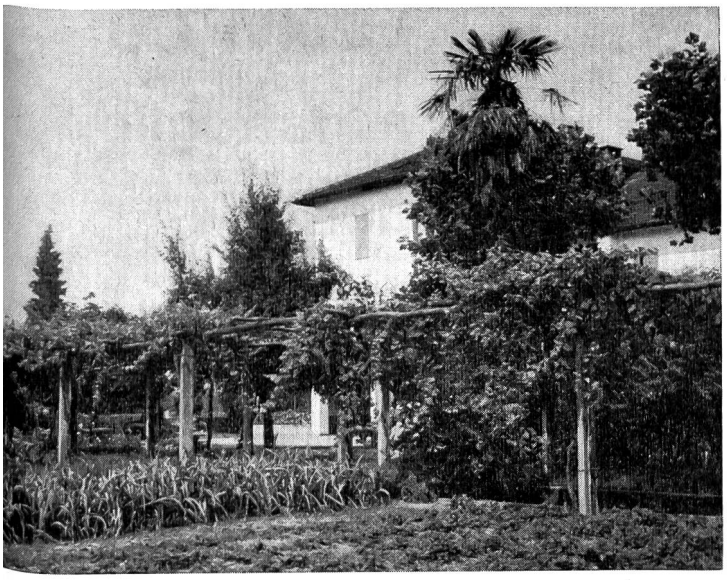
1



2

3





4

5

6

Sebbene durante il primo anno di prova nè il casamento nè il terreno non abbiano subito trasformazioni di nessun genere, i corsi hanno potuto essere svolti con pieno successo, con la riserva tuttavia di alcune restrizioni del programma. Nel futuro non si potrà ad ogni modo evitare di intraprendere diversi lavori di cambiamento per adattare il complesso ai bisogni della formazione tecnica e per motivi di ordine igienico. Ecco il programma delle trasformazioni previste e di cui la realizzazione avverrà già nel 1964:

1. istallazioni sulla spiaggia:
   — pulitura della spiaggia;
   — costruzione e ancoraggio di due zatteroni di partenza;
   — preparazione di un bacino per gli esordienti e di un trampolino;
2. istallazioni per la ginnastica, per i giochi e per lo sport:
   — preparazione di un campo sportivo in vicinanza immediata della spiaggia, con pertiche per l'arrampicata, istallazione per il salto in lungo e in alto e doppia sbarra fissa;
   — preparazione di un campo di gioco confinante con quello sportivo;
   — costruzione di un caseggiato annesso, con locale per il materiale e WC;
3. istallazioni per il bivacco:
   — preparazione di una cucina all'aperto, con cantina coperta e istallazione per lavare gli utensili di cucina;
   — costruzione di un caseggiato annesso, con locali per il materiale e per le derrate alimentari, toilette e WC;
4. alloggi:
   — trasformazione del casamento principale onde assicurare l'alloggio e la sussistenza per 120 partecipanti;
5. istallazioni per il gioco vicino al casamento principale
   — 3 viali per il gioco delle boccie;
   — 6 tavole per il tennis da tavola;
   — 1 campo per la pallavolo.

Tenero si presta specialmente all'organizzazione di corsi facoltativi di nuoto e giochi, esercizi nel terreno e escursioni.
Nei corsi di nuoto, coloro che desiderano un po' di cambiamento dispongono ancora, oltre che della spiaggia « privata », delle acque cristalline dell'idillica Maggia, facilmente raggiungibile da Tenero, eventualmente come punto di arrivo di un'escursione.
Le condizioni più favorevoli esistono per lo svolgimento di un corso di esercizi nel terreno, e la pianura di Magadino offre possibilità capaci di soddisfare il più esigente tracciatore di piste per la corsa d'orientamento. Infine, da Tenero si può facilmente accedere ad alcune fra le più belle regioni di escursione, tra le quali occorre citare la Val Verzasca, la Val Maggia e le Centovalli. Verso il sud, il Monte Ceneri e la Val d'Isone sono un chiaro invito.
Le condizioni finanziarie di un soggiorno a Tenero sono situate entro limiti assolutamente sopportabili per gli organizzatori di corsi per la gioventù. Per i corsi dell'anno prossimo le indennità giornaliere sono fissate nel modo seguente:

	da 1 a 4 giorni	5 giorni e più
Alloggio in letti con lenzuola e sussistenza	fr. 9.50	fr. 8.50
Alloggio in tende private e sussistenza	fr. 8.50	fr. 7.50

Alloggio in tende private
— con utilizzazione delle cucine . . . . . fr. 1.20
— senza utilizzazione delle cucine . . . . . fr. —.90

Si procede, da ora in avanti, alla stesura del piano di occupazione per il 1964. Gli interessati sono pregati di rivolgersi direttamente alla Scuola federale di ginnastica e sport a Macolin, la quale si incarica di tale piano.
Tenero è a disposizione di tutte le organizzazioni giovanili, come pure delle scuole, indipendentemente dal fatto che i campi vengano organizzati o no sotto l'egida dell'Istruzione preparatoria ginnica e sportiva (IP).
W. Rätz Capo della Sezione IP

Foto:

1. Veduta generale del Centro di Tenero
2. Uno dei posti per il bivacco, che saranno presto equipaggiati con toilette, locali diversi, ecc.
3. Il casamento principale permette di alloggiare circa 120 partecipanti ai corsi
4. Un'ala del casamento principale, circondato da un magnifico giardino
5. La spiaggia, presto liberata dai canneti, si adatta specialmente bene alla pratica del nuoto.
6. La fattoria della tenuta, che rifornisce il Centro di latte e di legumi.

La XVI CO a pattuglie dell'I. P.

(Losone 20 ottobre 1963)

La XVI corsa ticinese di orientamento a pattuglie dell'IP., svoltasi nel quadro del nostro colorato autunno in una giornata davvero superba, ha conosciuto ancora una volta un vivissimo successo. Ne hanno ampiamente riferito le cronache: han detto della riscoperta della regione fra Ascona, Losone e Golino, han detto dell'entusiasmo dei giovani pattugliatori, han registrato l'appoggio che alla manifestazione hanno dato le Autorità (con alla testa l'on. presidente del Consiglio di Stato Federico Ghisletta), i collaboratori, le Ditte, han dato i risultati dai quali emergono i progressi che i giovani ticinesi hanno fatto registrare nella pratica dello sport dell'orientamento. Progressi che però sono ancora inferiori alle reali possibilità dei nostri giovani per cui - come giustamente ha fatto rilevare un cronista - sarebbe opportuno far sì che una istruzione nell'orientamento cominci a essere impartita nelle scuole: e propone (appunto perchè i «debuttanti» in questa bella disciplina corrono seguendo qualche pattuglia più «ferrata» che poi li conduce a.... «pascolare») che «nelle ore di ginnastica, nelle ore di disegno, o in altre occasioni nelle quali è dato ai giovani di trovarsi a contatto con chi sa, con chi è in grado di insegnare, si abbiano a dedicare alcune ore all'insegnamento di questa materia»: anzi suggerisce «di incaricare una o due persone competenti in materia, assunte dalla scuola, a girare nelle varie classi dei comuni con il preciso compito di impartire «lezioni di orientamento». È questa, secondo la nostra modesta opinione che però scaturisce dall'esperienza e dalle constatazioni di vari anni, una proposta che merita di essere attentamente vagliata e studiata e, perchè no, attuata. Una combinazione-collaborazione fra la scuola, l'IP e l'esercito che ci sembra destinata a dare i migliori risultati per l'individuo e per la collettività. È un esperimento che si potrebbe tentare. È un nuovo aspetto positivo che scaturisce da questa manifestazione che fa parte integrante del programma di attività dell'IP nel nostro cantone (viene registrata quale esame facoltativo), è un nuovo motivo di soddisfazione perchè è dimostrazione come le nostre manifestazioni offrano l'occasione per suscitare interessanti problemi di studio anche dopo la loro conclusione. (a.s.)

Le classifiche

Categoria A (km 8)

1. **Orgnana,** Alpinisti Locarno (Felix Hepp, Sami Beltrami, Luciano Varalli, G. Carlo Ambrosetti), 59'30" (che conquista per un anno la Challenge del lod. Consiglio di Stato e la challenge Knorr).
2. Ecco, Esploratori 3 Pini Massagno (Fiorenzo Frapolli), 1.01'45"
3. Jungschar Adliswil (Rolf Stehli), 1.10'27"
4. Gaunia, Liceo cantonale Lugano (Peter Süssli), in 1.10'55"
5. Kitkiller Liceo cantonale Lugano (Mario Meoli), in 1.11'46"
6. Von Ludwig Johannes, Liceo cantonale Lugano (Daniele Pestalozzi), 1.14'00"
7. Jupiter, Scuola Tecnica cantonale Lugano (Walter Eberli), 1.14'15"
8. Badira I, Scuola Magistrale Locarno (Fernando Ferrari), 1.17'00"
9. Vibrazione Plastica, Liceo cantonale Lugano (Piero Colombo), 1.22'43"
10. Monark, Gruppo Atletico Gordevio (Egidio Martinetti), 1.26'50"
11. Badira III, Scuola Magistrale Locarno (Renato Leonardi), 1.30'15"
12. Banda Bassotti, Gruppo Sportivo Collina d'oro (Corrado Piattini), 1.31'39"
13. KZ 81, Esploratori AGET Bellinzona (Riccardo Rondi) 1.32'50"
14. Fosca I, Magistrale Locarno (Roberto Signorelli), in 1.33'11"
15. Badira II, Scuola Magistrale Locarno (Luciano Biondini), 1.36'26"
16. Scarpüscioni, SA Vis-Nova Agarone (Vito Vosti), in 1.36'45"
17. Vigor I, S. A. Ligornetto (Renato Bullani), 1.38'25"
18. Torrone d'Orza S. A. Osogna (Silvano Sciarini) in 1.40'45"
19. Bruchi, Unione Sportiva Ascona (Marco Lafranchi), 1.41'24"
20. Visa Gloria, Esploratori 3 pini Massagno (Franco Isella), 1.44'37"
21. Cesy, Società Atletica Vacallo (Piermario Bernaschina), 1.45'15"

22. Les Clochards, Zurigo (Hansruedi Steinegger), in 1.46'40"
23. Jaguar, Scuola tecnica cantonale Lugano (Artemio Bernasconi), 1.47'28"
24. Barbogio, F. C. Preonzo (Emilio Rosselli), 1.49'03"
25. Kikina, Liceo cantonale Lugano (Giancarlo Galeazzi), 1.56'17"
26. Adelfia, Scuola cantonale commercio B.zona (Fausto Filippini), 1.58'28"
27. Samb, Scuola arti e mestieri Bellinzona (Mauro Casati), 1.59'12"
28. Poffercis, Unione Sportiva Ascona (Danilo Frigerio), 2.01'10"
29. Esploratori AEC Chiasso (Bruno Perucchi),2.07'05"

Pattuglie partite: 33

Categoria B (km 9)

1. **OL Gruppo Weinfelden I** (Vogel Marcel, Meuwly Peter, Cater Florian, Loppacher Jakob), 1.11'26" che conquista definitivamente la challenge del Dipartimento militare Ticino.
2. Monica, Società Sportiva PTT Chiasso (Ferrari Piero), 1.15'05"
3. Pedü, Associazione sportiva Concordia Claro (Bullo Giancarlo), 1.19'46"
4. Pisterfüchs, Zurigo (Fischer August), 1.21'29"
5. Esploratori Meilen (Schulz Paul), 1.25'16"
6. Polentoni, Società Atletica Isone (Bulloni Antonio), 1.29'47"
7. SAM Massagno (Bottani Sandro), 1.34'00"
8. I Watussi, Gruppo sportivo Tesserete (Landis Roberto), 1.39'00"
9. Marmotte, Società atletica Isone (Bianchini Peppino), 1.45'29"
10. GAP Ascona, Collegio Papio Ascona (Felice Sergio), 1.49'48"
11. OL Gruppe Weinfelden II (Heeb Guido), 1.50'18"
12. Foppa, SAR Rivera (Patriarca P. Giorgio), 1.50'45"
13. Les «Budons», Gruppo EPGS Vulliens VD (Cavin Jean-Claude), 1.54'37"
14. Les «Talenes» Gruppo EPGS Vulliens VD (Cavin Pierre), 2.08'25"

Pattuglie partite: 16

Categoria C (km 6)

1. **Mornera,** Esploratori Aget Bellinzona (Borsa Bruno, Rondi Enrico, Borsa Sergio, Fumagalli Alberto), in
2. Vigor II, Società Atletica Ligornetto (Luisoni Gianfranco), 59'00"
3. Distaccati 5, Esploratori AGET Locarno (Leemann Christian), 59'03"
4. Banda Bassotti, Unione Sportiva Ascona (Pessi Guido), 1.01'18"
5. Vigor III, Società Atletica Ligornetto (Pagani Francesco), 1.01'32"
6. GAP Ascona II, Collegio Papio Ascona (Muttoni Fabio), 1.01'48"
7. Pinguini, Scuola cantonale commercio Bellinzona (Bellucci Marco), 1.02'21"
8. I Coleta, Liceo-Ginnasio Lugano (Polli Alberto), in 1.03'07"
9. Speranze, Esploratori Tre Pini Massagno (Tami Pierangelo), 1.03'22"
10. Barbudos, Esploratori Tre Pini Massagno (Soldini Claudio), 1.04'39"
11. Interfrigo, AEC Rovers Tesserete (Quadri Carlo), in 1.05'39"
12. Kevanis, Esploratori AGET Bellinzona (Dall'Acqua Pietro), 1.06'00"
13. Belzebù, Esploratori AGET Mendrisio (Favini Marco), 1.06'04"
14. Vidà, Esploratori AGET Bellinzona (Serena Jean-Clo), 1.08'09"
15. Quattro Gatti, Unione Sportiva Ascona (Pancaldi Rolando), 1.09'10"
16. Icaro, Liceo - Ginnasio Lugano (Bottini Carlo), in 1.11'45"
17. Frulla, Liceo cantonale Lugano (Buzzi Luca), 1.11'54"
18. Lampo, Società Atletica Vacallo (Zanotta Renzo), in 1.13'27"
19. Lipe I, Scuola cantonale di commercio Bellinzona (Bianchi Sergio), 1.13'33"
20. I Watussi, Scuola tecnica cantonale Lugano (Ghielmetti Raimondo), 1.13'39"
21. San Bernardo, Liceo-Ginnasio Lugano (Eberli Peter), 1.15'10"
22. Pluto, Liceo-Ginnasio Lugano (Albisetti Sergio), in 1.19'37"
23. Marduck, Ginnasio cantonale Mendrisio (Ostinelli Elio), 1.19'38"
24. Hyksos, Ginnasio cantonale Mendrisio (Gamboni Vasco), 1.25'20"
25. Pigmalietta, Liceo cantonale Lugano (Pedrazzini Daniele), 1.25'26"
26. Bravos, Esploratori Tre Pini Massagno (Bernasconi Marzio), 1.26'59"
27. Alcatraz, Ginnasio cantonale Bellinzona (Mallè Edgardo), 1.27'18"
28. Gemüse, Ginnasio cantonale Mendrisio (Pina Miky), 1.31'05"
29. Anda Bellinzona, Liceo-Ginnasio Lugano (Fazioli Michele), 1.39'29"
30. Zarigo, SAR Rivera (Saurenmann Peter), 1.41'41"
31. Coruf d'Airö, I. P. Airolo (Maffioletti Aldo), 2.20'23"
32. Bussola Twist, S. A. Vis-Nova Agarone (Minghetti Livio), 2.20'36"

La pattuglia N. 62 (Gin Bomba, Esploratori AEC Bodio) è stata tolta dall'ordine di arrivo avendo fatto correre un giovane di nazionalità straniera.

Pattuglie partite: 42

Categoria D (km 4)

1. **Caffettiere** Ginnasio cantonale Locarno (Zappa Marco, Giudici Bruno, Bianchetti Mario, Herzig Alberto), 51'11" (che vince per un anno la Challenge Carlo Grassi, editore ticinese)
2. Arizona, Ginnasio cantonale Mendrisio (Fontana Corrado), 1.02'07"
3. Serta, Eploratori AGET Bellinzona (Leonardi Guido), 1.09'19"
4. A. B. R., Ginnasio Cantonale Mendrisio (Bernasconi Nello), 1.10'07"
5. Falchi, Ginnasio cantonale Mendrisio (Gerosa Libero), 1.18'01"
6. Aironi, Ginnasio cantonale Mendrisio (Chiesa Marco), 1.19'06"
7. Nebiat, Ginnasio cantonale Mendrisio (Preissig Rolando), 1.21'51"
8. Delfino, Unione Sportiva Ascona (Giovanola Peter), 1.23'36"
9. Vigor V, Società Atletica Ligornetto (Gabaglio Samuele), 1.32'31"
10. Jek, Ginnasio cantonale Biasca (Martinoli Claudio), 1.43'22"
11. Meridiano, Ginnasio cantonale Mendrisio (Ortelli Pietro), 1.49'11"
12. Quadrifoglio, Avviamento Chiasso (Corregioli Stefano), 2.17'46"
13. Gioca-Gioca, Esploratori AEC Bodio (Sobrio Vito), 2.20'57"

Pattuglie partite: 20

Servizio rifornimento KNORR
Cronometraggio LONGINES

Corso federale di sci per ecclesiastici

Il corso federale nr. 1/1964, organizzato dalla Scuola federale di ginnastica e sport e riservato alla formazione di monitori per l'istruzione di sci, prevede la partecipazione di ecclesiastici di lingua tedesca, francese e italiana.
Il corso, che si svolgerà a Montana dal 6 all'11 gennaio 1964, conterà due classi speciali, riservate appunto agli ecclesiastici.
Dopo la più che positiva esperienza dello scorso inverno, in cui un buon numero di ecclesiastici di lingua tedesca presero parte al corso per loro previsto, la Scuola federale di ginnastica e sport ha voluto estendere la partecipazione, come giusto, anche agli interessati di lingua francese e italiana.
Per seguire il corso non occorre essere dei campioni; quel che conta è soprattutto la padronanza di una tecnica elemenare, che permetta di affrontare i pendii nevosi con una certa qual sicurezza iniziale. Al miglioramento delle conoscenze tecniche dei partecipanti penseranno poi i maestri a Macolin.
Entrano in linea di conto per la partecipazione non soltanto gli ecclesiastici che vogliono poi dirigere un corso facoltativo di sci oppure funzionare come monitore; ma, e soprattutto, quelli che in un corso di sci intendono prestare la loro opera come consigliere morale e padre spirituale.
Ci permettiamo quindi di rivolgere un invito agli ecclesiastici ticinesi che si sentono abbastanza ferrati in materia sciistica, affinchè il Ticino, anche in questo corso, sia ben rappresentato.
Ulteriori informazioni possono essere richieste allo Ufficio cantonale IP in Bellinzona.
Rammentiamo ancora la data, affidandole il valore di un appuntamento con quella meravigliosa attività che è la pratica dello sci:

6 - 11 gennaio 1964

Corso di sci per ecclesiastici

I corsi di sci dell'IP Ticino

L'Ufficio cantonale dell'istruzione preparatoria in Bellinzona ricorda ai giovani in età IP che sono sempre aperte le inscrizioni ai corsi di sci che verranno organizzati il prossimo inverno a Andermatt e comunica:

1) che il corso in programma dal 26 al 31.XII.1963 è completo e che pertanto è inutile che per lo stesso abbiano ancora a essere inoltrate domande di partecipazione;

2) che sono disponibili soltanto alcuni posti per il corso che si svolgerà dal 1. al 6.I.1964 e che coloro che intendono partecipare devono affrettarsi a inoltrare la relativa domanda del formulario (tel. 092 - 4 56 96). Ultimo termine per inscriversi: il 1. dicembre 1963;

3) che sino al 25 gennaio 1964 sono aperte le iscrizioni al corso che si svolgerà dal 10 al 15 febbraio 1964 (vacanze di carnevale);

4) che i giovani in possesso dei formulari per i primi due corsi devono affrettarsi a ritornarli — debitamente riempiti; — ciò eventualmente deve anche avvenire da parte di coloro che, per motivi vari, fossero impossibilitati a partecipare.

Pensare al domani

I genitori avveduti si preoccupano dell'avvenire dei loro figlioli. Si sentono responsabili nei loro confronti e fanno di tutto affinchè riescano a padroneggiare la vita e vi si innestino in maniera leale e sociale. Perciò ad essi preme soprattutto di far imparare una professione ai propri figli.
La Pro Juventute agisce alla stessa stregua. Interviene al posto dei genitori, quando questi mancano oppure per un motivo o per l'altro essi non sono in grado di presiedere alla preparazione professionale dei giovani. Da decenni la Pro Juventute si prodiga con idee, mezzi finanziari e prestazioni nel promuovere l'orientamento professionale in tutto il paese, nell'aiutare mediante borse di tirocinio e di studio, nel dare impulso al tempo libero dei giovani e delle famiglie.
La Pro Juventute contribuisce in tal modo a costruire l'avvenire del nostro popolo. Comunque, senza l'efficace appoggio dell'intera popolazione, essa non potrebbe fare nulla. Ricordiamocene, quando in questi giorni i fanciulli verranno di nuovo nelle nostre case a portarci i bei francobolli e i biglietti di augurio Pro Juventute.

Complimenti e auguri!

Il carissimo amico e collega Aldo Sartori, Capo dell'Ufficio cantonale dell'IP, ha raggiunto in questi giorni un ambitissimo ed invidiabile traguardo: quello dei trent'anni di attività nel campo del giornalismo sportivo.
Non occorre nessun commento speciale per dire quel che significhi il raggiungimento di tale traguardo: i lettori di « Giovani forti - Libera patria », cui Aldo Sartori si dedica dagli inizi del prima bollettino e ora rivista, ben lo sanno.
A nome loro e a nome della redazione di «Giovani forti - libera patria» giunga all'amico Aldo il più sentito complimento, unitamente al ringraziamento per quanto egli alla rivista ha dato, e l'augurio che egli continui ancora a lungo su questa strada, al servizio di un ideale che val la pena di essere vissuto. C. G.

Tuffo ordinario all'indietro carpiato

Posizione di partenza: in piedi all'estremità del trampolino, dorso all'acqua, braccia in avanti ad altezza e a larghezza di spalle, metà del piede sporge indietro dal trampolino stesso.

Movimento d'appello: le braccia vengono abbassate sulle coscie (senza flessione delle ginocchia). Fig. 7.
Sollevandosi sulla punta dei piedi, il tuffatore lancia le braccia di fianco in alto. Fig. 8.
Flettendo le gambe, il tuffatore bilancia le braccia di fianco in basso. Fig. 9.

Stacco: le gambe « premono » sul trampolino, le braccia vengono lanciate in avanti in alto... Si noti che, per questo movimento, esse sono leggermente flesse, il che permette l'elevazione; si evita così di tirare all'indietro, con conseguente posizione inarcata e rotazione difficilmente controllabile. Fig. 10.
Dopo uno stacco esplosivo delle gambe, il tuffatore si eleva, molto poco inclinato all'indietro, in estensione rettilinea completa, braccia in alto nel prolungamento del corpo, sguardo sempre diretto in avanti. Fig. 11.

Posizione carpiata: le braccia restano in alto, le gambe, completamente tese, si alzano verso le mani. Fig. 12.
La posizione carpiata è conclusa. Il torso è chiuso il più possibile sulle gambe, le mani toccano e perfino afferrano le caviglie, lo sguardo è diretto sui piedi. Fig. 13.

Apertura: il torso scatta ora all'indietro, mentre lo sguardo resta sempre fisso sui piedi. È assai importante che le gambe restino così fissate verso l'alto e che non si spostino invece all'indietro. Fig. 14.

Estensione: il corpo si allunga ora in estensione completa. La muscolatura addominale è tesa onde assolutamente evitare la posizione inarcata. La testa non tira troppo all'indietro. Per mettersi nella linea del prolungamento del corpo, le braccia si spostano, flesse, lungo il petto passando davanti al viso, o tese di fianco, come avviene nella figura 15.

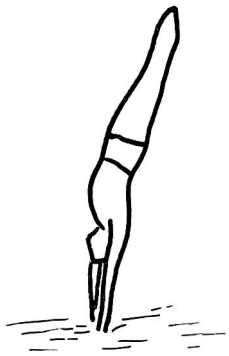
Entrata in acqua: il corpo deve essere in estensione completamente rettilinea, senza inarcamento e senza flessione. La muscolatura addominale è sempre ancora tesa, le ginocchia e le caviglie sono bloccati. Le mani si toccano (eventualmente pollici incrociati) e la testa è protetta dalle braccia. Senza spruzzi, il corpo scivola nell'acqua, totalmente teso (specialmente per quanto concerne le ginocchia, finchè i piedi siano scomparsi sott'acqua. Fig. 16.

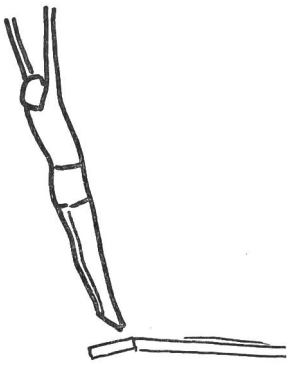
12

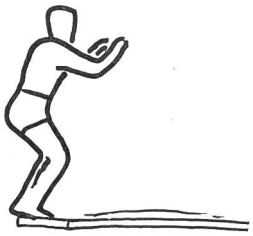
13

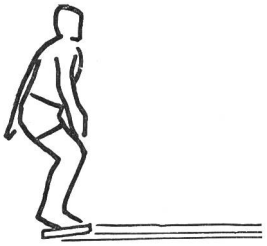
14

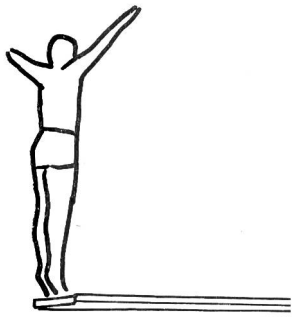
15

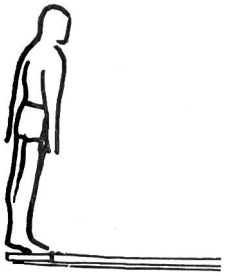

16


11


10


9


8


7