

Prof. dr. Jürg Wartenweiler

Autor(en): **Wolf, Kaspar**

Objektyp: **Obituary**

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

Band (Jahr): **33 (1976)**

Heft 11

PDF erstellt am: **22.07.2024**

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.

Riduzione dei valori sul tappeto di gommapiuma (fig. 9):

| | |
|-----------------|--------------------|
| Gambe | circa 75 per cento |
| Anche | circa 50 per cento |
| Testa | circa 50 per cento |

I risultati menzionati tengono conto di salti alla stazione semplice dall'altezza di 1,5 m e di uscite eseguite in competizione come il «Fleurier» alla sbarra.

Nelle ricezioni su tappeto di gommapiuma, l'assieme dell'apparato locomotore è sottoposto a meno forza che durante le uscite su tappeti normali. Non soltanto il valore assoluto è minore, bensì anche l'importanza del lavoro di frenata (articolazione del ginocchio, muscolatura, legamenti, tendini, colonna vertebrale). Secondo Nigg, l'aumento della linea di congiunzione è una misura del lavoro di frenata. Più la verticale sale, più grande è il lavoro di frenata fornito fra i due settori di misurazione. Ciò significa che i legamenti, i tendini e le articolazioni sono molto meno sollecitati negli atterraggi su tappeti di gommapiuma. Occorre menzionare a questo punto che molti allievi saltano sul tappeto di gommapiuma con le gambe «tese». Misurazioni hanno mostrato che in questi casi la riduzione del carico si abbassa verso 0. Questo può anche provocare pericolosi colpi nel caso si tratti di materiale di cattiva qualità (materiale usato).

Per la pratica:

Bisogna assolutamente utilizzare tappeti di gommapiuma per le ricezioni da grandi altezze e le rotazioni (salto mortale, capovolta).
Anche sui tappeti di gommapiuma bisogna scendere alla posizione raggruppata.

Sulla base di questi risultati, l'Associazione svizzera di ginnastica femminile ha deciso che sul piano nazionale le uscite avranno luogo su tappeti di gommapiuma. Un valido contributo per proteggere la salute delle ginnaste.

5. Riassunto

Scopo di questo lavoro era di ricercare i carichi ai quali l'apparato locomotore è sottoposto alla ricezione nella ginnastica agli attrezzi e artistica e quali erano, sulla base dei risultati ottenuti, le misure che s'imponivano.

I risultati hanno mostrato che le forze dipendono moltissimo dalla scelta delle superfici d'atterraggio. La differenza è nettissima fra ricezioni su tappeti normali e tappeti di gommapiuma. Sui tappeti di gommapiuma abbiamo ottenuto valori che riducono le forze del 75 per cento per le gambe e del 50 per cento per le anche e la testa. Occorre maggiormente tener conto della salute dei ginnasti cercando migliori superfici di ricezione.

Il genere di ricezione è più importante di quanto considerato finora. Maggiore è la modificazione dell'angolo al ginocchio, minore è il carico. Le ricezioni seguite da una capriola si avverano molto efficaci. Da una parte diminuiscono il carico e dall'altra riducono molto i colpi in posizione iperlordosi.

Nelle stazioni e ricezioni della ginnastica agli attrezzi e artistica, la sollecitazione del tronco (colonna vertebrale) è estremamente forte. I valori medi con 20 g (accelerazione) sono circa 10 volte più grandi che durante una corsa su un suolo asfaltato. Per contribuire attivamente alla salute dei nostri ginnasti, occorrerà costruire in futuro, e utilizzare, migliori superfici di ricezione e sostituire gli atterraggi duri (competizione) con atterraggi morbidi.

I risultati sono chiari e non possono essere ignorati. Occorre prender nota di questi dati e trarne le relative conseguenze.

BIBLIOGRAFIA

Gymnastrada Basel 1969: Sportliche Betätigung des Mannes. — Sportliche Betätigung der Frau. — Edition Kommission Friedrich Reinhardt SA, Basel.

Fetz F./Opavsky P.: Biomechanik des Turners. — Edition Limpert, 1968.

Tuetsch C./Ulrich S.P.: Wirbelsäule und Hochleistungssport. — Revue suisse de médecine No. 36, 1085-1098, 1973.

Muenchinger R.: Die auf die Wirbelsäule wirkenden mechanischen Kräfte. — Rheum. Recherche et pratique Bd. 2, 1964.

Nigg B./Neukomm P./Unold E.: Ueber Beschleunigungen die am menschlichen Körper bei verschiedenen Bewegungen auf verschiedenen Unterlagen auftreten. — Laboratoire de biomécanique de l'EPFZ, 1973.

Neukomm P.A.: Goniometrie, ein Mess-System der Biomechanik. — Laboratoire de biomécanique de l'EPFZ.

Günther R.: Ueber Stosserschütterungen beim Gang des Menschen. — Dissertation inaugurale, faculté de médecine de l'Université de la Sarre, 1967.

Spirig J.: Erschütterungen bei Absprüngen und Landungen im Kunstturnen. — Travail de diplôme au laboratoire de biomécanique de l'EPFZ, 1974.

FIG — Federazione internazionale di ginnastica: Codice di punteggio. Comitato tecnico maschile.



† Prof. dr.
Jürg Wartenweiler

Colpito da una grave malattia, Jürg Wartenweiler, il capo della formazione dei maestri d'educazione fisica del Politecnico federale di Zurigo, è morto il 9 novembre scorso. Un grande amico ci ha lasciati. La SFGS era appena nata quando egli veniva spesso a Macolin per tenervi conferenze. Negli ultimi anni, abbiamo strettamente collaborato nel campo delle scienze relative allo sport e ci ha fatto pure l'onore e il piacere d'insegnare la biomeccanica nel nostro corso per allenatori.

Jürg Wartenweiler dirigeva la formazione dei maestri d'educazione fisica al «poli» di Zurigo sin dal 1947. Fu il primo, e durante numerosi anni il solo, professore titolare per l'educazione fisica e lo sport del nostro paese. La sua attività scientifica nel campo della biomeccanica costituiva un autentico lavoro pionieristico riconosciuto nel mondo intero.

Scompare un grand'uomo, una personalità dedita interamente e con grande devozione al lavoro scientifico nel campo dello sport, un uomo simpatico e sempre cordiale, un interlocutore tollerante in particolare quando le discussioni toccavano soggetti scientifici. Esprimiamo il nostro sentito cordoglio alla moglie e alla famiglia così duramente colpite.

Kaspar Wolf