

# Novità bibliografiche

Autor(en): **Bogiani, Davide**

Objekttyp: **BookReview**

Zeitschrift: **Mobile : la rivista di educazione fisica e sport**

Band (Jahr): **4 (2002)**

Heft 6

PDF erstellt am: **21.07.2024**

## **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.



**Letto per voi**

Davide Bogiani

**Il trucchetti del telemark**

**O**riginali le asserzioni nella prefazione in cui i due autori, Mike (ottimo fumettista) e Allen, esprimono la consapevolezza di un singolare approccio alla materia trattata nel libro: «... per esempio il mio cervello non funziona come quello degli altri...» e ancora «... penso che tutti i telemarker debbano avere un berretto peruviano, la lana di alpaca e i copri orecchie che svolazzano...».

Attraverso 109 trucchi e disegni chiare e divertenti i due autori si sono impegnati nel tentativo di rendere visibili e concreti quei meccanismi, a volte così sottili e sfuggenti, tipici della sciata telemark.

Una guida che non va lasciata sulla scrivania o nella libreria personale, ma da portarsi dietro nello zaino quando si va a sciare, e «che offre qualcosa di utile non solo ai principianti o agli sciatori intermedi, ma anche a quei maestri di sci, un po' logori, che hanno bisogno di una boccata di aria fresca».

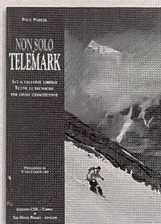
*O'Bannon, A.; Clelland, M.: Trucchi per il Telemark. 109 incredibili suggerimenti per migliorare il vostro Telemark. Alpina Editrice. Bormio 2001. UFSP0 77.1109*



**Alla riscoperta del telemark**

**C**io che per un giovane sciatore risulta essere una novità attrattiva in alternativa allo sci alpino, per lo sciatore un po' più anziano non è altro che il ricordo di un comodo mezzo di spostamento invernale. Eh sì, il telemark sta lentamente ricomparando sulle piste di sci, mentre nelle biblioteche aumentano sempre più le offerte di testi che riguardano questo sport. Paul Parker, l'autore, inizia con un breve ed interessante sguardo sulle radici dello sci a tallone libero, con un cenno al materiale e alla manutenzione, per poi approdare nei capitoli più impegnativi in cui sciatori principianti, intermedi ed esperti possono scoprire le indicazioni utili all'acquisizione, al miglioramento o perfezionamento di questa disciplina. Un libro facile alla lettura, interessante e concreto.

*Parker, P.: Non solo Telemark. Sci a tallone libero, tutte le tecniche per ogni condizione. Torino, Edizioni CDA, 1997. UFSP0 77.1050*



**Per chi ama lo snowboard**

**U**n libro, quasi una bibbia dello snowboarder, che tocca in modo molto specifico e dettagliato una miriade di argomenti di quello che risulta essere un formidabile attrezzo di scivolamento.

Dopo una prima parte dedicata all'attrezzatura, l'autore si cimenta nell'accurata descrizione della tecnica di base e quella evoluta. Un accurato codice di comportamento in pista lascia in seguito spazio ai temi del fuoripista, del boardercross, del freestyle e della preparazione e manutenzione della tavola.

Che cosa significa «Swallow tail» oppure «Tweaked»? Se ignorate questi vocaboli, molto utile è il glossario che troverete nelle ultime pagine, in cui scoprirete moltissime definizioni di termini specifici relativi alla pratica dello snowboard. Stile accurato e stringato, facile alla lettura, un ottimo manualetto.

*Pighini, P.: Lezioni di snowboard. Guida pratica fotografica. De Vecchi editore. Milano, 1999. UFSP0 77.1065*



**Sci da manuale**

**S**apevate che gli esemplari di sci più antichi sono stati rinvenuti in una torbiera della Svezia, e risalgono al 2500 a. C.? Erano corti e larghi, ma ben diversi dagli attuali carving. Simili brevi centri storici fanno da cappello ad un libro che riporta, con criteri formativi e didattici, le nozioni fondamentali relative alla pratica dello sci.

Il manuale inizia con un breve inserto storico sull'origine dello sci, per poi soffermarsi nella parte centrale ad illustrare, con bellissime immagini, la tecnica sciistica della scuola di sci italiana.

Gli appassionati del «fai da te» gradiranno sicuramente il capitolo dedicato alla manutenzione degli attrezzi di scivolamento sulla neve. Da ultimo non può mancare una carrellata sulle bellezze e le insidie dell'affascinante ambiente montano.

Un manuale indirizzato soprattutto «a tutte quelle persone che hanno poca pratica con gli sci e che finora si sono limitate ad osservare con attenzione e un pizzico di invidia, dai bordi delle piste, quei personaggi che con i piedi fissati su strette assi, sfrecciano sulla neve con l'aria di chi si sta divertendo un mondo...».

*Kobold, M.: Manuale da sci. Equipaggiamento, tecnica, esercizi di presciistica, manutenzione degli sci e dello snowboard. Firenze, Giunti Gruppo Editoriale, 2001. UFSP0 77.1108*



**Escursioni in Val d'Aosta**

**«L**e racchette da neve sono un ottimo mezzo di trasporto e svago che permettono, nel limite del possibile, di percorrere qualsiasi ambiente innevato, trasmettendo sensazioni uniche». Ad un'introduzione focalizzata sulle emozioni, sulle sensazioni, sui sentimenti di libertà e di evasione fa seguito un contenuto palesemente meno poetico, ma molto più specifico e pratico.

L'autore si sofferma brevemente nella descrizione della tecnica delle escursioni con le racchette. In seguito presenta 60 bellissimi itinerari in Valle d'Aosta, a cui fanno capo utili informazioni quali il luogo di partenza, l'accesso, il percorso di salita e quello di discesa.

Le cartine topografiche forniscono inoltre una preziosa visione globale dei rispettivi itinerari, mentre le suggestive fotografie stimolano persino il più accanito amante del divano a decidere finalmente di trascorrere una giornata nei pittoreschi paesaggi invernali.

Un libro rivolto a tutti, con lo «scopo di fornire una linea guida sia a chi si avvicina per la prima volta alla montagna in inverno, sia a chi, già esperto, voglia scoprire nuovi itinerari».

*Fontanelle, S.; Gianfredi, G.; Greco, E.; Grosso, S.: Neve libera. 60 itinerari con racchette da neve o snowboard in Valle d'Aosta. Edizioni versante sud. Milano 2001. UFSP0 77.1098*





## Tutto sullo sci

È un libro innovativo, completo, a carattere enciclopedico, che non si limita a descrivere il pianeta sci dall'esterno. Si trovano undici capitoli che guidano il lettore dalla scoperta dell'origine dello sci nella preistoria fino ad una panoramica delle stazioni sciistiche più note del mondo. Buona parte del volume è completamente dedicata all'apprendimento delle tecniche dello sci alpino in pista e fuoripista, dello snowboard, del telemark e dello sci di fondo. Non poteva mancare inoltre un piccolo excursus nel magico mondo dell'escursionismo e dell'alpinismo. Il bambino ed il gioco sono al centro dell'ottavo capitolo che è interamente dedicato all'insegnamento e all'affinamento dell'abilità motoria. Per completare la già grande quantità di informazioni, non poteva di certo mancare una panoramica sulla preparazione atletica, dove l'attenzione viene focalizzata sulla tematica della prevenzione dei traumi negli sport di scivolamento sulla neve.

Un libro molto intrigante corredato di oltre 700 fotografie spettacolari e più di 300 disegni.

*Del Pup, S.; Fabretto, M.; Galtarossa, M.; Lang, P.*  
Tutto sullo sci. Colophon. Venezia 2001. UFSP  
77.1110



## Il magico mondo dell'alpinismo

«In questo manuale vi daremo utili consigli e nozioni di base, e vi insegneremo le varie tecniche per affrontare nei migliori dei modi quest'attività; ma ricordate che solo andando spesso in montagna a esercitarvi potrete acquisire quell'esperienza che vi permetterà di percorrere qualsiasi itinerario in piena sicurezza.» Ed è proprio sulla sicurezza che l'autore pone particolare attenzione, poiché numerose catastrofi potrebbero senza dubbio essere evitate pianificando minuziosamente l'itinerario ed assumendo un comportamento corretto e rispettoso della natura. Conoscere la montagna significa soprattutto prendere coscienza dei pericoli a cui ci si espone, come farvi fronte ed affrontarli. Le fotografie riportate nella parte iniziale del manuale illustrano in modo perfetto la durezza che si nasconde dietro un pendio ricoperto da un soffice manto bianco apparentemente innocuo. Dopo questo forte impatto emotivo e un breve cenno all'attrezzatura, l'autore esprime l'importanza della condizione fisica per la pratica di questa disciplina sportiva e, come leggiamo nel risvolto di copertina, propone 100 esercizi progressivi per apprendere la giusta e laboriosa modalità per avventurarsi in montagna con gli sci.

*Filocamo, L.; Di Salvo, V.* Sci-alpinismo. Avventurarsi in montagna con gli sci, in 100 esercizi progressivi. Milano, Mondadori Editore, 2000. UFSP  
77.1076



## Freschi di stampa

### Alpinismo

*Cesa Bianchi, C.*; Collegio nazionale guide alpine italiane, Commissione tecnica nazionale (ed.): Autosoccorso. Torino, Vivalda, 2002. 77 pagine. € 10.00. **74.1069**

### Calcio

*Marziali, F.; Mora, V.*: La zona. Requisiti e didattica, vantaggi, svantaggi e contromisure. Città di Castello (Pg), Edizioni Nuova Prhomos, 2002. 239 pagine. € 21.00. **71.2810**

### Corsa

*Arcelli, E.; Canova, R.*: L'allenamento del maratoneta di alto e di medio livello. Milano, Edizioni Correre, 2002. 175 pagine. € 21.00. **73.751**

*Porciatti, C.; Paoli, G.*: Il piacere della corsa. Manuale completo per tenersi in forma. Colognola ai Colli (Vr), Demetra, 2002. 95 pagine. € 6.50. **73.750**

### Educazione

*D'Odorico, L.; Cassibba, R.*: Osservare per educare. 1a rist. Roma, Carocci, 2002. 126 pagine. € 8.20. **03.2927**

### Equitazione

*Cosentino, R.*: Equitazione di base. Psicologia e addestramento dei cavalli in bassa scuola secondo le ultime scoperte dell'equitazione moderna. Castenaso, Promoter, 1999. 189 pagine. € 18.10. **79.359**

### Ginnastica

*Picelli Fiore, F.*: Il tuo personal trainer. La strategia per vincere la pigrizia. Milano, Sperling & Kupfer, 2002. 127 pagine. € 14.50. **72.1518**

### Medicina dello sport

*Bazzano, C.; Bellucci, M.*: Efficienza fisica e benessere. Come vivere meglio a tutte le età. 2a ed. Roma, E.M.S.I., Edizioni mediche scientifiche internazionali, 2001. 487 pagine. € 41.00. **06.2642**

*Boccia, A.; Ricciardi, G.; De Giusti, M.*: Igiene generale della scuola e dello sport. Napoli, Idelson-Gnocchi, 2002. 449 pagine. € 37.00. **06.2645**

### Pallacanestro

*Mondoni, M.*: Basket e biomeccanica. Milano, Libreria dello Sport, 2002. 128 pagine. € 12.91. **71.2815**

### Sociologia dello sport

*Arnold, P.J.; Farnè, R. (ed.)*: Educazione motoria, sport e curriculum. Milano, Guerini, 2002. 221 pagine. € 18.00. **03.2929**

### Tennis

*Milanese, C.*: Il tennis ed i modelli biomeccanici di base dell'osservatore. Tecnica e didattica degli sport individuali. Verona, Libreria Cortina, 2001. 42 pagine. € 6.20. **71.2603-19**

I libri presentati in questa rubrica possono essere acquistati in libreria oppure si possono ottenere in prestito per un mese presso la mediateca dell'UFSP. Si prega di indicare il numero in neretto. Tel. 032 327 63 08; fax 032 327 64 08; e-mail: biblio@baspo.admin.ch

Le videocassette possono essere acquistate o richieste in prestito gratuito (per una durata da 3 a 5 giorni) presso la mediateca dell'UFSP, telefono 032 327 63 62 (le riserve sono possibili unicamente il mattino); e-mail: video@baspo.admin.ch