Zeitschrift: SBB Revue = Revue CFF = Swiss federal railways
Herausgeber: Schweizerische Bundesbahnen
Band: 1 (1927)
Heft: 5

Artikel: Die Schweiz als Winterparadies
Autor: Mory, E.
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-780915

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: 15.07.2025

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

DIE SCHWEIZ ALS WINTERPARADIES

Was dem Alpengebiet im Winter besondere Anziehungskraft verleiht, sind nicht nur die meist langanhaltend günstigen Schneeverhältnisse, sondern gleichzeitig seine reichen landschaftlichen Verschiedenheiten, die für jeden Wintersport einzigartige Vorbedingungen schaffen. Nirgends wie in den Hochtälern der Schweiz finden sich so weite Flächen mit reizvollsten Abfahrten, Wege, deren Einsamkeit das Herz höher schlagen lassen, anmutige, farbenfrische Dörfer, sowie sanft gewellte Hügel, an deren Hang verträumte Wälder ihre weisse Last im warmen Himmelslicht baden. Wenige Jahrzehnte erst sind es, seitdem der ruhelose Mensch dieses Paradies entdeckt hat, seitdem er gelernt hat, auf den leichten Brettern von der noch in ihrer ursprünglichen Pracht prunkenden Gegend Besitz zu ergreifen.

Jahr für Jahr dringt das Leben mehr zu dieser Jahrhunderte hindurch immer wieder in tiefen Winterschlaf versunkenen Berglandschaft hinauf; allmählich beleben sich die in greller Wintersonne schlummernden Alphütten mit Scharen begeisterter Skifreunde, und auf den Eisplätzen der Kurorte tummelt sich jung und alt, ein Bild strotzender Gesundheit und sprühender Lebenslust. Vom Genfersee bis zum schwäbischen Meere bieten sich jedem Besucher sicherlich ein oder mehrere Orte, die seinen besondern Wünschen wie angepasst erscheinen, und überall, selbst im abgelegenen Berghotel, tritt ihm jener Komfort entgegen, der dem Winteraufenthalt die von zu Hause her gewohnte Behaglichkeit verleiht. Unzweifelhaft ist die hohe Kultur des schweizerischen Hotelwesens ein wichtiger Faktor für die Beliebtheit des Landes als Winteraufenthalt geworden.

War es ein Wunder, dass der Wintersport, mit der Entwicklung der Eisenbahn Schritt haltend, in so kurzer Zeit die schweizerischen Hochtäler eroberte? Sah man je unten in den nebligen feuchten Tiefebenen Deutschlands und der britischen Inseln den strahlenden Morgen in gleich leuchtenden Farben über der verschneiten Landschaft aufgehen, oder spürte man dort vielleicht ähnliches, wie den reinen Hauch der durch Tannen- und Arvenwälder des Hochgebirgs streichenden Bergwinde, geläutert und von würzigen Harzdüften durchtränkt?

Soviel wir wissen, öffnete sich vor etwa hundert Jahren im Pays d'Enhaut eine kleine Fremdenpension, die Wintergäste annahm und hauptsächlich von Engländern besucht war. Und 1876 gründete die kleine englische Kolonie in Davos den ersten Schlittschuh-Club. Von da an ging es rasch vorwärts; eine Sportart nach der andern bürgerte sich ein. Der Schlitten, einst bloss von den Bergbewohnern zum Transport schwerer Lasten auf den Waldwegen verwendet, wurde vorerst Kinderspielzeug, gab aber schon 1886 Anlass zu einem ersten organisierten Rennen, das von Erwachsenen bestritten war. Von dieser und den folgenden Veranstaltungen dürfte der Name des weltberühmten Davoserschlittens herkommen. Auf der Eisbahn übernahmen bald Schnelligkeit und Kunstfahren die Herrschaft, und mit der Einführung des Skis aus Norwegen vor wenig mehr als 30 Jahren wurde die winterliche Schweiz auch noch zum Paradies der Freunde des Hochgebirges. Die Kunst des Skifahrens entwickelte sich aus bescheidenen Anfängen bald zu grosser Popularität, bewegt sich doch heute selbst die einheimische Bevölkerung mit Vorliebe auf den schmalen Brettern; ihr folgte im Weltkrieg die Truppe, wodurch sowohl Schlitten als Ski nicht nur zu Sportobjekten, sondern zu Gegenständen des täglichen Gebrauchs erhoben wurden. Die wechselnde Gewandtheit und Vertrautheit mit Ski, Schlitten und Schlittschuh trat mehr und mehr an glänzenden sportlichen und festlichen Anlässen in Erscheinung; wir gelangten auf diesem Wege ziemlich rasch zum gegenwärtigen Zustand, der die Schweiz zum Hauptgebiet des Wintersports der ganzen Welt stempelt.

Den ursprünglichen Sportarten haben sich mit der Zeit neue Abarten beigesellt, zum Teil rein auf Körperpflege ausgehende, zum Teil aber auch gesellschaftliche. Unter der ersten Kategorie werden wir vor allem den Skisprung finden, den die besten Springer Europas auf der prachtvollen Olympiaschanze in St. Moritz auf über 60 Meter Länge zu steigern vermochten. Ein Laie kann sich über derartige Leistungen kaum recht eine Vorstellung machen, ohne sie gesehen zu haben. Im weitern sind auch regelrechte Bergbesteigungen mit Skiern zu erwähnen, die vereinzelt schon über 4000 Meter hinaufführten und meistens von den zahlreichen Schutzhütten des Schweizerischen Alpenklubs aus ihren sichern Ausgang nehmen. Wenn diese auch nicht, wie nahezu alle Winterhotels, mit Zentralheizung ausgerüstet sind, so bieten sie doch gegen jede Witterung zuverlässigen Schutz. In jüngster Zeit entwickelte sich auch das Skijöring, bei dem ein gesatteltes oder ungesatteltes Pferd Vorspann leistet. Von der einfachen Schlittbahn kam man zum Bob-Run, einer oft mehrere Kilometer langen, regelmässig geneigten Gleitbahn, auf der die schweren, mit ganzen Mannschaften beladenen Bobschlitten hinuntersausen und nicht selten Expresszugsgeschwindigkeiten erreichen. Sprechen wir auch noch von den Vergnügungsfahrten mit bespannten Schlitten, von Eis- und Kostümfesten in Schnee und Reif, Pferderennen auf verschneiten Feldern oder zugefrorenen Bergseen, Eishockey- und Curling-Wettkämpfen, damit wir ein abgerundetes Bild des abwechslungsreichen Programms unserer Winterkurote erhalten!

Man wäre versucht, anzunehmen, dass eine solche Fülle von Winterfreuden nur wenigen von der Natur begünstigten Orten in der Schweiz zu teil werden könnte. Tatsächlich hat sich aber die Sportbewegung fast gleichmässig über das ganze Land ausgebreitet und mit Ausnahme der tiefern Regionen sowohl den Jura in seiner ganzen Länge, als auch das Gebiet der Alpen in ihren Bann geschlagen. Am westlichen Ende des wellenartig aufeinander geschobenen Jura-Hochlandes treffen wir als ersten Wintersportplatz *St-Cergue,* besonders bevorzugt von der Genfer Bevölkerung, wie

Engelberg *Phot. Hess, Engelberg*

Skirekruten / Les recrues du ski *Phot. Klopfenstein, Adelboden*

übrigens auch *Le Pont*. Nordöstlich davon schliesst die Gegend von *Ste-Croix-Les Rasses* und *Chaux-de-Fonds* an, beides Orte mit guter Bahnverbindung aus der Ebene.

Eine Stunde oberhalb der Bucht von Montreux, deren weltbekanntes mildes Klima dem Schnee keine Ruhestätte gewährt, liegt wie ein Juwel von den zackigen Bergkronen der Cape au Moine, der Dent de Jaman und der Rocher de Naye umfasst, *Les Avants*, die südlichste Hochgebirgsstation der Montreux-Berner Oberland-Bahn, berühmt durch ausgedehnte Narzissenfelder, über die im Winter der Ski gleitet. Gegenüber, auf einer vorspringenden Bergfalte, überragen die Hotels von Caux und Glion wie trotzige Burgen ihre altertümliche, von den Fluten des Leman umspülte Schwester Chillon. Jenseits der Rhoneebene, vor den vergletscherten Gebirgsstöcken der Dent du Midi, liegt das Tal von *Champéry* mit dem gleichnamigen Dorf und *Morgins*, wo Kind und Kegel auf Hölzern fährt und der Landesfremde staunend die Frauenwelt uralter Tradition gemäss in Männerkleidern auf Ski und Schlitten wiederfindet.

In den Waadtländer Alpen prägen sich die Namen *Leysin, Le Sépey, Les Diablerets, Villars-Chesières, Gryon*, im Wallis *Montana-Vermala* und *Leukerbad* ein. Auf der Linie der Montreux-Berner Oberland-Bahn treffen wir den Pionier der schweizerischen Wintersaison, *Château d'Oex*, heute ein stattliches Dorf mit historischer Kirche, malerisch an den Hang hingesetzt; jenseits der Kantonsgrenze den ersten Sportplatz des Berner Oberlandes, *Gstaad*, bekannt durch seine geradezu ideale Lage vor den Pforten des Simmentals, mit *Zweisimmen-Lenk* und den *Saanenmösern* vereint, eine unübertreffliche Einheit für jede Art von Wintervergnügen.

Je tiefer man nun in den Kanton Bern eindringt, desto gewaltiger richten sich die steilen Felswände und himmelanstrebenden Eisriesen auf; die Landschaft erhält rasch hochalpinen Charakter. Wären nicht überall noch tiefgrüner Tannenwald und blendendsaubere Dörfer mit modernen, der Gegend angepassten Hotelbauten, so würde man sich tief im vereinsamten Norden wähnen. Auf einer der zahlreichen Verbindungsbahnen dieses Gebietes klettern wir von *Grindelwald*, dem Altvater bernischer Winterplätze, über die Kleine Scheidegg nach *Wengen* und von dort mit der Jungfraubahn durch die Felsen des Eiger und Mönch zum *Jungfraujoch* hinauf, das wohl die höchste alpine Winterzufluchtsstätte der ganzen Welt sein dürfte und selbst im Sommer über so viel Schnee, oft sogar Neuschnee, verfügt, dass alljährlich droben ein Sommerskirennen abgehalten werden kann. Nach einem Siebenmeilenschritt in westlicher Richtung über *Mürren* und das Massiv der Blümlisalp mit *Griesalp, Grimmialp* hinweg stehen wir in *Kandersteg*, tief eingebettet in den windgeschützten Talkessel, von wo aus sich die Lötschbergbahn in den Berg hineinbohrt, dem sonnigen Süden zu. Noch ein weiterer Sprung über den Lohner nach *Adelboden*, dem aufstrebenden Fremdenzentrum an der Westflanke der Berner Alpen zu! Glänzende Ski-Ausflugsmöglichkeiten bilden den Hauptanziehungspunkt dieses an die sonnige Berglehne geklebten Dörfchens.

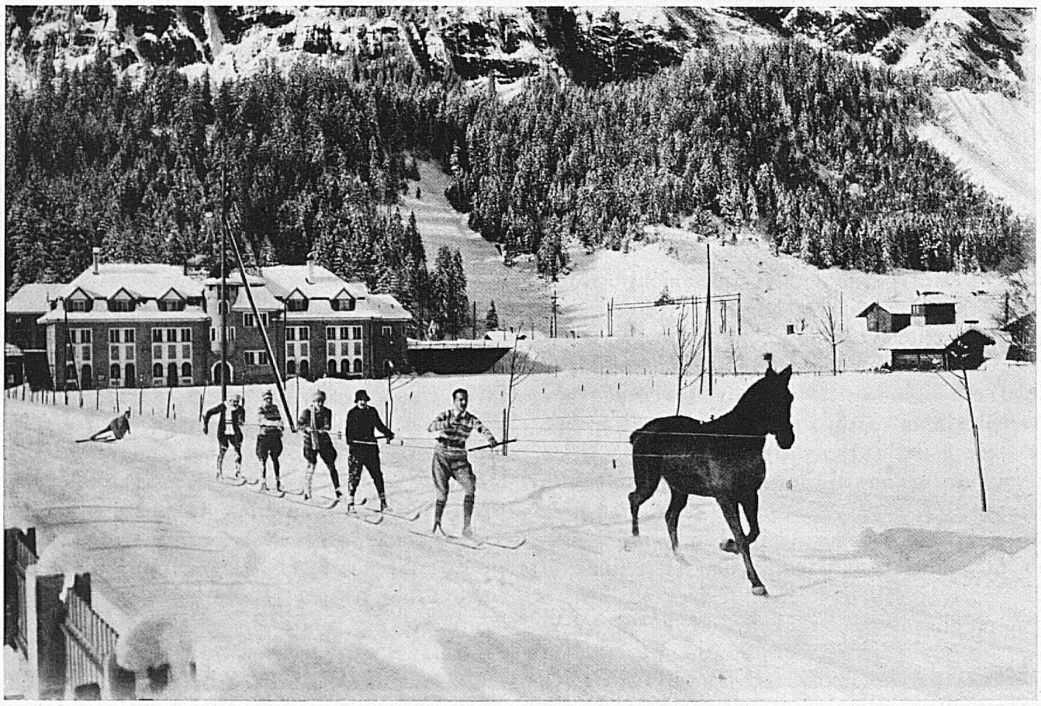
An den Ausgängen der Voralpen stossen wir noch auf die beiden Höhenstationen *St. Beatenberg* und *Gurnigel;* dieser kaum erst aus vieljährigem Winterschlaf wieder erwacht und durch den Bau einer Strasse nach dem Bad Schwefelberg vor einzigartige Sportverhältnisse gestellt.

Wieder geht es nach Osten, an gigantischen Bergkämmen und unergründlichen Gletscherschlünden vorbei, über den Jochpass in ein Tal der Sehnsucht, der brennenden Wintersonne, nach *Engelberg*, das von Luzern her mit der elektrischen Bahn leicht zu erreichen ist. So zahlreich im Sommer in dieser Gegend die Stätten sind, die sich dem Ruhe und Erholung suchenden Gast öffnen, so selten finden wir in der Urschweiz, der Umgebung des lieblich-schwermütigen Vierwaldstättersees, im Winter eigentliche Sport- und Kurorte. Und doch ist die Luft hier nicht weniger rein und würzig als anderwärts, das Gelände ebenso vielgestaltig und schneebedeckt. Einzig auf der *Rigi* und dem *Zugerberg*, sowie bei *Einsiedeln* hat sich jetzt neben *Engelberg* und *Andermatt* etwas Wintersport zu entwickeln vermocht. Hier bietet sich also dem Sportfreund, den der moderne Betrieb um die herrlichen Zeiten des Alleinseins auf den Bergen brachte, noch viel Neuland.

Im Ostzipfel der Schweiz, wo der Inn seine tiefe und auf ihrem Grunde ziemlich breite, flache Rinne eingeschnitten hat, liegt die Metropole des schweizerischen Wintersports, *St. Moritz*. Zu ihrem Aufblühen trug die Erstellung der Rhätischen Bahn nicht wenig bei, deren grandiose Bauweise an sich schon eine Attraktion bildet, ganz abgesehen davon, dass sich ihr Betrieb an die raffiniertesten Ansprüche der fashionablen Welt anzupassen weiss. Nicht nur sind alle erdenklichen Sportarten in diesem weltberühmten Hochtal vertreten, sondern auch jene dem Bedürfnis nach Luxus und Zeitvertreib entspringenden glänzenden Feste und sportlichen Veranstaltungen, von denen wir eingangs sprachen. Neben diesem Gestirn am winterlichen Himmel mit seinen Monden *Celerina, Campfèr, Samaden, Pontresina, Sils, Silvaplana* und *Maloja* stehen noch *Davos* und *Arosa, Klosters, Bergün, Zuoz*, die *Lenzerheide* und *Flims-Waldhaus* als leuchtende Trabanten im Sternbild des graubündnerischen Schneemannes.

Wo wir auch hinblicken mögen, nach Westen oder nach Norden, überall im schönen Schweizerland finden wir ausser diesen weltbekannten Perlen des Wintersportes noch Plätze, auf denen namentlich der Skilauf eine Ausdehnung gewinnt, wie sie selten einer sportlichen Betätigung beschieden war. Die Zeit ist wohl nicht mehr fern, wo wir, wie in Schweden, auch in der Schweiz ein Volk auf den gleitenden Brettern finden werden. Dieser Entwicklung war das zweckmässige Eisenbahnnetz der Schweiz in höchstem Masse förderlich. Im Winter werden die warmen, gut unterhaltenen und hygienisch einwandfreien Wagen der Haupt- und Nebenlinien, die bis zu den meisten Kurplätzen führen, ausserordentlich geschätzt; das Zeugnis der Reisenden aus aller Welt ist wohl der beste Beweis für das Verständnis, welches die schweizerischen Eisenbahnverwaltungen dem Fremdenverkehr,

Skigelände bei Gstaad / Piste de ski près de Gstaad — *Phot. Naegeli, Gstaad*



Skijöring in Kandersteg / Skijöring à Kandersteg — *Phot. Groh, Kandersteg*

der sich nach dem Wunderland der Alpen zieht, entgegenbringen.

Von den diesjährigen grossen Winterveranstaltungen der vor- und hochalpinen Schweizer Kurorte können wir bis jetzt mit einiger Sicherheit folgende näher bezeichnen: Gegen Ende Januar oder Anfang Februar werden sich in Kandersteg die Wettkämpfe um den Worsley Cup (Cook's Challenge Shield, George Lunn Stones, Hockey Challenge Cup usw.) abspielen. In St. Moritz finden wahrscheinlich vom 29. Januar an die Skeletonrennen um den Curzon Becher auf der Cresta Run, am 5., 9.—12. Februar die Pferderennen auf dem St. Moritzersee und vom 11. bis 19. Februar die olympischen Winterspiele statt. Waldhaus-Flims bietet für den 10. Januar und 13. Februar zu den Skirennen um den Grand Hôtel, bezw. den Desormeaux Cup auf. In Wengen feiert die akademische Jugend ihre Skifeste am 3. Januar mit dem Wettlauf um den polytechnischen Becher beginnend und mit einem Herausforderungskampf zwischen englischen und schweizerischen Universitätsmannschaften abschliessend. Daneben wird auf dem Curling Rink der Jackson Cup ausgefochten. Es würde zu weit führen, wenn wir hier auch noch die überall alljährlich wiederkehrenden Anlässe für Ski, Schlittschuh, Bobschlitten und andere winterliche Sportgeräte einzeln aufzählen wollten; wir begnügen uns damit, ganz allgemein darauf hinzuweisen, dass vom Engadin und den übrigen bündnerischen Plätzen bis hinunter zum Waadtland und dem welschen Jura, ja bis ins südliche Wallis hinein, in den Wintermonaten reger Sportbetrieb herrscht und alle Arten von Wintervergnügen gepflegt werden. Ski Heil!

Doch schon früh im Lenz, noch unter den Strahlen der Wintersonne, reckt der leuchtende Bergkrokus sein trotziges Köpflein und stösst es durch die Schneedecke hindurch, das Zeichen zu den frohen Jugendfesten gebend. Am 1. März fährt wie warmer Föhn mit Schellen und buntem Flitterzeug das liebliche Kinderfest Samadens, der «Chalanda Marz», durch das Land, als Ersterwachtes der Geschwister Kamelienfest in Locarno und Sechseläuten in Zürich.

LO SPORT INVERNALE FATTORE DI SALUTE

Il concetto dello sport è antico, l'espressione è relativamente nuova: è voce inglese d'origine latina. Dal lancio del disco e del giavellotto degli antichi romani fino all' odierno gioco del calcio, che tanto allieta ed infervora la nostra gioventù, vediamo lo sport fiorire attraverso tutti i secoli, in tutte le regioni ed in tutti i paesi con sempre maggior tendenza a specializzarsi.

Il clima e la stagione esercitarono ognora una grande influenza sullo sport, il quale solo all' aperto può essere fatto nelle buone condizioni necessarie per rispondere al suo scopo igienico. Considerato dal lato fisiologico, ogni genere di sport deve servire ad accrescere l'energia del corpo umano, tanto dei singoli organi che dell' intiero organismo. Gli esercizi sportivi dovrebbero perciò essere regolati secondo le leggi della fisiologia: è quanto purtroppo ai nostri giorni non riflettono abbastanza, con loro proprio danno, molti che, dominati dalla brama di raggiungere de' records, o spinti dall' avidità di assicurarsi de' vistosi premi, si stimolano a prestazioni e sforzi che oltrepassano la sana misura delle gare personali.

Lo «sportista» ragionevole dovrebbe conformarsi innanzitutto alla massima fondamentale «Moderazione»! L'ambizioso, o chi solo anela a compenso in danaro sonante, dovrebbe aver cura di non eliminarsi troppo presto dalle gare e dallo sport per esaurimento fisico e morale, o quanto meno di non lasciarsi sfuggire il rango già ottenuto.

È consolante il vedere come negli ultimi anni i medici abbiano incominciato a seguire con attenzione lo sport. Negli ambienti sportivi stessi si fece poi strada la chiara visione che le relazioni fra sport ed igiene corporale dovrebbero venir concretate in norme ben specificate. Merita perciò un sincero plauso l'iniziativa presa dalle associazioni di atletica leggera di affidare a medici la sorveglianza dei giovani, conferendo così all'igiene un reale diritto d'intervento.

Lo sport invernale, di cui qui ci occupiamo specialmente, non può lagnarsi di mancanza d'interesse da parte del ceto medico. Il meraviglioso sviluppo ch'esso prese, lo deve alla sua essenza di fattore igienico: l'importanza che gode non gli viene solo dal ritemprare le forze della gioventù sana, ma anche dalla proprietà di elargire i suoi effetti vivificanti e salutari alle diverse età e persino alla gente attempata, grazie ad un opportuno adattamento degli esercizi: esso diviene infatti una vera e propria fontana di gioventù.

V'è di che stupirsi, se lo sport invernale incominciò quindi prestissimo ad interessare i medici quale efficace mezzo curativo e se anche la scienza investigatrice segue attentamente il fenomeno nuovo? L'ammalato, la persona gracile, il riconvalescente, il sofferente di nervi, l'esausto di forze fisiche ed intellettuali dall' attività professionale, l'anemico — tutte insomma le persone indebolite cercano, incoraggiate dalle indagini scientifiche e dalle esperienze pratiche dimostranti i grandi vantaggi dello sport invernale quale fattore igienico, salute e novelle forze nelle stazioni sportive invernali, ove le condizioni climatiche e sportive sono particolarmente favorevoli al rinvigorimento dell' organismo indebolito ed al rianimamento degli spiriti vitali affievoliti. Nelle Alpi e nel Giura, la Svizzera conta tutta una serie di luoghi di cura jemale, che per altitudine sul mare, sole, purezza d'aria, mancanza di nebbie e di vento, costanza dello strato di neve, conformazione delle montagne circostanti, comfort nelle pensioni ed alberghi e mezzi comodi di trasporto rispondono a tutte le esigenze desiderate dal punto di vista medico-igienico.

Come si spiega fisiologicamente il repentino salutare cambiamento dell' organismo umano in una cura fatta d'inverno nell' alta montagna? Dall' influenza del clima sul corpo umano e dalla variata e molteplice attività sportiva, la quale rende preziosi servizi al trattamento climatico.

La minor pressione atmosferica nelle regioni elevate facilita la rigenerazione del sangue. L'avidità d'ossigeno provocata dalla diminuzione della pressione atmosferica ha per conseguenza l'aumento dei globuli rossi del sangue, di questi distributori di vita, quindi un ringiovanimento del midollo delle ossa, della materia dispensatrice di sangue. La medesima causa produce una respirazione più intensa e più profonda. L'assimilazione vien eccitata ed intensificata, non solamente durante il riposo, ma ancora maggiormente negli esercizi corporali. Grazie alla maggior attività fisiologica del cuore, dei polmoni e degli organi della digestione, risulta una energica riazione di tutti gli organi interni e con ciò una rapida eliminazione dei rifiuti e dei germi di rilassamento.

L'asciuttezza dell' aria montana stimola la pelle e le membrane muccose e serve di eccitante al cervello, similmente al motore a benzina dell' automobile che riceve nuova vita se la miscela d'aria arriva regolarmente al carburatore.

L'irradiazione solare e l'intensa purezza dell' aria sono altri stimulanti per il corpo umano. Ogni alpinista resta colpito nel vedere come i colori dei fiori sulle montagne siano assai più vivaci che non quelli delle stesse specie cresciute al piano. Dove vi è sole vi è vita; il sole è affermazione di vita. L'aria dell' alta montagna è assai più ricca di elettricità atmosferica e di radio sparsovi liberamente che non quella della pianura. Pur non potendo ancora determinare in modo scientificamente esatto l'influenza propizia di questi fenomeni dal punto di vista fisiologico, sappiamo però per esperienza fatta che la vitalità ne risente un favorevolissimo influsso.

La minor pressione atmosferica, la più forte irradiazione solare, l'elettricità atmosferica, il radio sparso nell' aria e l'asciuttezza di questa, d'inverno trovansi nell' alta montagna elevati a potenza; o vi sono in maggior misura, oppure agiscono sull' essere umano ancor più intensamente che non in estate.

Nè va dimentica l'influenza psichica esercitata dall' alta montagna sull'essere umano. L'occhio si estasia davanti a colori e forme che non vide mai al piano, e lo strato di neve che copre ogni cosa non è lenzuolo funebre di natura morta, ma un tappeto variopinto, tempestato di brillanti.

Quale benefica influenza eserciti una gaia disposizione morale sulle funzioni del corpo umano ciascuno l'ha già esperimentato su se stesso. La vista di un paesaggio invernale nelle regioni alpine in giorno di sole splendente, produce sull' animo un effetto straordinario. Il collerico spiana la fronte, l'ipocondrico incomincia a dubitare che il mondo non sia poi proprio così cattivo come lui crede, chi poi è dotato di temperamento sanguigno, giubila.

È in questo ambiente che si svolge lo sport invernale, che per la sua varietà e molteplicità ha qualcosa di simpatico e di allettante per ognuno. Le gare di pattinaggio e, per lo skiatore, le gare di slalom, offrono l'occasione più bella di esercitare e mostrare grazia ed eleganza. Nello ski, si tempra la resistenza e la robustezza del corpo; nello slittare si ravvivano ingenue reminiscenze degli anni infantili; sulla pista del bobsleighs si mostra l'ardimento e l'energia. Ciascuno vi trova il proprio tornaconto: l'energico come il pusillanime, il vantatore della sua propria forza e l'estetico, il temerario al pari del codardo.

Lo sport invernale offre inoltre il vantaggio che vi si può ricorrere come a medicamento ed usare a piccole od a grandi dose ed anche in modo alternato; esso non è unilaterale, non si limita cioè a mettere a contributo qualche singolo od anche tutti gli organi del corpo, ma interessa al tempo stesso tutto il fisico e tutto lo spirito. Il suo esercizio non si svolge su strade pubbliche polverose, od entro stretti piazzali, non in aule chiuse, ma là in alto, all' aria pura ed asciutta della montagna, ai raggi del sole.

Lo sport invernale offre perciò allo sportista il desiderato allenamento del corpo, ed a chiunque si rechi per cura in montagna un opportuno mezzo di accrescere l'efficacia della cura stessa. I ragazzi indeboliti, stanchi dalla scuola, lo esercitano con tanto utile — slittare, pattinare, skiare — a lato della cura di giacere all' aria libera. Le persone sofferenti di cattiva assimilazione, gli obesi, i gottosi, i reumatici, tutti potranno ricorrere all'uno o all' altro genere di sport invernale quale fattore di guarigione.

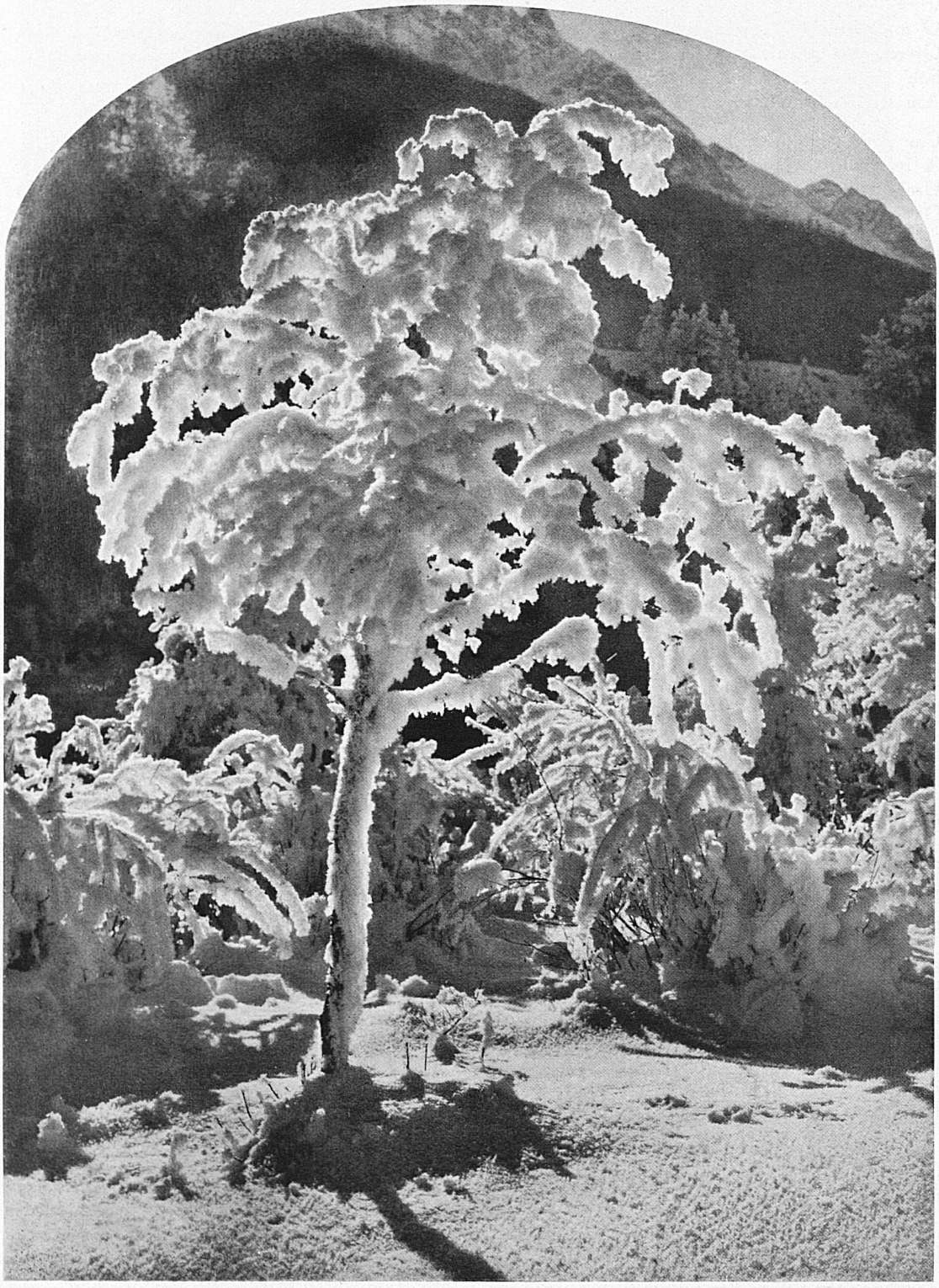
Come dicemmo in principio, non si perda mai di vista, anche in questi casi, la massima fondamentale: Moderazione! Si evitino tutte le aberrazioni sportive; nè si dimentichi di tener conto, nell' allenamento, del periodo d'acclimatazione, che per l'uno passa inosservato, può anzi non esistere, mentre per l'altro dura fino a 2 e 3 settimane.

Nessun altro paese è in grado, quanto la Svizzera, di offrire le migliori condizioni per lo sport invernale; occorre tuttavia insistere che, per essere stazione sportiva invernale, non basta ad una località il solo desiderio di esserlo, ma deve, come abbiamo visto, rispondere a determinate condizioni climatiche ed altre.

Dr. *E. Mory*, Adelboden.

La «Sesa»

concluse fin qui de' contratti con 110 imprese di trasporti a domicilio. Ad eccezione della piazza di Soletta, è stato possibile di giungere ovunque ad un' intesa fra la nuova Società e le imprese di trasporti a domicilio fin qui riconosciute come ufficiali. Di fronte agli spedizionieri, la «Sesa» si è obbligata a rinunciare a trasporti internazionali. Allo intento di riacquistare il traffico, vengono concluse speciali convenzioni colle imprese private di trasporto. Il numero di queste convenzioni raggiunse già elevate proporzioni e comprende trasporti abbastanza considerevoli. In molti casi vennero accordate riduzioni tariffali.



Winterzauber / Magie d'hiver

Phot. Feuerstein, Schu.s