



## Perché

### Perché Sportinsieme?

Abbiamo cambiato la veste tipografica e la testata del "Notiziario" per due motivi.

Il titolo Sportinsieme rispecchia fedelmente lo spirito delle non competitive: fare sport insieme è nelle finalità della Fiasp, che consistono nell'incoraggiare e curare l'amore per lo sport e la sua pratica come mezzo di formazione fisica, psichica e culturale, di migliore utilizzazione del tempo libero e di riscoperta dei valori della natura e della coesione sociale.

L'altro motivo è che la pubblicazione — per ora bimestrale — è destinata a giungere non soltanto ai Comitati e alle società affiliate ma anche a tutti gli aderenti singoli ed ecco che il suo nuovo formato, studiato appositamente per renderla tascabile, ne fa un vademecum, nel senso che il camminatore può portarsela appresso, senza difficoltà, per poterla consultare in qualsiasi momento, anche durante gli spostamenti che compie per recarsi a una marcia o per rientrare a casa, se non addirittura durante la marcia stessa.

Ciò che rimane intatto è l'animo secondo cui il Consiglio Federale fece nascere, qualche anno fa, questo foglio; esso deve servire sempre più per uno scambio di opinioni e per una dialettica tra le diverse componenti della Federazione, in modo da risultare interessante e

utile e farsi sentire davvero "nostro": ognuno di noi deve considerarsi un collaboratore.

Sarà quindi il nostro impegno che permetterà il successo di questa iniziativa.

### Perché l'Assemblea Fiasp a Bologna?

L'Assemblea è uno dei momenti più importanti nella vita della Federazione, non solo per l'attuazione di quanto prevede lo Statuto, ma perché permette di ritrovarsi e discutere sul passato, ma specialmente sul futuro della Fiasp.

Uno dei nostri principali obiettivi è la diffusione della Federazione, farla conoscere specialmente dove non è presente o è poco conosciuta. In Emilia-Romagna, una delle Regioni più importanti d'Italia, contiamo su un numero di Società ancora esiguo; l'Assemblea sarà un'occasione per far sentire la nostra presenza; essa conterrà sulla partecipazione di numerosi podisti provenienti da tutta Italia e di una larga rappresentanza del podismo Bolognese, venendo a costituire un importante motivo di incontro e di fraternizzazione nel nome dello sport popolare.

Questa ed altre iniziative, prese specialmente a livello di Comitati Provinciali, siano di auspicio per la nostra vitalità, e di stimolo per aumentare il nostro impegno al servizio della Fiasp.

C.C.



**il 1° novembre 1983**

si svolgerà dalla Darsena di Milano a Tornavento

la **5<sup>a</sup>** **camminata lungo il Naviglio Grande**

A GRUPPI DI ALMENO 3 PERSONE

KM 50



Organizzazione:

**GRUPPO PODISTICO HERMES**

20090 TREZZANO SUL NAVIGLIO (Milano)



Viale Rimembranze, 7 - Tel. (02) 44.53.303-44.54.041-44.55.287

sportivi, aderite alla

# FIASP!

*Amico sportivo, aderire alla FIASP è un tuo dovere morale ed una tua concreta convenienza.*

*E' un tuo dovere morale perché soltanto in questo modo potrai dare il tuo contributo al grande movimento degli sport popolari in continua crescita ed espansione in tutta Italia.*

*Ma è anche una tua concreta convenienza perché gli aderenti alla FIASP:*

*– sono coperti da assicurazione contro gli infortuni nel corso delle manifestazioni non competitive e relativi allenamenti (L. 20 milioni in caso di morte, L. 50 milioni in caso di invalidità, L. 1.500.000 per spese di pronto soccorso;*

*– godono di uno sconto di L. 5.000 complessive in dieci marce da scegliere fra oltre 60 manifestazioni organizzate in tutta Italia;*

*– godono di uno sconto di L. 2.000 per l'abbonamento al mensile "Nuovo Vai" e di L. 9.000 (15.000 anziché 24.000) per quello al settimanale "Il giornale dei podisti" di Torino - via Vitt. Amedeo 15 - c.a.p. 10121;*

*– hanno diritto ad uno sconto di L. 15.000 (L. 35.000 invece di L. 50.000) sulle tariffe praticate dal Centro di medicina sportiva «Medisport» (via S. Vittore, 6 - Milano - tel. 875635) per visite di medicina generale e specialistica cardiologica con stesura di un programma dietetico e di preparazione personalizzata;*

*– riceveranno il notiziario «Sportinsieme» che li terrà al corrente della vita e dell'attività della FIASP e degli eventi e problemi degli sport non competitivi.*

*Le agevolazioni sopraindicate ed altre ancora, in corso di studio ed attuazione, giustificano ampiamente la quota di adesione attualmente fissata in sole L. 5.000.*

*Caro amico sportivo, se vuoi aderire, invia alla Segreteria generale, tramite i Comitati Provinciali dove esistono, oppure direttamente, la quota di adesione, corredata da due fotografie formato tessera e dai seguenti dati: Cognome, nome - Luogo di nascita - Indirizzo completo - Eventuale Società di appartenenza, ed eventuale Comitato Provinciale di collegamento.*

#### **Elenco delle Società che hanno aderito alla nostra iniziativa nel concedere lo sconto di L. 500 sulla quota intera**

19-20/2/83 - 1° 24 ore podistiche individuali - AICS Palmerino - Latignano

27/2/83 - 8° Marcia vin di Latisane - Ass. Marciatori Vin di Latisana - Latisana

6/3/83 - 8° La Campagnola - G.P. Hermes - Trezzano s/ Naviglio

6/3/83 - 7° Marcia 5 Colli - G.S. Lurago d'Erba - Lurago d'Erba

13/3/83 - 8° Vimercaminata - G.S. Alpini - Vimercate

27/3/83 - Un po' n poggio - G.P. Croce d'Oro - Prato

27/3/83 - 7° Tre passi... e una corsetta - Circolo Culturale de' Burgondi

9/4/83 - 3° 12 ore Podistiche individuali di Latignano-AICS Palmerino - Latignano

10/4/83 - 6° Cross Olgiatese - Dialogo Club - Olgiate Comasco

10/4/83 - Maratona Berica - G.M. I Gati Biancorossi - Vicenza

24/4/83 - 9° Marcia di Redipuglia - 5° Maratona del Carso - Gruppo Alpini Fogliano

25/4/83 - Maratona dei Colli Storici - Pascualada d'la Vacca - La vacca d'Main - Castiglione delle Stiviere

25/4/83 - 5° Panoramica di primavera - Road Runners Club - Lamezia Terme

25/4/83 - Marcia Internazionale 7 Molini - Pro Loco - Gragnano

25/4/83 - Marcia Longa La Fortaia - Polsp. Le Tartarughe S. Michele al T.to

1/5/83 - 6° Panoramica Colle S. Michelé - Polisportiva Ome - Ome

15/5/83 - 7° La famiglia che cammina - G.S. San Francesco - Desio

15/5/83 - 6° Marcia nella natura - C.S.I. Noi e gli altri - Formicola

22/5/83 - 7° Trofeo San Giorgio - G.S.M. San Giorgio - Dresano

29/5/83 - 6° Qatar pass su i sentee - Oratorio S. Fiorano - Villasanta

4/6/83 - 4° Notturba del G.S. Altopiano - Seveso

5/6/83 - 3° Marcia Avis - Trofeo Finotti - Avis - Milano

19/6/83 - 5° Marcia un gir e mezz inturnu al doss - G.S. Dosso - Seregno

25/6/83 - 1° Notturba Biancorossa - I Gati Biancorossi - Vicenza

26/6/83 - 9° Giro del Tuscolo - S.S. Monteporzio

26/6/83 - 3° Cjaminant in ligrie - amis dal Tai - Venzone

29-30-31/7-83 - 7° 3 Giorni di Latignano - AICS Palmerino - Latignano

14/8/83 - Marcia a Casali - G.S. - Casali di Morfasso

27/8/83 - Aspettando la primavera - G.P. Forum Julii - Cividale d/ Friuli

28/8/83 - 9° Marcia dell'Altopiano - G.S. Altopiano - Seveso

11/9/83 - Giro Podistico città di Subiaco - G.M. Simbruini - Subiaco

11/9/83 - 7° Stracada dei Saltafoss - G.P. Cervignano d'Adda

18/9/83 - 6° Marcia nel verde - G.P. San Siro - Milano

25/9/83 - 8° Passeggiata Ecologica-Chianti - Colline Pisane e Bianco San Torpè - G.S. Tre Torri - Terricciola

2/10/83 - 2° Marcia dei Cerri - Podistica Cerreto

9/10/83 - Cividale-Castelmonte-Cividale - G.P. Forum Julii - Cividale

9/10/83 - 9° Straviareggio - Straviareggio Club - Viareggio

22-23/10/83 - 1° 100 km Sanlorenzina - AICS Palmerino - Latignano

23/10/83 - 4° Gara podistica città di Marigliano - AICS Mariglianesi - Marigliano

30/10/83 - 5° Marcia Mirano Città Verde - G.P. Bancarella - Mirano

6:11/83 - 10° La Grasparola - G.S. Pergolese - Pergolese (Sarche)

11/12-83 - 6° Maratona di Natale - Road Runners Club - Lamezia Terme

#### **Notizie di segreteria**

Informiamo che, in allineamento con tutti gli altri paesi che praticano il concorso I.V.V., il costo della tessera dal 1° marzo 1983 è stato portato a L. 4.000.

# Quanti corrono, quanti camminano

Nel mondo degli scarpinatori domenicali si è disputato a lungo intorno a un interrogativo, alla cui soluzione talvolta si pretendeva di conferire un valore addirittura determinante: correre o camminare?

Ciascun corno del dilemma presenta vantaggi e aspetti negativi. Fin dall'inizio c'è stato così, fra gli organizzatori, chi ha ritenuto giusto di sbrogliare la matassa statuendo — vedi per esempio a Malnate o al giro del lago d'Iseo — l'obbligo del passo di marcia, come si vedeva fare all'estero, e chi invece ha preferito... lasciar correre, cioè consentire che ciascuno, più "all'italiana", si sbizzarrisse secondo il proprio estro nella scelta dell'andatura da tenere.

Ogni opinione è degna di rispetto, ma secondo me il "passo libero", l'orario di partenza elastico e l'istituzione dei premi uguali per tutti alla lunga hanno palesato di essere i ritrovati tecnico-normativi più idonei ed efficaci, perché hanno vanificato l'antipatico velleitarismo degli pseudo-campioni e restituito ai nostri incontri del fine settimana tutta la pacifica essenza che è loro caratteristica, quella dell'assoluta non-competitività (chi aspira a gareggiare sul serio sa bene dove trovare, altrove, reali antagonisti) senza, d'altra parte, imbrigliare la scalpitante irrequietezza dei giovani né la fantasia di chi gradisce cimentarsi in personalissimi "far-tlek".

Il regolamento, insomma, ha portato una chiarificazione, nel senso che parecchi corridori, i quali in passato venivano a

collezionare facili allori alle nostre manifestazioni, dove in pratica si misuravano con persone poco inclini a confronti di tale genere, sono stati privati d'ogni possibilità di emergere e quindi invogliati a cambiare aria, se intenzionati a continuare nell'agonismo, lasciando le non-competitive (divenute veramente tali) a coloro che la sgambata vogliono godersela senza tensioni.

Fra questi ultimi si è venuta operando un'ulteriore selezione, questa volta più fisiologica e naturale, che presenta un duplice aspetto:

— certuni, a forza di correre sempre più lestamente, valutando i progressi compiuti e scoprendo di possedere doti che li rendono atti all'impegno competitivo, hanno anch'essi sgombrato il campo e sono passati alle gare che sono proprie di altri enti sportivi;

— fra i restanti, tende a prevalere l'interesse verso le componenti culturali e umane delle marce (paesaggio, ambiente, architetture, memorie storiche, piacere della fraternizzazione), suggerendo moderazione nell'andatura, almeno nei tratti dove il tracciato è più ricco d'attrattive, o addirittura brevi soste per avere il tempo di apprezzare queste bellezze e di parlarne insieme.

Quanto ho accennato sopra è illustrato dettagliatamente nei due prospetti statistici che faccio seguire, il primo (Tabella A) relativo a marce di lunghezza fino a venti chilometri, il secondo (Tabella B) alle marce da venti a quarantadue. Osser-

>>>

**Tabella A - Marce fino a 20 Km**

passo	A N N O							
	1975	1976	1977	1978	1979	1980	1981	1982
Corrono sempre	412	396	362	338	318	302	284	267
Alternano tratti di corsa e di cammino	258	242	214	206	214	232	246	259
Corrono poco, in prevalenza camminano	208	218	227	234	229	208	200	195
Camminano sempre	122	144	197	222	239	258	270	279
<b>Totali</b>	<b>1000</b>							

**Tabella B - Marce da 20 a 42 Km**

passo	A N N O							
	1975	1976	1977	1978	1979	1980	1981	1982
Corrono sempre	246	221	200	187	175	164	154	145
Alternano tratti di corsa e di cammino	285	266	215	203	209	220	232	234
Corrono poco, in prevalenza camminano	244	262	279	286	280	270	259	262
Camminano sempre	225	251	306	324	336	346	355	359
<b>Totali</b>	<b>1000</b>							

vando le colonne di numeri è agevole verificare che, dal 1975 — quand'è nata la Fiasp — venendo in qua, col passar degli anni diminuisce la percentuale di coloro che corrono sempre, aumenta quella di chi alterna le andature, sta decisamente prevalendo quella di chi esclusivamente cammina, specialmente sui lunghi itinerari. I dati sono stati ottenuti con il metodo

delle interviste, che ho descritto nel mio articolo precedente, e controllati ogni volta "de visu", mediante una serie di apostamenti fatti in punti adatti sul percorso (press'a poco come fanno i vigili urbani quando compiono rilevazioni sulle caratteristiche del traffico stradale).

Ettore Cappelletti

## in breve .....

**ROMA.** Non tutti sanno, ed è opportuno invece — per molte ragioni — che l'informazione circoli e sia divulgata, che dal 1981 la Fiasp figura nella lista ufficiale degli "Enti ed associazioni dello sport e del tempo libero con i quali il CONI intrattiene rapporti", ove trovasi elencata fra le "Associazioni con finalità escursionistiche e non competitive" unitamente ad organismi di prestigio quali la FIE (Federaz. Ital. Escursionismo) ed il CISO (Comitato It. Sport nella natura e Orientamento).

**NEW YORK.** L'Assemblea generale delle Nazioni Unite ha adottato il 28/X la "Carta Mondiale della Natura", basilare dichiarazione che sancisce i principi della conservazione secondo i quali va condotta, e giudicata, l'azione dell'uomo nei confronti della natura. Essa definisce i doveri e le responsabilità degli Stati, delle società e degli individui e ammonisce solennemente che la distruzione dei sistemi naturali porta a un crollo delle strutture economiche, sociali e politiche della civiltà.

**MILANO.** L'assemblea del Gruppo Marciatori AVIS ha proceduto il 16/XI al rinnovo delle cariche, che sono state così distribuite: Sergio Verga presidente, Mario Leonzio vice, Elio Campolunghi segretario, Giorgio Andriolo tesoriere, Giordano Maderna direttore sportivo; Claudio Cremona continuerà a occuparsi del brioso giornalino sociale, il fratello Carlo del settore trasferite e gite, Piero Confalonieri è responsabile della marcia di Cunardo, Walter Brocca del magazzino materiali e Mario Baroni del settore giovanile.

**LAVARONE.** Il comunicato n. 28 in data 28/I della Div. filatelica del Ministero delle Poste ha stabilito, nella tematica sportiva, un "record" (nel senso di cosa che accade per la prima volta) degno di menzione, dando notizia dell'istituzione d'un ufficio postale distaccato che ha poi funzionato presso l'Hotel Astoria nei giorni 1-3-5/II in occasione delle gare in-

ternazionali di sci-orientamento, indette in preparazione dei Campionati del Mondo che si svolgeranno sull'Altipiano dei Sette Comuni l'anno venturo. Riproduciamo sotto l'annullo occasionale figurato a mano usato nell'occasione (raffigurante un segnale di meta quadrato e l'emblema dei "mondiali" con le iniziali della parola tedesca Weltmeisterschaften) e spieghiamo come mai si dà eco, qui, a un avveni-



mento di sapore agonistico: innanzitutto, perché le manifestazioni di questo genere fanno indirettamente una grossa e benefica propaganda anche agli aspetti non competitivi di una disciplina poco conosciuta; in secondo luogo, perché questo sport, anche quando viene disputato agonisticamente, non è mai del tutto uomo-contro-uomo in senso frontale, con le implicazioni non sempre simpatiche che ne possono conseguire, bensì "a cronometro" e quindi indiretto, ovattato, combattuto tutto sommato contro sé stessi prima ancora che contro il fantasma degli avversari che precedono o seguono nell'ordine di partenza.

**RHO.** Si sono svolte il 2/II le elezioni per il rinnovo delle cariche in seno al Comitato Prov.le Fiasp, che hanno dato i seguenti risultati: Pietro Radaelli presidente - Michele Calderara, Rolando Cardena e Giampaolo Guidi vicepresidenti (con specifici incarichi per i settori: regolamenti, tecnico, calendario marce) - Valeria Simonetta segretario - Giuseppe Gumieri tesoriere - Enrico Abbati, G. Paolo Colombo, M. Grazia Miorini, Natalina Rancati, Cesare Simonetta consiglieri (anch'essi con specifiche attribuzioni: rispettivamente addetto stampa e diplomi IVV, responsabile materiali alle società, tesseramento singoli e collegamenti con la Segreteria gen. Fiasp, assistenza ai commissari tecnici sportivi, materiale IVV).

Dante Bettucchi

FIASP	IL GRUPPO PODISTICO « marciacaratesi » Carate Brianza	I.V.V.
organizza il 16 ottobre 1983 la 3ª marcia internazionale non competitiva		
<b>CARATE TRA IL VERDE E L'ANTICO</b> con percorsi di km 6-11-20-32		
La camminata si svolge tra ville, parchi, boschi, monumenti, cascine e vecchi cortili che rappresentano "il meglio" della Brianza		
Premi individuali: Fusione in lega + monografia sul tema della marcia Premi di gruppi: Targa speciale in bronzo		

# Lo sport e gli anziani

Il titolo di questo articolo potrà apparire a molti contraddittorio, tanto è diffusa l'errata opinione che lo sport non può accompagnarsi ad una età avanzata.

Se questo può essere quasi sempre vero per lo sport agonistico, non lo è certamente per quello non competitivo. E' vero esattamente il contrario!

Non per nulla lo statuto della Fiasp definisce come non competitive le attività sportive praticate da larghe masse di sportivi delle più diverse classi sociali ed età, senza spirito competitivo ed intenti di primato.

Ed è proprio per l'assenza di questo spirito e di questi intenti che lo sport non soltanto può, ma deve essere praticato dagli anziani, qualunque sia la loro età.

Abbiamo vivissimo nella mente e nel cuore il ricordo di Carlin Podestà, che si è da poco spento, subitamente e dolcemente, all'età di 93 anni, dopo aver praticato, sino agli ultimi giorni, il podismo amatoriale, con ammirevole ed ammirata passione, in tante parti d'Italia e d'Europa. Ed abbiamo davanti agli occhi le magnifiche figure di tanti amici settantenni ed ottantenni, che ogni domenica ci riempiono l'animo di ammirazione e di speranza (ed anche di un po' di invidia) con la costante testimonianza del loro vigore fisico e spirituale.

Ecco, la Fiasp è veramente orgogliosa di essere riuscita a sradicare dal chiuso delle loro case questi anziani che hanno trovato in questa passione ed in questa pratica sportiva uno strumento di rivitalizzazione e di valorizzazione della loro esistenza.

Lo sport non competitivo non soltanto è possibile, ma è utile per gli anziani, a qualsiasi età, ed è utile sotto l'aspetto fisico, per la conservazione ed anche il recupero di energie fisiche, ma soprattutto per l'aspetto spirituale.

Questi anziani acquistano nel praticarlo una nuova mentalità ed un nuovo costume di vita, considerando l'impegno sportivo domenicale un riferimento indispensabile nell'arco di tutta la settimana. Un riferimento che li impegnerà mentalmente nei giorni precedenti e seguenti e che li "ricaricherà" attraverso il contatto con la natura, le bellezze artistiche, i tanti amici di ogni età, facendogli gustare la voglia e la gioia di vivere.

E questo, in una Società in cui la natalità tende a decrescere e la senilità ad incrementarsi, non può non avere anche enormi riflessi positivi sul piano sanitario, sociale e morale.

Orgogliosa per i risultati raggiunti, la Fiasp è impegnata ad intensificare con ogni mezzo la sua azione in questo campo.

Al fine di "stanare" tanti altri anziani che vegetano ed inaridiscono nel silenzio di una casa che spesso non ha più il sapore del focolare, o, peggio, muoiono lentamente nel grigiore di un istituto senza vita, senza anima e senza calore.

Ma la Fiasp vuole anche smuovere tanti altri pigri e tanti altri annoiati, strappandoli dalle fumose sale dei locali pubblici e dalla insulsa routine di giochi senza significato, portandoli a conoscere tante bellezze naturali ed artistiche, i costumi, le

tradizioni popolari di questo nostro meraviglioso e sconosciuto Paese e di tanti altri Paesi di ogni parte del mondo.

Questi anziani scoprirebbero, capirebbero e gusterebbero, così, sicuramente, una nuova dimensione e qualità di vita, che li aiuterebbe a far sì che la conclusione della loro giornata terrena assomigli il più possibile ad un dolce e gioioso tramonto.

Uno di quei tramonti che appunto marciando, correndo, sciando, pedalando senza lo stimolo dell'agonismo, si viene in grado di osservare e gustare, riempiendosi gli occhi e l'animo.

Paolo Quadraroli

\*\*\*

*Prima di consegnare lo scritto al tipografo, abbiamo voluto operare — col consenso dell'autore — una verifica sulla validità delle affermazioni che esso contiene, sottoponendolo in lettura a un camminatore molto anziano d'età ma fisicamente e mentalmente giovanile, che è ben noto da noi e all'estero per essere stato tra i pionieri delle nostre "non competitive" e per la costanza con la quale frequenta gli appuntamenti domenicali della Fiasp, oltre che per la limpidezza del pensiero e la dirittura morale, ed è con vero piacere che trascriviamo qui di seguito le impressioni che egli ha cortesemente accettato di annotare per noi.*

"I concetti espressi rispecchiano perfettamente i sentimenti, lo stato d'animo, la buona efficienza fisica di chi, ad una certa età, rifiuta... le pantofole, cerca la compagnia dei giovani e dei meno giovani e con loro è disposto ad affrontare ogni domenica qualche decina di chilometri in sana allegria.

Per la notevole mia esperienza non esito a chiamare lo sport delle marce non competitive "vero elisir di lunga vita" e ne spiego i motivi.

Per prima cosa si frequentano assembramenti di giovani e questo porta ad assorbire una certa dose di entusiasmo che ringiovanisce.

L'ambiente delle marce non competitive è composto da persone socievoli, chiassose e moralmente sane, sempre disposte ad una chiacchierata e, quando occorre, a prestare aiuto. Quel buon chiasso che ha sapore di gioventù e che pertanto giova immensamente anche ai partecipanti di una certa età perché in esso si sentono coinvolti.

Soggiungo che l'immedesimarsi nelle manifestazioni, porta inconsapevolmente ad una sana regola sia di vita che alimentare. Si vuol fare bella figura nelle marce e perciò non ci si permette nessun eccesso principalmente nel fumare e nel bere.

Questo comportamento fa sì che il nostro organismo goda sempre di ottima salute con effetti benefici anche sul morale.

Io da molto tempo pratico questo sport e nonostante gli oltre otto decenni di vita ormai alle spalle non mi sento affatto vecchio".

Salvatore Garavelli, classe 1903

# Le "non competitive" e i giovani

Molto, forse troppo, si è scritto sulle "non competitive" in genere: dai primi timidi dépliant dei tempi dei precursori alle trionfanti articolesse apparse sui quotidiani in occasione delle varie stracittadine, alla valanga di riviste, libri, giornali, saggi, tesi di laurea (sic!) dei giorni nostri. Poco, al contrario, in rapporto alla sua importanza, si è scritto sul tema specifico qui proposto.

In effetti, sol che si ponga mente ai suoi influssi sul piano morale-fisico-psichico-intellettuale, balza subito evidente l'attualità dell'argomento, in un'epoca e in un mondo che ai giovani dedicano sempre più attenzione per i più svariati fini.

Io credo che la "non competitività" giovi ai ragazzi dal punto di vista psichico. Quando si pensa al confronto sempre più acceso imposto dalla società dei consumi, del quale solo ora si inizia a valutare gli aspetti negativi e dal quale la scuola stessa va prendendo le distanze (perché l'orientamento della psicologia più recente tende a rivalutare lo spirito di gruppo a scapito dell'individualismo e della lotta per il successo), non si può che convenirne.

Che le camminate non competitive siano fisicamente giovolevoli anche ai più giovani non viene più messo in forse, ovviamente a due condizioni: che si svolgano in ambiente paesaggisticamente gratificante e che vengano svolte "cum spirito ludendi" e non imposte come obbligo (che tale rimane anche se addolcito dall'assegnazione di premi più o meno legati alla validità della prestazione). Ritengo che minor importanza discriminativa vada attribuita al fattore chilometraggio, fatti salvi, oltre alle esigenze di cui sopra, i limiti dettati da un organismo ed uno scheletro in fase di costruzione nonché la necessità di un allenamento graduale.

Ma dove la miniera dei tesori che possono essere profusi dalle "non competitive" appare inestimabile e senza confronti con altre attività ludiche, è sotto l'aspetto culturale.

Si pensi al valore educativo che presenta la preparazione della gita da parte dei ragazzi stessi, con tutta la gamma delle sue componenti: consultazione di carte geografiche e topografiche, programmazione del viaggio comune (che implica la conoscenza e l'impiego delle pubblicazioni recanti gli orari dei mezzi pubblici), esame delle guide turistiche, artistiche e folcloristiche della regione così da giungere sul posto già informati sul contesto culturale della zona, eccetera.

Si ponga poi mente alle possibilità offerte dalle "non competitive" in sé: dalle nozioni seppur elementari di botanica e zoologia, a quelle di storia dell'arte, dalla comparazione dei dialetti all'uso della bussola, dall'osservazione dei diversi habitat urbani e rurali alle conseguenti considerazioni archeologiche, ai rudimenti di mineralogia, alle reminiscenze storiche tradotte in palpitanti realtà, alla comprensione di semplici fenomeni fisici. Tutto ciò, ovviamente, sfruttando appieno il tempo che il regolamento internazio-

nale prevede particolarmente abbondante appunto per consentire di affiancare quest'attività, di apprendimento e di miglioramento culturale-spirituale, ai vantaggi che al corpo vengono dal movimento nella natura.

Si consideri infine l'utilità per la cultura, nel senso più ampio del termine, che deriva al ragazzo dal "ripasso" della camminata, fatto "a posteriori" nel silenzio riposante della propria camera, dove sull'atlante e sulla carta verranno ripercorsi i chilometri, rivista la terminologia degli abitati attraversati, immagazzinati nomi di fiumi, laghi, monti che resteranno nella memoria non come astratte espressioni geografiche ma come realtà vissute.

Grazie alle "non competitive", un'immensa mole di lavoro si prospetta a chi sinceramente voglia aiutare i giovani a coniugare il verbo di un'esistenza piena e serena nell'esaltante stadio della natura e della cultura.

Una immensa mole di lavoro che si prospetta per la F.I.A.S.P.

Diego Rebez

## medisport centro di medicina sportiva

Il centro MEDISPORT realizza una nuova concezione nella pratica della medicina sportiva. Esso è nato infatti dalla fusione delle conoscenze e competenze proprie di tre ambienti: quello della ricerca scientifica applicata allo sport, quello dei medici specialisti (cardiologi, internisti, dietologi, medici sportivi, ortopedici) e quello dei tecnici e allenatori operanti nei vari settori delle discipline sportive.

Il centro MEDISPORT è quindi in grado di fornire programmi di allenamento "personalizzati" sulla base del valore individuale, di valutare l'andamento della forma nell'arco dell'anno e di seguire sul piano tecnico, medico e dietetico chi svolge attività agonistica a livello amatoriale.

medisport  
milano  
via s. vittore 6 - tel. 875635

Quando, poco tempo fa, George Bush, il Vice Presidente degli USA, è venuto in Italia, il telegiornale TG1, nel raccontare dei suoi vari impegni, ha ritenuto di sottolineare come al mattino avesse fatto, fra l'altro, un'ora di footing.

E la cosa avrà certamente sorpreso e divertito molti italiani. Che enormemente più divertiti e sorpresi sarebbero, qualora apprendessero una cosa simile (in realtà abbondantemente improbabile!) riguardo, mettiamo, a Fanfani, Spadolini, Craxi o qualunque altro uomo politico italiano, in una delle loro frequenti visite all'estero (un'eccezione potrebbe fare, forse, il presidente Pertini il quale, a quanto raccontano, è un appassionato escursionista, almeno durante le sue vacanze estive; e la freschezza e la vivacità dei suoi 86 anni ne sono una indubbia conseguenza).

Ebbene, noi vorremmo tanto che la pratica del footing e di qualsiasi altra attività sportiva non fosse più una cosa isolata e singolare. Vorremmo che la TV non ritenesse più di doverla segnalare, a proposito delle abitudini delle persone in vista, come una cosa "strana" ed originale.

Quando avessimo conseguito questi risultati avremmo raggiunto il nostro obiettivo.

Abbiamo già affermato che il compito della Fiasp è quello di far praticare al maggior

numero possibile di italiani il maggior numero possibile di sport non competitivi.

E non in maniera estemporanea ed occasionale, ma come un costume di vita. Come uno dei momenti fondamentali della nostra giornata e della nostra esistenza, atto a formare una nuova mentalità ed una più completa e matura personalità.

Non serve a niente (o serve semmai soltanto a esporci al rischio d'un bell'infarto) partecipare una volta all'anno, dopo dodici mesi di immobilità, magari per una sciocca scommessa tra amici, ad una delle tante "Stra" cittadine, tanto in voga e sotto questo aspetto tanto deleterie. È controproducente e perfino pericoloso affrontare, di tanto in tanto, manifestazioni sportive come sporadico antidoto alla monotonia della vita consueta.

Occorre, viceversa, affrontare lo sport come un nuovo aspetto della vita, che arricchisca il nostro corpo ed il nostro animo, che valorizzi tutti noi stessi e la nostra esistenza.

Non si deve fare sport perché si è sani, ma essere sani a lungo perché si fa sport.

Così come avviene in molti altri paesi che definiamo più avanzati e più civili, e che, forse, sono soltanto più fortunati e più consapevoli.

P.Q.

## IL PRESIDIO DELL'I.V.V.

Con il presidente Croci e il consigliere Filippante ho partecipato a fine febbraio al Presidium dell'I.V.V., svoltosi a Büdingen presso Francoforte.

Gli argomenti che sono stati affrontati dai rappresentanti dei vari Stati che compongono la Federazione Internazionale sono stati svariati. Da ricordare, in particolare:

- l'affiliazione di Israele e l'effettuazione d'una marcia alle Hawaii, che allargano ancor più l'area d'influenza del nostro grande sodalizio sportivo;
- i riconoscimenti che verranno assegnati oltre i 22.000 km e le 1.500 presenze;
- la proposta di adottare un coefficiente di demoltiplicazione per i chilometraggi delle cicloturistiche, che è stata respinta, e quella di utilizzare per tali manifestazioni tessere ad hoc di colore particolare, che è stata accolta;
- la fissazione della sede e della data della prossima assemblea generale dell'IVV, che avrà luogo nella città del presidente, Kaufleben, il 13-14-15 maggio.

Ma sono stati i problemi dei rapporti all'interno delle singole federazioni nazionali e nel mondo dell'organizzazione in generale ad occupare il maggior spazio. Tra essi va evidenziato, perché ci riguarda direttamente, il problema delle marce molto brevi.

Come è noto, il regolamento internazionale prevede che non possano essere svolte manifestazioni su percorsi inferiori ai km 10. Questa norma, che fa parte fin dall'origine delle regole IVV, è stata più volte messa in discussione sul piano pratico, avendo trovato negli ultimi anni seri contestatori, nei belgi e negli olandesi soprattutto.

Durante questo Presidium era sotto accusa l'ennesima irregolarità perpetrata dalla federazione belga, che consente percorsi in-

feriori ai 10 km, ed era in discussione la richiesta danese per l'omologazione d'un percorso di cinque chilometri a una manifestazione per i bambini, promossa in favore dell'Unicef. Quali rappresentanti dell'Italia, nel momento in cui si è trattato di prendere una posizione (si stava profilando l'eventualità di deliberare sull'espulsione della federazione belga), abbiamo reso noto che anche da noi si svolgono manifestazioni che non possono essere ritenute regolari secondo il regolamento internazionale. Con l'appoggio di Olanda, Svezia, Danimarca e Belgio abbiamo perciò chiesto che l'IVV autorizzi la programmazione — e quindi la pubblicità — di manifestazioni di tal genere accanto ad altre che si svolgono su percorsi maggiori: esse dovrebbero essere autorizzate sia pure senza che a coloro che vi partecipano possano venire attribuiti i timbri del concorso internazionale e con l'intesa che sui volantini o altro materiale pubblicitario dove si parli di un percorso inferiore ai km 10 venga posta in evidenza la dicitura: "Non valida agli effetti del Concorso IVV". L'Assemblea non ha preso una decisione, ma ha dato incarico ad una commissione di discutere in un'apposita riunione il problema per trovarvi una soluzione che auspichiamo sia nel senso indicato dalla Fiasp. Frattanto, il 30 aprile, a Bolzano, dove si solennizza il decennale della federazione altoatesina degli sport popolari (SVV), avremo un primo incontro con uno dei Vice-presidenti dell'IVV per approfondire il confronto tra il nostro punto di vista e quello delle federazioni consorelle di lingua tedesca che sono per ora fermamente contrarie all'introduzione di quest'innovazione regolamentare.

Giorgio Latempergher  
sportinsieme - 7

