



UN ANNO DI VITA FEDERALE

(testo del discorso pronunciato a Bologna il 7 maggio dal Presidente della Fiasp)

Ci troviamo qui a Bologna per la nostra Assemblea Nazionale allo scopo non solo di contribuire alla diffusione e al potenziamento della Fiasp sul territorio nazionale, ma anche per farci conoscere e stabilire rapporti con i rappresentanti del podismo bolognese, creando un importante motivo di incontro e di fraternizzazione nel nome dello sport popolare. Ringrazio perciò gli amici bolognesi per aver accettato questo invito.

È trascorso un anno dall'insediamento del nuovo Consiglio Federale, un anno di ambientamento per i nuovi Consiglieri, ma anche di lavoro costruttivo; la Fiasp, proseguendo nel suo sviluppo, richiede un impegno sempre maggiore da parte di tutte le sue componenti: federazione, comitati, società ed ora anche singoli aderenti.

L'Assemblea non è solo un incontro, deve essere un confronto e una verifica di quanto si è fatto, quanto si poteva fare e quanto si deve fare.

I nostri problemi, le nostre aspettative, i traguardi che vogliamo raggiungere vanno discussi e illustrati, ognuno portando idee, consigli ed esperienze; l'obiettivo dev'essere quello di rendere la Fiasp come tutti noi la desideriamo veramente.

Una delle nostre finalità consiste nel far partecipare il maggiore numero possibile di italiani alle nostre manifestazioni, contribuendo alla creazione di nuove amicizie e alla diffusione dello sport non competitivo, creando così una nuova mentalità, con l'ambizione di introdurre qualche cosa di nuovo nella società di oggi.

La nostra federazione, nata nel 1975, si è via via sviluppata e ingrandita: le società affiliate alla fine del 1982 erano 702.

Nel 1982 sono state organizzate in Italia 714 manifestazioni IVV; i singoli aderenti sono circa 500, ancora pochi. Noi speravamo in un numero maggiore, ma forse non è stata fatta da parte nostra una propaganda adeguata, o non sono stati afferrati l'importanza e il significato dell'adesione. Chi aderisce, infatti, non solo usufruisce degli sconti, dell'assicurazione e così via, ma partecipa in proprio alla vita della federazione.

Per noi, poi, questo significa che possiamo contare, oltre che sul numero delle società, su quello degli aderenti, e ciò può essere importante perché dà alla Fiasp un certo peso e un maggior potere nelle trattative con gli Enti che dovrebbero riconoscerci.

Le tessere dei concorsi IVV vendute nel 1982 sono state 16.000; esse sono uno strumento efficace per legare i marciatori alle nostre manifestazioni. L'omologazione è richiesta dagli organizzatori perché permette loro di assicurarsi un buon numero di partecipanti ai concorsi stessi.

Vorrei sottolineare l'importanza delle Società, dei Gruppi e quelle dei Comitati; le Società sono la vita stessa della federazione: sono queste, con i loro soci, che organizzano, partecipano, danno lo spunto per continuare la nostra evoluzione; i Comitati provinciali e regionali non sono solo gli organi periferici della federazione, ma ne sono la struttura portante, è grazie alla loro opera costante e al loro impegno che l'attività della federazione viene portata avanti.

Il nostro ringraziamento e l'augurio di continuare sempre meglio nella loro opera va a tutti i Comitati, anche se qualcuno non funziona come dovrebbe; qui non si vogliono premiare i bravi e castigare i cattivi, ma si vuole sottolineare che dove il comitato funziona le nostre manifestazioni acquistano prestigio e serietà, mentre dove non funzio-

na la Fiasp ci perde; occorre sempre rispettare lo Statuto e i Regolamenti e collaborare concordemente per fare della Fiasp un organismo compatto e importante.

Purtroppo tra gli organi centrali e quelli periferici può nascere qualche contrasto e qualche incomprensione, dovuta anche a situazioni preconstituite; rivolgo un appello al buon senso di tutti per eliminarli, perché talvolta perdiamo tempo prezioso, che potremmo dedicare a qualcosa di più costruttivo.

* * *

Il Consiglio Federale si è riunito 5 volte nel 1982, e 2 volte (finora) nel 1983: una volta a Verona e una a Vicenza.

Le riunioni del Consiglio sono di vitale importanza per l'andamento della federazione: in esse si discutono gli argomenti e i problemi che di volta in volta diventano prioritari. Ringrazio pubblicamente tutti i consiglieri per la loro collaborazione e particolarmente quelli che, abitando lontano, vengono nel luogo delle riunioni a spese proprie, affrontando anche grossi sacrifici.

Tra le altre delibere, sono stati stilati il nuovo Regolamento Organico e il nuovo Rego-

(segue a pag. 8)

Assisi, un traguardo

Nei giorni 8 e 9 ottobre è stato organizzato, in forma sperimentale, il I Raduno Nazionale Fiasp ad Assisi. A questa manifestazione hanno partecipato un centinaio di rappresentanti dei diversi Comitati Provinciali, ai quali si sono uniti sette marciatori giunti fin lì a piedi - in staffetta - da Latisana.

Il risultato ottenuto è stato ottimo, quindi con il 1984 ripeteremo l'iniziativa con l'intento di avere in futuro un vero e proprio Raduno Nazionale annuale. Il programma verrà diramato la fine del corrente anno, in modo da dare la possibilità a tutti i Comitati di organizzarsi per tempo.

Questo ritrovarsi ogni anno ad Assisi, oltre ad essere un motivo di incontro nella città più mistica d'Italia, darà al nostro Raduno un significato particolare; sarà l'occasione per rinsaldare i legami di amicizia che devono unire i marciatori e tutti gli sportivi. Ci darà anche la possibilità di trascorrere qual-

(segue a pag. 2)

IN MARGINE AL RADUNO

(noterelle d'un partecipante)

Quando ho avuto sentore del Raduno, mi chiedevo: come mai saranno andati a scegliere questa città, anziché - poniamo - Chianciano, Perugia o Orvieto, località turistiche altrettanto centrali ed equidistanti rispetto alle aree Fiasp più periferiche, per esempio a Pordenone o a S. Maria Capua Vetere? Alla domanda, d'acchito, non mi riusciva di trovare risposta esauriente. Come uso fare in questi casi, prendo tempo, vado a documentarmi sui posti e i personaggi. Vado a sfogliare così qualche pagina dei "Fioretti" e del "Cantico delle creature"... ed ecco trovata la risposta. Mi si aprono gli occhi, individuo alcune basilari affinità tra il comune marciapodista e

il Patrono d'Italia. Constato anche che le differenze fra essi non sono, sostanzialmente, qualitative ma - secondo me - soltanto quantitative; intendo dire quantità di amore, intensità di sentimenti. Sul piano "tecnico" entrambi - il mistico medievale come lo scarpinatore dell'era del petrolio - prediligono la medesima... cavalcatura, quella appunto che prende metaforicamente nome dal Santo. Su quello morale, entrambi vogliono la fraternità e sono amici degli animali e delle cose del Creato. Non c'è da sottidire: anche il marciatore in un certo senso dialoga davvero con gli oggetti che incontra nel suo andare, animati e non, con le piante, con i fiori, con le bestiole e con i grossi animali, financo - se capitasse a tiro - col lupo cattivo (che se non sarà proprio quello di Gubbio, potrà almeno esser parente di quello di Cappuccetto Rosso), magari soltanto per mandarlo a farsi... benedire.

Sono perciò partito per Assisi convinto e ne son tornato più che contento; ho conosciuto, nella miglior compagnia possibile, uno dei rari luoghi eletti dello spirito.

Ai fatti della cronaca accenno di volata (tirano lo spazio, m'hanno imposto un perentorio: "Sii brevissimo!"): - le parole toccanti del celebrante la Messa, officata nella severità romanico-gotica della Chiesa Inferiore;

- l'arrivo, per me commovente, della megastaffetta podistica partita, nientemeno, da Latisana in quel di Udine, qualcosa come cinquecento chilometri o giù di lì;

- la camminata, pressochè simbolica ma proprio per ciò maggiormente significativa, all'Eremo delle Ceneri sulle pendici del Subasio, per una strada panoramica che sale tra ulivi;

Sarebbe bello fare l'elenco dei molti gruppi podistici Fiasp intervenuti massicciamente con organici al completo e quello degli innumerevoli singoli presenti a titolo personale, ma - purtroppo - non c'è spazio.

Pietro Alfonsi

ASSISI, UN TRAGUARDO

(segue da pag. 1)

che indimenticabile giorno in questa città così ricca di interessi artistici e spirituali.

Sempre in questo spirito, abbiamo in programma una grossa novità: realizzando un'antica aspirazione della Fiasp, stiamo avviando le pratiche per fare di S. Francesco il patrono dei marciatori. Da questo grande Santo dobbiamo infatti imparare l'amore per la natura, con cui veniamo a contatto durante le nostre camminate e a cui talvolta non rivolgiamo tutto l'interesse che merita. Siamo convinti che la nostra Federazione, perseguendo lo scopo della diffusione dello sport popolare, cioè dello sport non competitivo - quello che tutti possono praticare indipendentemente dall'età e dalla classe sociale, quello che unisce e non divide perché non crea graduatorie o classifiche, non premia solo i più bravi ma tutti indistintamente - si ispiri agli ideali francescani; in questi tempi, in cui sembra che certi principi vengano ignorati, noi ci sentiamo suoi umili discepoli.

Assisi dunque diventerà il centro d'irradiazione anche dello spirito sportivo non competitivo, oltre che il momento d'incontro e il punto di riferimento di tutti i marciatori d'Italia.

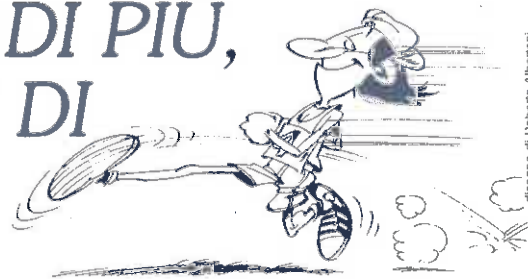
Celestino Croci

IMPORTANTE

Coloro che desiderano aderire alla Fiasp, nelle zone dove esiste un nostro Comitato provinciale, possono rivolgersi agli indirizzi sotto elencati (gli altri devono far capo direttamente alla Segreteria Generale in via A. Barelli 1 - Milano).

Comitato Provinciale di Bergamo - c/o G.P. Le Tartarughe - Via Ozanam, 2 - 24100 Bergamo - tel. Danesi 035/218962 / **Comitato Provinciale di Brescia** - c/o Bar Toscana - Via B. Maggi, 57 - 20100 Brescia - tel. 030/42494 / **Comitato Interprovinciale di Caserta, Napoli, Benevento** - c/o Jodice Giovanni - Corso Umberto I, 75 - 81055 Santa Maria Capua Vetere (CE) - tel. 0823/841549 / **Comitato Provinciale di Como** - Via dei Pescatori, 4 - Zona Pescarenico - 22053 Lecco (CO) - tel. Mosconi 031/631790 / **Comitato Provinciale di Cremona** - c/o Nava Ermínio - Via Mazzini, 67 - 26013 Crema (CR) - tel. 0373/56190 / **Comitato Provinciale di Milano** - c/o Bar Acli - Via Peretti, 3 - 20017 Rho (MI) - tel. Radaelli Pietro 02/4040953 / **Comitato Provinciale di Novara** - c/o K2 Sport - Corso Matteotti, 66 - 28047 Oleggio (NO) - tel. Passarin 0322/85554 / **Comitato Provinciale di Padova** - c/o Borgato Walter - Via Bressanone, 24 - 35100 Padova - tel. 049/684076 / **Comitato Provinciale di Pavia** - c/o Polisportiva Centro Sociale - Via Repubblica, 25 - 27085 Voghera (PV) / **Comitato Provinciale di Piacenza** - c/o Palazzetto dello Sport - Via Fratelli Alberici - 29100 Piacenza - tel. Guerra 0523/60338 / **Comitato Provinciale di Pordenone** - c/o Bar da Sergio - 33176 Vallenoncello (PN) - tel. Scodeller Edi 0434/868921 / **Comitato Interprovinciale di Roma, Terni, Perugia** - c/o Guglielmo D'Emilio - Via Vigna Murata, 202 - Settore 6/A - 00143 Roma - tel. 06/5033709 / **Comitato Provinciale Trentino** - c/o Azzetti Paolo - Via SS. Trinità, 15 - 38100 Trento - tel. 0461/37439 / **Comitato Provinciale di Treviso** - c/o Sonego Renato - Via Nazionale, 38 - 31010 Godega S. Urbano (TV) - tel. 0438/38270 / **Comitato Provinciale di Udine, Trieste, Gorizia** - c/o Safrano Giampiero - Via Borgo S. Pietro, 80 - 33043 Cividale del Friuli (UD) / **Comitato Provinciale di Varese** - c/o Bocciodromo Città di Varese - Via Belforte, 165 - 21100 Varese - tel. 0332/284474 / **Comitato Provinciale di Venezia** - c/o Zadro Sergio - Via F. Baracca, 30 - 36026 Portogruaro (VE) - tel. 0421/71240 / **Comitato Provinciale di Verona** - c/o Pasetto Gianluigi - Via De Gasperi, 6 - 37032 Monteforte d'Alpone (VR) - tel. 045/610723 / **Comitato Provinciale di Vicenza** - c/o Parofin Luciano - Viale Trento, 101 - 36100 Vicenza - tel. Emanuelli 0444/32767.

RENDER DI PIÙ, FATICAR DI MENO



disegno di Roberto Albertoni

□□□□□□□□□□

Uno degli aspetti piacevoli delle nostre marce è la possibilità di percorrerle come vogliamo, perché la libertà di tenere il passo a noi più gradito ci permette di rallentare o aumentare l'andatura se lo desideriamo.

Se decidiamo di rallentare, lo possiamo fare sempre, perché diminuire la velocità non comporta mai, dal punto di vista fisiologico, alcun problema; anzi, è il miglior modo per risolvere eventuali problemi connessi a un'andatura troppo elevata.

Quando invece decidiamo di aumentare la velocità, può insorgere il dubbio se sia meglio allungare il passo oppure muovere più velocemente le gambe e chiarisco subito che con l'esame di questo argomento, non intendo affatto spronare il marciatore a mettersi a correre o a procedere più veloce, perché ciò sarebbe in contrasto con i principi che la Fiasp caldeggia, ma evidenziare come il quesito: "qual'è il miglior modo per aumentare la velocità" abbia la stessa soluzione del quesito più edonistico: "come fare meno fatica, mantenendo la stessa velocità", che è quello che maggiormente interessa tutti noi per le sue molteplici e intuibili implicazioni.

La risposta alle due domande riguarda due aspetti: quello fisiologico e quello cinetico. Dal punto di vista fisiologico, mi limito ad accennare solo a una considerazione che del resto è ovvia: per sentire meno fatica occorre l'allenamento, perciò la marcia non deve mai essere solo un momento occasionale per fare moto, ma dev'essere — al contrario — una abitudine; e qui faccio alt perché questa materia è di competenza del medico sportivo.

L'aspetto cinetico invece investe la valutazione del movimento degli arti dal punto di vista biomeccanico.

Ci chiediamo: come marciare alle nostre usuali velocità ma con minor fatica?

Fare meno fatica vuol dire avere un miglior rendimento del nostro "motore", ossia migliorare — in sostanza — il rapporto fra i battiti cardiaci e la velocità prodotta. Ciò si può ottenere in modo molto semplice: aumentando la frequenza del passo e dimi-

nuendo la lunghezza.

È verificabile da chiunque che riesce meno faticoso affrettare il passo che allungarlo, anche se apparentemente sembra più naturale fare il passo più lungo.

Ad ogni passo, l'apparato muscolare degli arti inferiori è soggetto ad una sollecitazione che è crescente fino al momento della spinta per decrescere nella fase successiva alla spinta, con una pausa di riposo che è di durata tanto più breve quanto maggiore è la frequenza dei passi.

La riduzione della pausa fra una spinta e la successiva mantiene il muscolo per più tempo in fase di lavoro, quindi più "caldo", quindi più pronto a produrre lo sforzo successivo che risulterà perciò meno impegnativo; il lavoro che esso fa è così continuo, più fluido e costante e pertanto meno affaticante, anche perché la riduzione della lunghezza del passo determina una diminuzione dello sforzo necessario alla spinta col conseguente attenuarsi dell'intensità del lavoro muscolare.

Sono pochi tra noi marciatori coloro che conoscono la frequenza abituale dei propri passi, la quale solitamente è di circa 120-130 al minuto per chi cammina e 150-160 per chi va di corsa. Il risultato ottimale ai fini della riduzione della fatica lo otteniamo aumentando il ritmo di circa 10 passi al minuto e accorciando il passo di cm 4 o 5 se camminiamo e 7 o 8 se corriamo.

Per chi da anni è abituato a marciare o correre con una certa cadenza, sulle prime potrà riuscire malagevole abituarsi a "far andare un po' più forte le gambe ma con passi più corti"; è però solo un fatto psicologico, che si riesce a superare con un po' di buona volontà e soprattutto con la constatazione che, così facendo, arriviamo al termine delle nostre fatiche meno stanchi, quindi più soddisfatti e ricettivi nei confronti delle altre componenti (sociali, culturali e turistiche) che contribuiscono a formare la gradevole essenza delle nostre camminate di fine settimana.

Ettore Cappelletti



il negozio
della Milano
sportiva

VIA VITRUVIO 38 - MILANO
TEL. 27.95.70

vasto assortimento tute e scarpe delle
migliori marche

SCI / TENNIS

SCONTO AGLI ABBONATI DELLA RIVISTA

SPORT PER TUTTI. Incoraggianti notizie da diverse nazioni. Cominciamo dall'Olanda.

Il bilancio dei finanziamenti stanziati dalla Direzione degli Affari sportivi del Ministero della Cultura, tempo libero e vita sociale è aumentato nel 1982 a 32 miliardi e mezzo di lire e, ciò che più conta, si è speso circa un miliardo in più dell'anno precedente per la propaganda dell'attività sportiva per tutti, stornandolo da altre voci d'uscita ritenute meno essenziali.

* * *



Con questo **Ideogramma**, che nell'originale ha il circolo di colore nero e le altre linee rosse, Maurizio Sartore di S. Vittoria d'Alba (Cuneo) ha vinto il concorso nazionale del Coni per la creazione di un marchio riassuntivo del concetto di Sport per Tutti.

* * *

In **Irlanda** è stata intensificata l'azione propagandistica in pro dello Sport per Tutti. L'Agenzia nazionale del "Centro europeo d'informazione per la conservazione della natura" e l'Irish Wildlife Federation hanno promosso il 12 giugno una serie di marce non competitive, con partenza da una ventina di località diverse, al fine di incoraggiare il moto all'aria aperta e di far meglio apprezzare ambienti naturali spesso ignorati. Nel 1984 le marce saranno dedicate alla campagna che il suddetto Centro svolgerà per la tutela delle rive fluviali, lacustri e marittime.

* * *

Il Consiglio superiore per lo sport del **Regno Unito**, partendo dai risultati di un'inchiesta da cui risulta che solo il 13% delle giovani donne inglesi prende parte ad attività sportive, mentre in altri Paesi la percentuale arriva al 31%, ha pubblicato e messo in distribuzione un volumetto intitolato "Guida per una vita migliore", avente lo scopo di invogliare le ragazze all'attività motoria, nel quale vengono illustrati una serie di esercizi per giungere a una buona condizione fisica (marcia aerobica, corsa leggera, ciclismo, nuoto) e forniti consigli pratici per dare una svolta salutare alla propria esistenza, per esempio evitando il vizio del fumo e adottando sistemi alimentari sani e razionali.

STATISTICHE. Il Comitato provinciale milanese della Fiasp ha reso noti, nel n° 5 del suo volantino informativo mensile "Il marcianotizie", i dati relativi alla propria attività nel 1982. Eccoli: società e gruppi affiliati al comitato milanese Fiasp n° 78, manifestazioni omologate n° 67, manifestazioni valide per i concorsi IVV n° 66, partecipanti alle suddette marce n° 81.595, timbrature IVV eseguite circa 30 mila.

Essendo chiaro l'interesse che queste cifre destano e il valore che può presentare la loro raccolta, elaborazione e diffusione, invitiamo caldamente tutti gli altri Comitati provinciali (e, laddove non esistono, le singole Società affiliate) a spedire al più presto

una statistica analoga alla Fiasp in via Barelli 1 - Milano, all'attenzione di Ettore Cappelletti che, come tutti sanno, è il consigliere federale avente lo specifico incarico di occuparsi delle rilevazioni demoscopiche in seno alla nostra federazione.

AVVENIMENTI LIETI. Nelle ultime settimane due amici marciatori milanesi, entrambi piuttosto popolari nel nostro ambiente sportivo, sono convolati (così era di moda dire un tempo, noi non potremmo modificare più appropriatamente in: "con... camminati"?) a nozze.

Il primo è Sergio Servodio, classe 1951, figlio del Segretario generale della Fiasp Giovanni, col quale ha sempre formato tandem indossando la verde tuta dei Marciatori Comit, che a Canzo in provincia di Como il 17/9 ha impalmato la gentile signorina Pinuccia Possenti.

Il secondo è il dott. Fabrizio Galimberti, classe 1943, apprezzato collaboratore di "Sportinsieme", che a San Fermo in quel di Varese il 1° ottobre ha detto di sì a un'altra graziosa Pinuccia, sua consocia nel Gruppo podistico Avis, la signorina Giuseppina Zanzi.

A tutti i quattro novelli sposi felicitazioni vivissime e tanti tanti auguri.

ORIENTISTI A MONZA. Nel parco della Villa Reale pochi — causa pioggia — ma agguerriti concorrenti hanno preso parte il 15 ottobre alla "IV Marcia non competitiva d'orientamento Comit" (tracciatore del percorso il dott. Amedeo Ponzzone, cartografo S. Servodio), una manifestazione che sta diventando classica nel suo genere, confermando la determinazione dei bancari del sodalizio dopolavoristico milanese nel portare avanti un discorso svolto in maniera seria per far conoscere ed apprezzare il nostro stile di fare sport.



Gli orientisti della Comit hanno preso parte, ultimamente, a svariate manifestazioni di questa specialità, recandosi chi a Roma, chi nel Canton Ticino o altrove e la loro intenzione è quella di intensificare i contatti con altri clubs per maturare esperienza e poter quindi svolgere nel modo più aggiornato anche l'azione di proselitismo; a questo proposito si preannuncia una... missione di G. Servodio a Terni per fornire nozioni teorico/pratiche di base su questa disciplina a un gruppo sportivo locale.

Dante Bettucchi

Per l'interesse che l'argomento indubbiamente presenta anche nei riguardi dei nostri sport non competitivi, riportiamo dal n° 51 1983 del periodico "L'assistenza sanitaria - Guida alla salute", pubblicazione riservata ai medici, un chiarimento sulla differenza che fa il Ministero della Sanità fra attività sportiva agonistica e competizione.

La tutela sanitaria delle attività sportive e la medicina dello sport rientrano tra le competenze delle Unità sanitarie locali: lo stabilisce l'art. 14 lett. G della legge 833 istitutiva del Servizio sanitario nazionale.

Le modalità d'intervento per la tutela sanitaria delle attività sportive differiscono a seconda che si tratti di attività sportiva non agonistica (ricreativa, ludica) e attività sportiva agonistica.

L'indicazione delle suddette modalità di intervento sono riservate ad appositi decreti ministeriali, e mentre il decreto per l'attività non agonistica non è stato ancora — inespugnabilmente — emanato, nonostante l'impegno e le assicurazioni fornite dal Ministero della sanità (da ultimo, con circolare del 31 gennaio scorso), è invece in vigore il decreto relativo alle attività agonistiche, emanato il 18 febbraio 82 e integrato con altro decreto pubblicato nella *Gazzetta Ufficiale* del 15 marzo scorso.

Di quest'ultima normativa intendiamo offrire una breve nota informativa ai nostri lettori, tenuto conto dell'interesse dell'argomento in relazione alla regola che impone, a tutti i praticanti un'attività sportiva agonistica, di sottoporsi preventivamente e periodicamente al controllo dell'idoneità specifica allo sport che intendono svolgere o svolgono.

Agli stessi controlli devono sottoporsi i partecipanti ai giochi della gioventù per accedere alle fasi nazionali. Un primo grosso problema non risolto del decreto è quello, pregiudiziale, della definizione e qualificazione di una determinata attività sportiva come *agonistica* e quindi, in quanto tale, sottoposta alla disciplina del decreto stesso con conseguenze anche in riguardo alla specificità dei medici abilitati all'accertamento della idoneità di cui trattasi (medici diversi da quelli di base).

A risolvere in parte la questione è intervenuta recentemente una circolare del Ministero della sanità, la quale ha precisato che il D.M. 18/2/82 volutamente ha ommesso di definire l'attività agonistica, ritenendosi che tale definizione non potesse essere fatta in termini appropriati e univoci per tutti gli sport.

Si è quindi optato per l'attribuzione alle

Federazioni sportive nazionali e agli Enti di promozione sportiva riconosciuti dal CONI, il compito di identificare i confini entro i quali l'attività sportiva assume configurazione agonistica. Il D.M. ha fatto tuttavia riferimento a una precisa interpretazione di quella che è la componente agonistica nell'ambito delle singole attività sportive.

Essa deve intendersi come quella forma di attività sportiva praticata sistematicamente e/o continuamente e soprattutto in forme organizzate dalle Federazioni sportive nazionali, dagli Enti di promozione sportiva riconosciuti dal CONI e dal M.P.I. per quanto riguarda i giochi della gioventù a livello nazionale, per il conseguimento di prestazioni sportive di un certo livello.

L'attività sportiva agonistica non è quindi, secondo il Ministero, sinonimo di competizione. L'aspetto competitivo, infatti, che può essere presente in tutte le attività sportive, da solo non è sufficiente a configurare nella forma agonistica una attività sportiva. L'accertamento di idoneità, relativamente all'età ed al sesso, per l'accesso alle singole attività sportive agonistiche, viene effettuato dai medici della Federazione Medici Sportivi Italiana, dal personale delle strutture pubbliche e private convenzionate, con le modalità fissate dalle Regioni d'intesa con il CONI e sulla base di criteri tecnici generali adottati dal Ministero della Sanità. Ricordiamo, comunque, che ai fini del riconoscimento della idoneità specifica ai singoli sport, i soggetti devono sottoporsi agli accertamenti sanitari previsti, in rapporto allo sport praticato, in apposite tabelle dove sono indicate anche la periodicità del controllo.

Il medico ha facoltà di richiedere ulteriori esami specialistici su motivato sospetto clinico. Nel caso in cui un atleta pratici più sport, deve sottoporsi a una sola visita di idoneità con periodicità annuale.

Gli accertamenti sono riportati su apposita scheda di valutazione medico-sportiva. Ai soggetti riconosciuti idonei viene rilasciato un certificato di idoneità la cui validità permane fino a successiva visita medica.

La presentazione da parte dell'interessato del predetto certificato di idoneità è condizione indispensabile per la partecipazione ad attività agonistica. Il certificato dev'essere conservato dalla Società sportiva di appartenenza.

L'esito negativo degli accertamenti di idoneità sportiva viene comunicato, entro 5 giorni, all'interessato con la indicazione della diagnosi. Avverso il giudizio negativo, l'interessato può, nel termine di 30 giorni, proporre ricorso dinanzi a un'apposita commissione Regionale.

Produzione
tute ginniche



Distribuzione:
Corde tennis
Scarpe sportive
Inter

20141 MILANO
VIA RIPAMONTI, 194
TEL. (02)
569.10.27/569.10.72
TELEX 315209 GOSPR-TI

Sulla neve con carta e bussola



Il dott. Daniele Mauro, istruttore di sci di fondo del CAI di Milano, marciatore non competitivo, ci ha fornito mesi or sono questo grazioso resoconto d'un'iniziativa nata quasi per scommessa e conclusasi nel modo più soddisfacente. Abbiamo di proposito tenuto in serbo l'articolo fino all'approssimarsi della nuova stagione invernale e lo pubblichiamo ora, convinti che esso potrà servire di stimolo, se non d'insegnamento, per chi tra i nostri affiliati - se la sente di mettere in piedi, una volta tanto, qualcosa d'un po' diverso ma ugualmente divertente.

Sky-orientering, che tentazione! Da tempo almanaccavo dove e come fosse più proficuo promuovere una manifestazione di questa specialità. L'occasione si presentò a Livigno, dov'ero giunto assieme ai colleghi della Sezione fondo del dopolavoro Montedison per una "settimana bianca". Un amico ed io eravamo convalescenti, entrambi, per un'operazione d'ernia che ci imponeva prudenza e qualche rinuncia.

Avendo a disposizione perciò più tempo degli altri, decidemmo sui due piedi di imbastire una marcia d'orientamento su sci in pro della mezza centuria di colleghi ospiti dello stesso albergo. Avevamo letto qualcosa in argomento, qualcos'altro ascoltato da chi aveva esperienza. Ma tra il dire e il fare, si sa...

Prima difficoltà, la scelta del percorso: non troppo difficile, per non scoraggiare i neofiti, non troppo facile, per poter interessare i migliori. L'imbocco della Val di Federia e la zona antistante fino alle prime case del paese poteva andar bene.

Seconda difficoltà: la carta topografica, sulla quale avremmo riportato le "mete"; andiamo in Comune, prevedendo noiose difficoltà burocratiche. E invece... Dopo un brevissimo colloquio chiarificatore ci dicono che qualsiasi mappa adatta allo scopo è a nostra disposizione e subito ci vengono date tre o quattro sezioni cartografiche della zona, fra le quali potremo scegliere. Questi funzionari sono un modello di gentilezza e di efficienza.

Inizia la parte più entusiasmante: il lavoro sul terreno, il riconoscimento di punti cospicui, la loro indicazione sulla carta, la misurazione del percorso, l'individuazione dei punti di partenza ed arrivo e quelli di collocazione delle "mete" (non troppo visibili, non introvabili, tali da consentire alle squadre di muoversi senza eccessiva reciproca visibilità).

Il terreno mosso e un po' boscoso ci aiuta. Ma come fare per le evidenti tracce che stiamo lasciando sulla neve? Semplice, ne tratteremo delle altre false, in modo da

confondere un po' le idee e scoraggiare l'ingenua furbizia dell'utilizzo di piste altrui.

Si preparano i cartoncini bicolori da porre sul terreno quali segnali di meta, si "catechizzano" i partecipanti, fra i quali col passar dei giorni va diffondendosi un'atmosfera di trepida attesa, con alcuni episodi al limite dello spionaggio e/o corruzione al fine di scoprire con indebito anticipo la zona prescelta e le caratteristiche dell'itinerario. Si formano le pattuglie, di tre persone, e ognuno cerca gli abbinamenti migliori per valorizzare le proprie capacità. Più di trenta persone su cinquanta gitanti si iscrivono, il tempo ci favorisce, la posa dei cartelli viene fatta alla mattina di buon'ora, per evitare sorprese o inopportuni sopralluoghi notturni con torcia elettrica.

E infine: la pazienza... l'attesa... l'arrivo delle prime squadre... e commenti entusiastici... Via via che le persone giungono si delinea un successo superiore alle attese.

È stata per tutti una bella giornata, da ricordare con piacere, e per noi organizzatori una soddisfazione per il profitto morale ricavato dalle nostre fatiche. Ora vengo a sapere che è stata anche la prima marcia di



sci-orientamento organizzata in Lombardia. Un involontario primato e un po' di fierezza in più.

La gente ci chiede già: "Quando ne facciamo un'altra? È stata tanto bella!". Non so ancora che cosa rispondere; si accettano idee, suggerimenti, proposte di collaborazione, scambi di materiale cartografico: scrivetemi qui a "Sportinsieme".

Daniele Mauro

INVITO ALLA COLLABORAZIONE

La collaborazione a Sportinsieme è gratuita e aperta a tutti. Invitiamo le società, i marciatori e i simpatizzanti a farci pervenire brevi scritti, foto e disegni (magari battute e vignette umoristiche) sui temi più vari, purché in sintonia con lo spirito che anima la Fiasp. Nei limiti dello spazio a disposizione, sarà data a ciascuno la più cordiale ospitalità.

GRAVE SCIAGURA IN AUSTRIA

Il 23 maggio in Austria, e precisamente a Neckenmarkt si è svolta una manifestazione IVV che ha avuto una tragica fine. Essendo scoppiato un temporale, presso un posto di controllo, nel mezzo di un bosco, una saetta ha ucciso otto marciatori e colpito in modo grave altri nove.

È un evento funesto che richiama alla memoria altri dolorosi casi simili del passato, a cominciare dalla sciagura aerea di Superga che distrusse d'un sol colpo l'intera squadra calcistica del Torino, e che lascia sbigottiti davanti alla cecità delle forze naturali.

I morti sono: Erich Hahn (19 anni), Franz Kerschbaum (42 anni, lascia due figlioletti), Rosemarie Kiedler (21 anni, sposata dall'autunno 1982 e incinta di tre mesi), Anton Schlaffer (21 anni, fidanzato, aveva perso da poco il padre di 53 anni d'età), Helmut Stifter (19 anni), Georg Zach (37 anni, lascia anch'egli due bambini), Richard Zach (21 anni, fratello di Georg), Markus Zach (9 anni, parente dei due precedenti). Porgiamo le più vive condoglianze ai familiari dei caduti e alla federazione consorella austriaca e formuliamo fervidi voti per il ristabilimento in salute dei feriti.

INFORMAZIONI DALLA NOSTRA SEDE

Variatione al calendario

Il Gruppo marciatori "Chè di Terenzan" di Terenzano (prov. di Udine) rende noto che la marcia di km 12-24-36-48 programmata a Dolegna del Collio in data 8 dicembre 1983 è stata annullata.

Riaffiliazioni

Allo scopo di rendere più agevoli le operazioni di registrazione e le rilevazioni statistico-contabili ad esse connesse, di competenza della Segreteria generale, le Società e i Gruppi affiliati sono invitati a voler cortesemente provvedere al rinnovo della propria iscrizione alla Fiasp entro il 31/12/83.



Da Desio

Cari amici di "Sportinsieme" colgo l'occasione del vostro invito a scrivervi per sottoporvi un mio quesito dettato da una recente esperienza.

Durante una manifestazione podistica ad un ristoro a metà corsa distribuivano del vino bianco (fatto questo non tanto raro). Un partecipante che ne ha bevuto un bicchierino è poi stato male.

È stata solo una casualità? Ad ogni modo è risaputo che l'alcool è sconsigliato durante l'esercizio della corsa. La mia domanda è: potrebbe la FIASP, nel suo ambito, scoraggiare le società sportive ad evitare la distribuzione di bevande non idonee durante la corsa?

Artemio Gandini (Desio)

■ L'argomento è senz'altro da riprendere e discutere ma, appunto per questo, vorremmo prima sentire il parere di quanti altri vorranno scriverci.

SPORTINSIEME

notiziario bimestrale della FIASP (Federazione Italiana Amatori Sport Popolari, membro della IVV - Federazione Internazionale sport popolari).

Direttore responsabile: Celestino Croci.

Direttore editoriale: Dante Bettocchi.

Collaboratori: Roberto Albertoni, Piero Alfonsi, Giuseppe Barki, Michele Calderara, Ettore Cappelletti, Rolando Carderara, Luigi Chessa, Fabrizio Galimberti, Antonio Gambarni, Salvatore Garavelli, Giorgio Lattempergher, Daniele Mauro, Evaristo Micheli, Paolo Quadraroli, Pietro Radaelli, Diego Rebez.

Grafica: Arturo Maestrì

Editrice: FIASP - via A. Barelli 1 - Milano.

Direzione, redazione, amministrazione, c/o FIASP - via Arvida Barelli 1 - 20148 Milano - tel. (02) 4080138

Stampa: Industna litotografica A. Cordani s.p.a., Milano

Concessionaria per la pubblicità: Antonio Cordani s.p.a. - via Donatello 36 - 20131 Milano - tel. 2365144.

Spedizione in abbonamento postale

Autorizzazione del Tribunale di Milano n° 283 dell'11-6-1983. Pubblicità inferiore al 70%.

Proprietà riservata. È vietata la riproduzione di testi e fotografie senza il consenso della direzione.

medisport

centro
di medicina
sportiva

medisport
milano

via s. vittore 6 - tel. 875635

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 MODISPORT 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.

lamento delle Manifestazioni Podistiche.

Abbiamo liberalizzato, in via sperimentale per il 1983, le quote di iscrizione alle manifestazioni per i percorsi superiori ai 15 km. Malgrado qualche critica iniziale, la decisione ha incontrato pareri favorevoli, e i timori di qualcuno per il caro-marcia si sono rivelati infondati, poiché i fatti hanno dimostrato che i partecipanti alle nostre manifestazioni sanno fare le loro scelte.

Poiché il Regolamento delle Manifestazioni Podistiche prevede l'obbligo dell'assicurazione R.C., abbiamo stipulato, con la Compagnia "La Previdente", una polizza valida in tutta Italia.

La quota di L. 20.000 prevede l'assicurazione per qualsiasi numero di partecipanti; occorre inviare per tempo i dati alla nostra Segreteria generale.

Sempre con la medesima Compagnia è stata stipulata una polizza contro gli infortuni, aperta sia agli aderenti singoli, sia agli organizzatori che vogliono assicurare i partecipanti alle loro manifestazioni: la quota è di L. 300 per partecipante.

Un argomento da tenere in considerazione è quello della tutela sanitaria, anche se per ora il Ministero della Sanità, con un Decreto del 18/2/82 impone l'obbligo degli accertamenti sanitari solo a chi pratica sport competitivo. Anche se quest'obbligo riguarda solo le attività agonistiche, sarebbe necessario fare opera di propaganda nei Comitati e nelle Società perché soprattutto chi partecipa normalmente a percorsi lunghi ed impegnativi si sottoponga a questi accertamenti.

Le non competitive devono servire a fare moto che porti beneficio alla nostra salute, perciò un controllo medico che stabilisca come il nostro fisico può sopportare certi sforzi è doveroso.

Da parte nostra abbiamo stilato un accordo con un Centro di Medicina sportiva, la "Medisport", la cui sede è a Milano; essa ha un'equipe di specialisti attrezzata con le migliori attrezzature e può recarsi, a richiesta, nei vari luoghi per eseguire visite completate da consigli su come alimentarsi ed allenarsi. Per i componenti dei Gruppi o Società che lo desiderano il costo è di L. 35.000, invece del prezzo normale di L. 50.000.

In alcune Regioni esistono centri di Medicina Sportiva che prestano servizi anche a prezzi molto ridotti, per cui è sufficiente prendere accordi.

* * *

Abbiamo partecipato a 3 Presidium della IVV, di cui 2 si sono svolti a Budingen, vicino a Francoforte, e uno lo scorso sabato a Bolzano, a cui eravamo presenti con il Vice Presidente e i rappresentanti dell'Austria e della Germania.

I Presidium sono riunioni a cui partecipano i Presidenti delle diverse Federazioni aderenti; in essi si discutono e si prendono delibere sui problemi più importanti, soprattutto a riguardo delle infrazioni ai Regolamenti IVV.

Negli ultimi due Presidium uno degli argomenti discussi è stato quello dei percorsi inferiori ai 10 km. Il Regolamento Tecnico vieta l'effettuazione di tali percorsi nel modo più assoluto.

Aderendo all'IVV nel 1976 la Fiasp ne ha accettato lo Statuto e i Regolamenti, quindi deve impegnarsi a rispettarli.

In questi ultimi tempi da noi si è diffusa l'abitudine dei percorsi corti; trasmetto ai Comitati e alle Società la raccomandazione, da noi ricevuta in questi Presidium, di convincere gli organizzatori ad abolire almeno progressivamente nelle nostre manifestazioni

i percorsi inferiori ai 10 km anche se non omologati (e di questo occorre dare chiaro avvertimento, essendo una condizione indispensabile se vogliamo rimanere nella IVV). Non voglio entrare nei particolari illustrandoVi le discussioni svoltesi in quelle sedi; abbiamo comunque cercato, con tutti gli argomenti a nostra disposizione, di ottenere una deroga al Regolamento, ma la maggioranza delle Federazioni appartenenti alla IVV sono favorevoli al limite minimo dei 10 km.

Un'altra raccomandazione da fare ai Comitati riguarda l'omologazione delle manifestazioni: bisogna usare una certa severità prima di dare l'omologazione, in particolare se i riconoscimenti non hanno i requisiti stabiliti.

* * *

La Fiasp, che nel 1981 è stata riconosciuta dal Coni quale "Associazione con finalità escursionistiche non competitive", ha i requisiti per avere un'ulteriore riconoscimento; ogni domenica decine di migliaia di italiani partecipano alle nostre manifestazioni, e questo non è solo un fenomeno sportivo e ricreativo, ma è diventato un fatto di costume e anche culturale, perché chi partecipa ha la possibilità non solo di vedere paesaggi e posti nuovi, ma anche di arricchirsi culturalmente.

Noi crediamo che i rapporti tra Sport agonistico e Sport non competitivo debbono essere e siano inevitabilmente stretti, continui e di reciproca utilità.

Nel dicembre scorso abbiamo avuto un incontro, a Ronchi dei Legionari, con il Prof. Civelli, delegato regionale del Coni per il Friuli/Venezia Giulia, il quale ha dimostrato la sua disponibilità presentandoci al Capo Servizio Promozione Sportiva del Coni, Paolo Borghi; dopo un primo contatto, avremo fra poco un incontro, in cui illustriamo i nostri programmi e le nostre aspettative, sperando di ottenere qualcosa di positivo.

Una iniziativa che dovremo prendere tutti è quella di farci conoscere tramite la stampa; nelle nostre manifestazioni e nelle nostre riunioni dobbiamo cercare di invitare giornalisti che possono parlare di noi, e di avere spazio nei giornali locali per le nostre notizie.

Alcuni Comitati hanno già preso queste iniziative in modo efficace, ma l'impegno va esteso: la Fiasp ha bisogno di essere conosciuta.

Questa mattina abbiamo organizzato un incontro con alcuni giornalisti bolognesi al Circolo della Stampa, e devo dire che l'incontro è stato molto utile.

Nella cartellina che avete ricevuto all'ingresso abbiamo inserito un fascicoletto redatto da un gruppo di esperti sui problemi fiscali; poiché la materia è abbastanza complessa, è stata creata una apposita Commissione presso la nostra sede di Milano, che sarà a vostra disposizione per qualsiasi chiarimento.

Sempre nella cartellina troverete il "numero zero" di "Sportinsieme", il nostro Notiziario a cui è stata data una nuova veste grafica; esso verrà pubblicato per ora ogni due mesi, e nelle nostre intenzioni dovrebbe raggiungere tutti i Comitati, le Società e i singoli tesserati; cercheremo di renderlo veramente interessante e disponibile a raccogliere le opinioni di tutti.

Spero di non avervi annoiato con la mia relazione, e che la discussione e gli interventi che seguiranno siano basati sul rispetto reciproco e sulla critica costruttiva, e soprattutto che questa Assemblea serva a dare nuovo impulso e nuovo vigore alla vita della Fiasp.

Celestino Croci