

LO SCARPONE

ALPINISMO - SCI - ESCURSIONISMO

Esce il 1° e il 16 di ogni mese

Anno XXXVIII - N. 23
1° DICEMBRE 1968

Una copia separata L. 90
(trattati il doppio)

Sped. in abb. postale - Gruppo 2
in vendita via Borromeo 13 (Caleme)

Uffici per le Sezioni del C.A.I.
Milano, Roma, U.O.E.I. Torino,
Bologna, B.M. Milano, Lodi, Va-
resa, Fior di Rocca - Milano,
F.A.L.C. Milano, G.A.M. Milano,
al cui soci viene distribuito gra-
tuitamente.

PREZZI DI ABBONAMENTO ANNUO
Ordinario L. 1800 (Escl. L. 3000) - Sostenitore L. 3000 - Benemerito L. 5000
L'abbonamento può decorrere da qualsiasi data dell'anno
C.C. Postale 3-17970

DIREZIONE E AMMINISTRAZIONE: Via Plinio, 70 - 20129 MILANO
Recupio centrale per abbonamenti, acquisto copie separate e libri di presenza
Via Borromeo 11, presso Edoardo Colombo, (primo piano) - Telefono 80.78.84

PUBBLICITÀ: - Prezzi delle inserzioni: avvisi commerciali L. 100 per millimetro di altezza, larghezza una colonna. Piccola pubblicità L. 50 per parola. Pubblicità in Italia (S.P.L.) - Sede di Milano
Via Manzoni, 37 - Telefoni: 02.20.01.9 - 3.4.6 - 85.06.01 - 2.9.4.6

DOPO L'«INTERSKI» DI ASPEN La rotazione, l'avvitamento, il contromovimento

e... «Naturlich»

Il contromovimento, è giurì vi porta con l'aereo maschio e l'ha dimostrato la fotografia, apparsa su «Lo Scarponi», due numeri fa. Il lettore ha notato in quella luminosa immagine la virilità degli escultori che controllano un pipistrello in volo grazie al contromovimento.

Il tempo passa ed in chiarezza di stagione 1967-68 leggiamo in «Sci Oggi» il progresso tecnico del francese sulla chiaramente agli occhi, Perlat, Killy, e gli altri, corrono in maniere «l'aggiustata» degli stessi austriaci.

Ed ora in apertura di stagione 1968-69 sul nuovo «Sport Invernali», organo ufficiale della Federazione italiana, diventando più bollente, interessante da quando lo dirige Condi, leggiamo di Joubert, «spinta verso il basso che s'effettua sul tallone...», una suppressione sul tallone...», «una spinta verso il basso che s'effettua sul tallone...», «una spinta verso il basso che s'effettua sul tallone...».

Il tempo passa ed in chiarezza di stagione 1967-68 leggiamo in «Sci Oggi» il progresso tecnico del francese sulla chiaramente agli occhi, Perlat, Killy, e gli altri, corrono in maniere «l'aggiustata» degli stessi austriaci.

Ed ora in apertura di stagione 1968-69 sul nuovo «Sport Invernali», organo ufficiale della Federazione italiana, diventando più bollente, interessante da quando lo dirige Condi, leggiamo di Joubert, «spinta verso il basso che s'effettua sul tallone...», una suppressione sul tallone...», «una spinta verso il basso che s'effettua sul tallone...», «una spinta verso il basso che s'effettua sul tallone...».



Da «Bravissimo in sci» di Stefan Kruckenhäuser e Franco Mandelli (Edizioni «Sportiva», Comp.)

lavorare a sei larghi. Ma non siamo forse alle prese con un principiante? Gli si fornisce allora l'elemento principale, l'equilibrio. Chi non vuol dire che si debba considerare quel «Lehrweg», un traguardo, restando sempre la traccia unita, lo sciatore pulito e via dicendo, prerogative della fase del perfezionamento.

La confusione è in atto e Dino Buzzati - di cui mi onoro d'essere l'istruttore di sci - nel suo pezzo estroso l'ha magistralmente puntua-

La pratica dell'alpinismo invernale, soprattutto nel caso di sciatore sci-alpinista, richiede una cura particolare nella scelta dell'attrezzatura, del vivente e dei medicinali.

Per sopportare meglio le basse temperature, vengono utilizzate speciali calzature (lavorati con una tomaia anfibila che assicura la impermeabilità e nelle quali viene inserita una pedana di feltro o pelliccia sintetica o di lana, molto adatta al bivacco. L'«alpina» può togliere lo scarpone esterno e rimpiazzarlo con la sola calda pedana di riposo (che può anche avere un ricambio).

Sempre contro il freddo, si usano le leggere ma calde scarpe di nylon, particolarmente adatte per le salite su ghiaccio o neve.

Per proteggere la gamba della neve e dal freddo coprire lo scarpone, vengono infilati delle ghette lunghe fino al ginocchio, in lana pesante o in tela resistente ed impermeabile. Si possono anche usare scopre di nylon, particolarmente adatte per le salite su ghiaccio o neve.

Le mani vengono generalmente protette da due paia di guanti: di seta e cotone o lana e cotone, oppure in cuoio. Per le salite su ghiaccio o neve, si usano guanti di nylon, impermeabili e resistenti.

Una particolare cura deve essere rivolta ai capi di maglieria da indossare a contatto con la pelle, preferendo mutande (lunghe) e magliette in lana e fibra sintetica.

Spesso da preferire anche le canchie pesanti in lana e fibra, che talvolta possono sostituire il maglione (specie quando s'indossa la giacca-piumone).

Normali giacche a vento da sciatore e copricapi (piumonati e a corno di plastica), leggeri, robusti e ben ariati) completano l'abbigliamento.

Alcune grosse sciarole, gli alpinisti hanno indossato per lungo tempo le special tute ricamate per mezzo di resistenza elettrica.

Naturalmente, dovendo

gire in un ambiente carni- lizzato, nel quale possono prendere posto (inoltre, due- tre alpinisti che sono, de- scende talora, preferibile in- lenda o in grotta scavata nella neve, e senza dubbio consigliabile il sacco-piume (e, ovviamente, l'ideale provvista è lunga, gli oc- lo spazio non consente un-

GRATIS in SARDEGNA abbonandovi e procurando nuovi abbonati a LO SCARPONE

L'Ufficio organizzativo dell'Escursionismo nazionale del C.A.I. in Sardegna, con cordiale gesto di simpatia, ha messo a disposizione di «Lo Scarponi» un posto gratuito all'escursionista che si affretterà la prossima primavera, secondo la norme ed il programma, che verranno pubblicati.

Questo posto gratuito sarà corrisposto fra coloro che si procureranno almeno un abbonamento a «Lo Scarponi».

A tutti sarà dato un numero progressivo, che servirà per l'iscrizione. Naturalmente chi procura più di un abbonamento avrà altrettante maggiori possibilità di riuscita.

PROCURATECI NUOVI ABBONATI RINNOVATE L'ABBONAMENTO SCADUTO!

Si avvicina il periodo delle feste, regalate ad un vostro amico l'abbonamento a «Lo Scarponi». Ci dele una mano, fate un doppio dono a lui ed a voi stessi.

Infatti, chi si procura un nuovo abbonamento ed agli abbonati abbonati invernali, si donano la guida «I Rifugi delle Dolomiti», di Angelo Garbes, prezioso volumetto con illustrazioni e cartine; oppure due libretti: «I rifugi delle Dolomiti» di Aurelio Garabini, e «Introduzione alle Dolomiti» di Alessandro Valardi e Leggende del mare» di Giuseppe Sestini.

Lire 1800 per un anno

Per chi vuole manifestare il più generoso segno di simpatia ricordiamo che vi sono due altre categorie di abbonamento:

abbonamento benemerito: L. 5000
abbonamento sostenitore: L. 3000

Anche a questi abbonati, naturalmente, inviammo il dono. I versamenti possono essere fatti con vaglia postale, con assegno circolare o sul nostro conto corrente postale 3-17979, oppure di presenza al nostro reciproco centrale di Milano: Colombo, via Borromeo 11, primo piano.

chi debbono essere ugualmente protetti da occhiali di plastica (incolori) dall'azione del vento e dai fastidiosi aggetti di neve che esso trascina.

Gli attrezzi

Per i gelidi bivacchi invernali, si possono utilizzare i sacchi da bivacco individuali imbottiti ed impermeabilizzati (peso circa 1000 grammi), oppure un leggero sacco impermeabi-

Una spedizione all'Incaia decisa dagli alpinisti abruzzesi

In una riunione svoltasi a Chieti, i presidenti delle Sezioni del C.A.I. di L'Aquila, Pescara, Teramo, Chieti, che a suo tempo costituirono il Comitato organizzativo, hanno deciso all'unanimità una spedizione all'Incaia, denominata «Abruzzi».

Alla riunione di Chieti, presieduta dal presidente della locale Sezione del C.A.I. di Chieti, Carlo Travaglini, erano presenti il rag. Luigi Marchionni per il C.A.I. Pescara, il geom. Roberto Manni, Dario Torpedio e il dottor Alessandro per il C.A.I. di L'Aquila; il dott. Bruno Marsili ed il rag. Antonio Mariani per il C.A.I. Teramo. Il dott. Camillo Tragnone o il com. Carlo Balleri, il rappresentante di Pasticcio, Chieti-Pescara.

Nelle Ande dell'Equador

Dispersi all'Huascarani

Di tre alpinisti equadoriani che avevano tentato la scalata dell'Huascarani, in quel settore delle Ande, non si sono più avute notizie. Per l'impresa non hanno per il vero scelto il tempo migliore, questo periodo dell'anno è infatti caratterizzato da violente perturbazioni atmosferiche con tempeste e grandinate di eccezionale violenza.

Tessere uniche di risalita per gli impianti del Trentino

L'idea di una tessera di risalita univalevole per i diversi impianti di una stagione, e meglio ancora di una tessera, va ideando sempre più strada. Lo sciatore ha bisogno di essere agevolato.

Nel Trentino sono stati ideati per quest'anno alcuni esemplari, che oltre ad essere funzionali, sono anche economici. Vi sono una tessera unica di risalita provvisoria, che comprende tutte le stazioni dell'area trentina.

Le altre tessere, uniche, riguardano:

- 1) la località di San Martino di Castrozza, Passo Rolle, Cavalese-Alpe Cernis, l'Alpe di Panpeago, Prozedio, Bellamonte, Moena-Passo di San Pellegrino;
- 2) Canazei-Campitello-Passo Pordoi-Sella; Vigo e Pozza di Fiemme; Canazei-Passo di Campiglio.

Sciatori la modernissima stazione delle Dolomiti vi attende!

PAMPEAGO

metri 1750 - 2500
VALLE DI FEMME

PER INFORMAZIONI:
PRO LOCO, 38038 TESERO (TRENTO) - TELEFONO N. 41.32

Tre seggiovie ■ Lunghe piste con varianti adatte a tutti gli sciatori
■ Ristorante moderno con self-service, bar, accoglienza taverna
■ Settimane bianche ■ Combinazioni con gli alberghi del fondovalle

Inserito anche il Grignone nello Rally sci-alpino lecchese

La quarta edizione del Rally Sci-alpino Internazionale delle Dolomiti di Lecco, che si svolgerà dal 23 febbraio al 2 marzo 1969, presenta un percorso del tutto eccezionale. L'itinerario infatti è stato radicalmente modificato, con l'inclusione della vetta della Grigna Settentrionale o Grignone.

La prima tappa prenderà il via da Ratto Lario e attraverserà il Grignone per il con-correnti a Pasturo (una prova spettacolare sarà quella della discesa con barelle).

La seconda tappa sarà quella del Pizzo del Tre Signori con il rifugio Biandino e pernottamento in iglu.

La terza tappa avrà come meraviglioso scenario il Rifugio di S. Maria e la discesa di S. Maria e con una prova di slalom gigante a squadre.

Direttore responsabile è stato confermato il quest'anno il dott. Vasco Cecchi. La direzione tecnica e organizzativa saranno affidate rispettivamente a Riccardo Cassi ed a Gianni Pota.

Cambiamento d'indirizzo della Commissione nazionale Scuole d'alpinismo del C.A.I.

A seguito delle nuove cariche direttive della C.N.S.A. e del riordinamento degli uffici di varie commissioni centrali, la Commissione Nazionale Scuole d'alpinismo, che fino a oggi ha operato in via S. Maria, ha deciso di trasferire la propria direzione amministrativa da Genova a Milano.

Dal 1° dicembre c.u. tutta la corrispondenza ed ogni altra comunicazione alla C.N.S.A. dovrà essere indirizzata a Commissione Nazionale Scuole d'alpinismo - C.A.I. Sede Centrale - Via Ugo Foscolo, 3 - Milano.

PER I MONDIALI San Moritz pone la candidatura

Lo «Sci Club Alpino» a nome della nota stazione ortopedica, ha trasmesso la formale richiesta alla Federazione internazionale di sci, per la candidatura per i Campionati del mondo di sci alpino 1974, per i Giochi Olimpici invernali 1976.

Gli studi compiuti in questo campo - anche in occasione di spedizioni europee - hanno permesso di razionalizzare la utilizzazione degli alimenti (grucchi o zuccheri, grassi o proteine) in funzione dei fattori che influenzano l'organismo umano in montagna. Essi sono costituiti dall'itudine (che comporta una diminuzione d'ossigeno e

Ercolo Martini

Continua a pag. 2

Letter CAMPARI questo è l'aperitivo!

