

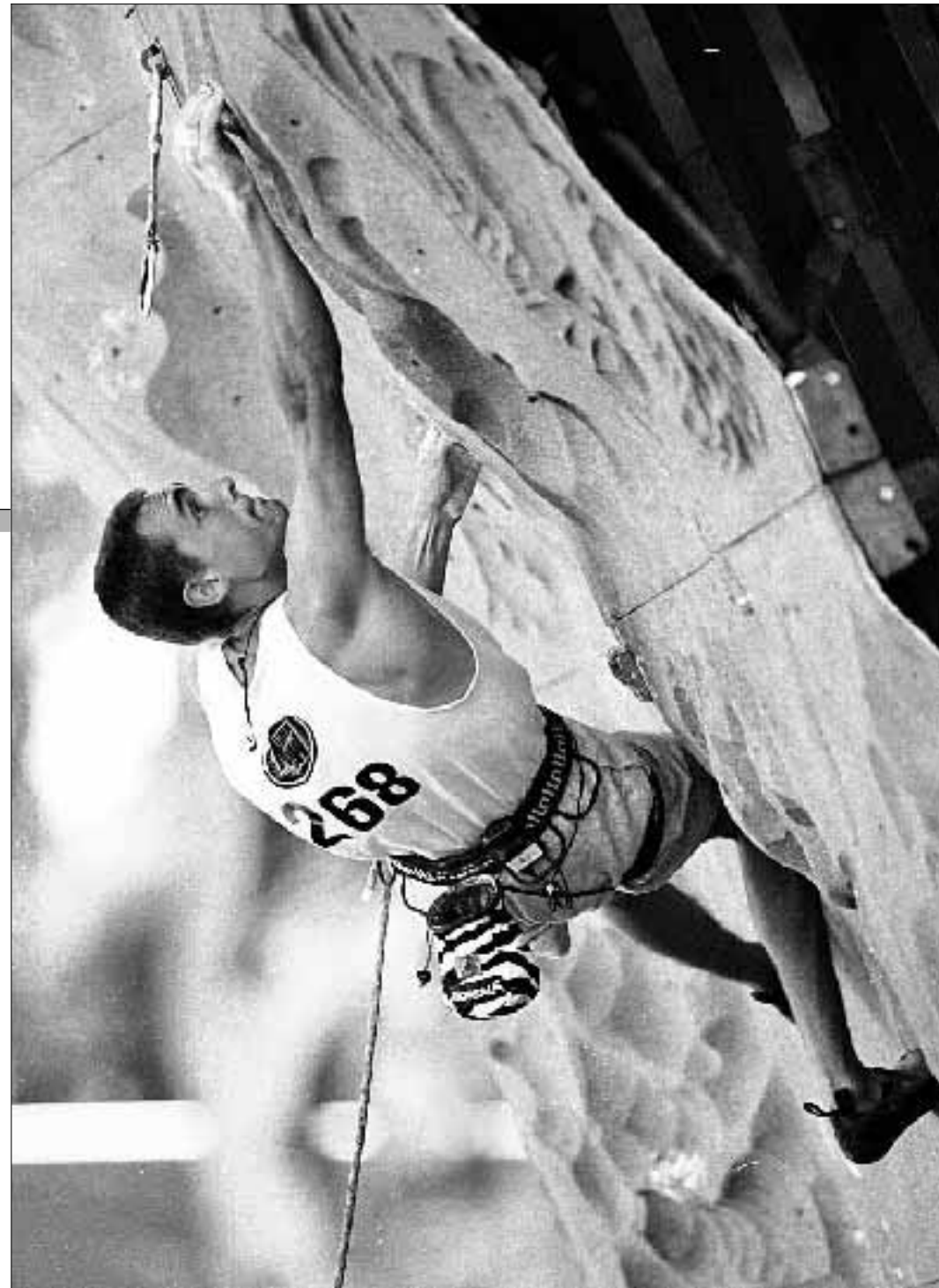


## MONTI&amp;VALLI

Relax, sport, emozioni  
le attività in «alta quota»  
E la prudenza nello zaino

■ La tre ragazze annegate in Val Febbraro, la tragedia del canyoning, in Svizzera. Sciagure, disgrazie. Dovute, in gran parte, all'imprudenza, alla superficialità, di chi ha sottovalutato il repentino cambiamento delle condizioni meteorologiche e ambientali. Certe volte è difficile prevedere, si commettono errori, sottovalutazioni, vere e proprie sciocchezze. Gli esperti hanno sempre sottolineato l'importanza della prudenza, del rispetto della natura, indicando la via della sicurezza nella necessità di conoscere almeno i propri

limiti. Naturalmente, associare la montagna solo alle disgrazie è altrettanto grave e sbagliato. Se affrontata con intelligenza, la montagna è straordinariamente bella, affascinante, instancabilmente varia. Le passeggiate nei boschi, la ricerca di luoghi sconosciuti, la scoperta di fiumi e paesi, l'aria pulita. E gli sport che quassù fanno bene, più che altrove. Non c'è pericolo in tutto ciò. Neanche scalare le vette, per quanto siano necessarie preparazione ed esperienza. Ma esistono anche altri sport che prendono spunto dalle attività fisiche originarie della montagna, e, mutandone le condizioni, si trasferiscono in altri luoghi: in campagna, in città, al chiuso, addirittura. I rischi sono più ridotti, lo sforzo muscolare è garantito, la competizione regala emozioni e divertimento. Sono sport che si stanno diffondendo e piacciono ai giovani. Possono insegnare loro a guardare alla montagna con amore. Ma anche con saggezza.



ORESTE PIVETTA

ESPERIENZE ■ LA LIBERTÀ DI ANDARE DOVE SI VUOLE  
SENZA ESSERE OSSSESSIONATI DALLA «CONQUISTA»

# Non solo vette Una montagna di sorprese

Per una questione d'età appartengo a quella schiera di «alpinisti» che le ha provate proprio tutte: dai pantaloni alla zuava di fustagno, ormai reperibili solo indossati ai nostalgici camminatori di lingua tedesca, al pantacollant fluorescente, dallo scarpone di cuoio rigido di uso universale alle scarpette Boreal o Five Ten, quelle per l'aderenza e quelle per i minimi appoggi, etc. etc. Inconsapevole protagonista, timido e moderato, ho partecipato di una straordinaria mutazione della montagna e naturalmente del suo mercato, che una volta era calzoncini e camicie a scacchi, adesso è tutto e il contrario di tutto, ipertecnico, iperelegante e, come spesso capita nelle migliori stagioni del consumismo, iperintile.

Cesare Maestri, estroverso campionissimo dell'arrampicata anni Sessanta-Settanta, sosteneva che in montagna si può fare quello che piace, a condizione che non si rompano le scatole agli altri. Lui che si era presentato all'appuntamento per l'esame di guida alpina scendendo lungo la temutissima (anche oggi) Via delle Guide dal Crozzon di Brenta (senza neppure la corda nello zaino) teorizzava e dimostrava che in montagna si può andare dove e come si vuole, solo rispettando l'ambiente, se stessi e soprattutto gli eventuali soccorritori, pochi e votati al sacrificio per la cretineria dei più.

Maestri polemizzava con le scuole del «sesto grado», con le immanicabili accademie che dettavano le regole, il chiodo sì il chiodo no, e che evocavano dietro ogni croda la morale dell'«alpe maestra di vita». Falsità clamorosa. Dipende sempre dall'uso e Maestri lo sapeva e lo sa bene, seguendo il suo spirito libertario (allora era anche comunista, come l'indimenticabile sorella Anna, attrice al Piccolo Teatro con Giorgio Strehler). Reinhold Messner, il primo a intuire e a utilizzare l'arma del marketing alpestre (in questo senso andrebbero nominati pure quelli della Fila, l'azienda tessile biellese che impose la moda e il blu e rosso là dove regnava il più sobrio grigioverde militare), citando Hölderlin, che leggeva con Nietzsche e Mann prima di raggiungere i suoi 8mila, scrisse che per lui l'alpinismo è «la libertà di andare dove voglio». Nelle parole di Messner si potrebbe cogliere un aroma superomistico. Cesare Maestri invece si poneva e ci poneva dei limiti.

In un caso e nell'altro, comunque, senza disturbare la filosofia tedesca e senza ricordare quanto accade in seguito (negli anni Trenta la funzione di certe ideologie ad esempio nella corsa alle pareti inviolate e nell'ecatombe di «ardimentosi»: basterebbe ricostruire la storia della conquista della Nord dell'Elger un insegnamento arriva anche a noi: l'alpinismo e la montagna, nelle loro infinite varianti, concedono a chiunque la cerchi la libertà dell'avventura, della scoperta, dell'invenzione.

Tra i «nostri» Maestri e Messner si dovrebbe inserire anche Gary Hemming, l'americano che arrivò a Chamonix recando con sé lo spirito di una filosofia naturalista che risale a Thoreau (sarebbe sufficiente rileggere quel libretto, «Walking»,

camminando, precursore fin dal titolo: s'intravede tutta la strada che conduce a Kerouac e, tanto per stare nell'attualità, al resuscitato Richard Brautigan di «Pesca alla trota in America»). Gary Hemming, fece conoscere sotto il Monte Bianco la cultura alternativa americana, anti-istituzionale e anti-consumista, prima che nelle nostre università giungessero i documenti di Berkeley o i saggi di Marcuse. Era appunto un precursore, pragmatico più che teorico, mai prigioniero dei canoni e delle abitudini.

Per questo realizzò alcune delle più belle imprese dell'alpinismo post-bellico. Ora ci si potrebbe chiedere se la «libertà» materiale e concettuale evocata da Maestri, Messner, Hemming, sia disponibile anche per noi, molto pedestri e, come è scontato, facile preda dei reggimenti delle mode e dei mercati. La montagna, proprio per l'interminabile varietà e mutabilità delle sue forme e delle sue condizioni, dovrebbe confortarci: sì, quella libertà a disposizione anche di chi vola basso.

È vero che il problema più grosso per chiunque tenti la «normale» del Bianco è trovare un posto in rifugio o riuscire a salire sulla prima funivia per l'Aiguille du Midi. Ma tra la fantasia e la volontà si scoprono infinite vie per salire al Bianco infinite puntine di neve immacolata belle ed emozionanti quanto la «storica» calotta (o pianetto) del monte più alto d'Europa.

L'ultima generazione degli «alpinisti», quelli che secondo i rotocalchi arrampicano a mani nude (ma come avrebbero arrampicato Cassin, Bonatti e tutti i dilettanti loro emuli?), sono andati oltre nella ricerca, rinunciando alla vetta, cancellando il termine guerresco «conquista» cimentandosi sulle cosiddette falesie o sui blocchi di granito di calcare alti pochi metri, addirittura sui singoli passaggi. In questo modo hanno enormemente esteso il «terreno di gioco» e non c'è Apt alpina o appenninica, che non abbia attrezzato la propria palestra di roccia, indicata ormai dai cartelli turistici come la chiesa, la discoteca e il sentiero panoramico della salute. Il rischio di caduta, per l'abbondanza degli spit (chiodi cementati) è pressoché nullo. Cresce quello

della massificazione. Però un'altra strada si è rivelata, testimonianza della generosità della montagna e, per onestà, della natura intera, che sa resistere agli insulti del cemento, delle funivie, delle autostrade, degli impianti di risalita, degli sciatori, dei fuoristrada, dei turisti e anche degli alpinisti. La natura sa rigenerarsi e persino reinventarsi. Così si possono ritrova-

re valloni e creste, provando la sensazione di una «nuova frontiera».

Per fortuna il mondo è pieno di questi paradisi perduti e ritrovati, ritrovati per dimenticanza per povertà di interesse economico per la concorrenza di altre stazioni, altre valli, altre prestigiose attrattive, paradossi della modernità o più semplicemente del commercio. La montagna regala

questa possibilità: basta scostarsi di pochi metri dalla via consueta per ritrovarsi tra le geometrie perfette delle solitudini perfette della natura nei silenzi che lasciano ancora ascoltare la corsa di un capriolo. Pensate, a proposito di paradisi, alle sorprese di Dante su quella montagna, nella «selva oscura», quando s'accorse che «la diritta via era smarrita».



ARRAMPICATA

## Dita a ventosa e in città puoi fare l'«uomo-ragno»

ROMA Non si tratta di scalare le montagne, è bene dirlo subito. Ma di arrampicarsi su strutture attrezzate, pareti artificiali, insomma, una sorta di imitazione della montagna, e forse l'arrampicata sportiva ne vuole imitare lo spirito eliminando il rischio, codificando regole e metodi, ma coplandone, per quanto possibile, le difficoltà. Nasce, questo sport di montagna che si svolge dappertutto (e anzi, molto spesso anche al chiuso), con lo scopo di saggiare l'abilità, ma anche la tenacia e, in ultimo, la rapidità degli atleti. Sviluppa la muscolatura delle braccia e delle gambe e, in particolare, delle dita. Si può scalare e rimanere appiccicati ad un muro liscio soltanto se si hanno dita forti, simili a delle ventose. Ma è una forza che si sviluppa con l'esercizio e deve essere in armonia con la scioltezza del resto del corpo. Ro-

busti si, dunque, ma anche agli: niente fisico alla Tyson, insomma, non aiuta. Si può praticare a tutte le età, basta avere una corda (da scalata, reperibile nei negozi specializzati) e un moschetone. Sulle pareti attrezzate ci sono appigli, «prese» che devono essere utilizzate per salire. Si tratta, in definitiva, di superare (scalando) le molteplici difficoltà create dai giudici sulla parete. In genere alta dai dieci ai quindici metri. Per ogni gara si «cambiano» le difficoltà.

Le specialità dell'arrampicata sportiva sono tre, quella di difficoltà, quella legata al tempo, quella della parete piccola, il bouldering. Nella prima, vince che arriva più in alto, nella seconda chi impiega meno tempo ad arrampicarsi, nella terza chi riesce a «fare» più pareti. Nell'ultima, quella più diffusa, si può gareggiare anche senza corde

di sicurezza: data la scarsa altezza raggiunta dalla parete, è sufficiente un tappeto da palestra.

Per partecipare a questo sport, che sta prendendo sempre più piega tra i giovani, non è necessario un tipo di abbigliamento particolare: sono richieste semplicemente delle scarpe con suola ad alta aderenza (si comprano nei negozi di sport, quelli ben forniti o quelli delle località di montagna) e dei capi comodi. L'arrampicata sportiva si pratica in qualsiasi periodo dell'anno e, trattandosi di uno sport che ha per sfondo l'alpinismo, è diffuso soprattutto nelle località montane e di vacanze invernali.

Anche per l'arrampicata sportiva esistono dei campionati mondiali e gare di Coppa del mondo sulla farsaglia della Coppa di sci. Parrà strano, ma gli italiani sono tra i più forti (insieme ai francesi) e gli azzurri Cristian Brenn e Christian Core, sono tra i campioni più conosciuti dagli appassionati. I prossimi appuntamenti sono il 13 agosto a Cortina (Coppa del Mondo di bouldering) e il 19 settembre a Milano (gara di Coppa del Mondo, di difficoltà). A.C.

## Bussola, cartina e tanta fantasia Alla scoperta dell'orientamento

ALDO QUAGLIERINI

ROMA Una bussola, una cartina topografica e poco altro. Si parte così per gli sport d'Orientamento, sport di origini scandinave, che si praticano prevalentemente in montagna (ma non solo), e che impegna il fisico e la mente e che, al di là delle facili regole, è più complicato di quanto si creda. Si tratta di sport per tutti, nel senso che costano poco (l'abbigliamento e l'iscrizione alle gare) che non obbligano a faticose e dispendiose lezioni propedeutiche, che lasciano libera la fantasia e si può praticare a qualsiasi età. Lo scopo è semplice: raggiungere un traguardo conosciuto soltanto al momento della partenza. Ogni partecipante è libero di scegliere il tragitto e, naturalmente, lo stabilisce in funzione delle proprie caratteristiche fisiche. Una serie di punti di controllo obbligati fa sì che gli atleti vengano tenuti sotto controllo e che si muovano entro certi limiti. Per il resto, c'è libertà assoluta.

Partenza a cronometro, un cartellino a testa da «timbrare» nei punti di controllo descritti nella cartina distribuita al via (non ci sono giudici, solo una sorta di lanterna con una pinza per la marcatura), la cartina per orientarsi. È uno sport apparentemente facile, perché la scelta del percorso più breve non sempre è conveniente e colline, dirupi, corsi d'acqua, salite, boschi, possono rendere la cosa più complicata di quanto si creda. Tre discipline, corsa, mountain bike e sci, ampliano le possibilità di questo sport delle scelte. Grande fortuna ha avuto negli ultimi anni la specialità della bicicletta, come è comprensibile notando il numero di bici che si vedono in giro. Naturalmente, i percorsi sono differenziati a seconda del mezzo utilizzato (in genere per bici e sci sono anche più lunghi), è raro che qualcuno si perda, ma talvolta accade.

Non è obbligatorio un tipo di abbigliamento, ma c'è anche qui, una sorta di completo dell'Orientatore: maglietta e pantaloni di materiale antiaderente (per evitare che rami e cespugli si impiglino) e di idrorepellente (in caso di pioggia) scarpe specifiche con tacchetti per non scivolare, delle ghette parastinchi per cespugli, sassi, rovi o serpenti... C'è poi una sorta di leggio che si applica al collo e che permette di correre avendo sotto gli occhi la cartina. Tutti questi capi si possono trovare nei negozi di abbigliamento sportivo (soprattutto dei luoghi di montagna).

Naturalmente, i percorsi sono differenziati a seconda del mezzo utilizzato (in genere per bici e sci sono anche più lunghi). Gli sport di Orientamento non solo legati esclusivamente alla montagna. Una delle sottospecialità è infatti, quella dei «centri storici» (valgono le stesse regole, i percorsi, le punzonature e via dicendo) ma il «terreno di gioco» cittadino (tre anni si disputò una gara a Roma, con partenza a piazza Navona). C'è anche la staffetta e gare per i disabili. L'imminente utilizzazione dell'elettronica nei cartellini da punzonare (basterà passare nel luogo prescelto come punto di controllo per «timbrare» il cartellino) servirà a sveltire l'assegnazione della vittoria.

Inoltre si svolgono campionati del mondo e gare di Coppa del Mondo (nello sci il nostro Nicola Comandini è una stella, con tre titoli vinti). La Coppa Italia si disputerà il 18 settembre al Passo della Mendola (Tr), mentre ad Ascoli, il 2 ottobre, la Coppa di mountain bike.

