

IL PUNTO SULLA DIDATTICA DELLA DISCESA NELLO SCI FUORIPISTA E SCIALPINISMO

di
Mountaineering Academy
©Avalco Travel 2019



In Italia la didattica “ufficiale” sullo **sci alpino** è promossa dalla **FISI**; il riferimento è il testo “SCI ITALIANO”, inizialmente pubblicato nel 2010, poi aggiornato nel 2014 e nel 2018 quando viene reso disponibile [on line](#) sul sito della stessa FISI. Questo è il frutto del lavoro di migliaia di professionisti non solo in Italia, ma in tutto il mondo (grazie alle sinergie con Scuole di Sci e Associazioni professionali all'estero) che, da almeno mezzo secolo hanno progressivamente elaborato una metodologia studiata nei dettagli e ottimizzata sotto ogni aspetto. Nelle ultime edizioni è dedicato un certo spazio al “freeride” (senza però fornire troppi dettagli tecnici), con alcuni “consigli” su come adattare la sciata ai vari tipi di neve (powder, neve pesante, crosta, neve trasformata, neve ventata).

Cosa c'è sulla didattica dello sci fuoripista oltre la “scuola” ufficiale della FISI? Vediamo una selezione, tra i molti testi o manuali sul freeride e scialpinismo, che in qualche modo rappresentano altre filosofie di approccio e/o schemi didattici alternativi (o integrativi).

Nel lontano 1998 la sola didattica specifica e strutturata sul fuoripista era quella promossa dalla **AGAI** (Associazione Guide Alpine Italiane) con il testo “Sci fuoripista e Scialpinismo”, ora in parte superato dalla evoluzione attuale nella tecnica e nei materiali (oltre che nella filosofia di accompagnamento dei clienti) e sostituito dalla pubblicazione online “Tecniche di discesa” del 2014 (scaricabile [QUI](#)). Le guide introducono i concetti di posizione base, diagonale, slittamento e di movimenti fondamentali (piegamento-distensione, angolazione, rotazione di busto-bacino-ginocchia-piedi) come apprendimento necessario prima di affrontare le tecniche classiche di virata e conduzione. Viene spiegata piuttosto bene (anche con video) la curva freeride e la curva saltata su ripido.

Nel 2004 il **CAI** pubblicava il massiccio manuale “Scialpinismo”, con diverse pagine dedicate alle tecniche di discesa fuoripista; nel 2018 viene pubblicata la nuova edizione del volume e, separatamente, il manuale [Tecniche di discesa nello scialpinismo](#), un testo specifico che illustra lei vari esercizi secondo la progressione su 5 livelli, perfettamente in linea con la didattica FISI. Come tecniche specifiche del fuoripista, sono descritti il passo di giro, la curva saltata su uno e due bastoncini, e la discesa in cordata a 2 o 3. Inoltre c'è una sezione specifica per il telemark ed una per lo snowboard. Non si parla di tecniche particolare adattate al tipo di neve e nemmeno di sci ripido. Non ci sono cenni ai movimenti fondamentali né ai concetti di equilibrio e di baricentro.

Sempre in ambito CAI, il volumetto **“Tecnica di sci fuoripista”** di **A.Fattori**, inizialmente pubblicato nel 2005 con il patrocinio della Commissione Scuole del VFG e poi aggiornato nell’edizione 2015, è interessante poiché per primo introduceva l’approccio di identificare i movimenti fondamentali e l’equilibrio intorno al baricentro, e cioè PRIMA di passare alle tecniche già insegnate nella progressione FISL, un modello poi anche adottato dalla AGAI. Il manuale mette in evidenza alcuni gesti specifici del fuoripista, come differenza e/o in aggiunta alle tecniche classiche dello sci alpino; tuttavia, non parla di sci ripido né di risalita con le pelli.

Nel 2017 viene pubblicato il discusso libro [L'arte di sciare oltre le piste](#), scritto dalla guida alpina P. Caruso, che propone per il fuoripista una metodologia didattica particolare, chiamata Metodo Caruso®, derivata dalle sue esperienze in arrampicata.

In sintesi, Caruso identifica 3 movimenti fondamentali (ambio, incrociato, e omologo) secondo le posizioni relative di gambe e braccia e, dalla “percezione” di questi come gestualità automatica, passa a descrivere le tecniche base di spazzaneve, parallelo, conduzione, e curva saltata. Molte delle descrizioni offerte sono però ben diverse dalla didattica FISL, e questo ha lasciato perplessi molti professionisti, così come le posizioni dei modelli in alcune sequenze fotografiche del libro, che risulterebbero non prive di difetti.

Nel testo si descrivono anche le tecniche di risalita con pelli e di conversione, anche queste in parte fonte di disaccordo tra i professionisti.

All'estero la didattica dello sci fuoripista, per il momento, non è molto diversa né più avanzata di quella italiana. Solo le impostazioni di base possono leggermente differire, in linea con le rispettive scuole nazionali di sci alpino.

Riportiamo, in fondo al documento, una selezione di testi e manuali esteri* che trattano (almeno in parte) il tema.

In conclusione, la didattica dello sci fuoripista è direttamente legata a quella dello sci alpino, dato che è pressoché indispensabile acquisire prima una certa padronanza della sciata su pista, per poi passare al fuoripista.

Fatta questa considerazione, la FISL potrebbe prendere l’iniziativa di creare un gruppo di lavoro dedicato all’approfondimento della didattica specifica per lo sci fuoripista moderno, accogliendo opportunamente gli input provenienti da altri specialisti, maestri di sci, istruttori CAI e guide alpine che finora hanno condotto una ricerca a livello di associazione o anche solo personale. Uno scambio sinergico tra addetti ai lavori è indubbiamente auspicabile allo scopo di trarre il massimo vantaggio dalle rispettive esperienze.

***Testi e manuali all'estero**

in francese:

- > M.Trotin “Ski de poudreuse”, 1978 (un’opera pionieristica del settore !)
- > G.Vignau “Ski alpin”, 2007
- > P.Vargel “Ski de rando, 2010
- > E.N.S.A. “Ski de montagne”, 2018 (l’equivalente della pubblicazione dell’ AGAI, ma un po’ più attuale);

in inglese:

- > “Free-heeling ski”, ed. The Mountaineers, 2001 (uno dei primi manuali sul telemark)
- > “Backcountry skiing” ed. The Mountaineers, 2007 (un grande classico, ora purtroppo in gran parte superato)
- > “Snowboarding” ed. The Mountaineers, 2009 (dedicato allo snowboard)
- > H. Branigan, “A complete guide to ski mountaineering”, 2nd edition 2014
- > B.Goodlad, “Ski touring”, 2018 ;

in spagnolo:

- > G.Romo, “Esquí de montana”, 2004
- > G.Castillo, “Esquí moderno aplicado a la montana”, 2006
- > L.Sarrion, “Teoria y practica del esquí de montana”, 2010.



AVALCO TRAVEL Tour Operator

e

CLUB AVALCO Outdoor Sport Adventure