



## TRASFERTA DELLO SCI CAI SCHIO A OBERAMMERGAU

di Carla Vitella

Per la gita sociale, lo SCI CAI Schio, quest'anno, ha puntato in alto.... gita di ben tre giorni, oltre ben due confini di stato (Austria e Germania), ha proposto ben due gare e ha scelto un albergo con piscina, sauna, idromassaggio, bagno turco e massaggi inclusi.

E' stata una scelta coraggiosa, che però è stata accolta con entusiasmo dagli amici soci, forse memori delle ottime organizzazioni delle edizioni precedenti.

Inoltre il capogita Riccardo ha superato se stesso, ha preparato pranzi volanti al di sopra di ogni immaginazione: dove si è mai vista una struttura cilindrica in cartone per proteggere dal vento un fornello a bombola in grado di preparare ettolitri di "brulè" (si scrive così?) e varie serie di caffè preparati con una moka da 12??? Per non parlare della soppresa, del formaggio, dei sottaceti, di quintali di pane, ecc., il tutto distribuito con una rapidità incredibile da una squadra di volontari "casolini" improvvisati (tra tutti ricordo Silvana Peron: meglio di un'affettatrice elettrica!!!).

Ma veniamo alla cronaca della gita. Partenza il venerdì 1 febbraio ore 7.00 (una corriera piena, con Toni alla guida!)

Il viaggio è un po' noioso fino a Trento, poi diventa più piacevole, in autostrada il traffico è scorrevole, oltrepassiamo Bolzano, il Brennero, Innsbruck, Seefeld, Garmish e ci fermiamo a 15 km da Oberammergau.

Pensavo, di trovare al di là delle Alpi, 2 metri di neve, resto un po' delusa quando vedo erba e neve in fase di scioglimento, la chiamo "pacieca" o "paceca", ma mi godo l'ottima compagnia e "al diavolo la neve, le piste, le scioline, la gara,...!!"

(continua a pagina 2)

## FESTA DI FINE STAGIONE

di Emanuele Dalla Vecchia

Lo SCI CAI Schio/Settore Sci Fondo organizza la

### FESTA DI FINE STAGIONE

presso MALGA MILLEGROBBE

**domenica 30 marzo 2008**

Considerate le molteplici attività intraprese sia a livello organizzativo che agonistico dallo Sci Cai Schio/Settore Fondo, anche quest'anno non poteva mancare la festa di fine stagione e naturalmente ...sulla neve.

La Festa Sociale è da sempre l'occasione per riunire la maggior parte dei soci, confrontarsi su un tracciato di gara e ricongiungersi con la festa nel dopo gara (vedi "Staffetta del ciudo" e relativo pranzo).

Il programma prevede la gara sociale dei bambini/e ragazzi/e dai 5 ai 17 anni, la "Staffetta del ciudo" e la novità, sicuramente spettacolare, rappresentata dalla gara di staffetta a coppie: una frazione in tecnica classica e una in tecnica libera; un anello di Km 1.5 da ripetere 3 volte.

I componenti delle staffette verranno sorteggiati prima della partenza tra due gruppi distinti: agonisti e amatori, per formare delle coppie il più possibile equilibrate.

Invito tutti i soci a partecipare a questa giornata di festa e a condividere la gioia e la passione che ci accomuna in questa attività che richiede impegno e fatica, ma che regala sempre grandi emozioni e soddisfazioni.

(continua a pagina 2)

## PRESCIISTICA: ultimi sprint di un'annata positiva

Un tempo era destinata agli agonisti dello sci nordico, ora piace anche a quanti, dopo una giornata tra mura d'ufficio o di stabilimento, hanno voglia di sfogarsi praticando sana fatica all'aperto, magari sfidando l'inclemenza della stagione invernale.

L'essere in gruppo è uno stimolo alla rottura della routine della corsa serale se fatta per proprio conto.

I programmi di Franco e Gigi poi danno lo stimolo a nuovi traguardi.

Ci ritroveremo in settembre, ma l'appuntamento più prossimo è l'ultimo allenamento di presciistica che da giovedì 27 marzo **viene spostato a Venerdì 28 Marzo 2008**. Vi aspettiamo alle ore **18:45 a Poleo** nel parcheggio di fronte alla scalinata della Chiesa. Da lì saliremo a S. Caterina di corsa attraverso i sentieri alternativi alla strada.

Lassù ad attenderci, oltre al potente mezzo dello Sci Cai Schio, che ci avrà portato indumenti di ricambio, ci sarà un'informale cena a base di "polenta, soppresa e formaio", presso la taverna della Trattoria "Da Giancarlo".

Poi per gli "ebberi" rientro con servizio scopa, per gli altri pila frontale e di nuovo giù.

Per la cena è prevista una spesa di 15 euro. Sono graditi amici e simpatizzanti.

Le iscrizioni a Gianni Zampieri o a Flavio Corradin.

(segue da pag. 1)

## TRASFERTA DELLO SCICAISCHIO A OBERAMMERGAU

Pranzo al sacco con la tradizionale gara delle torte. Fuori concorso ci sbaffiamo delle ottime torte salate (buone, ma proprio buone, mi ricordo quella al tonno, da rifare!!) preparate da Stefania (idea grandiosa, grazie!).

Ad insindacabile giudizio della giuria formata dalle pasticciere esperte: Lucia e Desi, vengono proclamati vincitori:

- al primo posto Raffaella con un dolce di pasta frolla con mandorle
- al secondo posto Valeria con una crostata di pesca e amaretti
- al terzo posto Rosanna con dei quadretti alle mandorle

Dopo la veloce sistemazione in albergo, ci siamo goduti un pomeriggio di libertà: ricognizione della cittadina, giro per negozi e negozietti, sciata per provare sci e percorso della gara (visto che l'hotel è ubicato a 150 m dall'arrivo della granfondo, ottimo!!), utilizzo di tutti servizi tipo "beauty-farm" offerti dall'albergo (i tedeschi fanno la sauna tutti nudi!!!, c'è chi maligna che qualcuno di noi, senza far nomi (*Emanuele*) si è fatto 4 ore di sauna e si è "prosciugato" nel tentativo di gustarsi l'occhio con qualche valchiria locale, salvo poi ritrovarsi con i compagni di gita tutti rigorosamente maschi!!!).

La neve è scarsa e sulla pista vi è solo neve artificiale, è un po' ghiacciata, ma sembra veloce e fa ben sperare per il giorno dopo.

Cena "Pasta-party".

Dopo cena:

- gli atleti a letto
- per gli altri NO COMMENT, è bene difendere la privacy soprattutto di chi è venuto in gita lasciando a casa il partner.

Sabato 2 febbraio.

SORPRESA!! Durante la notte è nevicato, il paesaggio è bellissimo, ma la pista...???

Gara in tecnica libera di un giro di km 21 per 6 atleti e di 2 giri per un totale di 42 km per altri 11 amici dello SciCaiSchio.

La pista non si rivela perfetta (in qualche punto è ghiacciata, in qualche punto molla, nella piana tra il quinto e il decimo km si scia nella neve fresca) ma non è particolarmente faticosa e alla fine concludiamo tutti la prova soddisfatti.

Pomeriggio di libertà. Cena varia e abbondante (grazie all'intervento di Valeria).

Serata da mille e una notte... ho colto solo qualche dettaglio... litri di birra, localini tipici, dopo la mezzanotte festa in maschera, rientro alle 7 di mattina, sveglia alle ore 8.00, taxi per Seefeld, sciate in terra austriaca, imprese di un certo personaggio misterioso detto "Ganzo" ..., non indago oltre...

Domenica 3 febbraio, dopo un'ottima colazione, gara di 42 km per 3 stacanovisti dello sci da fondo, mentre il gruppo ha visitato il castello di Ludwig di Linderhof.

Nel pomeriggio partenza per Schio, viaggio piacevolissimo allietato dalla lotteria, dalla tombola e dall'animazione di uno scatenato Emanuele.

Commentavo, il martedì successivo, la gita con gli amici della presciistica: uno di noi l'ha definita "una gita di belle persone", sono d'accordo: belle persone gli organizzatori e l'autista per il lavoro svolto e per il clima di festa che hanno saputo creare.

Belle persone le famiglie giovani con i bambini (fantastici e bravissimi, non piangono mai).

Belle persone i partecipanti (tutti!!!) per i tre giorni di amicizia che abbiamo vissuto.

GRAZIE davvero a tutti.

Chiudo con l'appuntamento per l'anno prossimo e con l'invito di Riccardo ai giovani: ci piacerebbe vedervi indossare il pettorale alla partenza della gara prescelta e correre per lo SciCaiSchio.

(Segue da pag. 1)

## FESTA DI FINE STAGIONE PROGRAMMA

Domenica 30 Marzo 2008

Centro Fondo Millegröbte

- ore 9.30 Ritrovo presso il Bar del Centro Fondo - distribuzione pettorali
- ore 10.00 Partenza gara sociale - Tecnica Libera Km 2 - 4 - 6 per categorie bambini/e - ragazzi/e dai 5 ai 17 anni
- ore 11.00 Partenza gara di staffetta a coppie - 1° fraz. Tecnica Classica / 2° fraz. Tecnica Libera su un anello di Km 1.5 da ripetere 3 volte. I componenti delle varie staffette verranno sorteggiati prima della partenza;
- ore 12.30 "Staffetta del ciudo".
- ore 13.30 Premiazione dei bambini - ristoro
- ore 14.30 Pranzo presso il Ristorante del Centro Fondo (da prenotare entro mercoledì).

N.B. la quota di €. 10,00 (pasta, pane, formaggio, dolce, bevande) verrà raccolta entro le ore 10.00 presso il Bar.

Possono partecipare tutti i tesserati dello Sci Cai Schio per la stagione 2007-08.

L'iscrizione alla gara è gratuita; la prenotazione per la gara e il pranzo dovranno essere comunicate entro Mercoledì 26-03-08 ai seguenti numeri telefonici: 338.6656945 cell. Sociale - 0445/640943-641762 Emanuele.

**ATTENZIONE - Trattandosi di festa di fine stagione, anche nel caso di poca o mancanza di neve, ci troviamo appunto per fare festa assieme.**

## GITA A OBERAMMERGAU (di Francesca Alba)

Come ad ogni stagione invernale, anche quest'anno lo Sci Cai Schio ha organizzato la gita sociale.

Questa volta ci siamo recati ad Oberammergau, un piccolo paese tedesco caratteristico per le facciate delle case, su cui sono dipinte immagini molto significative.

Arrivati in albergo abbiamo disfatto i bagagli nella nostra camera. Com'era spaziosa, si sarebbe potuto addirittura ballare! Dopo di che, siamo andati a fare il bagno nella piscina dell'hotel. Che bello nuotare nell'acqua tiepida!

Il giorno successivo ci siamo svegliati che nevicava, comunque i nostri valorosi atleti non si sono intimoriti e hanno partecipato ad una gara di 50 km sotto l'appoggio del nostro tifo, chissà che faticaccia!

Lo stesso giorno, di pomeriggio, Sofia, Davide ed io, abbiamo partecipato alla "Mini Kini", una gara per bambini, era lunga ben 5 km.

Noi bambini, ci siamo impegnati a concludere il percorso nel minor tempo possibile dato che, finita la gara ci saremmo recati in piscina! Passato il traguardo ci hanno consegnato un ricco pacco gara, la cosa migliore del pacco è stata la tavoletta di cioccolato, deliziosa...!

Il giorno seguente, 3 degli atleti hanno partecipato a un'altra gara di 50 km, mentre noi abbiamo visitato un castello con un parco enorme, c'era anche un laghetto in cui nuotavano dei cigni, ma non avevano freddo? Boh...

Tornando verso casa abbiamo giocato alla lotteria e alla Tombola vincendo ricchi premi.

Non vedo l'ora che arrivi la gita dell'anno prossimo; e tu che hai letto questo articolo, ti sei già iscritto?

## **....SCIANDO CON LE STELLE: breve resoconto per chi quella sera non era dei nostri (di Flavio C.)**

L'idea era partita a presciistica il martedì precedente quando la luna illuminava la nostra salita verso le Piane di Schio e la vista della pianura di luci si stendeva verso l'infinito. Così al giovedì anziché trovarsi come al solito allo stadio siamo saliti a Malga Millegrobbe.

Lasciata la strada delle Vezzene Malga Millegrobbe era lì ad attenderci come nave alla fonda che galleggia in un placido mare di neve. Lì sull'uscio della Malga, Claudio, compagno di avventure della presente stagione sciistica.

E' con lui che abbiamo condiviso delusione e felicità in questa stagione avara di neve e di basse temperature. L'uomo mai è riuscito a cambiare il corso della natura: siamo riusciti con la nostra intelligenza ad inventare nuvole tecnologie che facessero cadere fiocchi di neve anche sotto cieli stellati. Sono però arrivate nuvole vere, ma cariche di abbondante pioggia a neutralizzare la nostra astuzia tecnologica. La coda poi della perturbazione ci ha graziati donandoci questa esile coltre che è ora illuminata dai primi raggi di una splendida luna piena.

Siamo saliti in sette con il pulmino dello sci club, alcuni alla prima esperienza di sciata al buio con pila frontale. La pista era perfetta e la temperatura attorno allo zero, ideale. Siamo scesi dalla malga verso la piana e lì, abbandonati i fari della partenza mi sono reso conto della poca efficienza della mia pila frontale. D'altra parte la luna ancora bassa all'orizzonte stentava ad illuminarci la via. Molto più attrezzati Enrico, Alberto e Corrado che con i loro fari e soprattutto con l'energia di sciatori esperti si sentivano a loro agio in questa nuova esperienza. Sono così partiti di buona lena per il giro da "15". A loro si era accodato Nando che per l'occasione la pila l'aveva lasciata a casa, ma che sfruttando la scia dei compagni è riuscito a seguirli.

Io Rosanna e Grazia siamo rimasti in piana orientandoci seguendo i binari per l'alternato. In lontananza ogni tanto apparivano le luci dei nostri impavidi compari. Il silenzio, le ombre e lo spicchio di luna che si alzava all'orizzonte ci dava la dimensione stupenda di una grandiosa natura da amare ma anche da rispettare tanto piccoli e inermi siamo. La bellezza dello sport è forse anche il poter assaporare questi momenti di gioia interiore.

Verso le 21.30 ci siamo ritrovati nello spogliatoio soddisfatti (...chi più, chi meno...) per la nuova esperienza. Salvo poi scoprire che la cucina era chiusa e che del "piatto millegrobbe" dovevamo fare a meno.

Siamo così risaliti sul pulmino alla ricerca di una pizzeria in quel di Lavarone.

A salutarci Giovanni, in partenza con il battipista, e una splendida luna alta in cielo.

## **LISANNE ZAGO**

### **piccole donne crescono**

Da un paio di anni è dei nostri, di quella parte orsiana del nostro sci club. Che fosse una promessa ce ne eravamo accorti tutti già dagli albori. Poi il duro lavoro di allenamento (nulla si improvvisa) e la tecnica che evolve ed ora eccola all'anno del salto di qualità.

Ora i risultati cominciano ad arrivare e sempre più spesso la vediamo sul podio anche tra le categorie della più giovani.

Novità per chi come noi è preoccupato per una sorte di "geriatrizzazione" dello Sci Cai Schio. Citiamo alcuni dei suoi pregevoli risultati:

- 5<sup>a</sup> assoluta al Trofeo Euganeo, 1<sup>a</sup> di categoria,
- 3<sup>a</sup> alla staffetta dei Campionati Italiani Cittadini,
- 6<sup>a</sup> alla Campolonga.

Fiore all'occhiello il secondo posto alla "12ore" di 1000grobbe con ben centosessantaquattro chilometri percorsi in 12 ore no-stop di sci nordico. Per una ragazza della sua età (20 anni) già la scelta di iscriversi ad un endurance così massacrante faceva trasparire il suo carattere di donna caparbia e determinata. Poi l'averla vista in azione concentratissima nel dosare ogni sua energia e nello scivolare lungo ad ogni passo ci ha fatto capire di che fibra è fatta.

Se il buongiorno si vede dal mattino crediamo la giornata sarà lunga e luminosa.

Brava Lisanne, continua così!

## **MATERIALI**

### **Il pelo, l'estrema soluzione** da "Sci fondo" febbraio 2008

In certe condizioni trovare la sciolina giusta di tenuta è davvero complicato. Le stick non tengono un passo, le liquide fanno zoccolo o ghiacciano. Non ci resta che provare a utilizzare un sistema di tenuta estremo: il pelo.

Sembra impossibile che soltanto il "pelo" sollevato della soletta con della carta vetrata possa essere sufficiente per garantire una tenuta e continuare a far rimanere lo sci veloce. Ma è proprio così. In certe situazioni, quando nevicata umida con temperature attorno o superiori ai 0°C, quando l'umidità è alta e il binario bagnato, questa operazione ci dà l'opportunità di avere una marcia in più. Lo sci deve essere morbido con un ponte abbastanza lungo. Naturalmente questo deve essere ben pulito e asciutto. Il ponte ben definito va inciso, strofinato, passato con la carta vetrata (80-120) in modo che il pelo della soletta si alzi. Ci sono vari modi di farlo, ruotando e quindi disegnando dei piccoli cerchi concentrici, oppure a spina di pesce o ancora lineare. Naturalmente più la carta vetrata è grossa e maggiore sarà l'incisione e quindi la possibilità che il pelo offra una tenuta sicura. Ma attenzione perché un pelo troppo vivo rischia di fare zoccolo e quindi di creare il problema opposto. Si preferisce quasi sempre applicare alcune gocce di silicone liquido o spray sopra il pelo per evitare l'eventuale zoccolo. Ma non si rovina la soletta?

Naturalmente la soletta ne risente ma le occasioni in cui si usa sono così rare che non creerà alcun problema.

E per eliminarlo?

Con qualche passata più decisa con la spatola di plastica, una paraffinatura seguita da una pulita con solvente farà ritornare lo sci in forma e pronto per essere nuovamente sciolinato.



Via Alessandro Rossi, 8 36015 SCHIO (VI)

### **SEDE**

aperta ai soci tutti i mercoledì da dicembre a marzo dalle ore 21:00 alle 22:30.

### **Informazioni**

Telefono SEDE **0445.525.755**  
Cellulare **338.66.56.945**

[www.scicaischio.it](http://www.scicaischio.it)

[www.befanalauf.it](http://www.befanalauf.it)

e-mail: [scicaischiofondo@libero.it](mailto:scicaischiofondo@libero.it)

## Appunti

- venerdì 28 marzo 2008  
ritrovo a Poleo alle ore 18.45  
Conclusione Corso Presciistica con salita di corsa a S. Caterina e cena c/o taverna della Trattoria "da Giancarlo"
  - domenica 30 marzo 2008  
Festa di Fine Stagione presso il Centro Fondo Millegrobbe gara sociale, "staffetta del ciudo" e pranzo
  - sabato 19 aprile 2008  
Cena Sociale Sci Cai Schio presso agriturismo "El Gran" di Villaverla
- Buona Pasqua a tutti!

## **CORSI SCI.....QUEST'ANNO A MILLEGROBBE** (di Alberto Alba)

A chi mi avesse chiesto, ad inizio stagione, una previsione sullo svolgimento dei corsi sci, non avrei saputo cosa rispondere.

Nuova località, nuovi maestri, nuove proposte .... e la neve? Erano troppi i fattori d'incertezza per poter azzardare qualsiasi commento. Quindi via, ad impostare, organizzare, concordare con i maestri e il centro fondo tutti i dettagli che alla fine hanno dato corpo alle quattro giornate di corso che anche quest'anno abbiamo proposto.

La nostra scelta è stata ancora quella di credere che un corso debba essere fatto ad inizio stagione. E' allora che risulta importante dare un'impostazione tecnica di base, necessaria ad ogni successiva evoluzione. Un difetto non corretto tempestivamente si radica nell'istintualità del gesto, pregiudicando l'efficacia dei nostri sforzi nel macinare chilometri di pista.

Questa scelta può avere però un prezzo, che si paga nel momento in cui la neve tarda ad arrivare. E così anche quest'anno abbiamo un po' sofferto per la mancanza di materia prima.

Il Centro Fondo Millegrobbe ci è però venuto in aiuto, con i suoi potenti cannoni spara neve. Pur se con qualche forzato rinvio, siamo quindi riusciti a portare a termine l'impegno che ci eravamo presi.

Molto del merito va sicuramente anche ai corsisti, senza i quali il nostro lavoro non avrebbe significato. Una trentina anche quest'anno, suddivisi in gruppi in funzione delle capacità, ai quali si devono aggiungere una decina di bambini, che hanno partecipato con entusiasmo al corso per loro organizzato durante le vacanze natalizie. Questi ultimi hanno tutti dimostrato ottime potenzialità, confermate da alcuni di loro con la partecipazione alla Befanina, il 6 gennaio. C'è terreno fertile su cui lavorare!

Una citazione meritano anche il Centro Fondo Millegrobbe, con i suoi servizi, e la Scuola Sci di Lavarone-Millegrobbe.

Una piacevole sorpresa è stata la capacità dei maestri di gestire il corso rivolto alle nostre giovani leve. La tecnica d'insegnamento utilizzata, facendo leva sul gioco e sul divertimento, ha stimolato l'interesse degli allievi, dando loro le motivazioni necessarie all'ottenimento anche di un progresso tecnico.

Come già detto, fondamentale è stata poi la presenza dell'impianto d'innevamento programmato, che ci ha permesso di contenere al minimo i disagi causati dalla mancanza di neve naturale.

Alcuni dei partecipanti hanno anche potuto apprezzare il servizio di noleggio e la cucina della Malga Millegrobbe.

Non sono però mancate alcune note negative: i capricci del tempo, con la neve arrivata a stagione agonistica già iniziata, hanno impedito lo svolgimento degli allenamenti tecnici con maestro, che i nostri atleti normalmente svolgono nel periodo pre-agonistico.

Un po' di rammarico resta poi per il mancato raggiungimento del numero minimo d'iscritti, necessario all'effettuazione del corso in tecnica classica. Nonostante ciò, non abbiamo in ogni caso accantonato l'intenzione di proporre questo corso, presentandolo magari in modo più accattivante in occasione delle prossime edizioni.

Voglio concludere ringraziando tutti i partecipanti, nella convinzione che il corso abbia fatto crescere in loro la passione per lo sci di fondo e nella speranza che lo Sci Cai Schio rappresenti sempre per tutti loro il punto di riferimento per la pratica di questo splendido sport. Arrivederci alla prossima stagione!