

7 dicembre 2009 15:29

Sci. Consigli

di [Primo Mastrantoni](#)



Tempo di neve, tempo di sci in questo primo ponte festivo. Tempo anche di incidenti sulle piste anche se **sciare e' uno sport sicuro**. Infatti, per uno sciatore medio la possibilita' di un incidente di una certa gravita' si puo' verificare ogni 680 giornate di sport e con una "settimana bianca" all'anno si puo' sciare tranquillamente tutta la vita.

Ovviamente ci sono le norme di sicurezza (1). Ne riassumiamo alcune:

- **dare** la precedenza a chi viene da destra,
- **non fermarsi** al centro della pista, in curva o nei dossi,
- **obbligo** di casco per i minori di 14 anni (2),
- **adeguamento** della velocita' alle proprie capacita' e condizioni ambientali.

Si possono stipulare polizze con una **assicurazione** anche per una sola giornata o per piu' giorni acquistando contestualmente lo skipass (leggere sempre le condizioni!).

Per l'**acquisto dell'attrezzatura** occorre preventivare una spesa complessiva di circa 300 euro (sci, attacchi, racchette e scarponi) o piu' in relazione alla qualita', alla marca e alle prestazioni che si richiedono all'equipaggiamento.

Da ricordare che **non e' pensabile passare dalla poltrona dell'ufficio alle 8 ore di sci sulla pista**: il rischio di incidenti, anche lievi, e' in agguato, in particolare nelle ore pomeridiane, quando i muscoli sono stanchi e rispondono poco alle sollecitazioni.

(1) Legge 363/03 e Decalogo dello sciatore

(2) A norma UNI EN 1077/98