

# Campi di sport sulla neve – Sulle piste: Costruzione di un trampolino

Questo modulo è dedicato ai principi essenziali della preparazione di un piccolo trampolino. Per contrastare gli imprevisti, le decisioni devono essere prese dando prova di buon senso e sempre allo scopo di garantire la sicurezza di chi salta.

Le regole di base menzionate di seguito concernono le installazioni di piccole dimensioni. La costruzione deve essere realizzata da monitori e giovani secondo il principio di coresponsabilità.

**I seguenti punti vanno presi in considerazione:**

- scegliere un luogo accanto alle piste, d'intesa con i responsabili degli impianti di risalita e che corrisponde alle capacità degli sciatori e snowboarder
- verificare che l'innevamento sia sufficiente e libero da ogni ostacolo (alberi, sassi, ecc.) con l'aiuto di una sonda
- controllare che il pendio sia pronto per lo slancio e l'atterraggio (profilo). Evitare le piste di slancio e/o le vie di fuga troppo ripide (che suscitano apprensione nei principianti)
- verificare che la lunghezza e la larghezza delle vie di fuga sia sufficiente. Questa zona non deve tuttavia essere trasformata in una pista riservata alle discese.

La pendenza della rampa del trampolino dovrebbe variare fra 9 e 12 gradi. La pista di slancio deve essere il più pianeggiante e regolare possibile per permettere a chi salta di raggiungere facilmente l'estremità della rampa del trampolino e seguire una buona traiettoria di volo.

La pendenza della rampa del trampolino dovrebbe variare fra 9 e 12 gradi. La pista di slancio deve essere il più pianeggiante e regolare possibile per permettere a chi salta di raggiungere facilmente l'estremità della rampa del trampolino e seguire una buona traiettoria di volo.

---

Fonte: Ufficio federale dello sport UFSPÖ (2011). Salto con gli sci. Basi (disponibile solo in tedesco e in francese)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Ufficio federale dello sport UFSPÖ**