

attività culturale

PERCORSI DI STORIA DELLA MONTAGNA

Ciclo di donferenze a cura di Ezio Vaccari

Mercoledì 11 novembre

ALPINISMO al femminile

non una storia ma riflessioni sulle esperienze

Aula Magna
Università dell'Insubria
Via Dunant, - Varese

Relatrice: **Silvia Metzeltin**

Silvia Metzeltin, alpinista e scrittrice, tenace e libera, in parete e con la penna. L'alpinismo come filo conduttore della vita, come originale chiave di lettura dell'umana avventura. Per il valore delle ascensioni compiute e per i suoi contributi culturali, è considerata una personalità di primo



piano nell'alpinismo femminile mondiale. Ma, forse, prima ancora di tutto ciò, Silvia è un modello di riferimento, una maestra per le donne che riflettono sul significato della propria esistenza, una pioniera per quelle che amano le salite, la fatica, la sfida. "Amavo la montagna più di ogni altra cosa: ho iniziato ad arrampicare, negli anni '60, soffrendo e combattendo la discriminazione d'essere donna. Anche con atteggiamenti aggressivi: non ho mai voluto pagare alcun pedaggio ed ho portato zaini di 50 chili per non essere considerata inferiore a nessuno..." (*Paolo Crepaz*)

Mercoledì 18 novembre

Monitoraggio degli ungulati nel parco nazionale della Val Grande

Relatrice: **Chiara De Franceschi**
premio "Storia della Montagna 2007"



Gestire una risorsa rinnovabile quale la fauna significa innanzitutto valutare criticamente lo stato delle conoscenze disponibili e colmare eventuali lacune relative allo status e al trend delle popolazioni delle diverse specie. Nel caso specifico del Parco Nazionale della Val Grande le conoscenze relative al popolamento di Artiodattili selvatici (Camoscio, Cinghiale, Capriolo e Cervo), erano, agli inizi dell'anno 2005, praticamente nulle, nonostante questi animali rappresentino per il territorio del Parco una componente di particolare rilevanza ecologica, conservazionistica e socio-economica. Proprio per questo motivo il Parco ha ritenuto fondamentale disporre di conoscenze aggiornate e aggiornabili, per la definizione e l'applicazione di adeguate strategie di gestione. (*Chiara De Franceschi*)

Enrico Arcelli è laureato in Medicina e Chirurgia con tre specializzazioni (Medicina dello Sport; Scienza dell'alimentazione; Medicina del Lavoro).

All'inizio degli anni '70 ha "inventato" la professione del preparatore atletico nel calcio e ne iniziato giovanissimo a fare fondo e della marcia; anche in



anche di altri sport. E' stato preparatore atletico della grande **Ignis** del basket. All'inizio degli anni '80 ha ideato l'attacco al record dell'ora di ciclismo di **Eddy Merckx** e ha diretto l'equipe che ha seguito **Moser** nei record dell'ora a Città del Messico nel 1984. Ha seguito atleti quali **Tomba, Alesi e Manuela Di Centa**. Ha scritto 20 libri, fra cui alcuni ("Calcio: preparazione atletica"; "La maratona: allenamento e alimentazione"; "Magri & forti") hanno avuto grossi successi di vendita ed uno ("**Correre è bello**") che è tuttora il libro sportivo italiano con il record di vendite. Suoi libri sono stati tradotti in varie lingue, compreso cinese e russo. Ha tenuto lezioni in varie università europee e conferenze in tutti i continenti. E' stato in Argentina, Corea del Nord, Cina e Caraibi a tenere corsi sull'allenamento. E' professore associato presso la **Facoltà di Scienze Motorie dell'Università degli Studi di Milano**.

Storia e valorizzazione della etnogastronomia montana: le strategie di Slow Food sul territorio delle Prealpi varesine

Relatrice: **Michela Gambaruto**

"La storia è il punto di partenza per coloro che si occupano di recuperare e valorizzare le tradizioni anche in area montana. Per questo motivo è importante ricostruire la storia dell'alimentazione alpina e prealpina, per meglio inquadrare e comprendere le origini e lo sviluppo delle tradizioni gastronomiche del territorio delle Prealpi varesine. Affrontare la storia della montagna dal punto di vista dell'alimentazione ed in particolare delle tecniche di preparazione e conservazione del cibo significa fare luce su un aspetto essenziale di un territorio..." (*Michela Gambaruto*)



Venerdì 20 novembre

La corretta alimentazione nella quotidianità e nella pratica sportiva

Relatore : **Enrico Arcelli**

ha razionalizzato le metodico di lavoro. Nell'atletica leggera ha l'allenatore ed è stato responsabile federale del mezzofondo, del questi settori ha portato criteri nuovi di allenamento. Si è occupato

TUTTE LE SERATE SI SVOLGERANNO PRESSO



Aula Magna
Università dell'Insubria
Via Dunant, - Varese
ore 21.15

In collaborazione con



Regione Lombardia



COMUNE DI VARESE
Assessorato alla Cultura