

EDIZIUN 2019 | ITA

GRAN RISA MAGAZINE



**AUDI FIS
SKI WORLD CUP
ALTA BADIA**



Avrete una sola strada da seguire: la vostra.

Più trazione, più divertimento.
Scoprite la trazione integrale quattro con Nuova Audi Q8.



Q8. Valori massimi: consumo di carburante (l/100 km): ciclo urbano 7,3 ciclo extraurbano 6,5 - ciclo combinato 6,8; emissioni CO₂ (g/km): ciclo combinato 179.

I valori indicativi relativi al consumo di carburante ed alle emissioni di CO₂ dei modelli di veicoli sono stati rilevati dal Costruttore in base alla normativa vigente. Eventuali equipaggiamenti aggiuntivi possono modificare i predetti valori. Oltre al rendimento del motore, anche lo stile di guida ed altri fattori non tecnici incidono sul consumo di carburante e sulle emissioni di CO₂ (biossido di carbonio è il gas ad effetto serra principalmente responsabile del riscaldamento terrestre) di un veicolo. Per ulteriori informazioni sui predetti dati, vi invitiamo a rivolgervi alle Concessionarie Audi presso le quali è disponibile gratuitamente la guida relativa al risparmio di carburante e alle emissioni di CO₂, che riporta i dati inerenti a tutti i nuovi modelli di veicoli. I dati sui valori sono periodicamente aggiornati in conformità all'Allegato 3 del DPR 84/2003.

Audi è main partner di



Audi raccomanda Castrol EDGE Progression

Audi Financial Services finanzia la vostra Audi.



DOLOMITI SUPERSKI: un'esperienza sublime

Dolomiti Superski, il comprensorio sciistico più grande al mondo, da quasi 45 anni permette di fruire di **1.200 km** di piste preparate alla perfezione, numerose strutture dedicate agli amanti del Freestyle e 450 impianti di risalita in **12 zone sciistiche** con un **unico skipass**. Nato dall'unione di numerose società impiantistiche singole, oggi è sinonimo di spirito pionieristico, innovazione e servizio di altissimo livello. Il 97% delle piste sono coperte da moderni sistemi di innevamento programmato che garantiscono altamente la sciabilità fin dall'inizio della stagione invernale. Grazie alla loro unicità e bellezza, le Dolomiti fanno parte del Patrimonio Mondiale UNESCO. Inoltre, nel Dolomiti Superski si svolgono ogni anno numerose gare di **Coppa del Mondo FIS** in diverse discipline.



#DOLOMITISUPERSKI
DOLOMITISUPERSKI.com



ManuelBottazzo.com

COVER
PHOTO

SCULTURA GIGANT

Acciaio lucidato a specchio
a mano - 6x6 h5 metri - anno 2015
Artista Daniele Basso

Piz La Ila (2100mt)
Gran Risa - La Villa
Realizzata per il 30° Anniversario
Alpine Ski World Cup Alta Badia - Dolomites

IMPRESSUM

Alpine Ski World Cup Alta Badia
I-39036 LA VILLA (BZ), Str. Planmurin 5
Tel. +39 0471 830 161 - Fax +39 0471 830 998
www.skiworldcup.it - info@skiworldcup.it
Photo: Freddy Planinschek, Alessandro Trovati,
Alex Moling e Armin Terzer.
Graphic Concept, Layout & Print:
mellowdesign.it

INDICE

- 6 BÈGNODÜS**
A TUTTI GLI AMICI DELLO SCI
- 8 LA COPPA DEL MONDO**
SI PRESENTA
- 10 FACTS**
- 13 ALTA BADIA E LEITNER**
INSIEME ANCORA PIÙ FORTI
- 14 L'ALTA BADIA È ...**
- 24 STORIA E FUTURO**
DI UN' ICONA
- 28 HALL OF FAME**
1985 - 2017
- 31 SÜDTIROL SKI TROPHY**
UN TROFEO PER L'ALTO ADIGE
- 32 RACE DAYS**
HIGHLIGHTS
- 36 RACING AREA**
- 38 AUDI FIS SKI WORLD CUP**
HOME OF SKI MOMENTS
- 40 LEITNER ROPEWAYS VIP LOUNGE**
HOME OF CULINARY MOMENTS
- 42 BON APETIT**
ECCELLENZE IN CUCINA
- 46 GRAN RISA STYLE**
- 48 RED BULL ENERGY LOUNGE**
HOME OF MAJESTIC MOMENTS
- 50 LES VILES DI BLIZZARD-TECNICA**
HOME OF LADIN MOMENTS
- 53 ARTIGIANI DELLO SCI**
DA FALEGNAMI A INGEGNERI
- 55 FISI**
- 56 PICCOLI CAMPIONI CRESCONO**
SCI CLUB LADINIA
- 58 COME SI ALLENA IL CAMPIONE**
MAX BLARDONE
- 59 COSA MANGIA IL CAMPIONE**
IADER FABBRI
- 60 BRINDIAMO**
ZARDETTO
- 62 RICHARD PRAMOTTON**
SOGNANDO L'ALTA BADIA
- 64 GIULAN**
- 66 GRAN RISA**
FEELING

MOON BOOT®
the Original
moonboot.com

BÈGNODÜS A TUTTI GLI AMICI DELLO SCI,



agli innumerevoli partner che da molti anni o per la prima volta si affacciano al magico mondo della Gran Risa e a tutti coloro che dedicano il loro impegno alla buona riuscita dell'evento.

Quest'anno la Gran Risa si presenta in una veste completamente rinnovata. Al centro del cambiamento un notevole sforzo per aumentare il livello qualitativo delle aree di intrattenimento. La qualità può esprimersi sotto varie forme, infatti, per chi cerca ambienti raffinati la nostra LEITNER ropeways VIP Lounge si arricchisce del Gran Risa Style, un locale in stile moderno/lifestyle dove l'after race avrà tutt'altro gusto. La Red Bull Energy Lounge in zona arrivo avvicina il pubblico agli atleti, appoggiandosi direttamente alla finish line e garantendo così una visuale adrenalinica. La nostra cucina tradizionale esprime da sempre accuratezza nella preparazione e lavorazione dei prodotti locali ed è questo ciò di cui Les Viles di Blizzard - Tecnica potranno vantarsi. Questo un primo preview dei contenuti presenti nel magazine.

Innovare l'evento significa anche essere i primi della classe nella preparazione della Gran Risa e cercare un rapporto intenso con essa in ogni minuto dedicato alla sua preparazione. Questo ambizioso traguardo lo abbiamo raggiunto con un fantastico progetto volto a digitalizzare tutti i dati che la Gran Risa può darci, ad esempio: umidità e temperatura dell'aria, umidità e temperatura del manto nevoso, umidità, temperatura e peso specifico del manto nevoso a 10 cm di profondità. Questi alcuni dei dati estrapolati nei vari settori della pista di gara, questo perché la Gran Risa ora può parlare con noi, indicarci cosa manca per raggiungere la perfezione ed uniformità del manto nevoso lungo tutto il tracciato. È un dovere del comitato ed un dovere per questo sport garantire ad ogni partecipante le migliori condizioni di gara, affinché il suo unico pensiero sia esprimere la massima potenza e prova di tecnica sulla Gran Risa. Quanti progetti nuovi, quante scommesse. Siamo emozionatissimi e speriamo lo siate anche voi.

Buona gara a tutti e vinca il migliore!
Alpine Ski World Cup Alta Badia

LA COPPA DEL MONDO SI PRESENTA

LA COPPA DEL MONDO IN ALTA BADIA NON HA BISOGNO DI PRESENTAZIONI.

Ma cosa significa questo appuntamento leggendario per chi lo vive davvero da vicino?

LO ABBIAMO CHIESTO A...



MICHIL COSTA PRESIDENTE MARATONA DLES DOLOMITES

- 1 Una discesa esperienziale. La realizzazione di un impianto d'antan che sale piano fino alla partenza della gara con la possibilità di scendere con gli sci d'epoca su una pista non battuta. Salita e discesa saranno lente, quindi ci sarà tutto il tempo di ammirare, scendendo al loro fianco, le gigantografie di campioni che hanno fatto la storia dello sci sulla Gran Risa. A bordo pista alcuni saggi pensieri e poesie di ladini illuminati (Josef Kostner, Roberta Dapunt, Gilbert Prousch).
- 2 Non ho fatto nulla di menzionabile. Sono però soddisfatto, direi felice, di essere ancora vivo: per ben due volte, lanciandomi con il paracadute, ho dovuto aprire l'emergenza. Evidentemente è andata bene, visto che siamo qui a parlarne. Poi ho partecipato a un campionato europeo e uno italiano. Di cosa? Non credo importi a qualcuno.

Il tuo sogno segreto quando pensi alla Gran Risa

1

Le due imprese sportive delle quali sei particolarmente soddisfatto

2

L'Alta Badia è il posto più bello sulla terra - sei d'accordo? Perché?

3

- 3 Non mi piace usare toni superlativi perché la bellezza non è una competizione. Piuttosto una dimensione da salvaguardare con tutte le nostre forze, soprattutto in un mondo che sta subendo trasformazioni terribili per colpa nostra. Ci sono altri luoghi memorabili al mondo, perfino in montagna. La Val Badia per me è un luogo magnifico, perché di bello c'è rimasto molto: basta guardare all'insù per rendersene conto. Se però guardiamo ad altezza d'uomo, allora beh, c'è molto da (ri)fare. Soffro quando vedo un turismo fuori controllo, soffro dell'inquinamento luminoso e acustico, soffro delle piccole e grandi speculazioni, soffro per il traffico soffocante. Amo queste montagne, così come amo queste valli e se vogliamo che la Val Badia continui a essere un posto speciale, dobbiamo prendere coscienza, renderci consapevoli dell'importanza di preservarne la Bellezza rimasta, dobbiamo avere il coraggio di guidare uno sviluppo sostenibile, a misura d'uomo e di natura, facendo anche delle scelte radicali - perché vanno alla radice delle cose -; un futuro in cui arrivando in Val Badia si potrà ancora dire: che meraviglia!

FLORIN SORARÙ VICE DIRETTORE PISTA

- 1 Un segreto dovrebbe rimanere tale, altrimenti che segreto è...?! Ma il mio sogno pensando alla Gran Risa non è assolutamente un segreto...immagino una gara di Coppa del Mondo che nessuno si vorrebbe perdere: una gara dove tutti quanti - atleti, pubblico e organizzazione - si trovano sullo stesso gradino. Un evento atteso tutto l'anno, che non sia solo uno spettacolo sulla neve, ma anche un'occasione di divertimento al di là della gara, per grandi e piccoli. Una festa per il paese di La Villa, anzi per tutta l'Alta Badia e l'Alto Adige... perché più siamo, più ci divertiamo!
- 2 Nello sport come nella vita in generale mi piacciono le persone che non mollano, ma che lavorano duramente per arrivare agli obiettivi che vogliono raggiungere. Personalmente, come sportivo non sono arrivato a livelli mondiali...ma sono comunque soddisfatto lo stesso della mia carriera di sciatore agonistico. Ho potuto conoscere gente di posti, culture e mentalità diverse. Sono comunque appagato perché, anche se non ho raggiunto le vette della Coppa del Mondo di sci, la mia è stata un'esperienza di vita che mi ha dato tantissimo, e alla quale non avrei voluto assolutamente rinunciare. Ma se parliamo di atleti veri sicuramente alcune delle imprese più significative per me sono quelle di Alex Zanardi. Un atleta che, nonostante ciò che ha passato, non si è demoralizzato e ha continuato a fare quello che gli piaceva - anche se in un altro modo - e che ci dimostra che con la volontà tutto è possibile! Un esempio per tutti!
- 3 Io sono nato qui, tra queste incredibili montagne, e quindi sono un po' di parte, ma posso dire che comunque non vorrei vivere in nessun altro luogo! Per qualcuno che, come me, ama vivere il contrasto tra le quattro stagioni, è appassionato di sport e sorride ogni volta che si trova in mezzo alla natura, l'Alta Badia è il posto perfetto. Qui si è tra le vette più alte delle Dolomiti, si fanno passeggiate tranquille tra boschi e prati, si va con la bici sui passi più belli delle Alpi, oppure con gli sci su piste di varia difficoltà, per poi entrare nei rifugi per godersi un buon pranzo (e ho già l'acquolina in bocca al solo pensiero) e finire la giornata con l'après-ski, per bere qualche birra con gli amici. Potrei continuare a elencare tante altre cose belle di questo posto, e sicuramente anche delle cose che non mi piacciono... ma - siamo sinceri - tante cose perfette esistono a questo mondo?



ROBERTO ERLACHER EX ATLETA AZZURRO

- 1 Ho sempre guardato alla Gran Risa con grande rispetto e meraviglia - e questo già da ragazzino, quando con i compagni dello Sci Club Ladinia, negli anni settanta, scavalcavamo le reti di protezione per vedere gli allenamenti di Ingemar Stenmark e sognavamo di poterci, un giorno, partecipare anche noi. Personalmente non ho un sogno segreto rispetto alla Gran Risa, perché quel sogno è diventato realtà quando ho avuto l'onore di salire sul podio dell'Alta Badia davanti ai miei compaesani, e con il mio idolo Ingemar Stenmark.
- 2 Ricordo con piacere, oltre al mio podio sulla Gran Risa, la vittoria di Coppa del Mondo a Puy-St-Vincent e il sesto posto ai Campionati del Mondo di Bormio.



- 3 L'Alta Badia possiede un fascino molto particolare, che rimane nel cuore di chi la visita. Le sue montagne patrimonio dell'umanità, i colori dolci dei paesaggi, i prati verdi d'estate e le distese bianche d'inverno sono un vero bene inestimabile. E non posso non ricordare la gente dell'Alta Badia, che con la sua gentilezza fa sentire a suo agio chi viene qui e che fa sempre il suo lavoro con passione e amore. L'Alta Badia è la mia terra - che amo, dove sono a casa e sento le mie radici, in mezzo a una natura che mi riempie l'anima di gioia e serenità. Davvero, per me, l'Alta Badia è il posto più bello sulla terra!

FACTS

100 maestri
sono impegnati in pista
durante il Gigante sulla Gran Risa

Saranno **5 le stelle Michelin**
ai fornelli durante il weekend di Coppa del Mondo

La preparazione della pista comporta
150 ore di lavoro
per i nostri gattisti

Per le gare servono
10.000 metri di reti

Ci vogliono
80 ore di lavoro
per montare le tribune

Nell'edizione 2018 sono stati mobilitati
300 GB di dati
tra la sala stampa e la zona arrivo

Tutta l'area della zona arrivo
e della sala stampa è coperta da
una rete wifi in grado di gestire più di
400 utenti
contemporaneamente - tra atleti,
staff e giornalisti

La Gran Risa è parte del
comprensorio sciistico Dolomiti Superski,
che conta **250 impianti** di risalita
e **740 km di piste**

60 maestri
sono impegnati in pista durante lo
Slalom Gigante Parallelo sulla Gran Risa

Sono **23 le nazioni**
rappresentate al cancelletto di partenza

Sono **800 i volontari** occupati
durante il weekend di Coppa del Mondo

Per garantire un'ottima barratura
della pista Gran Risa vengono iniettati
1.000 m³ di acqua

Servono
37.000 m³
di **acqua**
per produrre la neve

Servono **50 cannoni** per
innevare la pista Gran Risa

100 milioni di telespettatori
seguono la Coppa del Mondo dell'Alta Badia

Un totale di oltre **325 ore di diretta**
televisiva in Italia e all'estero

WINTER AT ITS BEST



UN GRUPPO DI AZIENDE TECNOLOGICAMENTE INNOVATIVE.

Un unico fornitore per impianti a fune, battipista e sistemi di innevamento tecnico. Tutti prodotti che hanno in comune l'eccellenza tecnica, il design e l'elevato grado di specializzazione.

www.leitner-ropeways.com

www.pinoth.com

www.demaclenko.com

LEITNER
ropeways

Pinoth

DEMACLENKO

GRAN RISA MAGAZINE



ALTA BADIA E LEITNER INSIEME ANCORA PIÙ FORTI

La nostra stessa storia è fortemente legata all'Alta Badia. Proprio in questa incredibile cornice paesaggistica, nota in tutto il mondo, oltre 70 anni fa, era il 1947, abbiamo dato alla luce assieme a quel pioniere degli sport invernali e del turismo di nome **Erich Kostner**, la **prima seggiovia in Italia**: l'impianto per il Col Alt a Corvara. Nel corso dei decenni questo rapporto di collaborazione, ma soprattutto sempre più anche di amicizia, non è mai andato a scemare, anzi!

L'Alta Badia si è evoluta grazie a innovazioni creative e un'offerta turistica di alto livello divenendo una destinazione d'eccellenza per gli sport invernali. Un precursore animato da grandi visioni e stimolato dal coraggio per l'innovazione. Insieme siamo stati in grado di affrontare e superare molte sfide, che hanno rafforzato il nostro legame, caratterizzato dall'aiuto reciproco e dalla capacità di imparare dal prossimo.

E proprio anche nell'ambito di questo rapporto di vicinanza, di questo cammino di crescita che ci accomuna,

LEITNER ropeways oramai da anni affianca con entusiasmo quello che è l'evento clou dell'inverno in Alta Badia.

La Gara di Coppa del Mondo, lo Slalom Gigante sulla Gran Risa, affiancato da alcuni anni dallo Slalom Gigante Parallelo, costituiscono non solo momenti indimenticabili del circuito mondiale dello sci alpino, ma al contempo anche una vetrina internazionale per questa valle. Al Comitato Organizzatore, a chi fino alla passata stagione lo ha guidato, **Marcello Varallo**, e a chi da quest'anno lo presiede, **Andy Varallo**, esprimiamo i nostri più convinti complimenti. Se l'Alta Badia oggi a livello Mondiale è un riferimento per tutti gli appassionati di sci lo si deve proprio a loro e soprattutto alla visione, intraprendenza di un uomo, come Erich Kostner, scomparso solo poco tempo fa, che ha fatto la storia e ha tracciato il futuro.

Anton Seeber

Presidente Gruppo Leitner

L'ALTA BADIA É...

MAESTOSA

Un silenzio surreale, le pareti rocciose che si tingono di rosso al momento del tramonto, fino a scomparire nel buio della notte. Come può la sola parola "Enrosadira" alludere ad un simile e meraviglioso fenomeno?



PHOTO: FREDDY PLANISCHEK

LADINA

Usi e costumi antichissimi di gente che abita le montagne, che impara a farle proprie e che poi, forte di questa consapevolezza, accoglie chi vuole scoprirle come una persona di casa. Cultura ladina vuol dire sincera amicizia, sincera ospitalità che fa uscire ogni "Bun de" direttamente dal cuore.



PHOTO: ALEX MOLING



PIONIERISTICA

Era il 1946 quando, con molto coraggio e un pizzico di incoscienza, Erich Kostner firmò un contratto per la costruzione di un impianto seggioviario per portare i primi intrepidi sciatori in cima al Col Alt, colle simbolo di Corvara. Fu così che, nel giorno della Vigilia di Natale del 1947, entrò in funzione la prima seggiovia collaudata d'Italia.

AMBIZIOSA

Una bicicletta, una strada che sale circondata dall'imponenza unica delle Dolomiti e il silenzio di una montagna chiusa al transito dei veicoli. La Maratona dles Dolomites - Enel, con più di 9.000 iscritti provenienti da 70 nazioni, estratti tra oltre 30.000 richieste di partecipazione, rappresenta la regina delle Granfondo internazionali. Ci vediamo domenica, 7 luglio 2019, "DOMANI" è alle porte.

PHOTO: FREDDY PLANISCHEK



16.06.2019



22.06.2019



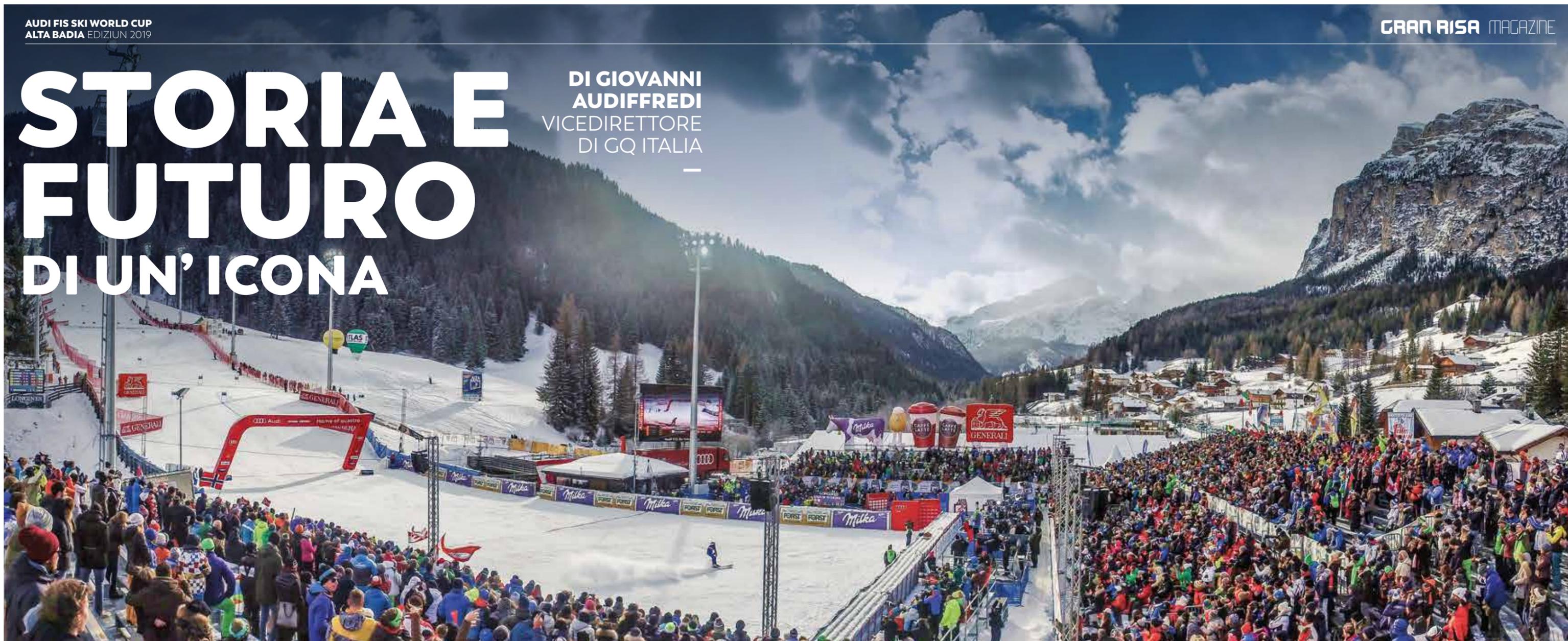
07.07.2019

LIFESTYLE

I piaceri della cucina ti accompagnano in un percorso magico, dalle antiche ricette della tradizione ladina alle prelibatezze gourmet presentate nei rifugi in quota, nei masi tradizionali o nei locali moderni dal design innovativo, fino a raggiungere l'apice nei tre ristoranti stellati del comprensorio, che contano ben 6 stelle Michelin.

STORIA E FUTURO DI UN'ICONA

DI GIOVANNI
AUDIFFREDI
VICEDIRETTORE
DI GQ ITALIA



Quando si osserva la montagna vestita dal bosco si ha solo la direzione più naturale dello sguardo: dal basso verso l'alto.

La montagna è un elemento verticale nell'habitat dell'uomo. Solo dopo averla salita si immagina di doverla scendere. Per tornare sulla terra, al punto di appartenenza. Invece chi con la montagna ci lavora ha uno sguardo bidirezionale. E considera subito l'idea della discesa. Può essere per cavare qualcosa da quella montagna. Per nutrirsi, per scaldarsi, per costruire, per creare valore.

La montagna è una risorsa. Da orizzonte a parete, a confine, a baluardo, diventa semplicemente un luogo del contesto, con un'inclinazione diversa. È così, immaginando di far scendere dalla montagna i tronchi dei potenti abeti di Piz la Ila, che l'uomo ha creato un taglio in mezzo a quel fitto manto verde. È così che è nata la Gran Risa. Dal lavoro, a colpi d'ascia. Dal bisogno di veder calare quel legname alla

Badia. Infatti Risa in lingua ladina significa spaccatura. È il tracciato di una delle piste più famose del mondo tra le più celebri dell'arco dolomitico, nasce da quel passaggio, una fenditura ripida lungo il crinale per alimentare l'economia locale. Questo tratto di elemento produttivo è rimasto. Infatti la Gran Risa, la grande spaccatura, che nel 2019 compirà 53 anni di vita, fu un'intuizione imprenditoriale coraggiosa e geniale. Bisognava far conoscere l'Alta Badia nel mondo, come luogo di sport invernali, come meta di villeggiatura, come microcosmo nel quale apprezzare la cultura autoctona ma trovare il valore della neve. E rivaleggiando con l'Austria, la Svizzera e con cittadine delle Dolomiti che avevano un imprinting diverso, magari glamour e già molto apprezzato, come Cortina d'Ampezzo (Olimpiadi invernali del 1956). Così, l'idea pionieristica di una pista che fosse adatta alla Coppa del Mondo di sci in una cittadina che accettasse di collocarsi nel fitto calendario di competizioni a dicembre, all'inizio della stagione invernale in anni in cui la materia prima, ovvero la neve, non godeva dei mo-

derni sistemi di produzione, ma dipendeva dal meteo, fu qualcosa di straordinario. Una sfida per portare l'Alta Badia in mondovisione, per mostrare attraverso la televisione, capacità organizzative, bellezza da cartolina, ma soprattutto opportunità di praticare lo sci, quello sport che stava diventando un emblema.

Nel 1985 la prima sfida sul tracciato la vince Ingemar Stenmark. E sembra subito di buon auspicio. Il campionissimo svedese, raccoglie il suo ottantesimo alloro, e diventa un sigillo di garanzia della competizione. Come dire che se il meglio dello sci alpino trionfa, anche la pista e la località, hanno le carte in regola per un esordio di qualità. In più in quel primo slalom gigante coglie un terzo posto Roberto Erlacher, atleta di casa che galvanizza l'intera valle. Ma la strada fortunata della Gran Risa prosegue nel segno del tricolore italiano. L'anno successivo, il 1986, si materializza un sogno: Richard Pramotton, Alberto Tomba e Oswald Totsch; un podio tutto azzurro. Non è finita.

ARRIVANO LE VITTORIE DI ALBERTO TOMBA

Nel momento in cui il Paese riscopre di avere un grande sciatore capace di rivaleggiare per la vittoria della Coppa generale e riportare l'orgoglio nazionale a vette che si pensavano smarrite, la Gran Risa diventa il teatro di QUATTRO INCREDIBILI GARE: 1987, 1990, 1991 e 1994, sono tutte edizioni che vedono Tomba trionfare. Da quel momento d'oro la Gran Risa significa anche pista degli italiani.

PER GLI AZZURRI DELLO SCI È UN LUOGO VITTORIOSO.

Daide Simoncelli sarà primo nel 2003 e 2 volte secondo nel 2002 e 2009
Massimiliano Blardone nel 2005, 2009 e 2011.
L'ultimo podio è il terzo posto di Florian Eisath nel 2016.

Ma La Gran Risa diventa anche un emblema dell'Alta Badia non solo di regalare sogni sportivi, ma anche di mettere in campo qualità gestionali di ottimo livello.

Sfoggiando progressivamente un'attitudine di eccellenza nel creare l'evento intorno alla competizione. E la tecnica d'avanguardia nella realizzazione del prodotto pista da sci è uno dei fiori all'occhiello di questo posizionamento d'avanguardia.

La Gran Risa è lunga 1255 metri, ha un dislivello di 448 metri e un punto di massima pendenza che raggiunge il 69%.

È come una sinfonia andante con brio, una ballata con momenti d'ingresso della musica, di incalzante ritornello e di sfogo finale. È un nastro bianco che pende dal **Piz La Ila**, senza mai scoprire il suo vero andamento, da ogni punto dal quale la si osservi. Resta sempre una sorpresa, un piccolo mistero che l'atleta, o lo sciatore amatoriale, avrà il piacere di scoprire lungo la discesa. La **Gran Risa alla sua 33esima edizione** di cui solo una rinviata per inagibilità tecnica, è diventata una pista iconica. Sorge, perché di fatto quando viene costruita per essere sciata, si erge, come un'opera dell'uomo, su un terreno particolarmente assetato. Capace cioè di drenare senza smottamenti, un'importantissima massa d'acqua.

«Nel 1966, quando una terribile alluvione si abbatté sulla Badia, il terreno era stato appena smosso e il progetto da poco ultimato. Si affondava ancora con i piedi di parecchi centimetri nella terra setacciata che non aveva avuto il tempo di riposare e addensarsi. Eppure le piogge non ebbero la meglio. Crearono danni lungo tutta la statale della Badia, ma quella spaccatura bevve senza dare problemi. Per questo ancora oggi la neve con cui si costruisce la Gran Risa deve essere particolarmente umida. Altrimenti si corre il rischio di seccarla troppo»

Andy Varallo - Presidente Alpine Ski World Cup Alta Badia.

Costruire, nel caso di questo gioiello che spicca tra i migliori del circo bianco rivaleggiando per fama con Sölden e Adelboden, è una parola corretta. Servono **60 ore di innevamento programmato**, condizioni di vento e umidità permettendo, per la preparazione definitiva del manto corretto per gli atleti. Bisogna rispettare i severi controlli della FIS, ma soprattutto intervenire continuamente per il mantenimento della pista. È un lavoro che **coinvolge 700 persone**. Per questo è diventata anche una manifestazione che fa vivere e coinvolge l'economia diretta del territorio. Ma i badioti nei giorni di gara hanno dimostrato capacità fuori dal comune nel capire che l'evento televisivo resta fondamentale, ma costruire anche l'esperienza diretta di alto profilo, è un biglietto da visita che si trasforma in volano per tutto l'indotto. **Intorno alla Gran Risa si assiepano nelle tribune oltre 6000 ospiti**. Il biglietto delle gare varia da 10 a 242 euro. Ma è vivere il momento, entrare in contatto con lo spirito ladino, assaporare il gusto di una presenza che diventa ricordo indelebile, il vero valore aggiunto cresciuto di anno in anno. L'edizione 2019 sarà ancora più completa sul



«Così GRAN RISA è un'offerta completa, che si articola nel rispetto della sua storia fino a trovare la giusta visione per includere gli elementi più contemporanei. Il tutto nella logica dell'inclusione, dell'accoglienza e dell'innovazione continua»

... racconta ancora Varallo.

profilo dell'ospitalità. Infatti il parterre della gara e la logistica è stata profondamente ripensata. Tutto è stato orientato per enfatizzare un concetto portante nella logica marketing prevalente a livello globale: serve una grande occasione di **Life Style**, un'immersione nei valori di eccellenza che la Badia esprime a **360 gradi**. Se al centro viene mantenuto il punto fisso di grande prestigio della **LEITNER ropeways VIP Lounge, dove in vetrina c'è l'eccellenza culinaria premiata in valle dalla presenza di ben sei stelle Michelin**, ai lati sono stati immaginati percorsi differenti. Quello del **villaggio ladino**, dove assaporare a pieno la tradizione, il gusto più autentico della Badia e ritrovare l'atmosfera dei masi e dei rifugi alpini. **E quello dell'adrenalina pura**, dello spettacolo nello spettacolo, dell'unione dei mondi race ski e motori, con la creazione di **un'area Red Bull** che diventa fortemente attrattiva per i più giovani. E anche quest'ultima parola, innovazione, non è scelta a caso. Dal 2015 Gran Risa non è più solo uno slalom gigante ma è diventato anche un **PGS ovvero uno slalom gigante parallelo**.

Un'altra idea d'avanguardia e di unicità. C'è stata una modifica della conformità della pista nel 2005, con l'inserimento di due importanti dossi chiamati gobes dl giat, le gobbe del gatto. I gatti nella tradizione della Badia sono gli abitanti di La Villa.

Dieci anni dopo, questa particolare conformazione ha permesso di realizzare un tracciato più consono a una gara di parallelo. Così il periodo di presenza della Coppa del Mondo e di conse-

guente visibilità è raddoppiato. Quest'anno il calendario degli eventi partirà il 15 dicembre sera e terminerà il 17 dicembre. Ma innovazione significa anche tecnologia. E questo è l'ulteriore step che porta la Gran Risa sul tetto degli slalom della Coppa del Mondo. La gestione della neve è fondamentale nell'economia di una comunità di montagna. Allo stesso tempo è d'importanza cruciale la gestione delle risorse idriche. L'Alta Badia si è dotata di un particolare software che controlla con nuovi parametri l'innevamento artificiale. Ogni centimetro della pista è sotto osservazione. Tutto il processo creativo, dal cannone che spara la materia prima al gatto delle nevi che pressa, smista e batte la pista, è tenuto sotto rigido controllo. Si chiama **SKI.BPRX**, sigla acronimo di **Business Process Repository eXtensible**: un sistema informativo in cui vengono gestiti metadati attraverso tabelle relazionali. Alta Badia si dimostra così lungimirante e soprattutto fedele alla sua filosofia di rispetto dell'ambiente, perché questo apparato consente anche di risparmiare e indirizzare in modo più corretto l'acqua della Valle. Immaginate che venga rilasciata dai cannoni solo la giusta quantità di neve, che i gatti possano lavorarla in modo perfettamente omogeneo, che tutto avvenga nei tempi corretti, senza la cabala del tempo e del meteo a incombere. Gran Risa va verso la perfezione di una curva positiva tracciata da uno sci racecarver la mattina di una bella giornata d'inverno che precede il Natale.

HALL OF FAME

GIANT SLALOM 17.12.2017

1. **MARCEL HIRSCHER** AUT — 2.25.42
2. **HENRIK KRISTOFFERSEN** NOR — 2.27.12
3. **ZAN KRANJEC** SLO — 2.27.24

PARALLEL GIANT SLALOM 18.12.2017

1. **MATTS OLSSON** SWE
2. **HENRIK KRISTOFFERSEN** NOR
3. **MARCEL HIRSCHER** AUT



18.12.2016 - GS	Hirscher Marcel	AUT
19.12.2016 - PGS	Cyprien Sarrazin	FRA
20.12.2015 - GS	Hirscher Marcel	AUT
21.12.2015 - PGS	Kjetil Jansrud	NOR
20.12.2014 - GS	Hirscher Marcel	AUT
19.12.2013 - GS	Hirscher Marcel	AUT
16.12.2012 - GS	Ligety Ted	USA
19.12.2011 - SL	Hirscher Marcel	AUT
18.12.2011 - GS	Bardone Massimiliano	ITA
21.12.2010 - GS	Ligety Ted	USA
21.12.2009 - SL	Herbst Reinfried	AUT
20.12.2009 - GS	Bardone Massimiliano	ITA
22.12.2008 - SL	Kostelic Ivica	CRO
21.12.2008 - GS	Albrecht Daniel	SUI
17.12.2007 - SL	Grange Jean-Baptiste	FRA
16.12.2007 - GS	Palander Kalle	FIN
18.12.2006 - SL	Larsson Markus	SWE
17.12.2006 - GS	Palander Kalle	FIN
18.12.2005	Bardone Massimiliano	ITA
19.12.2004	Grandi Thomas	CAN
21.12.2003	Simoncelli Davide	ITA
14.12.2003	Palander Kalle	FIN
22.12.2002	Miller Bode	USA
16.12.2001	Covili Frederic	FRA
19.12.1999	Chenal Joel	FRA
20.12.1998	Von Grünigen Michael	SUI
21.12.1997	Mayer Christian	AUT
22.12.1996	Von Grünigen Michael	SUI
17.12.1995	Knaus Hans	AUT
22.12.1994	Tomba Alberto	ITA
19.12.1993	Locher Steve	SUI
13.12.1992	Girardelli Marc	LUX
15.12.1991	Tomba Alberto	ITA
16.12.1990	Tomba Alberto	ITA
14.01.1990	Kröll Richard	AUT
13.12.1987	Tomba Alberto	ITA
15.12.1986	Gaspoz Joel	SUI
15.12.1985	Stenmark Ingemar	SWE



www.saslong.org



VAL GARDENA GRÖDEN

PASSION & PERFORMANCE

14.-15.12. 2018

Audi FIS Ski World Cup
51. SASLONG CLASSIC



Aksel Lund Svindal (NOR), Winner Downhill Val Gardena-Gröden 2017

Concept & Image: KATIUSCIA GRAPHER.com

Südtirol Trophy



UN TROFEO NELLA COPPA DEL MONDO DI SCI ALPINO PER L'ALTO ADIGE

Quest'anno l'Alta Badia ospita per la 33esima volta la Coppa del Mondo di sci alpino: una tradizione che dura oramai da tempo, e che ha permesso anche agli organizzatori di consolidare le proprie competenze fino a raggiungere la perfezione. Oggi, le giornate di Coppa del Mondo in Alta Badia sono il fiore all'occhiello degli eventi sciistici internazionali: tra il 16 e il 17 dicembre tutti gli occhi saranno puntati su di noi, sull'Alto Adige, una regione unica dove sport e natura si fondono in perfetta simbiosi. I punti ottenuti con le gare in Alta Badia sono preziosi non solo per aumentare le proprie possibilità di vincere la Coppa del Mondo, ma anche per aggiudicarsi il **Südtirol Ski Trophy**, un trofeo che mi sta molto a cuore, un'idea

che ha preso forma e che è unica nel suo genere: è infatti **il primo titolo nella storia della Coppa del Mondo dedicato alle gare di una singola regione.**

Viene incoronato vincitore l'atleta più veloce nelle quattro gare che si svolgono qui in Alto Adige.

L'atleta che ottiene il più alto punteggio FIS nelle quattro gare di Coppa del Mondo – la discesa libera e il super-G sulla Saslong in Val Gardena e lo slalom gigante e lo slalom gigante parallelo sulla Gran Risa in Alta Badia – riceverà un premio in denaro del valore di **20.000 euro**, oltre ad un altro riconoscimento davvero molto speciale: un busto in legno a grandezza naturale che lo ritrae e che verrà esposto nella baita Saslonch di Ciampinoi. Inoltre, insieme ad uno chef stellato altoatesino il vincitore potrà creare un piatto speciale a lui dedicato, che entrerà nel menù di vari rifugi altoatesini.

Il vincitore del Südtirol Ski Trophy sarà proclamato ufficialmente alla fine dell'ultima gara, lo slalom gigante parallelo. Per poter vincere il trofeo è necessario prendere parte ad almeno una gara in Val Gardena e in Alta Badia. La partecipazione all'ultima gara, quella di slalom gigante parallelo in Alta Badia, è obbligatoria.

I miei più sinceri ringraziamenti vanno a tutti coloro che ogni anno contribuiscono a rendere la Coppa del Mondo in Alta Badia un sogno per gli sport invernali.

Attendo con ansia le appassionanti gare che si svolgeranno tra poco qui in Alto Adige e auguro a tutti gli atleti un grande "in bocca al lupo".

Arno Kompatscher

Presidente della Provincia Autonoma di Bolzano



WELCOME TO RACE DAYS HIGHLIGHTS

SABATO
15
DICEMBRE



ore 19.00 Estrazione pettorali
dello slalom gigante

ore 20.00

**WORLD CUP
PARTY**
nel tendone riscaldato
FIRE TENT
con il gruppo TORPEDOS

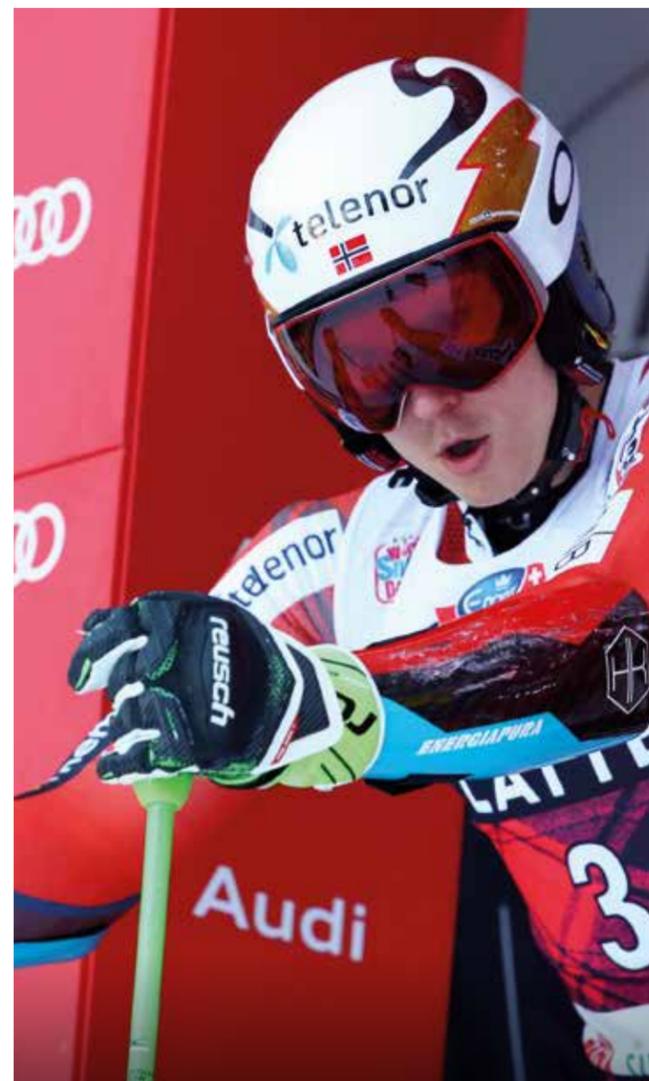
LOCATION: ZONA ARRIVO



ore 17.30
**FESTA IN
PIAZZA**
con il DJ MAX BENZONI

LOCATION: CENTRO
DI LA VILLA





DOMENICA

16

DICEMBRE

ore 10.00
PARTENZA
PRIMA MANCHE

ore 13.00
PARTENZA
SECONDA
MANCHE

Premiazione dello slalom gigante
direttamente in zona arrivo



ore 14.15
Segra dla Gran Risa

ore 15.00
Concerto con HANNAH

LOCATION: Zona arrivo
Hospitality LES VILES
di Blizzard-Tecnica

ore 12.00
SORVOLO

FRECCE
TRICOLORI



LUNEDÌ
17
DICEMBRE



ore 14.30
WARM UP degli atleti
sulla pista Doninz

ore 17.00
WARM UP RACE PARTY dello
slalom gigante parallelo nel
tendone riscaldato - FIRE TENT

ore 17.45 - 18.10
“Free run” degli atleti sulla
pista di gara, musica
con DJ Max Benzoni



ore 18.15
PARTENZA
NIGHT RACE
SLALOM GIGANTE PARALLELO
Premiazione ufficiale dei vincitori
Premiazione “Südtirol Ski Trophy”

ore 20.00 - 01.00
GIANT RACE
PARTY
LES VILES di Blizzard-Tecnica



RACING AREA

GIANT SLALOM
START 1868m
FINISH 1420m
VERTICAL DROP 448m
LENGHT 1255m
MAXIMUM INCLINE 69%
MINIMUM INCLINE 10%
AVERAGE INCLINE 36%

GRAN RISA
PARALLEL GIANT SLALOM
START 1492m
FINISH 1420m
VERTICAL DROP 72m
LENGHT 330m
MAXIMUM INCLINE 42%
MINIMUM INCLINE 10%
AVERAGE INCLINE 22%

BIB DRAW
AWARD CEREMONY AREA

SKI DEPOT

FIRE TENT

PODIUM

VIDEO VAN

TEAM AREA

MEDIA AREA

ENG AREA

ZERO AREA

BOÈ TRIBUNE

LIVETV

PIZ LA ILÀ TRIBUNE

GARDENACIA TRIBUNE

LEITNER ROPEWAYS VIP LOUNGE
TV / RADIO COMMENTATORS POSITIONS

GRAN RISA STYLE

SHUTTLE STOP

CORVARA

Main road
SS244

Dov'è che la felicità si può toccare quasi con mano? Forse proprio qui, in Alta Badia. Fra vette dolomitiche maestose ed eterne, quasi ancestrali. Attraverso boschi fitti di abeti e di silenzio, a contatto con un popolo, quello ladino, che mantiene intatti la sua lingua, i suoi costumi - e la sua cucina: genuina, semplice e squisita. Ma che al tempo stesso sa guardare al futuro, innovare e inventare. Sentendosi accolti con calore, in una terra che ha fatto

dell'ospitalità una vera e propria arte. E, naturalmente, percorrendo centinaia di chilometri sugli sci, cominciando dalla Gran Risa, regina fra le piste e ogni dicembre teatro delle competizioni, delle sfide e delle emozioni della Coppa del Mondo. Che quest'anno si possono seguire da tre hospitality d'eccezione, declinate in ambientazioni uniche e originali, tra eleganza ed alta gastronomia, adrenalina pura e tradizione autentica. Quali sono? Scopritele con noi.



HOME OF SKI MOMENTS

LEITNER ropeways VIP LOUNGE

HOME OF CULINARY MOMENTS

Una natura incontaminata e meravigliosa, il sapere culinario ladino dalle radici antiche e profonde, la passione e il genio creativo degli chef del territorio. L'Alta Badia si è affermata, negli anni, come la mecca dell'alta gastronomia dell'intera area alpina. Ed è questa la tradizione che viene celebrata, con proposte di altissimo livello, nei raffinati ambienti della LEITNER ropeways VIP Lounge. Per vivere la Coppa del Mondo in un vero contesto d'eccezione.

BRINDISI ITALIANO CON FERRARI TRENTODOC

Le bollicine Ferrari Trentodoc rappresentano un classico italiano e sono sempre più amate anche all'estero – tanto che, quest'anno, il Belpaese si è affermato come primo produttore mondiale di spumanti. Sono raffinate, briose, allegre, e naturalmente eleganti – come i Trentodoc delle Cantine Ferrari, che dal 1902 sono il brindisi italiano per eccellenza e simbolo dell'Arte di Vivere Italiana nel mondo, siglando i momenti più importanti del mondo istituzionale, della cultura, dello spettacolo e dello sport. Le etichette Ferrari sono fra le più premiate d'Italia e nascono esclusivamente da uve trentine coltivate con passione e rispetto in alta quota secondo i principi di un'agricoltura sostenibile di montagna.

Nei giorni della Coppa del Mondo, presso la LEITNER ropeways VIP Lounge, si potranno degustare le bollicine Ferrari, che si abbinano meravigliosamente ai piatti più elaborati. Un consiglio: da provare durante l'aperitivo con salumi e formaggi o anche a tutto pasto con gli spaghetti al pomodoro o il polpo con le patate e le olive taggiasche.



Raffinata, elegante, con nicchie di design che strizzano l'occhio alla tradizione alpina – come la deliziosa Stube, piccolo gioiello architettonico caldo e raccolto – ampi spazi illuminati da splendidi lampadari in cristallo Faustig e un servizio che riserva agli ospiti mille attenzioni. La **LEITNER ropeways VIP Lounge** è l'ambiente ideale per chi cerca, nei giorni della Coppa del Mondo, un contesto raffinato e lontano dalla pazzia folla, il cui fiore all'occhiello è, indubbiamente, l'offerta gourmet – con i menù del pranzo di domenica 16 e la cena di lunedì 17 dicembre studiati da **alcuni dei più talentuosi e stellati chef del territorio**, che uniscono la tradizione culinaria regionale a slanci di creatività e influenze d'oltre confine. Il servizio, qui, è affidato ai giovani allievi della

Scuola alberghiera provinciale di Brunico, a ricordo che ogni progetto ambizioso è possibile con il coinvolgimento di tutta la comunità. Ma l'hospitality propone anche, per i più mattinieri, la prima colazione, ed accoglie un raccolto wine bar, dove concedersi un ottimo calice di vino altoatesino, assaggiando speck e formaggi locali. Da quest'anno, poi, c'è anche il **Gran Risa Style**, locale dal tocco glamour e di tendenza con splendida vista sulla Gran Risa, ideale per una pausa o un cocktail. Per seguire le manche da un punto d'osservazione d'eccezione ecco, infine, la terrazza, da dove si gode di un ineguagliabile panorama dall'alto sulla pista di gara, circondata da splendide vette – magari sorseggiando un'ottima bollicina. Per concedersi, durante la Coppa del Mondo, solo il meglio.

LEITNER ropeways

FAUSTIG

SWAROVSKI

STEURER
INTERIOR | LIVING | DESIGN

Südtirol Wein
Vini Alto Adige

Quality
Standard
Milk
non-GMO

Galloni
Milk
non-GMO

FERRARI
TRENTO 1902

BONAVENTURA
MASCHIO

PRIME
LOVE

FORST

SPECIAL
COFFEE
QUALITY

Trenkerstube

LOCANDA
MARGON

RESTAURANT
Schneeke
KISTENAU

GRAN ANDER

Ricky

Landeshotelfachschule
Brunico

BON APETIT

SEMPLICI, GENUINI E SQUISITI: COSÌ SONO I PIATTI DELLA CUCINA LADINA, TRAMANDATI DI GENERAZIONE IN GENERAZIONE. MA QUALI SONO I SEGRETI DEGLI INGREDIENTI-CHIAVE DI QUESTA AUTENTICA TRADIZIONE GASTRONOMICA, CHE SI RITROVANO SPESSO NEI MENÙ DEI RISTORANTI PIÙ RINOMATI? LO ABBIAMO CHIESTO AD ALCUNI DEI MIGLIORI TALENTI DEL TERRITORIO: GLI CHEF DELLA LEITNER ROPEWAYS VIP LOUNGE DURANTE LA COPPA DEL MONDO 2019 IN ALTA BADIA. ECCO LE LORO (A VOLTE SORPRENDENTI) RISPOSTE.



Scuola provinciale alberghiera DI BRUNICO

Poter partecipare a un evento di questo tipo è un'ottima sfida per gli alunni della Scuola professionale provinciale alberghiera di Brunico. Sotto la supervisione dei loro insegnanti, potranno dimostrare ciò che hanno imparato nel corso della loro formazione scolastica e di vari tirocini, e allo stesso tempo immergersi nell'atmosfera speciale che caratterizza le gare della Coppa del Mondo. Gli incontri con la gente, la spensieratezza e il ritmo frenetico positivo di un grande evento sono esperienze gratificanti, momenti che rendono la professione ambita ancora più speciale. Collaborando con chef stellati e offrendo un servizio impeccabile, gli alunni metteranno in pratica ciò che hanno imparato, scoprendo tutte le sfaccettature del mestiere e facendo esperienze che lasciano il segno.



LES BALES GERHARD WIESER **

**RISTORANTE TRENKERSTUBE
HOTEL CASTELA TIROLO / MERANO**
LEITNER ROPEWAYS VIP LOUNGE,
PRANZO A QUATTRO MANI CON ALFIO GHEZZI**,
DOMENICA 16 DICEMBRE

**Classico, agli spinaci o con l'uovo,
qual'è il canederlo più buono?**

Mi piace moltissimo il canederlo classico con lo speck.

Un piatto squisito della cucina contadina come il canederlo, che nasce dalla necessità di riciclare e usare tutto:
Una rosticciata contadina con cipolla, patate e manzo lessato con un'insalata di crauti e speck.

IL TUO canederlo:

Un canederlo di patate e albicocche con briciole dolci alla cannella.

Gerhard Wieser è il bistellato chef del Ristorante Trenkerstube a Tirolo. Affezionato contributor della LEITNER ropeways VIP Lounge (questa è la sua terza partecipazione alla Coppa del Mondo), ha cominciato a cucinare giovanissimo e da allora non si è più fermato. Grande cultore della cucina della sua terra, che rivisita sapientemente con accenti moderni e internazionali, Gerhard Wieser è anche divulgatore delle tradizioni altoatesine, con sessanta pubblicazioni in attivo e un milione di copie vendute per il suo libro dedicato alla gastronomia sudtirolese. Quando non è impegnato in cucina, lo potete vedere sfrecciare sulle piste da sci, spesso su quelle dell'Alta Badia.

LES TURTRES

ANDREA IRSARA
RISTORANTE LA STÜA DLA LÂ GOURMET
HOTEL GRAN ANDER A BADIA
LEITNER ROPEWAYS VIP LOUNGE,
CENA A QUATTRO MANI CON
KARL BAUMGARTNER*,
LUNEDÌ 17 DICEMBRE

“Les turtres”: cosa sono?

“Les turtres” sono uno dei piatti tipici dell'Alto Adige, la cui ricetta varia a seconda delle zone. Fatte come delle frittelle di ricotta, erbe e spinaci, “les turtres” sono soprattutto un piatto della tradizione e delle feste, che evocano per noi un mondo passato: una volta, il sabato, gli uomini tornavano dal lavoro e, avvicinandosi a casa, sentivano il profumo delle turtres già pronte in tavola – e questo significava che si stava avvicinando la domenica: il giorno del riposo, della pace in famiglia e della messa. Da noi “les turtres” continuano ad essere associate ai momenti di convivialità e di festa, e sebbene siano un piatto antico è bello riproporlo oggi anche agli ospiti – per esempio nel nostro ristorante gourmet – regalando loro, in un certo senso, il sapore antico delle nostre vallate.

**Semplice e al tempo stesso squisita –
perché la cucina ladina è così speciale?**

Per me il concetto di cucina ladina è legato indissolubilmente ai nostri boschi e ai nostri paesaggi, alla natura di montagna. Sono stati soprattutto mia nonna prima, e mio papà poi, a trasmettermi l'importanza della stagionalità, anche in cucina, e dell'eccellenza della materia prima. Oggi, quando si possono mangiare le ciliegie a Natale e le arance tutto l'anno, è fondamentale fare un passo indietro e tornare alla genuinità dei prodotti e alla loro provenienza locale – per esempio, come facciamo noi, rifornendoci da contadini di fiducia, per contare su una base dei piatti che è, già di per sé e ancora prima della sua preparazione, eccellente e genuina.

La TUA ricetta delle turtres

La mia ricetta è quella classica, tramandatami dalla nonna e poi dal papà, ma direi che il tocco in più sono le farine che maciniamo in casa – per offrire una pietanza assolutamente genuina e mangiando la quale si colga davvero il buon sapore del grano. Rispetto alla tradizione, poi, da noi c'è un'attenzione in più alla digeribilità del piatto, che per me deve essere sano, saporito e, al tempo stesso, leggero – il connubio perfetto!



Natürlich. Echt. Einzigartig.
Natura. Cura. Passione.

**PARTNER ESCLUSIVO
PER LA GASTRONOMIA
DI ALTA QUALITÀ**

Alla quarta generazione di cuochi e albergatori, e formatosi attraverso diverse esperienze in Francia e in Italia, Andrea Irsara è oggi alla guida del Ristorante la Stüa dla Lâ Gourmet Hotel Gran Ander, nel cuore dell'Alta Badia. Qui Andrea propone una cucina che rispecchia il suo forte legame con il territorio e l'amore per la tradizione culinaria ladina, trasmessogli in primis dalla nonna, alla quale dedica il nome del suo ristorante. Il segreto per l'ispirazione delle sue creazioni? Forse le lunghe passeggiate nella quiete dei boschi dell'Alta Badia, così silenziosi e magici, e gli insegnamenti del papà prima, e del grande amico Karl Baumgartner poi.



LO STRUDEL

RICKY WIESER

I DOLCI DI RICKY A PEDRACES

LEITNER ROPEWAYS VIP LOUNGE,
DOMENICA 16 E LUNEDÌ 17 DICEMBRE

Dolce squisito, un segreto dello strudel è la lavorazione della sua pasta. Come si fa?

Lo strudel classico della tradizione tirolese è quello preparato con la pasta frolla, ma esistono varianti fatte con la pasta sfoglia o la pasta matta. Fondamentale è poi la materia prima degli ingredienti – come, per lo strudel classico, le mele, che devono essere Golden di montagna e non di pianura.

Classico con le mele, ma anche alternativo con la farina di segale o golosissimo con il cioccolato.

Raccontaci le tue variazioni di strudel.

Oltre allo strudel alle mele, in pasticceria proponiamo da anni quello al cioccolato, crema di mandorle e pere sciroppate – una ricetta golosa che piace sempre. D'estate sostituiamo le pere con le albicocche, e utilizziamo una mandorla amara che ben si combina con questo frutto. Un altro strudel molto amato è quello alla ricotta, dove utilizziamo l'uvetta d'inverno e l'albicocca – o la prugna, a seconda del raccolto di stagione - d'estate.

Da solo, con la panna o con tiepida salsa alla vaniglia?

Direi che tutto dipende dall'occasione: se degustato come dessert ci stanno benissimo una salsa alla vaniglia o una pallina di gelato, mentre con il caffè, a merenda o a colazione, lo strudel si sposa perfettamente con un po' di panna.



L'amore per il bello e la passione per il buono. Dopo molti anni passati all'estero, Ricky Wieser apre la sua pasticceria I Dolci di Ricky a Pedraces, un'impresa di famiglia dove lavorano anche la moglie al banco e ormai – in laboratorio o per gli eventi speciali – anche il figlio. Qui la tradizione dolciaria sudtirolese raggiunge sublimi vette, grazie anche all'utilizzo di prodotti freschissimi e di preferenza stagionali. Tra brioche e dessert, torte sontuose e squisiti biscotti c'è solo l'imbarazzo della scelta.

L' FONGUN

ALFIO GHEZZI**

LOCANDA MARGON, TRENTO

LEITNER ROPEWAYS VIP LOUNGE,
PRANZO A QUATTRO MANI CON GERHARD WIESER**,
DOMENICA 16 DICEMBRE

Principe del bosco d'autunno, in quale versione culinaria ritieni che il fungo si esprima al meglio?

In tutte quelle preparazioni che riconducono ad un equilibrio ecologico con l'ambiente e con la stagione in cui crescono.

Finferli, chiodini e porcini sono funghi della montagna – come li preferisci?

I finferli li amo cotti con burro aglio e timo ed aggiunti al riso o alle uova, oppure anche come accompagnamento alle carni; i chiodini invece passati in una leggerissima pastella e fritti velocemente; i porcini infine se sono freschissimi e sodi li preferisco crudi, semplicemente affettati, conditi ed accompagnati con mirtilli di bosco e pimpinella.

La TUA ricetta con i funghi è...

Porcino cotto in foglia di vite, estratto di porcini e Trentodoc, toast al burro salato, castagne e tartufo nero.

Lungo il "Percorso del Bello e del Buono", che dalle Cantine Ferrari conduce alla splendida Villa Margon, dimora cinquecentesca sede di rappresentanza del Gruppo Lunelli, il visitatore è accolto in una residenza di campagna di gusto contemporaneo, raffinata e intima dove l'attenzione all'italianità e alla raffinatezza degli ambienti si riflette nella proposta gastronomica del cuoco Alfio Ghezzi. Locanda Margon è un vero e proprio Salotto Gourmet che pone particolare riguardo alla valorizzazione dei prodotti del territorio ed alla ricerca di innovativi abbinamenti con le bollicine Trentodoc. All'attività di cuoco, Alfio affianca anche una grande passione per il volo e la montagna. Il suo ultimo progetto? L'attraversamento delle Alpi in solitaria, per trovare l'equilibrio perfetto e toccare il sublime.

LA PANICIA

KARL BAUMGARTNER*

RISTORANTE SCHÖNECKA FALZES

LEITNER ROPEWAYS VIP LOUNGE,
CENA A QUATTRO MANI CON ANDREA IRSARA,
LUNEDÌ 17 DICEMBRE

La panicia, zuppa d'orzo della tradizione ladina, è un piatto squisito e sano. Quanto si possono coniugare salute e gusto in cucina?

Salute e gusto si possono coniugare assolutamente. Parlando d'orzo, noi lo serviamo con i funghi, anche i porcini freschi in stagione, o come orzotto alle rape rosse, rafano e formaggio grigio della Valle Aurina. Ma ci piace anche lavorare molto con i legumi – come ad esempio con le lenticchie, che sono squisite – e accompagnare sempre i nostri piatti con le insalate, le erbe, le verdure e i fiori commestibili che crescono nell'orto del nostro ristorante, situato proprio dietro alla nostra cucina, per offrire ai nostri ospiti piatti che, oltre che buoni, sono anche sani e naturali. In generale per me è molto importante la provenienza locale e stagionale degli ingredienti, e il fatto che siano genuini – in Alto Adige da questo punto di vista siamo fortunati! La fantasia e la creatività dello chef fanno il resto, rendendoli raffinati ed eleganti.

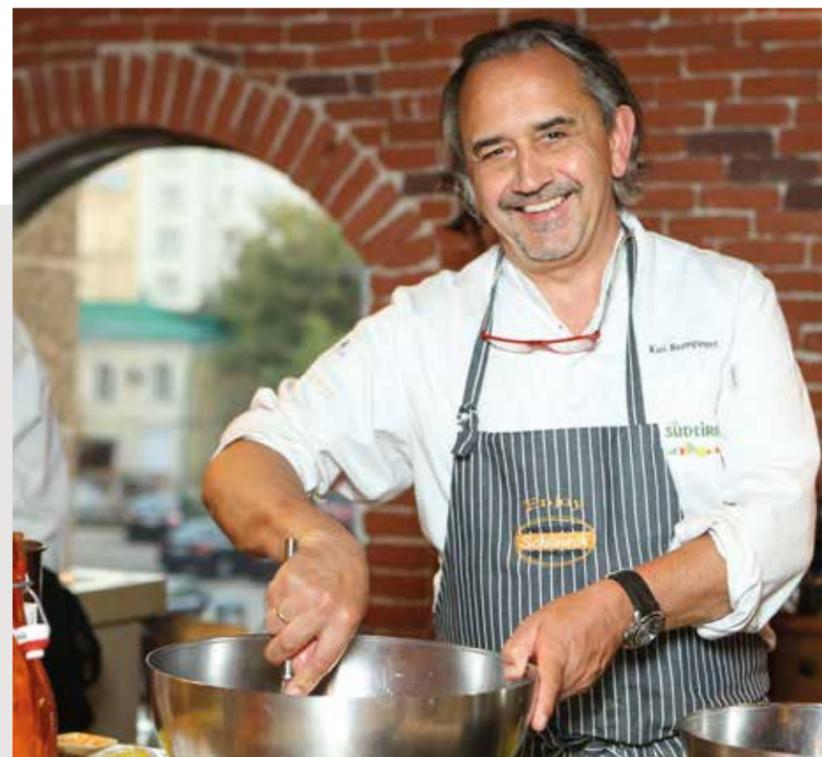
Dopo anni dove la sola farina bianca ha fatto da padrona, i cereali – come l'orzo, il farro, l'avena, la segale – sono tornati alla ribalta. Quanto contano nella gastronomia, e quali usi nelle tue proposte?

Personalmente utilizzo molto i cereali in cucina, in diverse forme, nelle zuppe, o nelle insalate, e perfino come gelato. Sul nostro menù dei dessert c'è sempre il gelato all'avena, mele e miele di tarassaco. L'avena viene tostata a secco in una pentola di rame, e quando il cereale si è aggiustato si aggiungono pane, latte, le mele e il miele. È sempre un grande successo!

Cena con panicia - e poi?

Come secondo consiglieri un piatto di carne delle nostre valli, come una spalla di vitello o di manzo, accompagnato da una buona salsa e da un vino autoctono – ad esempio un Lagrein, corposo e strutturato, o un Pinot Nero, sempre elegante e piacevole. A seguire, va benissimo il gelato d'avena di cui parlavamo sopra, o un classico dessert della nostra tradizione sudtirolese.

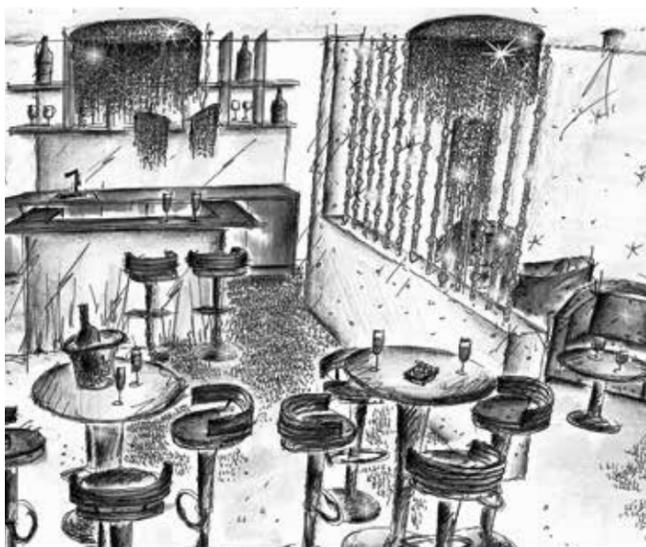
Spirito creativo, curioso e autodidatta, Karl Baumgartner ama rivisitare la cucina tradizionale altoatesina con tocchi di innovazione. Il suo ristorante a Falzes in Val Pusteria – che mantiene la sua stella Michelin da ben 22 anni consecutivi – è un'amata meta del turismo gastronomico in regione, ed accoglie i suoi ospiti in ambienti dall'atmosfera calorosa, dagli arredi in legno e eleganti stufe in maiolica. Un consiglio: provate la testina di vitello, o l'anatra laccata al miele speziato al profumo di abete e pino mugo.



GRAN RISA STYLE

DI BONAVENTURA MASCHIO.

Un locale di tendenza dall'atmosfera glamour. È il nuovo Gran Risa Style, situato al primo piano della sede del Comitato Organizzatore, con strepitosa vista sulla pista di gara. Realizzato dall'architetto e interior designer Kurt Steurer e dal suo team, da due anni partner della Coppa del Mondo, il Gran Risa Style è uno spazio dal fascino particolare, dove la sensibilità per il territorio circostante si unisce all'attenzione per gli ospiti della LEITNER ropeways VIP Lounge e per le loro esigenze. Da provare al lounge bar sono assolutamente i raffinati cocktail, firmati Bonaventura Maschio.



Frutto della passione, un assaggio di zenzero e cardamomo o il tocco fresco del succo di lime? In occasione della Coppa del Mondo, Bonaventura Maschio ha studiato quattro speciali signature cocktail dai nomi evocativi.

ECCO, IN ANTEPRIMA, LE RICETTE.

GRAN RISA STYLE

45ml	the barmaster gin
30ml	limone
20	passion fruit
5ml	zucchero
Top	soda

GIANT

45ml	ron botran reserva 15 anni
5ml	zucchero allo zenzero
30ml	lime spremuto fresco
2/3 drop	bitter al cardamomo
Top	ginger beer

R30

50ml	ron botran reserva blanca
2 spoon	zucchero di canna grezzo
25ml	spremuta di lime fresco

COL FRATA

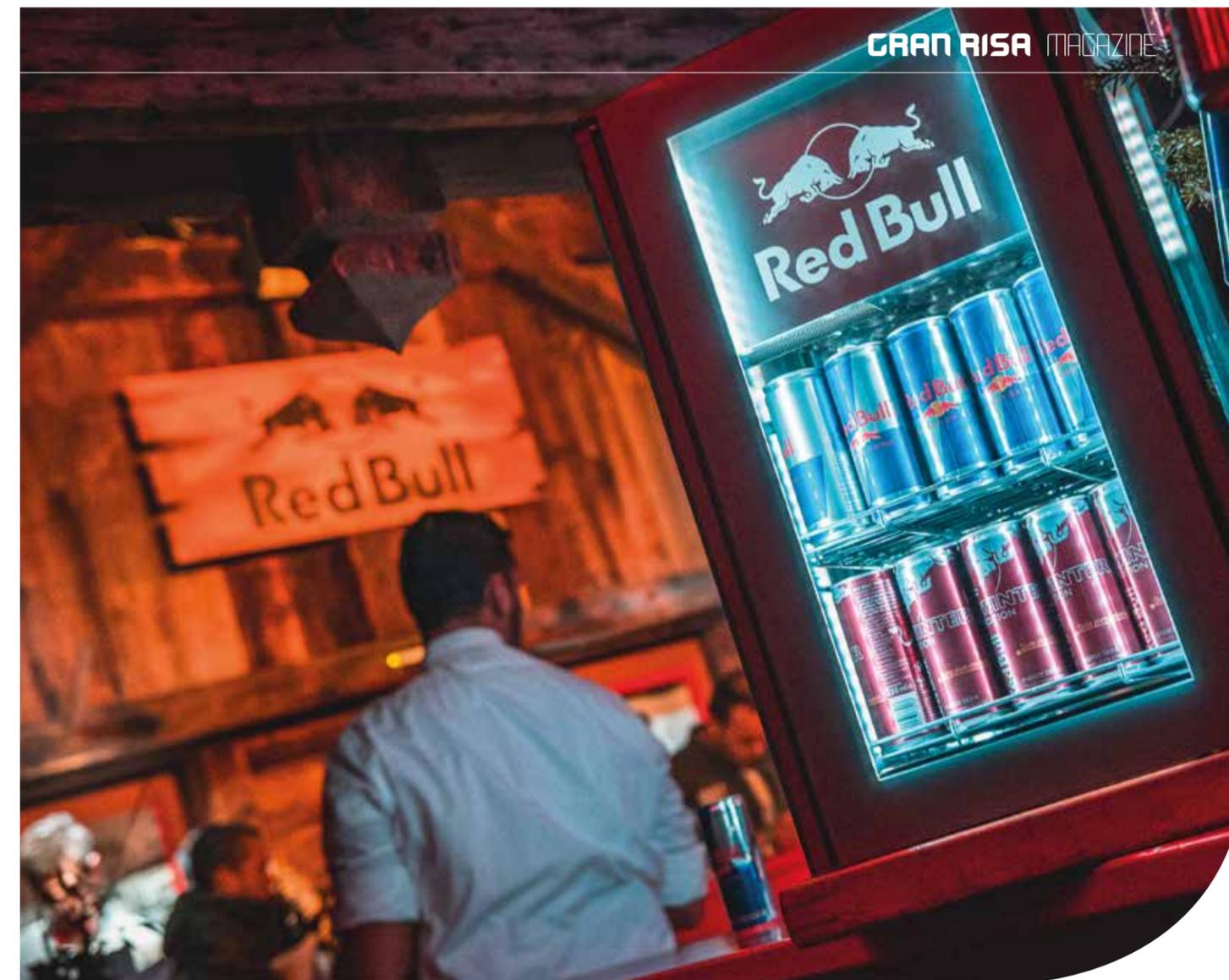
45ml	tequila pueblo viejo blanco 104
30ml	spremuta di lime fresco
3 spoon	siroppo di agave



RED BULL ENERGY LOUNGE

HOME OF MAJESTIC MOMENTS

Il Parterre della Gran Risa è in fermento! Da qui, lo sguardo spazia sulla pista leggendaria, perfettamente preparata per i migliori sciatori al mondo. Una discesa velocissima, che può sembrare infinita. Dove contano i millesimi di secondo ma che, a volte, pare prendere lo spazio di una vita. Tutt'intorno le vette dolomitiche: maestose, eterne e solenni - come lo sono certi indimenticabili momenti della Coppa del Mondo, quando il coinvolgimento è al massimo, e ci si trova al centro dell'azione.



I fotografi sono pronti per gli scatti, qualche giornalista cerca con lo sguardo chi è disponibile per un'intervista. Ci sono i preparatori e gli allenatori con il fiato sospeso e poi, naturalmente, loro: i grandi campioni. La nuova terrazza della **Red Bull Energy Lounge** - unica nell'intero circuito di Coppa del Mondo - domina la "**Mixed & Team Zone**", l'area riservata agli atleti ed ai loro allenatori. Da qui sembra quasi di poter carpire l'emozione nel momento in cui gli sciatori tagliano il traguardo e guardano speranzosi il cronometro. Entrando nella lounge, poi, si ritrova la stessa atmosfera adrenalinica che si respira sulla terrazza, complici la musica elettrizzante del dj e gli ambienti

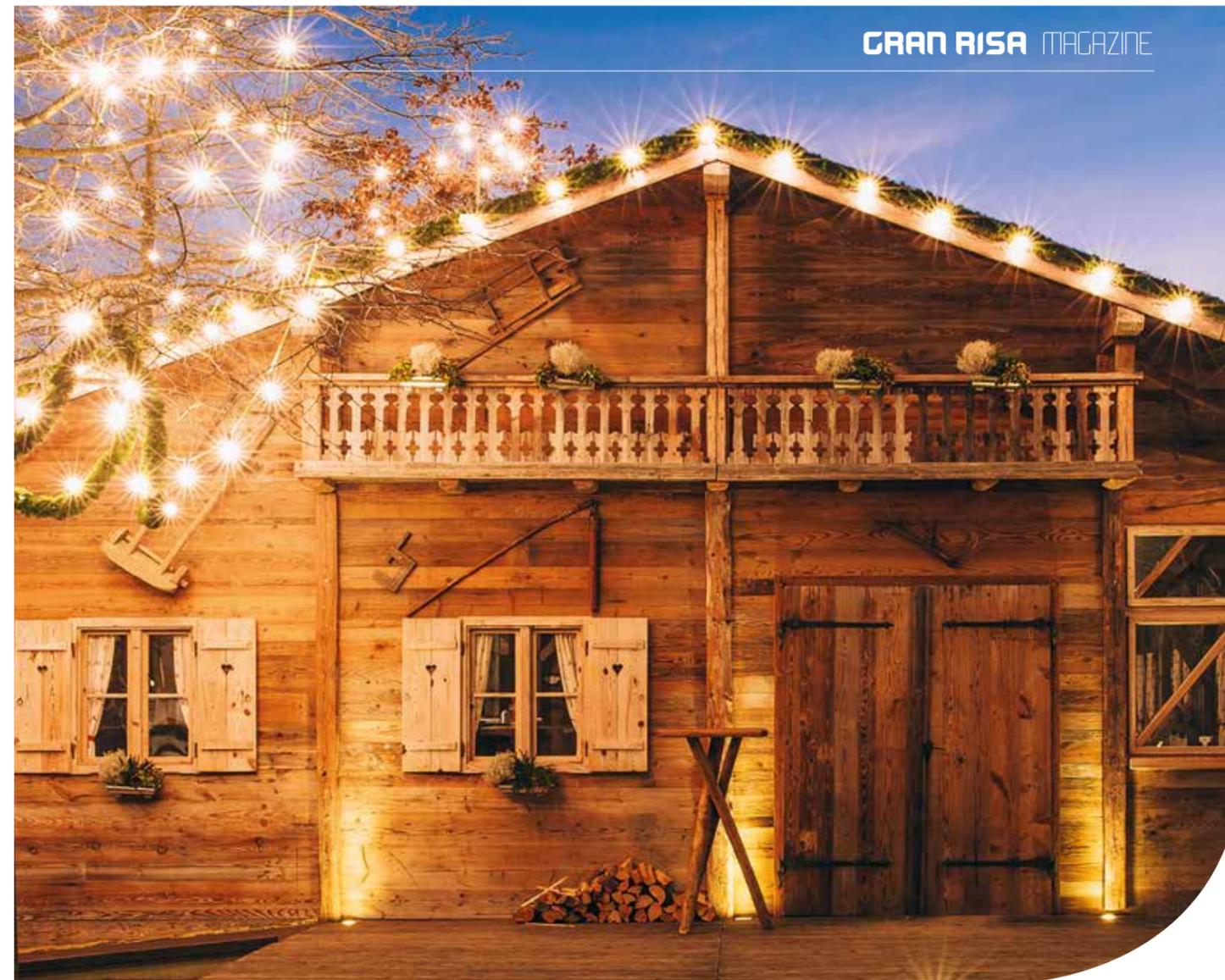
che, in uno stile minimal e contemporaneo, sono ricchi di rimandi al mondo della passione sportiva e delle imprese più audaci. La Red Bull Energy Lounge, inoltre, ospiterà in esclusiva **Moon Boot**[®], l'iconico brand che da sempre porta lo stile e la moda nelle più prestigiose località d'alta quota. Il lounge bar arricchisce questo ambiente unico, grazie ai drink, alle bollicine, alle bevande energetiche ed alle creazioni degli chef, per una esperienza indimenticabile. E sarà proprio così: tra l'emozione della competizione, la vicinanza agli atleti e il brivido della velocità si vivono **momenti di divertimento e passione totali**, che si vorrebbe non finissero mai.



LES VILES DI BLIZZARD - TECNICA

HOME OF LADIN MOMENTS

Bëgnodüs, benvenuti – così in Alta Badia si salutano gli ospiti. E nell'hospitality Les Viles di Blizzard-Tecnica, dal nome delle antiche abitazioni della Val Badia, entrerete davvero in contatto con gli usi e i costumi ladini più autentici. Sarete accolti in ambienti caratterizzati da intagli, decori e costumi che raccontano le centenarie tradizioni di questo popolo, ma anche la sua storia più recente - che lo ha visto pioniere nel mondo della montagna e dello sci. Verrete deliziati da piatti semplici e al tempo stesso squisiti, come lo è la cucina ladina. E non mancheranno i momenti di musica e coinvolgimento – perché qui in valle, quando si festeggia, lo si fa in grande stile. **"Vives"**, Salute a tutti.



L'hospitality Les Viles, che prende il suo nome da quello delle antiche case della Val Badia, è il nuovissimo contesto firmato **Blizzard-Tecnica** nel quale la cultura, la lingua e le tradizioni ladine incontrano il mondo dello sci. La struttura in legno richiama nella sua architettura le prime costruzioni della valle - che, raccolte attorno ad alcuni servizi essenziali come il forno per il pane o la fontana, rafforzavano il senso di solidarietà e socialità tra i nuclei familiari - e rappresenta il luogo ideale per immergersi e respirare la realtà locale. Nell'hospitality **Les Viles** sono poi presenti molti richiami alla leggenda dello sci alpino, alla quale tanto hanno contribuito le popolazioni di

questa valle ladina con passione, ambizione e spirito pionieristico. È il partner Blizzard-Tecnica, infatti, a narrare la storia dello sci nel **contesto autentico** delle due casette in legno, attraverso allestimenti, oggetti e cimeli d'altri tempi, per un viaggio attraverso un'avventura sportiva fatta di coraggio, audacia e grande tenacia, e sempre in evoluzione. La ladinità viene proposta all'interno di Les Viles anche nei **piatti tipici della tradizione culinaria locale**, con pietanze ladine, presentate durante entrambe le giornate di gara. E, in questo contesto, non possono naturalmente mancare momenti di festa e divertimento, accompagnati dalla musica tipica di queste zone. **Bun devertimënt a düc!**





BLIZZARD | TECNICA



LIVE
THE MOMENT

FIREBIRD 140 SKI BOOT
FIREBIRD WRC SKI

We are dedicated to equipping racers to enjoy every adrenaline-fueled moment of their skiing. Get Fired Up.

#LIVETHEMOMENT
FIREBIRD.RACE.COM



Era il 1945 quando il giovane Toni Arnsteiner, ferito gravemente nella 2° Guerra Mondiale, tornò nella città natale di Mittersill, in Austria. Subentrato al padre nella falegnameria di famiglia, iniziò a costruire sci in legno con il nome di **Blizzard**: nel giro di una decina d'anni i suoi sci diventarono protagonisti sulle piste di tutto il mondo e nel 1958 arrivò il primo titolo mondiale con l'atleta svizzera Frieda Danzer.

Il marchio Blizzard, che oggi fa parte di Tecnica Group, si è evoluto rimanendo un punto di riferimento quando si parla di qualità e innovazione. Un'evoluzione che ben conosce **Ivano Spadetto**, Chief Operating Officer del Gruppo Tecnica, da vent'anni nel settore.

“Dai tempi di Arnsteiner l'unica cosa rimasta uguale è l'anima dello sci, la parte viva, ossia quella in legno. Ma si è evoluta. Prima era un solo pezzo di faggio o pioppo, gli alberi che si trovavano sulle Alpi, oggi abbiamo un mix composto da legni diversi, a seconda che si fabbrichi uno sci da discesa, da slalom o da freeride. Si usa il bambù, particolarmente elastico, capace di assorbire le vibrazioni e ridare energia in modo molto reattivo, la quercia per gli sci da gara e per i top di gamma ad altissime prestazioni, o la balsa che è il legno più leggero al mondo ed uno dei più “ecosostenibili”, nel senso che la pianta ha tempi di crescita molto rapidi.”

Se il legno è l'anima dello sci, il corpo è dato da una combinazione di fibre di carbonio per aumentare il “rebound”, di Titanal per assorbire energia e di tutta una gamma di sciancature che, in combinazione con scarponi di ultima generazione, danno la possibilità di sfruttare al meglio la deformazione gambetto-sci per una sciata sempre più “guidata”.

Poi ci sono i processi che hanno trasformato la falegnameria di Mittersill in una Industria 4.0. Continua Spadetto: “siamo passati da piccole produzioni, a grandissime produzioni, e poi di nuovo a piccole produzioni ma su vasta scala. Oggi creiamo piccole serie di sci, per rispondere alle esigenze di sciatori sempre più competenti, che vogliono strumenti tarati sul loro stile di sciata. Possiamo farlo perché la tecnologia si è evoluta, ovviamente, ma molti passaggi chiave restano hand-made, come la fase di assemblaggio dello sci; ci aiuta avere in azienda operai di grande esperienza che sanno fare lavori di estrema precisione quasi ad occhi chiusi.”

Sotto la guida di Helmut Exenberger, CEO di Blizzard Sport, a Mittersill ogni anno il 30% delle collezioni è completamente riprogettato, grazie anche alla spinta dello sviluppo tecnologico derivato dal reparto RACING, attraverso i feedback degli atleti di Coppa del mondo.



DA FALEGNAMI A INGEGNERI, MA SEMPRE “ARTIGIANI” DELLO SCI.

PASSATO, PRESENTE E FUTURO DELLO SCI VISTO ATTRAVERSO LO STORICO MARCHIO BLIZZARD

E il futuro? Lo racconta **Carlo Sammartini**, Product Manager Blizzard e “padre” del Firebird, l'ultimo sci race della casa. “Siamo alle soglie di un cambiamento importante. Negli ultimi 20 anni le prestazioni si sono giocate sull'introduzione di nuovi materiali e, di recente, sul giusto mix di questi materiali. Firebird ad esempio è realizzato con un'anima in legno, Titanal e inserti in carbonio, posizionati in modo strategico per dare precisione nell'ingresso in curva e fluidità e velocità in uscita. Il futuro, non troppo lontano, ci porterà a concentrarci sulla connessione dello sci con l'utente e col mondo che lo circonda. Il primo passo sarà lo sci con i sensori in grado di analizzare le nostre prestazioni, ingresso in curva ecc. La rivoluzione sarà però uno sci capace di modificare il suo assetto in funzione delle condizioni della neve o del livello di stanchezza dello sciatore nel corso della giornata.” Anche lo sci, domani, sarà smart!



RODA: “DA TECNICO E DA PRESIDENTE, LA GRAN RISA È SEMPRE UN GRAN SPETTACOLO”



<p>LAKE LOUISE AUDI FIS SKI WORLD CUP</p> <p>24.11. - 25.11.18 (MEN) 30.11. - 02.12.18 (LADIES)</p>	<p>AUDI FIS SKI WORLD CUP St. Moritz graubünden</p> <p>08.12. - 09.12.18 (LADIES)</p>	<p>Val d'Isère</p> <p>08.12. - 09.12.18 (MEN) 14.12. - 16.12.18 (LADIES)</p>	<p>VAL GARDENA GRÖDEN FIS Ski World Cup www.ssi.org</p> <p>14.12. - 15.12.18 (MEN)</p>
<p>ALTA BADIA Delimita</p> <p>16.12. - 17.12.18 (MEN)</p>	<p>SNOW QUEEN TROPHY Zagreb-Srijeme</p> <p>05.01.19 (LADIES) 06.01.19 (MEN)</p>	<p>ADELBODEN SKI WORLD CUP 2019</p> <p>12.01. - 13.01.19 (MEN)</p>	<p>FIS SKI WORLD CUP LAUBERHORN WENGEN</p> <p>18.01. - 20.01.19 (MEN)</p>
<p>CORTINA SKI WORLD CUP</p> <p>19.01. - 20.01.19 (LADIES)</p>	<p>Kitzbühel Hahnenkamm-Rennen</p> <p>25.01. - 27.01.19 (MEN)</p>	<p>KANDAHAR</p> <p>26.01. - 27.01.19 (LADIES) 02.02. - 03.02.19 (MEN)</p>	<p>THE HIGH FACE</p> <p>29.01.19 (MEN)</p>
<p>MARIBOR FOX AUDI FIS SKI WORLD CUP</p> <p>01.02. - 02.02.19 (LADIES)</p>	<p>ÅRE 2019</p> <p>05.02. - 17.02.19 (LADIES + MEN)</p>	<p>CRANS MONTANA AUDI FIS SKI WORLD CUP Alpine</p> <p>23.02. - 24.02.19 (LADIES)</p>	<p>KVITFJELL</p> <p>02.03. - 03.03.19 (MEN)</p>
<p>POKAL VITRANC AUDI FIS SKI WORLD CUP KRANJSKA GORA</p> <p>58th</p> <p>09.03. - 10.03.19 (MEN)</p>	<p>www.club5.com</p> <p>CLUB 5 - The association of the organizers of the leading alpine ski races from all over the world !</p>		

Conosco e frequento la **Gran Risa** da molti anni, praticamente dalla sua nascita, e posso dire che senza dubbio si tratta di una delle piste più interessanti e competitive del mondo per quanto riguarda il gigante maschile. Il tracciato è per veri gigantisti: gente che sa “tirare” le curve senza paura, anche su un terreno impegnativo come quello dell’Alta Badia, pieno di gobbe e cambi di pendenza. Molto fa anche il lavoro dell’organizzazione e degli uomini in pista, che riescono ogni anno a presentare il tracciato nelle condizioni migliori, sia sotto l’aspetto tecnico che sotto il profilo della sicurezza. Il risultato è che sulla Gran Risa vince sempre il migliore: nessuno si improvvisa su questa pista. Sono tanti i ricordi belli legati alla gara dell’Alta Badia, ma il successo più bello è sempre quello che deve ancora arrivare.

Per gli Azzurri si tratta del **gigante di casa** e c’è un’emozione speciale, ogni anno, quando ci si presenta qui. Negli ultimi anni, il Comitato organizzatore ha accettato la sfida del gigante parallelo: un’altra scommessa vinta da tutto il movimento dello sci internazionale e, in particolare, dall’Alta Badia, che riesce a coinvolgere sempre molti appassionati per una gara che crea vero spettacolo per il pubblico presente e televisivo. **Quest’anno l’Italia presenta una squadra rinnovata** e competitiva, che ha una gran voglia di tornare a vincere sulla pista di casa. A tutti l’augurio di potersi esprimere al meglio e onorare così uno degli appuntamenti più spettacolari della stagione.

FLAVIO RODA *Presidente FIS*

PICCOLI CAMPIONI CRESCONO

INTERVISTA A
STEFAN THALER
PRESIDENTE
SCI CLUB LADINIA

Ci sono Ellen e Manuel, giovani promesse da poco maggiorenni; Thomas, allegro e dallo sguardo battagliero nel gruppo dei cuccioli, e Anna, Denise e Rebecca – dolcissime e determinate. Sono alcuni dei giovani volti dello Sci Club Ladinia dell'Alta Badia, che conta ad oggi 300 iscritti e, quest'anno, ben quattro ragazzi tra gli atleti della squadra Azzurra. La storia dello Sci Club Ladinia inizia nell'immediato dopoguerra, ed è strettamente legata a quella della

valle e del suo sviluppo turistico. Fondato da Erich Kostner, che costruì i primi impianti di risalita in Italia anche utilizzando cimeli del conflitto, lo Sci Club è diventato uno dei migliori del Paese ed ha vissuto negli anni veri momenti di gloria, preparando atleti che hanno scritto la storia dello sci, nazionale e non solo, come Francesco Kostner, Edoardo Agreiter e Marcello Varallo e, più recentemente, la fuoriclasse dello sci nordico Maria Canins.



Come si avvicinano i ragazzi allo Sci Club, cosa li porta ad iscriversi? Lo chiediamo a **Stefan Thaler**, Presidente dello Sci Club Ladinia ed ex atleta della nazionale italiana "I percorsi sono indubbiamente diversi. Sicuramente chi ha i genitori nel settore è più prossimo a questo mondo, ma non è assolutamente detto. Il passaggio fondamentale sono i corsi delle scuole di sci per i bambini residenti. Da qui, dopo un paio d'anni, si passa all'avviamento all'agonismo che gestisce direttamente lo Sci Club".

Ci sono ragazzi anche molto giovani? "Sì, ma questo non vuol dire molto. Anzi, nel nostro approccio all'agonismo ci ispiriamo alle filosofie più moderne che vengono dai Paesi Nordici e dal Canada, dove si punta a sviluppare nei ragazzi abilità sportive generali e skills diverse, per specializzarsi relativamente tardi, verso gli 11-12 anni – sia per evitare la noia e la ripetizione, sia perché i risultati, sul lungo periodo, sono migliori".

Un metodo che si discosta da quello tradizionale, dunque. "Per perseguire i migliori risultati, ma soprattutto per il bene dei ragazzi, è importante evolvere e sperimentare. Un progetto su cui puntiamo molto ora, ad esempio, è incentrato sulla lotta all'abbandono della carriera sportiva. Attorno ai 16 anni i ragazzi arrivano alla vera maturazione atletica – ma questo significa anche dover allenarsi molto e gareggiare allo stesso tempo. La pressione dello sport, della scuola – o del lavoro – e dell'en-

tourage familiare, in un'età così delicata – è fortissima, e molti atleti lasciano, dopo aver investito moltissimo nello sci. Allo stesso tempo, anche l'economia alpina ne risente, perché si spezza quel circolo virtuoso che porta gli atleti a diventare, poi, istruttori. Per affrontare il problema, abbiamo unito le forze con altre realtà europee impegnate su questo fronte, ottenendo il finanziamento europeo ERASMUS + Sport – il primo in assoluto per lo sci alpino – che ci permette di elaborare best practice che aiutino gli atleti a coniugare lo sport con il loro quotidiano".



Stefan Thaler

Per esempio? "Innanzitutto molti focus group con i ragazzi, i loro educatori e chi è loro vicino – l'aspetto psicologico è di fatto importantissimo; stiamo elaborando nuove strategie per permettere al mondo del lavoro di sfruttare al meglio le doti degli atleti, e ci confrontiamo soprattutto con il Ski Academies del Vermont e del Colorado per avvicinarci al modello statunitense. E poi, proprio quest'anno, lanciamo anche il nostro Ski Race Camp dal 3 al 18 dicembre 2018: un programma unico di preparazione atletica e psicologica nel cuore dell'Alta Badia e a ridosso delle gare di Coppa del Mondo per gli atleti under 16 e under 21 di sci alpino e freestyle, dove puntiamo sulla tecnica, ma soprattutto sulla preparazione individuale e sul training mentale". Sciatori avvisati: gli atleti che vedrete sfrecciare sulle piste dell'Alta Badia a dicembre sono i campioni di domani.

COME SI ALLENA IL CAMPIONE

L'ALLENAMENTO
DEL CAMPIONE
SECONDO MAX



COSA MANGIA IL CAMPIONE

NUTRIZIONE E SPORT: ALLA RICERCA DEL PROPRIO "INDICE DI EQUILIBRIO"

Più proteine o carboidrati, zuccheri semplici o complessi? Meglio un pasto abbondante a colazione, o a pranzo? Seguire una dieta di ispirazione mediterranea o più continentale? Oggi, soprattutto, chi pratica sport a livello agonistico viene seguito sotto ogni aspetto nei minimi dettagli - anche nell'alimentazione. Ne parliamo con Iader Fabbri, nutrizionista, scrittore e divulgatore, da sempre nel mondo dello sport.



Ha calcato venticinque podi, raccolto sette vittorie (di cui tre nella sua amatissima Alta Badia) e partecipato a tre Olimpiadi. E oggi, oltre ad essere commentatore sportivo per la RAI, con il suo programma **STAGE Pro** è anche allenatore d'eccezione, impegnato - sulle piste da sci e non - a trasmettere la sua esperienza e a tramandare i suoi valori. È a Max Blardone che chiediamo come si allena un vero campione.

Max, il tuo allenamento dai diciotto a dopo i trent'anni è rimasto lo stesso?

"Naturalmente è cambiato nel tempo, anche perché sono stati i tempi a cambiare. La premessa per me è che l'allenamento è comunque imprescindibile per un atleta. Senza, puoi vincere nel breve periodo, ma per mantenere il risultato allenarsi è indispensabile. È la dura legge dello sport! Io ho sempre cercato di evolvere e sperimentare, variando l'allenamento fisico e adattandolo alle esigenze del mio corpo, magari con materiali diversi e inusuali - anche negli anni in cui tutto sembrava ruotare attorno ai bilancieri".

Ci fai qualche esempio concreto? "Sì - Penso a quando - era la fine degli anni '90 - sono stato fra i primi a usare le pedane vibranti, o all'importanza che ha avuto per me l'elettrostimolazione. O, ancora, a quando - durante un ritiro atletico a Maranello - ho visto una pressa artigianale abbandonata che mi sembrava perfetta per il sistema di allenamento a bassa velocità che va bene per me: con la mia squadra abbiamo studiato il modo per utilizzarla al meglio, e da allora non ci siamo più lasciati".

E parlando di allenamento proprio sugli sci? "Be', lì la svolta l'hanno segnata senza dubbio gli sci carving, che fino a quando avevo 16 o 17 anni davvero non c'erano. Poi, in generale, per un'ottima prestazione sono importanti anche il riposo e l'alimentazione. Tutti questi - insieme alla fortuna di lavorare con persone che la pensano come te e ti sostengono - sono fattori cruciali per il buon allenamento dell'atleta".

Parliamo di testa - quanto conta la forma fisica, quanto invece l'aspetto psicologico nella preparazione? "Anche questo è

un elemento fondamentale. Da noi se ne è cominciato a parlare dieci, 12 anni fa - attorno alle Olimpiadi di Torino. E qui bisogna trovare la persona che fa per te, quella che, al di là della preparazione, condivide il tuo metodo, la tua strategia e i tuoi valori. A me è successo, ed è stata una questione di primo impatto. Ho visto questa persona e ho pensato: ci siamo, è quella che fa per me. Da allora, anche se ci vediamo a scadenze dilatate, questi incontri mi sostengono molto nel mio equilibrio sportivo, e lo hanno fatto soprattutto verso la fine della mia carriera di atleta, quando hai raggiunto la consapevolezza del tuo valore e di ciò che è in gioco, e al tempo stesso devi mantenere i risultati nel lungo periodo".

Tu alleni anche sciatori esperti, portandoli - spesso anche sulle tue amate piste in Alta Badia - al perfetto controllo della discesa. Come ti trovi in questa nuova veste di allenatore? "Diciamo che ora, nella seconda fase della mia vita sportiva, cerco di insegnare e trasmettere ad altri quello che ho imparato io ed è stato importante per me. È qualcosa che mi appassiona moltissimo, e che mi dà grandi soddisfazioni. Alla fine anche qui è una questione di allenamento, tecnica e psicologia. Bisogna inquadrare mentalmente una persona, cercare di capirla - per questo per me è bene magari incontrarsi prima di partire con le lezioni, scambiare quattro chiacchiere e capire le aspettative, per modellare un approccio individuale che aiuti a tirare fuori il meglio dalle persone. E naturalmente questo aiuta anche a far cadere le barriere e quel pizzico di timore reverenziale per qualcuno che hai visto sempre in televisione ed ora scia insieme a te - reazione comprensibile ma che deve assolutamente sparire. Il mio consiglio è sempre quello che è valso per me: trovare la motivazione e pronti, coraggio e via - verso una nuova avventura".

PER INFORMAZIONI SU
MAX BLARDONE E IL SUO
PROGRAMMA STAGE PRO:

WWW.MAXBLARDONE.COM

Quali sono gli alimenti che non dovrebbero mai mancare nella dieta di un campione di sci? "Direi, in primis, carboidrati a basso indice glicemico, come frutta e verdura, perché garantiscono un'adeguata quantità di carboidrati senza alterare la glicemia dell'atleta. Inoltre, frutta e verdura contengono elevate concentrazioni di microelementi, come vitamine e minerali, oltre a sostanze antiossidanti sempre indispensabili nella dieta di uno sportivo. Le proteine, visto i carichi pesanti di allenamento quotidiano, sono l'altro pilastro fondamentale per supportare al meglio la fase di recupero e lo sviluppo delle masse muscolari allenate. Certamente anche i carboidrati ad alto indice glicemico - quindi quelli contenuti in pane, pasta, patate e cereali - sono molto utili per rimboccare, più velocemente, il nostro serbatoio di "benzina super", ovvero il glicogeno. In questo caso, però, sarà di fondamentale importanza usare queste fonti di carboidrati subito dopo l'allenamento o la prestazione, per facilitare il recupero ed essere pronti per l'allenamento successivo".

Quali sono i pasti più importanti? "I pasti devono essere considerati tutti importanti. Solitamente sarebbe opportuno seguire un'alimentazione con almeno cinque o sei pasti nell'arco delle 24 ore, ma è chiaro che molto dipende anche dagli orari di allenamento ed eventualmente dalle doppie sedute di training che l'atleta segue. In ogni caso, un'importanza primaria la ricopre sempre la colazione, che fornisce un apporto energetico fondamentale per tutta la giornata di lavoro".

Una giornata-tipo? "Si parte con una colazione ricca anche di carboidrati ad alto indice glicemico come pane o cereali, ma è sempre importante abbinarli ad una fonte di proteine, come l'affettato magro, ad esempio. Oppure, per chi è abituato, vanno benissimo anche le uova. A tutto questo si può aggiungere anche una porzione di yogurt intero e succhi o estratti o frutta. Questi infatti aiutano a preservare il microbiota intestinale, di fondamentale importanza per il mantenimento della salute, ma anche per la performance giornaliera. Nella giornata vanno poi consumati altri due pasti principali, come pranzo e cena, nei quali si deve partire da una fonte di proteine animali o vegetali, insieme

a verdure, alla quale andrà aggiunta una porzione di carboidrati a medio/alto indice glicemico, come i cereali se siamo nel pasto post allenamento. Il tutto va "condito" anche con una porzione di grassi salutari, come del buon olio extravergine spremuto a freddo. Di fondamentale importanza, infine, sarà inserire due o tre spuntini durante la giornata a base di frutta secca oleosa, frutta o yogurt - perché no? - anche una porzione di cioccolato fondente".

E chi si dedica allo sci - magari in settimana bianca - cosa può mutuare dalla dieta del campione? "Queste indicazioni, in realtà, vanno benissimo anche per lo "sportivo della domenica" perché contribuiscono a mantenere la glicemia stabile e a trovare, come dico spesso, il proprio "indice di equilibrio", ovvero il giusto bilanciamento tra l'alimentazione adatta ai nostri geni e le prelibatezze della tavola che, ogni tanto, è bene concedersi per appagarci e darci le energie necessarie per proseguire con entusiasmo l'attività fisica. Quindi l'alimentazione del grande atleta e quella del semplice appassionato che si dedica ad una settimana bianca non saranno molto differenti tra loro perché, per entrambi, è utile mantenere la glicemia costante. Si tratta, me ne rendo conto, di un approccio un tantino distante dai vecchi canovacci calorici della fine del 1800, ormai superati dalle conoscenze scientifiche attuali. Ovviamente l'atleta dovrà supportare al meglio la sua attività fisica e anche nutrendosi durante lo sforzo, se intenso o prolungato, mentre chi farà movimento solo per il piacere di farlo potrà anche concedersi alle prelibatezze del territorio. Le quantità non sono importanti: ognuno utilizzerà le sue, ma sarà assai più importante cosa e come si mangia per ottenere la massima performance psicofisica".

PER INFORMAZIONI SU
IADER FABBRI E LA SUA FILOSOFIA
ALIMENTARE:

WWW.IADERFABBRI.COM

BRINDIAMO

ZARDETTO

Le dolci colline di Conegliano Valdobbiadene e le maestose pareti dolomitiche, che all'alba e al tramonto si tingono dell'inconfondibile magico rosa. Due ambienti così diversi tra loro, ma allo stesso tempo così ugualmente carichi di energia, da togliere il fiato. Un'energia che viene dall'anima, e che porta gli uomini, così legati al proprio territorio e alla propria tradizione, a spingersi oltre e a creare qualcosa di nuovo.

Così come l'Alta Badia fu pioniera già fin dagli anni '40 del turismo invernale nelle Dolomiti, con le prime ingegnose opere dei primi impianti di risalita a Corvara, così la famiglia Zardetto nelle ultime 5 generazioni ha dato il massimo nell'interpretazione e nella comunicazione del proprio territorio, il borgo di Conegliano, e del vino, il Prosecco, che ne è uno dei più felici ambasciatori. Fu infatti Pino Zardetto che, ricco degli insegnamenti del padre e del nonno e fresco di studi all'antica scuola enologica di Conegliano, iniziò tra i primi a concepire i vini della zona di Conegliano, di millenaria tradizione, in maniera più fine e piacevole, per esaltare più possibile le caratteristiche del vitigno Prosecco, oggi Glera, e dei particolari e variegati terroir in cui veniva coltivata. Fu così che Pino, così come i primi atleti e imprenditori del mondo dello sci e del turismo badiotti, decise di accettare la sfida e di mettere in gioco se stesso. Fu infatti tra uno dei primi viticoltori che negli anni 60 portò il Prosecco al di fuori della zona d'origine, facendo conoscere i prodotti della sua terra a Milano, Roma, o Genova, proponendolo principalmente alla ristorazione. Lo stesso fece il figlio Fabio, oggi a capo dell'azienda, che fu tra i primissimi a proporre il Prosecco nelle lande lontane degli Stati Uniti negli anni 80 e in Asia negli anni 90. Essenziale è sempre stata la convinzione di poter comunicare qualcosa di reale, solido e grande come le montagne, il frutto di una terra e di un clima unico. La terra di Conegliano è infatti ricca di argille e minerali, che ben si sposano

con un basso residuo zuccherino. Per questo motivo lo stile di Prosecco che Zardetto ha sempre voluto privilegiare è quello del brut, con bollicina fine e palato equilibrato per esaltare ancora di più il territorio. È questa quindi l'anima che si nasconde dietro i nostri Prosecco Rive, tutti creati con uve provenienti da singoli vigneti, tra i quali spicca il Rive di Ogliano Tre Venti brut. Questo spumante con soli 5 grammi di zucchero, prodotto in edizione limitata, è prodotto con uve di un vigneto unico, dove di notte, d'estate, soffiano tre venti diversi che rinfrescano l'uva, garantendo un'ottima escursione termica. La vite quindi è qui capace di trarre dal terreno il massimo della sua espressività, che si palesa in un bouquet leggermente fruttato, agrumato, con piacevoli note speziate.



TROFEI

DECORATI CON 36.000 CRISTALLI SWAROVSKI®

REALIZZATI DALL'ARTISTA
DANIELE BASSO AUTORE
DELLA SCULTURA
GIGANT AL PIZ LA ILA
ALLA PARTENZA
DELLA GRAN RISA

"Performances, velocità e passione danno vita ad uno spettacolo unico in Alta Badia. Di giorno e di notte. Emozioni dinamiche e forti che prendono vita nei cuori degli appassionati. Il trofeo interpreta queste sensazioni trasformandosi in un gioiello d'Arte per la Regina dei Giganti. La pista Gran Risa. Mitica. Dove vincere vale una stagione!"

Con queste parole l'artista Daniele Basso descrive l'ispirazione per i Trofei 2018, dove l'Arte fissa nei cristalli Swarovski® le emozioni della gara di Ski World Cup Alta Badia. Trofei come gioielli per celebrare i campioni che si danno battaglia sulla Gran Risa, nella maestosità delle Dolomiti. Tradizione, Arte e Sport insieme esaltano la vita per nuove ambiziose sfide future.

I Trofei 2018 sono decorati con oltre 36.000 cristalli originali Swarovski® nei colori White, Red e Green. Cristalli in 5 dimensioni diverse ed in 11 tonalità di colori differenti. Un vero capolavoro di eleganza.

Dal 1895 Swarovski® fornisce cristalli di qualità ineguagliabile, simbolo di artigianato e creatività. Sono divenuti ingredienti fondamentali del mondo della moda e dell'accessorio, della gioielleria e dell'interior, ma anche del design contemporaneo e dell'arte.



BIOGRAFIA

Daniele Basso, laureato in Economia, in Italia e negli USA, e poi in Design e Comunicazione a Milano, ha lavorato a Parigi e a New York per Versace e a Milano per Publicis ed FCA. Protagonista di Eventi in Italia ed all'estero, è uno scultore italiano noto per i lavori in metallo lucidato a specchio Opere che inducono una maggiore coscienza di noi stessi nella ricerca della nostra identità. Ha partecipato a tre edizioni della Biennale d'Arte di Venezia, con mostre e opere in diverse parti del mondo, tra cui Carrousel du Louvre (Parigi), Università del Seraphicum (Vaticano), GNAM (Roma), Expo 2015 (Milano), World of Coca Cola (Atlanta), Officine della Scrittura (Torino), Museo del Parco (Portofino), e in gallerie a New York, Dubai, San Pietroburgo, Monte-Carlo, Lugano, Milano, Torino e Bologna. Nel 2015 la scultura "Coke Its Me" (The Coca-Cola Company) e Gigant (SWC Alta Badia - Unesco Park Dolomites). Nel 2016 "Aquamantio" (MOSCA1916) a Biella. Nel 2018 la collaborazione con Hysteria Art Gallery di Milano e Personale a Roma in Azimut Capital Management SGR S.p.A.



RICHARD PRAMOTTON

IL PRIMO CAMPIONE ITALIANO SULLA GRAN RISA.



Il primo sciatore italiano a vincere sulla Gran Risa è stato l'atleta valdostano Richard Pramotton, che nel dicembre 1986, a 22 anni, ha trionfato in Alta Badia classificandosi davanti ad Alberto Tomba e al suo compagno di squadra Oswald Tötsch. Pramotton, membro della nazionale dal 1982, è stato il primo della Squadra Azzurra ad eccellere in maniera regolare nel tour di Coppa del Mondo dopo gli anni gloriosi di Gustav Thöni e Piero Gros, vantando l'incoraggiante quinto posto nella classifica generale dopo la stagione 1986/87. Pramotton ha gareggiato fino alla metà degli anni '90 per diventare poi allenatore della squadra italiana fino al 2006.

SOGNANDO L'ALTA BADIA

"È sempre stato emozionante per me gareggiare in Italia, dove la nostra giovane squadra era ancora più motivata. Tutti noi eravamo felici che l'Alta Badia fosse entrata a far parte del circuito di Coppa del Mondo nel 1985. Tutti gli atleti rimasero impressionati ed entusiasti scoprendo la Gran Risa, molto impegnativa e sempre ben preparata.

Nel 1985 riuscii a classificarmi al settimo posto nella prima gara vinta da Ingemar Stenmark mentre il mio amico Roberto Erlacher si classificò terzo. Entrambi riuscimmo a competere seriamente con i migliori atleti di quegli anni che erano tutti campioni affermati come Pirmin Zurbriggen, Stenmark, Joel Gaspoz, Markus Wasmeier o Marc Girardelli. Arrivare sul podio rappresentava un grande risultato per noi in quegli anni – vincere una gara era una cosa ancora più sensazionale. Dopo la prima vittoria di Roberto nella località francese Puy-Saint-Vincent all'inizio della stagione 1984/85, ci siamo dati molto da fare e abbiamo raggiunto risultati eccellenti classificandoci numerose volte nei primi tre. Le mie prime vittorie ad Adelboden nel gennaio 1986 e poi a Sestriere all'inizio della stagione mi hanno dato la carica giusta per ambire alla vittoria in Alta Badia, che rappresentava una gara speciale per noi. Mi ricordo che a bordo pista c'era una grande folla e all'arrivo un'atmosfera elettrizzante. Eravamo tutti molto eccitati. Riuscii a vincere la prima di due gare di slalom gigante in quella settimana davanti ad Alberto Tomba, all'epoca

ancora poco conosciuto. Indossavo il pettorale 24! Questo fu l'inizio della sua straordinaria carriera. Il giorno dopo mi classificai secondo dietro a Gaspoz e rimasi in testa alla classifica di Coppa del Mondo di slalom gigante per alcune settimane. Ho combattuto duramente anche negli anni successivi, ma senza riuscire a riscuotere grandi successi. Mi sono strappato i legamenti durante l'allenamento a Calgary nel febbraio 1988 e non sono più riuscito a tornare al massimo della forma. Ma con tre vittorie e un totale di dieci risultati a podio in tre diverse specialità, posso dire di aver fatto carriera nel tour di Coppa del Mondo. Spero di tornare presto in Alta Badia".

I MOMENTI MIGLIORI DELLA TUA CARRIERA.

"Ho sicuramente avuto alcuni momenti speciali durante la mia carriera nel tour di Coppa del Mondo – classificarsi sul podio due volte di fila in Alta Badia è stato sicuramente molto speciale per me! A quei tempi non esisteva ancora la neve artificiale dura – la pista si presentava per lo più ghiacciata e le gare erano estenuanti. Festeggiare la mia

prima vittoria di Coppa del Mondo nel gennaio 1986 sulla classica pista di Adelboden è stato molto emozionante. Ma vorrei anche ricordare gli anni gloriosi che tutti noi abbiamo trascorso in quel periodo nella squadra italiana. Eravamo giovani e combattevamo duramente sfidando alcuni atleti leggendari... è stato molto divertente".

COMMENTI SULL'ALTA BADIA.

"L'Alta Badia si trova indubbiamente in una zona molto suggestiva. Le Dolomiti sono magnifiche e l'intera regione è bellissima. La gente è molto cordiale – e il nostro team si è divertito un mondo a soggiornare nell'Hotel Ladinia di Marcello Varallo, un ex sciatore alpino italiano che in quegli anni organizzava l'evento. Abbiamo trascorso un periodo meraviglioso, allenandoci sulle piste vicine. Amo molto anche la mia regione, essendo nato e cresciuto nella località di La Sala in Val d'Aosta, da dove si può ammirare la cima del Monte Bianco. Scorre molta energia in quella zona – non è un caso che anche Federica Brignone sia cresciuta lì".

GIULAN



Cari volontari, partner e amici dell'ALPINE SKI WORLD CUP ALTA BADIA, GRAZIE al Vostro temperamento, lavoro, alla Vostra dedizione ed affidabilità siamo riusciti nell'impresa.



Abbiamo portato a casa le nostre gare in mondo visione, con un altissimo numero di spettatori TV e all'arrivo, gente che promuoverà la nostra zona sciistica, le nostre offerte culinarie e ricettive per l'arco dell'intera stagione invernale. **Il Vostro contributo** perdura non solo durante i giorni di gara, ma bensì per tutta la stagione invernale che ci accingiamo ad affrontare.

Orgoglioso dell'affiatamento che ci lega, auguro a tutti Voi una buona stagione e soprattutto un felice periodo natalizio. Il presidente ANDY VARALLO



AUDI FIS SKI WORLD CUP
ALTA PADIA EDIZIUN 2019

MUSIC



FAIRPLAY



PASSION



STARS



ACTION



EMOTIONS



FRIENDS



Erfolgreich mit Südtiroler Qualität



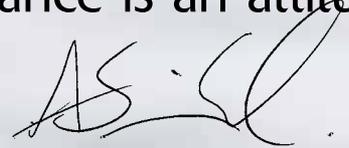
Entscheiden auch Sie sich für Lebensmittel aus Südtirol mit geprüfter Qualität. Dafür steht das Qualitätszeichen.

Christof Innerhofer
Ski Alpin



www.suedtirolerspezialitaeten.com

Elegance is an attitude



Aksel Lund Svindal



LONGINES®



CONQUEST
V.H.P.
VERY HIGH PRECISION

±5 SECONDS A YEAR
PERPETUAL CALENDAR
SMART CROWN
RESISTANCE TO MAGNETIC FIELDS
LONG-LIFE BATTERY



Conquest V.H.P.