



Associazione Valdostana Maestri di Sci

*22° corso di formazione maestri sci di
fondo
biennio 2025 – 2026*

Allievo Maestro:

Pieropan Henri

Oltre la tecnica: le soft skills per l'insegnamento dello sci e per l'ideazione di nuove proposte professionali.

La figura del maestro di sci è oggi sempre più multidimensionale. Descrivi e approfondisci le soft skills che consideri fondamentali non solo per l'insegnamento tecnico ma anche per progettare e proporre attività innovative, complementari o multidisciplinari all'interno della tua futura carriera. Illustra come queste competenze possano valorizzare la tua proposta professionale, arricchire l'esperienza dei clienti e differenziare il tuo profilo nel contesto attuale della montagna e del turismo sportivo.

INDICE

Introduzione

Capitolo 1 – Il ruolo del maestro di sci oggi

- 1.1 Evoluzione della professione
- 1.2 Il maestro di sci: un ruolo con tante sfaccettature
- 1.3 Confronto con altre figure e impatto sul territorio

Capitolo 2 – Le soft skills fondamentali

- 2.1 Comunicazione efficace
- 2.2 Empatia e intelligenza emotiva
- 2.3 Leadership e gestione del gruppo
- 2.4 Collaborazione e lavoro di squadra

Capitolo 3 – Problem solving e creatività

- 3.1 Il problem solving nelle lezioni di sci
- 3.2 Creatività nell'insegnamento
- 3.3 Ideare attività innovative per i clienti

Capitolo 4 – Conoscenza e rispetto del territorio

- 4.1 Il maestro come ambasciatore della montagna
- 4.2 Valorizzazione del territorio e del turismo
- 4.3 Educazione al rispetto dell'ambiente

Conclusione

Bibliografia

Sitografia

Tra piste e persone: le soft skill del maestro di sci

INTRODUZIONE

Negli ultimi anni il lavoro del maestro di sci è cambiato molto. Prima il suo compito era prevalentemente quello di insegnare la tecnica, oggi invece deve fare molto di più. Il maestro non è solo un istruttore, ma anche unaguida, una persona che comunica, che educa e che rappresenta la montagna e quello che offre.

Per questo sono importanti le soft skills – competenze trasversali, cioè quelle capacità che oltre all'insegnamento della tecnica aiutano anche il modo di stare con gli altri. Tra le più significative nel caso del maestro di sciritengo siano la comunicazione, l'empatia, la creatività, la leadership e il lavoro di squadra. Sono qualità che aiutano il maestro a distinguersi e a dare un servizio migliore a chi impara a sciare.

In montagna , ancora di più che in altri ambiti bisogna sapersi adattare, capire le persone e gestire i gruppi.

In questa tesina parlerò quindi delle soft skills più importanti per un maestro di sci, spiegando come servono sia nell'insegnamento che nella creazione di nuove attività per far conoscere e valorizzare la montagna.

Capitolo 1 – Il ruolo del maestro di sci oggi

Evoluzione della professione

Il maestro di sci è nato come figura tecnica: nei primi anni il suo compito era insegnare i movimenti base e accompagnare gli allievi sulle piste in sicurezza. Negli anni '40 e '50 le lezioni erano molto semplici: bastava dare poche regole per aiutare i principianti a muoversi senza cadere troppo.

Con il boom del turismo in montagna negli anni '60 e '70, la figura del maestro di sci è diventata molto più importante. Non serviva più solo spiegare la tecnica, ma anche accogliere i turisti, rassicurarli e trasmettere entusiasmo. Il maestro era ormai un punto di riferimento per chi arrivava in montagna: insegnava a sciare, ma nello stesso tempo faceva conoscere la bellezza del paesaggio e il piacere di passare tempo sulla neve.

Negli ultimi decenni la professione è cambiata ancora. Oggi il maestro di sci non è più solo un tecnico, ma un professionista capace di gestire situazioni diverse e di adattarsi a un pubblico molto vario.

Il maestro di sci: un ruolo con tante sfaccettature

La figura del maestro di sci è diventata multidimensionale. Non basta più insegnare a sciare: oggi bisogna saper comunicare, motivare e capire le esigenze di chi si ha davanti. Gli allievi non sono tutti uguali: ci possono essere bambini piccoli che devono giocare per imparare, adulti che provano lo sci per la prima volta e hanno paura, oppure turisti stranieri che non parlano la lingua.

Per affrontare queste sfide il maestro deve avere competenze molto diverse:

- tecniche, per insegnare bene la disciplina;
- comunicative, per spiegare in modo chiaro a tutti;
- psicologiche, per gestire ansie, motivazioni e aspettative;
- organizzative, per condurre gruppi numerosi e attività in contesti diversi. Inoltre, sempre più spesso i maestri collaborano con altri professionisti:
- con gli psicologi dello sport, che aiutano a migliorare la motivazione e a superare le paure;
- con i fisioterapisti, che sostengono nella prevenzione e nel recupero degli infortuni;
- con i preparatori atletici, che danno consigli per allenarsi al meglio anche fuori dalle piste.

Un esempio concreto viene da Valerio Sorteni, giovane maestro valdostano e istruttore nazionale, che in una sua tesi ha evidenziato come la professione debba tener conto di tanti aspetti nuovi: dai cambiamenti climatici, alla diminuzione dei giovani praticanti, fino alla necessità di offrire ai turisti esperienze complete e non solo lezioni tecniche

Confronto con altre figure e impatto sul territorio

Il maestro di sci oggi può essere paragonato ad altre figure professionali che operano nello sport e nel turismo. Come una guida alpina o un accompagnatore turistico non trasmette solo tecnica, ma costruisce esperienze. In questo senso ha molto in comune anche con un educatore o un animatore sportivo, perché deve motivare, incoraggiare e creare fiducia. La differenza principale però è che il maestro di sci è direttamente legato all'economia delle località di montagna. In tante valli alpine, e in particolare in alcune località della Valle d'Aosta, lo sci di fondo rappresenta il cuore del turismo invernale: senza sci non arriverebbero turisti e senza turisti non ci sarebbe lavoro per alberghi, ristoranti, bar, negozi sportivi e attività commerciali. Il maestro diventa quindi una figura decisiva perché attraverso la sua lezione non solo insegna a sciare ma rende l'esperienza piacevole, convincendo le persone a tornare o a parlare positivamente del luogo.

Basta guardare a Cogne, che oggi è considerata la capitale italiana dello sci di fondo: grazie ai maestri e alla scuola di sci il paese non vive solo di turismo estivo, ma è diventato un punto di riferimento anche in inverno, ospitando eventi di Coppa del Mondo e la Marcia Gran Paradiso che portano visibilità e migliaia di presenze. Lo stesso vale per Saint-Barthélemy, dove il turismo invernale si regge quasi interamente sul fondo e i maestri sono fondamentali per accogliere e fidelizzare gli sciatori, o per località più piccole come Rhêmes-Notre-Dame e Valsavarenche che non hanno grandi impianti di risalita e basano la loro attrattiva turistica invernale quasi esclusivamente sulle piste da fondo. In questi luoghi il maestro di sci è molto più di un insegnante: è un ambasciatore del territorio e della sua economia, perché ogni turista che prende una lezione non paga solo l'ora di insegnamento, ma porta ricchezza a tutta la valle attraverso il pernottamento, i pasti, il noleggio dell'attrezzatura e le altre spese collegate. In questo senso il maestro diventa parte integrante della comunità e ne sostiene la sopravvivenza: senza di lui molte località perderebbero gran parte della loro attrattiva invernale con conseguenze dirette sul lavoro e sul futuro stesso dei paesi di montagna.

Capitolo 2 - Le soft skills fondamentali

Comunicazione efficace

La comunicazione è una delle competenze più importanti per un maestro di sci di fondo. Non basta conoscere la tecnica: la differenza sta nel saperla spiegare con parole adatte a chi si ha davanti. Un bambino, ad esempio, non impara con discorsi complicati ma con immagini semplici, metafore e giochi. Può essere molto più efficace dire a un bambino “scivola come un pinguino” oppure “apri le braccia come un’aquila” piuttosto che utilizzare termini tecnici come “mantieni la posizione centrale” o “porta avanti il peso”. Un adulto principiante invece ha bisogno di spiegazioni chiare e rassicuranti, senza troppi concetti tecnici tutti insieme, ma con un linguaggio che trasmetta fiducia e serenità, così da sentirsi subito a proprio agio. Con i turisti stranieri il discorso cambia ancora: a volte il problema non è solo la lingua, ma la cultura. Per questo un maestro deve imparare a usare non solo le parole, ma anche i gesti, il sorriso e magari strumenti visivi come cartoncini con disegni o simboli che facilitino la comprensione.

In un contesto come Cogne, che accoglie turisti italiani e stranieri di ogni età, la capacità di adattare la comunicazione diventa ancora più importante. Una lezione di sci di fondo può trasformarsi da momento di ansia a esperienza divertente e indimenticabile semplicemente scegliendo le parole giuste. Personalmente, immagino di poter organizzare lezioni diverse a seconda del pubblico: attività ludiche e fantasiose per i bambini, percorsi “slow ski” per gli adulti che cercano calma e contatto con la natura, e lezioni pensate per turisti stranieri dove contano più il linguaggio del corpo, la mimica e la capacità di spiegare con poche parole.

Empatia e intelligenza emotiva

Ognuno porta con sé emozioni diverse quando arriva su una pista da sci di fondo. Ci sono bambini pieni di entusiasmo ma anche timorosi di cadere, adulti che hanno paura di sentirsi goffi, o turisti che si aspettano un'esperienza piacevole ma rimangono frustrati quando si accorgono che non è così facile come pensavano.

Qui entra in gioco l'empatia, cioè la capacità di mettersi nei panni dell'altro e di capire come si sente. Essere empatici significa riconoscere che dietro a un allievo che si blocca

non c'è solo un problema tecnico, ma magari paura, insicurezza o vergogna.

Un maestro empatico sa rassicurare senza minimizzare le difficoltà: sa incoraggiare un bambino che ha paura, sa motivare un adulto che si sente incapace e sa rispettare i tempi di ciascuno. Questo atteggiamento crea fiducia, e la fiducia è la base per imparare.

A Cogne, per esempio, immagino di poter proporre percorsi dedicati a chi ha paura della velocità o non si sente sicuro, con attività più dolci e gradualità.

Una lezione che inizia con esercizi di equilibrio senza sci o con brevi camminate sulla neve può aiutare gli allievi a prendere confidenza con l'ambiente. Inserire momenti di respirazione e rilassamento, magari immersi nel silenzio della vallata, può trasformare l'ansia in fiducia. In questo modo l'empatia diventa non solo un atteggiamento, ma un vero metodo di insegnamento.

Leadership e gestione del gruppo

Quando un maestro lavora con un gruppo non è semplicemente un istruttore: diventa un punto di riferimento. La leadership non deve essere intesa come autorità rigida, ma come capacità di guidare con sicurezza, trasmettere fiducia e creare un clima positivo. Un gruppo ben gestito non solo impara meglio, ma si diverte di più e vive un'esperienza più completa.

Il ruolo del maestro, quindi, è anche quello di equilibrare le differenze tra i partecipanti: ci sarà sempre chi è più veloce e chi più lento, chi impara subito e chi ha bisogno di più tempo. La vera leadership si dimostra quando il gruppo resta unito nonostante queste differenze, e tutti riescono a sentirsi parte della stessa avventura.

A Cogne, un luogo che si presta benissimo alle attività collettive grazie alle sue piste immerse nella natura, immagino la possibilità di organizzare lezioni che abbiano anche un valore sociale. Per esempio, piccole escursioni di gruppo con soste narrative, durante le quali raccontare curiosità sul territorio, sulla fauna del Parco del Gran Paradiso o sulle tradizioni locali. In questo modo la lezione non diventa solo un momento sportivo, ma anche culturale, in cui il gruppo si sente unito da un'esperienza condivisa e originale.

Capitolo 3 - Problem solving e creatività

In montagna le cose non vanno quasi mai come previsto. Il tempo può cambiare improvvisamente, la neve può avere caratteristiche diverse da un giorno all'altro, un allievo può stancarsi prima del previsto o perdere motivazione. In tutte queste situazioni il maestro deve dimostrare capacità di problem solving, cioè trovare soluzioni rapide ed efficaci.

Non sempre si tratta di grandi problemi: a volte basta modificare il percorso, inventare un esercizio diverso o proporre un'attività più leggera. Ma ciò che fa la differenza è la creatività. Un maestro creativo non si limita a “correggere gli errori”, ma inventa modi nuovi per insegnare e per rendere le lezioni stimolanti. A Cogne, ad esempio, potrei proporre attività che uniscono lo sci di fondo a piccoli giochi: percorsi a ostacoli nella neve, staffette divertenti, esercizi di equilibrio sotto forma di sfida. Questo approccio mantiene alta l'attenzione soprattutto nei bambini e nei ragazzi, ma può funzionare anche con gli adulti se viene adattato. Per chi invece cerca un'esperienza più rilassante, la lezione potrebbe includere momenti di stretching o esercizi di respirazione all'aperto, così da vivere la montagna non solo come sforzo fisico, ma anche come occasione di benessere.

Collaborazione e lavoro di squadra

Un maestro di sci non è mai davvero solo: fa parte di una scuola, di un team di colleghi e spesso lavora a stretto contatto con altre figure del turismo locale, come guide alpine, accompagnatori naturalistici, albergatori e ristoratori. La capacità di collaborare e di lavorare in squadra è fondamentale perché permette di offrire ai turisti un'esperienza completa, che va oltre la semplice lezione di sci.

A Cogne, ad esempio, un maestro potrebbe collaborare con i ristoranti delle varie frazioni per organizzare giornate che uniscono sport e gastronomia: dopo una lezione di sci di fondo, il gruppo potrebbe fermarsi a gustare un pranzo tipico con prodotti locali.

Oppure si potrebbe lavorare insieme alle guide del Parco del Gran Paradiso per proporre lezioni di sci abbinate a momenti di osservazione della fauna, come camosci e stambecchi. Un'altra possibilità è integrare lo sci con attività di benessere, come sessioni di yoga o stretching in collaborazione con operatori locali.

In questo modo il maestro diventa non solo un insegnante di tecnica, ma un vero ambasciatore del territorio. Non vende solo ore di lezione, ma un'esperienza che unisce sport, natura, cultura e tradizioni.

Questa capacità di collaborare è ciò che permette di distinguersi e di portare valore non solo agli allievi, ma all'intera comunità turistica.

Pazienza e perseveranza

Lo sci di fondo è uno sport che richiede tempo per essere imparato. Non tutti riescono subito a coordinare braccia e gambe, e molti allievi si scoraggiano dopo pochi tentativi. Per questo un maestro deve avere pazienza: non deve mai trasmettere fretta o ansia, ma far capire che ogni piccolo progresso è già una vittoria. La perseveranza, poi, serve anche al maestro stesso: insegnare può significare ripetere cento volte lo stesso movimento, senza mai perdere l'entusiasmo.

A Cogne, dove spesso arrivano famiglie con bambini o turisti che provano lo sci di fondo per la prima volta, la pazienza è una delle qualità più importanti. Un maestro che sa aspettare i tempi degli allievi e che non si arrabbia davanti agli errori riesce a creare un ambiente sereno, dove tutti si sentono liberi di provare e riprovare senza paura di sbagliare.

Adattabilità e flessibilità

La montagna non è mai uguale. Il meteo cambia, la neve ha consistenze diverse, le piste possono presentare difficoltà impreviste. Anche gli allievi arrivano con esigenze differenti: chi vuole solo divertirsi, chi vuole migliorare la tecnica, chi vuole faticare e chi invece preferisce prendersela con calma.

Per questo un maestro deve essere flessibile, pronto a modificare la lezione in base alla situazione.

A Cogne, ad esempio, può capitare che una pista sia chiusa o che il tempo peggiori improvvisamente: in questi casi bisogna saper improvvisare, proporre esercizi alternativi o trasformare la lezione in un'attività diversa, come una breve camminata con gli sci o un momento di gioco. L'adattabilità non è solo una questione pratica, ma anche mentale: significa accettare che non tutto può andare come previsto e saper trasformare ogni imprevisto in un'occasione positiva.

Gestione dello stress

Il lavoro del maestro di sci di fondo può sembrare sempre divertente, ma in realtà comporta anche molta pressione. Durante l'alta stagione ci sono giornate piene di lezioni, con bambini da seguire, genitori che fanno domande, turisti che hanno aspettative alte. A questo si aggiungono gli imprevisti: un allievo che cade, un gruppo che non collabora, condizioni meteo difficili.

In questi momenti il maestro deve saper mantenere la calma e non farsi sopraffare dallo stress. Una buona gestione delle emozioni trasmette sicurezza agli allievi: se il maestro resta tranquillo, anche loro si sentono più sereni.

A Cogne, dove la stagione turistica è concentrata in pochi mesi, questa capacità diventa essenziale per affrontare i picchi di lavoro senza perdere la qualità dell'insegnamento.

Capacità motivazionale

Molti allievi, soprattutto principianti, vivono momenti di sconforto. Imparare lo sci di fondo richiede impegno e può sembrare faticoso all'inizio. Un maestro deve quindi essere anche un motivatore, capace di spronare e di trovare sempre le parole giuste per incoraggiare. A volte basta sottolineare un piccolo miglioramento, ricordare all'allievo quanto sia normale sbagliare, oppure trasmettere entusiasmo attraverso il proprio atteggiamento positivo.

A Cogne, il paesaggio stesso diventa uno strumento motivazionale: fermarsi un attimo a guardare le montagne e dire “stai imparando in un posto unico al mondo” può dare la spinta giusta per continuare. Un allievo motivato non solo impara meglio, ma si porta a casa un ricordo positivo che lo invoglia a tornare.

Capacità di osservazione

Un bravo maestro non si limita a spiegare, ma osserva attentamente i suoi allievi. Ogni dettaglio del movimento può dire molto: la postura delle spalle, il modo in cui poggiano il piede, l'espressione del volto che rivela stanchezza o paura. Saper cogliere questi segnali permette di intervenire con correzioni mirate e di adattare la lezione alle esigenze reali. La capacità di osservazione non riguarda solo la tecnica, ma anche il comportamento: capire se un bambino sta perdendo attenzione o se un adulto sta iniziando a demoralizzarsi significa poter agire subito per riportare la concentrazione e la motivazione. A Cogne, dove spesso i gruppi sono eterogenei, questa dote aiuta a personalizzare l'insegnamento anche all'interno di una lezione collettiva.

Intelligenza interculturale

Il turismo porta a Cogne persone provenienti da tanti paesi diversi. Ognuno porta con sé una lingua, delle abitudini e delle aspettative differenti. L'intelligenza interculturale è la capacità di rispettare queste differenze, di essere curiosi verso culture diverse e di adattare il proprio approccio in base all'allievo. Non si tratta solo di parlare un'altra lingua, ma di saper leggere i comportamenti e di non giudicare ciò che è diverso dal proprio modo di fare. Per esempio, alcuni turisti stranieri preferiscono un approccio molto diretto e tecnico, mentre altri si aspettano calore e accoglienza. Un maestro che possiede questa sensibilità riesce a far sentire ogni turista a proprio agio, creando un'esperienza inclusiva e arricchente.

Trasmettere entusiasmo

Infine, una delle soft skills più potenti: saper trasmettere entusiasmo. La passione è contagiosa e un maestro che ama il proprio lavoro riesce a trasmettere a chiunque. Un sorriso, una parola positiva, un atteggiamento solare rendono la lezione più leggera e coinvolgente. Gli allievi non ricordano solo i movimenti imparati, ma anche l'energia che il maestro ha saputo comunicare. A Cogne, un luogo già di per sé speciale, l'entusiasmo del maestro può trasformare una semplice lezione di sci di fondo in un momento di gioia condivisa, che resta nel cuore dei turisti molto più a lungo della tecnica appresa.

Capitolo 4 – Conoscenza e rispetto del territorio

Nel mondo dello sport moderno il ruolo dell'istruttore non è più limitato alla trasmissione di gesti tecnici, ma comprende anche una dimensione educativa e formativa. Questo vale in modo particolare per il maestro di sci, che lavora spesso con bambini, adolescenti e famiglie. La lezione diventa quindi un momento di crescita personale, in cui si imparano valori come il rispetto delle regole, la collaborazione e la fiducia nelle proprie capacità.

Attraverso lo sport sulla neve gli allievi imparano anche a conoscere i propri limiti e a superarli gradualmente. Cadere e rialzarsi fa parte dell'apprendimento e rappresenta una metafora importante della vita quotidiana. Il maestro, con il suo atteggiamento, può aiutare a trasformare gli errori in occasioni di miglioramento, insegnando che il progresso nasce dalla pratica e dalla perseveranza.

Il rapporto tra maestro e allievo è quindi simile a quello tra educatore e studente: entrambi lavorano insieme per raggiungere un obiettivo, creando un clima di fiducia e di rispetto reciproco.

Il turismo sportivo in montagna

Negli ultimi anni il turismo sportivo è diventato uno dei settori più importanti per l'economia delle regioni alpine. Molte persone scelgono la montagna non solo per rilassarsi, ma per vivere esperienze attive a contatto con la natura. Lo sci di fondo rappresenta una delle discipline più apprezzate perché permette di fare attività fisica immersi in paesaggi naturali di grande bellezza.

In questo contesto il maestro di sci svolge un ruolo fondamentale: è spesso la prima persona con cui il turista entra in contatto quando decide di provare questo sport.

Una lezione ben organizzata può trasformarsi in un ricordo positivo che spinge il visitatore a tornare negli anni successivi. Per questo motivo la qualità dell'insegnamento influisce direttamente sull'immagine turistica della località.

Le località alpine che investono nella formazione dei maestri e nella qualità delle scuole di sci riescono spesso a distinguersi nel panorama turistico internazionale. Non si tratta solo di offrire piste ben preparate, ma di creare un'esperienza completa che unisca sport, cultura, gastronomia e scoperta del territorio.

L'importanza della formazione continua

Un'altro aspetto importante della professione riguarda la formazione continua. Le tecniche sportive evolvono, così come cambiano i metodi di insegnamento e le attrezzature utilizzate.

Per rimanere aggiornato, un maestro di sci deve partecipare periodicamente a corsi di aggiornamento, seminari e momenti di confronto con altri professionisti del settore.

La formazione non riguarda soltanto la tecnica dello sci, ma anche aspetti come la comunicazione, la psicologia dello sport e la sicurezza in montagna. Conoscere le basi del primo soccorso, della prevenzione degli infortuni e della gestione delle emergenze è fondamentale per garantire un ambiente sicuro durante le lezioni.

Inoltre la formazione continua permette ai maestri di confrontarsi tra loro, condividendo esperienze, strategie didattiche e soluzioni a problemi comuni. Questo scambio di conoscenze contribuisce a migliorare la qualità generale dell'insegnamento.

La montagna come ambiente da rispettare

La montagna non è solo un luogo di sport e turismo, ma anche un ecosistema fragile che deve essere protetto. Il maestro di sci può svolgere un ruolo importante nella sensibilizzazione degli allievi verso il rispetto dell'ambiente naturale.

Durante una lezione è possibile spiegare l'importanza di comportamenti responsabili, come non lasciare rifiuti sulle piste, rispettare la fauna selvatica e mantenere un atteggiamento consapevole verso la natura. Anche piccoli gesti, come fermarsi ad osservare il paesaggio o parlare delle caratteristiche del Parco Nazionale del Gran Paradiso, possono contribuire a creare una maggiore attenzione verso l'ambiente.

In questo senso il maestro diventa anche un educatore ambientale, capace di trasmettere l'amore per la montagna e il desiderio di preservarla per le generazioni future.

CONCLUSIONE

Le soft skills rappresentano oggi una componente fondamentale della professione del maestro di sci. La capacità di comunicare, di comprendere le emozioni degli allievi, di motivare e di collaborare con altri professionisti rende l'insegnamento più efficace e coinvolgente.

Un maestro di sci non trasmette soltanto movimenti tecnici, ma contribuisce a creare esperienze, ricordi e passioni che possono durare per tutta la vita. Attraverso il suo lavoro promuove lo sport, valorizza il territorio e diffonde una cultura della montagna basata sul rispetto, sulla collaborazione e sulla scoperta della natura.

BIBLIOGRAFIA

Franco Frigo – Manuale di Sci di Fondo Zanichelli.

Associazione Maestri di Sci Italiani – Manuale Tecnico Federale.

Daniel Goleman – Intelligenza Emotiva – Rizzoli.

Gian Piero Motti – La storia dell'alpinismo – CDA & Vivalda.

Allenarsi per gli sport invernali – Hoepli.

SITOGRAFIA

www.amsi.it – Associazione Maestri di Sci Italiani

www.fisi.org – Federazione Italiana Sport Invernali

www.parcogranparadiso.it – Parco Nazionale Gran Paradiso

www.scuolascicogne.it – Informazioni sulla scuola di sci di Cogne