

[PRIMO PIANO](#)[NORDEST](#)[TRENTINO ALTO ADIGE](#)[VALSUGANA TESINO](#)[PRIMIERO VANOI](#)[BELLUNO](#)[Primo Piano](#)[NordEst](#)[Valsugana Tesino](#)[Belluno](#)[Primiero](#)

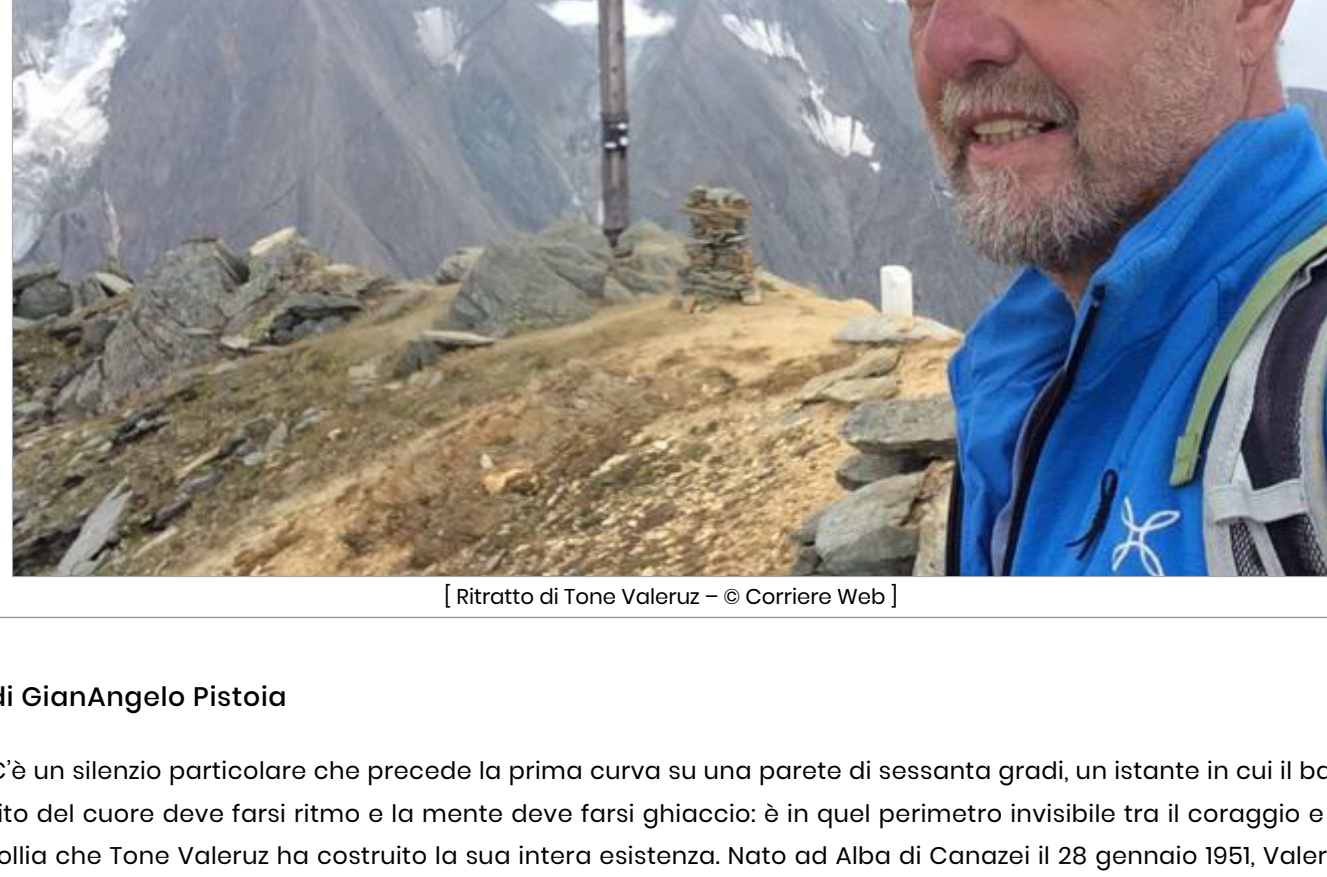
Icona dello sci estremo, Tone Valeruz festeggia nel 2026 una vita vissuta sulla linea del limite. Dalla storica "nord" della Marmolada al legame mistico con il Gran Vernel, lo sciatore ladino rifiuta la deriva social e tecnologica per difendere la purezza del gesto. Un ritratto esaustivo dell'uomo che ha dominato il vuoto e che ancora oggi cerca nel cristallo di neve il sale della vita continuando a insegnare un'etica della montagna fatta di umiltà e precisione

## Tone Valeruz: 75 anni tra sci estremo e libertà

12 aprile 2026

Redazione

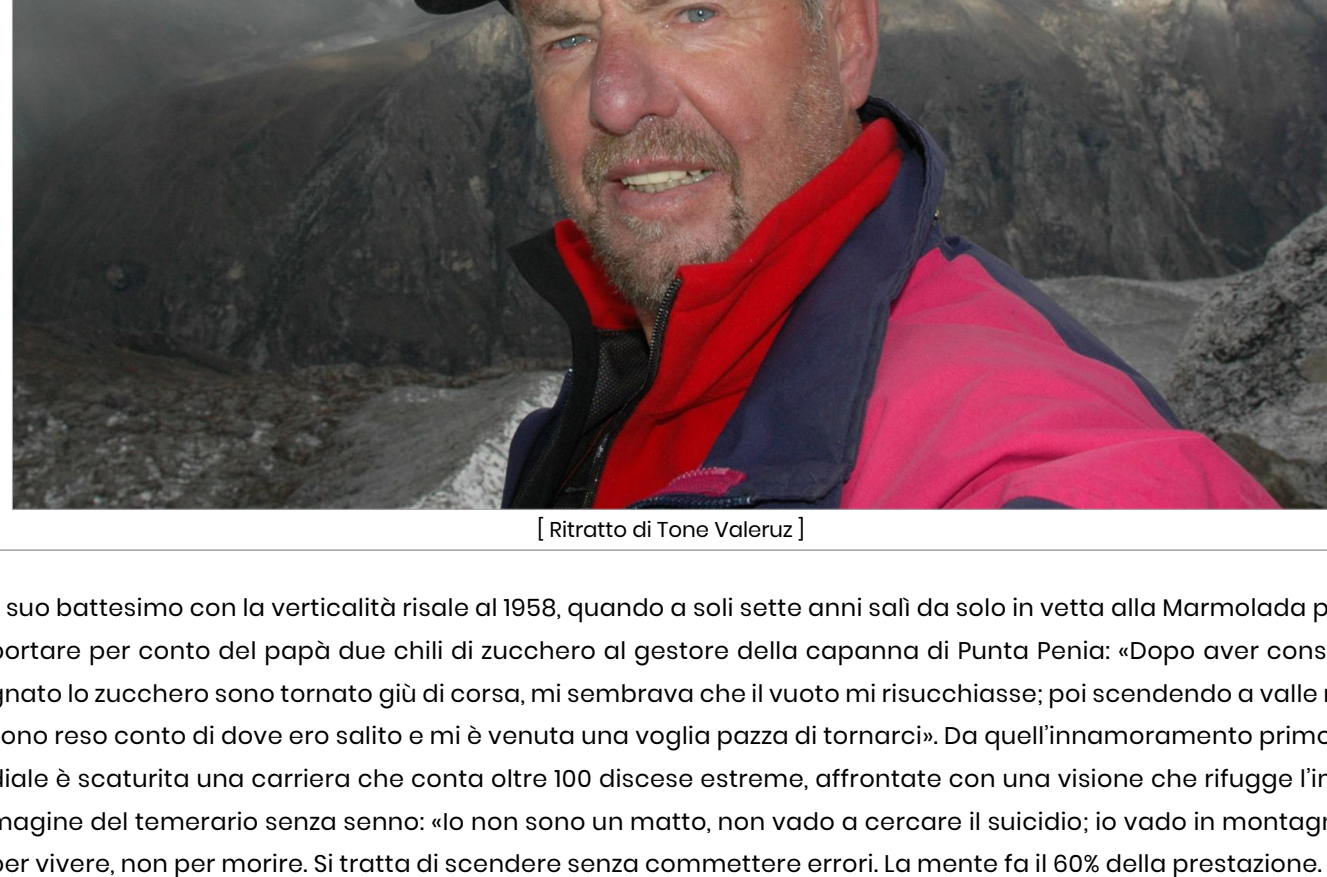
Comment (0)



[ Ritratto di Tone Valeruz – © Corriere Web ]

di GianAngelo Pistoia

C'è un silenzio particolare che precede la prima curva su una parete di sessanta gradi, un istante in cui il battito del cuore deve farsi ritmo e la mente deve farsi ghiaccio: è in quel perimetro invisibile tra il coraggio e la follia che Tone Valeruz ha costruito la sua intera esistenza. Nata ad Alba di Canazei il 28 gennaio 1951, Valeruz taglia proprio nel 2026 il traguardo dei 75 anni, un compleanno che non è soltanto un dato anagrafico, ma la testimonianza di una longevità sportiva e intellettuale raramente riscontrabile. Analizzare la sua figura significa immergersi in una filosofia del limite che ha trasformato lo sci da disciplina ludica in una forma d'arte estrema, dove la "linea" tracciata sulla neve diventa l'espressione di un controllo mentale assoluto. A settantacinque anni, Tone non è un reduce che contempla i trofei del passato, ma un professionista attivo che continua, ogni tanto, a calzare gli sci come maestro convinto che un uomo riesca a fare grandi cose solo se è «semplice dentro». Questo suo continuare, seppur saltuariamente, a insegnare la tecnica perfetta sulle nevi della Val di Fassa, conferisce alla sua figura una dimensione di coerenza assoluta: l'uomo che scendeva la "est" del Cervino è lo stesso che oggi corregge la posizione di un allievo sulle piste del Belvedere o del Passo Pordoi, trasmettendo non solo un gesto sportivo, ma un'etica del rispetto per la montagna che nasce dal basso, dal contatto fisico con il cristallo di neve.



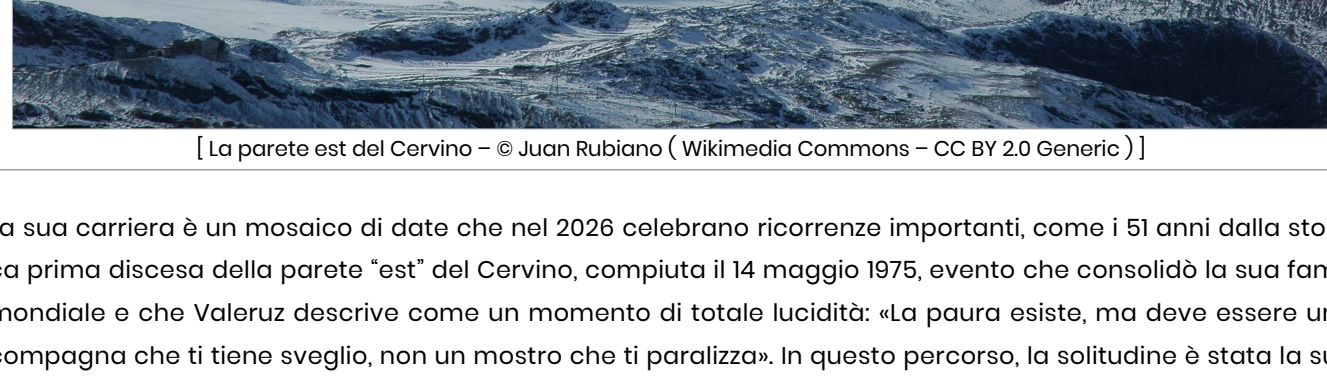
[ Ritratto di Tone Valeruz ]

Il suo battesimo con la verticalità risale al 1958, quando a soli sette anni salì da solo in vetta alla Marmolada per portare per conto del papà due chili di zucchero al gestore della capanna di Punta Penia: «Dopo aver consegnato lo zucchero sono tornato giù di corsa, mi sembrava che il vuoto mi risucchiasse; poi scendendo a valle mi sono reso conto di dove ero salito e mi è venuta una voglia pazzica di tornarci». Da quell'innamoramento primordiale è scaturita una carriera che conta oltre 100 discese estreme, affrontate con una visione che rifugge l'immagine del temerario senza senno: «Io non sono un matto, non vado a cercare il suicidio; io vado in montagna per vivere, non per morire. Si tratta di scendere senza commettere errori. La mente fa il 60% della prestazione. Lo sci estremo pone dei limiti, nel senso che oltre una certa pendenza non puoi andare perché gli sci si staccano dal pendio e perdi aderenza. Nell'alpinismo cerchi di passare sempre a cose più difficili, in arrampicata magari fai il sesto grado, ti alleni e arrivi poi fino al decimo; ecco, nello sci estremo questo non è possibile». La sua preparazione è quasi ossessiva, una scienza esatta dove l'improvvisazione è bandita e il successo dipende dal controllo totale di neve, vento e temperature, perché in una discesa estrema non si può lasciare nulla al caso e lo sbaglio si paga con la vita.



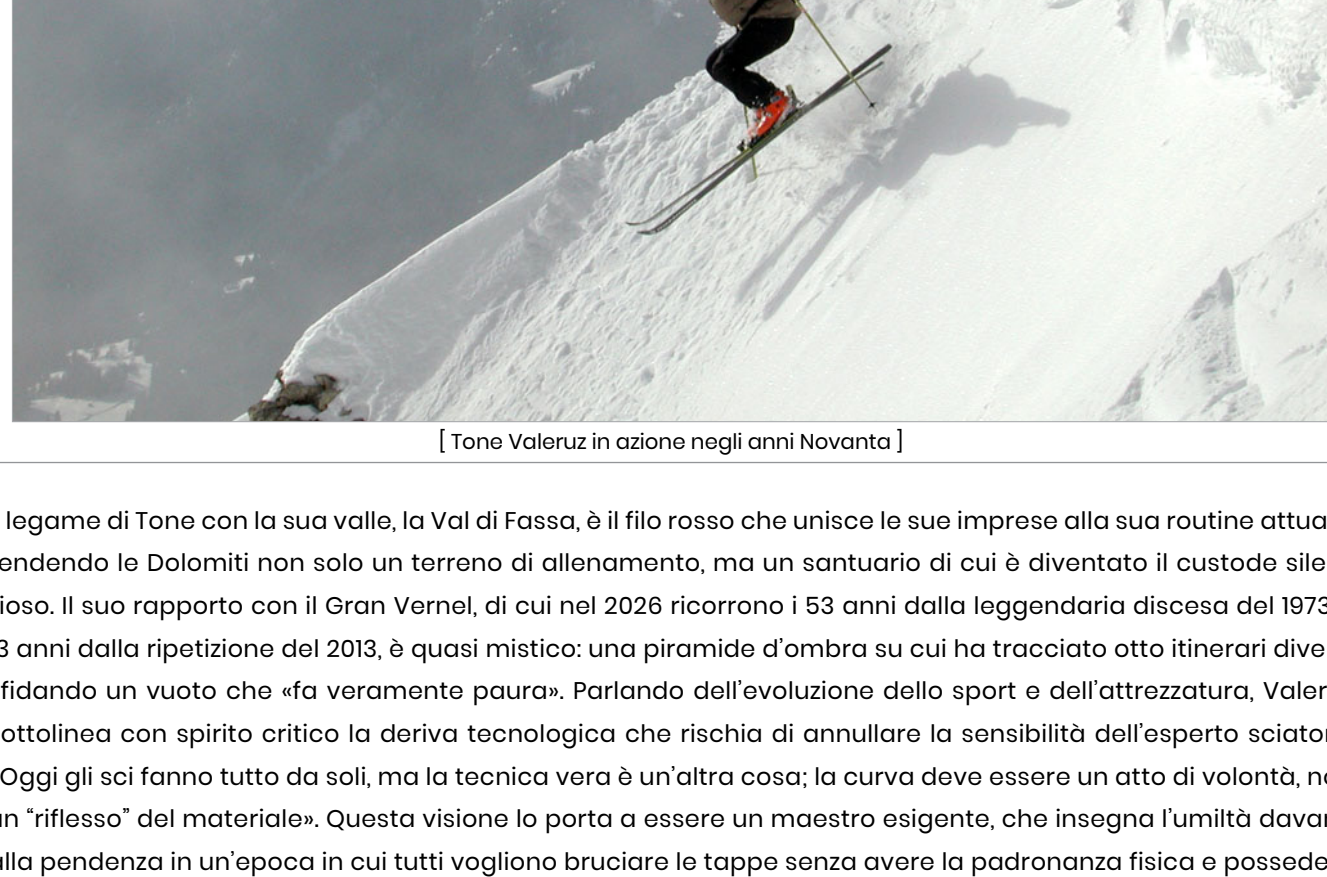
[ Tone Valeruz in azione negli anni Ottanta // Cover del libro "Tone Valeruz. 35 anni e più di sci estremo" (2004) ]

Il 2026 segna inoltre il 57° anniversario della sua affermazione internazionale, legata alla prima discesa della "nord" della Marmolada del 1969, un'impresa che scardinò il preconcetto che le pareti dolomitiche fossero territori preclusi allo sci. Quella discesa, compiuta a soli diciotto anni, non fu solo un record di pendenza, ma l'affermazione di una nuova identità ladina: un giovane della valle che non si limitava a subire la verticalità delle proprie montagne, ma la dominava con uno strumento fino ad allora relegato alle piste battute.



[ La parete est del Cervino – © Juan Rubiano ( Wikimedia Commons – CC BY 2.0 Generico ) ]

La sua carriera è un mosaico di date che nel 2026 celebrano ricorrenze importanti, come i 51 anni dalla storica prima discesa della parete "est" del Cervino, compiuta il 14 maggio 1975, evento che consolidò la sua fama mondiale e che Valeruz descrive come un momento di totale lucidità: «La paura esiste, ma deve essere una compagna che ti tiene sveglio, non un mostro che ti paralizza». In questo percorso, la solitudine è stata la sua compagna più fedele, una scelta deliberata per mantenere l'armonia con la montagna e per non disperdere energie mentali: «Lassù sei solo con te stesso; se sei solo è tutto più facile, non hai responsabilità». Questa indipendenza lo ha portato a rifiutare spesso radiotelefoni e sponsorizzazioni che avrebbero potuto intaccare la sua libertà esistenziale, preferendo la purezza di una sfida vissuta esclusivamente per sé stesso. Anche di fronte a incidenti gravissimi, come quello in parapendio del 1988 al Passo di Costalunga che sembrava avergli tolto ogni speranza di ripresa, Valeruz ha saputo reagire con una forza di volontà ferrea, tornando a sciare l'estremo e aprendo nuove vie in Patagonia, a dimostrazione che per lui lo sci è il sale della vita, un gioco d'azzardo dove il coraggio risiede nell'amare la vita stessa. Nonostante le critiche per l'uso occasionale dell'elicottero, Tone ha sempre risposto con la forza dei suoi fatti, sottolineando che affrontare slegati una parete verticale non diventa più facile solo per il modo in cui si raggiunge la vetta, poiché l'essenza dell'impresa risiede tutta nella discesa e nella capacità tecnica di dominare il vuoto.



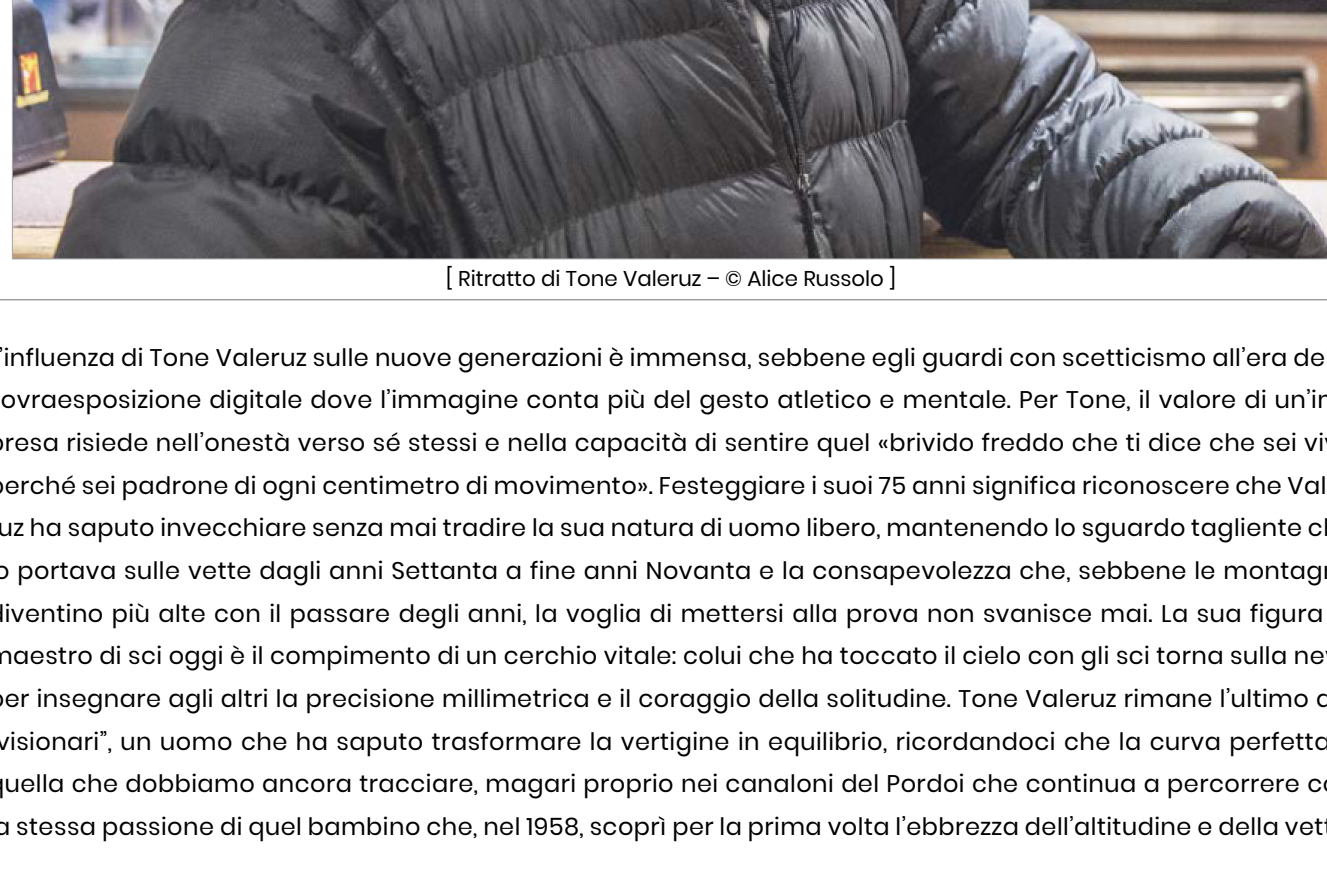
[ Tone Valeruz in azione negli anni Novanta ]

Il legame di Tone con la sua valle, la Val di Fassa, è il filo rosso che unisce le sue imprese alla sua routine attuale, rendendo le Dolomiti non solo un terreno di allenamento, ma un santuario di cui è diventato il custode silenzioso. Il suo rapporto con il Gran Vernel, di cui nel 2026 ricorrono i 53 anni dalla leggendaria discesa del 1973 e 13 anni dalla ripetizione del 2013, è quasi mistico: una piramide d'ombra su cui ha tracciato otto itinerari diversi sfidando un vuoto che «fa veramente paura». Parlando dell'evoluzione dello sport e dell'attrezzatura, Valeruz sottolinea con spirito critico la deriva tecnologica che rischia di annullare la sensibilità dell'esperto sciatore: «Oggi gli sci fanno tutto da soli, ma la tecnica vera è un'altra cosa; la curva deve essere un atto di volontà, non un "riflesso" del materiale». Questa visione lo porta a essere un maestro esigente, che insegna l'umiltà davanti alla pendenza in un'epoca in cui tutti vogliono bruciare le tappe senza avere la padronanza fisica e possedere il giusto equilibrio. La sua attività attuale nel 2026 è permeata da questo rigore, unito a una preoccupazione profonda per il mutamento climatico che sta trasformando la Marmolada in un ghiacciaio in via di estinzione: «Negli ultimi vent'anni tutto è completamente cambiato. Non solo il ghiacciaio si è drammaticamente ritirato, ma anche la vegetazione si è spostata verso l'alto di una cinquantina di metri. D'estate lo zero termico in media si assesta sui 4.000 metri e di conseguenza il ghiaccio continua a fondere anche di notte. Ha un colore nerastro e rossastro a causa delle sabbie portate dal deserto. A me spiace. La Marmolada è la montagna che mi ha forgiato. Una montagna particolare, aperta su un vastissimo orizzonte, dove ho vissuto momenti indimenticabili. Le albe, i tramonti, le scariche di fulmini sulla vetta. Mi ha dato modo di prepararmi per poi affrontare le altre montagne del mondo».



[ Il Massiccio della Marmolada visto dal monte Lagazuoi – © Moritz Wicklein / Alamy Live News ]

Tone osserva con amarezza come l'ingordigia umana e la spettacolarizzazione abbiano trasformato vette sacre in palcoscenici per «fenomeni sociali» che con la montagna non hanno nulla a che fare, preferendo ritirarsi nel silenzio delle sue "crode" di casa o dedicarsi a lunghe pedalate in bicicletta, che considera paradossalmente più rischiose di una discesa dalla "nord" del Cervino. Nel 2026, osservando l'evoluzione dello sci estremo mondiale, appare chiaro come Tone Valeruz sia stato un precursore totale non solo per le linee tracciate, ma per la capacità di leggere il territorio in modo quasi profetico. Le sue oltre 100 discese assolute, che includono vette come l'Alpamayo in Perù o il Makalu in Himalaya, hanno sempre avuto come base di partenza la conoscenza maturata sulle vette di casa, portandolo a distinguere nettamente tra lo sci estremo vero e il moderno "freeride": «Il "freeride" ti permette buone sensazioni senza obbligarti a metterti in gioco al 100%; nello sci estremo invece lo sbaglio lo paghi sempre con la vita».



[ Ritratto di Tone Valeruz – © Alice Russolo ]

L'influenza di Tone Valeruz sulle nuove generazioni è immensa, sebbene egli guardi con scetticismo all'era della sovrapposizione digitale dove l'immagine conta più del gesto atletico e mentale. Per Tone, il valore di un'impresa risiede nell'onestà verso sé stessi e nella capacità di sentire quel «brivido freddo che ti dice che sei vivo perché sei padrone di ogni centimetro di movimento». Festeggiare i suoi 75 anni significa riconoscere che Valeruz ha saputo invecchiare senza mai tradire la sua natura di uomo libero, mantenendo lo sguardo tagliente che lo portava sulle vette dagli anni Settanta a fine anni Novanta e la consapevolezza che, sebbene le montagne diventino più alte con il passare degli anni, la voglia di mettersi alla prova non svanisce mai. La sua figura di maestro di sci oggi è il compimento di un cerchio vitale: colui che ha toccato il cielo con gli sci torna sulla neve per insegnare agli altri la precisione millimetrica e il coraggio della solitudine. Tone Valeruz rimane l'ultimo dei "visionari", un uomo che ha saputo trasformare la vertigine in equilibrio, ricordandoci che la curva perfetta è quella che dobbiamo ancora tracciare, magari proprio nei canali del Pordoi che continua a percorrere con la stessa passione di quel bambino che, nel 1958, scopri per la prima volta l'ebbrezza dell'altitudine e della vetta.