Orienteering: uno sport alla portata di tutti, ecco cos'è

Data: Invalid Date | Autore: Redazione



L’Orienteeringche significa orientare, è una disciplina nata all’inizio del XX secolo. Si divide in diverse categorie tra cui:
-La corsa;

-Lo sci;

-Mountain bike;

-Orientamento di precisione.

Tra le meno praticate e non ufficiali esiste anche**orienteering canoa** praticato negli Stati Uniti.

L’Orienteering, in tutte le sue forme, prevede**l’utilizzo di una mappa**per effettuare un percorso prestabilito, nel bosco o in città. La mappa presenta la morfologia del terreno e le curve di livello (quindi nessuna scritta), una simbologia internazionale e l’utilizzo dei colori per distinguere le differenti zone. La zona interessata alla gara viene mappata da un cartografo nei mesi precedenti l’evento. In un secondo momento un tracciatore disegnerà tutti i percorsi delle varie categorie.

Ecco come è nata

Nel 1918 a Stoccolma, venne organizzata la prima gara ufficiale di orientamento in cui presero parte 202 concorrenti. Nasce come sport utilizzato dai militari nelle loro esercitazioni in campo aperto. Le prime mappe erano piuttosto rudimentali e le tecniche di navigazioni

approssimative. In questa fase l'Orienteering cresce come numero di tesserati e diventa più sofisticato dal punto di vista della strumentazione e delle mappe.

Nel 1975, nel corso del congresso **IOF di Stoccolma**, è stato inaugurato un monumento nel luogo di partenza di quella gara. In realtà le vere origini dell'orienteering risalgono verso la fine del XIX secolo, quando in **Norvegia**, fu organizzata una prova di sci orientamento. Negli anni Venti si segna un rapido incremento di partecipazione per questa nuova disciplina sportiva.

Oggi l'Orienteering si pratica nei 5 continenti e conta su 3.000.000 di praticanti. Al nord Europa si contano eventi che registrano fino a 20.000 partecipanti.

Il regolamento

L'orienteering è una disciplina sportiva che **premia chi riesce a esplorare con sicurezza un territorio sconosciuto**. È caratterizzato da una gara a cronometro dove i partecipanti usano una mappa dettagliata per raggiungere i punti di controllo scegliendo il percorso migliore. Questo sport si può praticare sia in bosco che in città, sia a livello amatoriale (come se fosse un'escursione fuori porta), sia a livello agonistico.

La disciplina più praticata è la **corsa** (T-O) ma esistono anche le varianti in **mountain-bike** (MTB-O), con gli **sci da fondo** (SCI-O) e la versione **paralimpica** (TRAIL-O) dove non conta la velocità ma la precisione.

Un percorso classico consiste in una partenza, una serie di punti di controlli da visitare nell'ordine indicato e un arrivo. Sul terreno ogni punto di controllo è segnalato con una bandiera bianca e arancione, nel gergo chiamata lanterna. Per registrare il proprio passaggio l'atleta deve punzonare il cartellino "testimone" oppure inserire il chip elettronico nell'apposita stazione.

Vince il partecipante che trova tutti i punti di controllo nell'esatto ordine e che ci ha impiegato il minor tempo. La mappa che si usa per l'orienteering ha una simbologia specifica ed è estremamente dettagliata: a seconda della gara la scala può variare da 1:15.000 a 1:5000 (1 cm sulla mappa equivale a 150/50 m sul terreno).

La pratica in Italia

In Italia l'orienteering viene praticato da molte associazioni affiliate alla **Federazione Italiana Sport Orientamento** (disciplina sportiva associata al **CONI** e disciplina paralimpica riconosciuta dal **CIP**). L'orienteering negli ultimi anni è sempre più praticato anche dalle aziende come attività di team building.

In Italia l'orientamento vide un primo sostegno dai gruppi sportivi militari che, negli anni '50, cartografano la zona di Monticolo (Bolzano) e vi disputano il "**Trofeo Buffa**".

I risultati più importanti sono arrivati dalla disciplina della Mountain bike orienteering dove 2 anni fa abbiamo vinto il titolo mondiale Sprint con Luca Dallavalle. Lo stesso atleta ha ottenuto anche un argento Middle ed un bronzo Long. Nel palmares dell'atleta trentino c'è anche un argento mondiale Middle conquistato in Portogallo nel 2010.

Nel 2011 invece si svolgono i **Campionati del Mondo in Italia**, sempre di Mtb-O, dove **Laura Scaravonati** ottiene un bronzo Long e il giovane Riccardo Rossetto conquista un argento Junior.

E' invece del 2012 la medaglia di Bronzo nella Corsa Orientamento di **Mikhail Mamleev**, russo diventato italiano e che vive in Alto Adige.

Nel 2015 arriva un altro grande risultato con **Michele Cera**, vicentino, che conquista l'oro nella specialità del Trail Orienteering, l'Orienteering di precisione, disciplina aperta ai diversamente abili.

L’anno seguente l’Italia ottiene l’oro a squadre nel Campionato Europeo di specialità con il trio **Tenani, Cera, Madella.**

Lo storico campione dell’Orienteering viene dal mondo dello Sci-O, è **Nicolò Corradini**della Val di Fiemme. Corradini vince 4 titoli mondiali sulle nevi, 2 in Italia nel 1994, nei Mondiali della Val di Non, e l’ultimo in Russia.

Clicca qui, per altri articoli sullo sport.

Dott. Gianmaria Celia e Dott.ssa Marta Doria

Articolo scaricato da www.infooggi.it
https://www.infooggi.it/articolo/orienteering-uno-sport-alla-portata-di-tutti-ecco-cos'è/124436