L'Orienteering è bello…
fa muovere gambe e cervello!!!

L'ambiente in cui si svolge è principalmente quello naturale, per questo viene chiamato **lo sport dei boschi**, ma si può praticare con uguale divertimento anche negli intricati centri storici di molte città.

La Corsa Orientamento è una prova contro il tempo, in cui il concorrente, **con l'ausilio di una carta** speciale molto particolareggiata e della bussola (in alcuni casi), deve **raggiungere** nel minor tempo possibile il traguardo, transitando per **una serie di punti di controllo** che vanno frequentati nell'ordine stabilito chiamati lanterne.

Ogni lanterna ha un suo Punzone (pinzatrice di plastica con dentini). Ogni Punzone e' differente dall'altro, quindi non e' possibile barare.

Quando non si ha la bussola: orientare la cartina a nord, mettere il pollice nel punto in cui siamo, sposteremo il pollice man mano che avanziamo sul percorso; identificare i punti di riferimento evidenti che riscontriamo sul percorso.

La scelta di percorso da un punto di controllo all'altro è libera ed è fondamentale la veloce e precisa lettura della carta topografica.

Il ridestato interesse per gli sport a contatto con la natura sta coinvolgendo sempre più persone verso l'orienteering, lo sport dei boschi. La maggior parte dei praticanti ha trovato in questa disciplina la giusta combinazione tra movimento fisico ed il piacere di partecipare ad un'attività all'aria aperta.

Nelle gare lo spirito e le motivazioni dei partecipanti possono essere diversi: c'è chi affronta la competizione con animo esclusivamente agonistico e chi gareggia in corti e facili percorsi senza tante preoccupazioni di piazzamento.

Completare regolarmente il percorso è già di per se gratificante. Per questo l'orienteering è uno sport per tutti. Infatti sono previste categorie suddivise per sesso, fasce d'età (dai 5 sino ai sessant'anni e più...) e con diverse difficoltà di percorso.

Questa è un'attività psicomotoria primaria a Juniorland in occasione di campi estivi, gite scolastiche e non solo…

Orienteering di corsa,
in mountain-bike e a cavallo.

Come si svolge una gara di orientamento.

La gara ha inizio con la consegna ad ogni concorrente di una cartina topografica molto dettagliata sulla quale vengono indicati, con segni convenzionali, partenza, arrivo e punti di controllo intermedi dove si dovrà obbligatoriamente transitare.

In tali punti sul terreno è posizionata la lanterna (un prisma a base triangolare di colore bianco arancio) munita di pinzetta punzonatrice con la quale documentare l'avvenuto passaggio sull'apposito "cartellino testimone" che ogni concorrente deve portare con se e consegnare al traguardo. Spesso le cartine da orienteering hanno i quadratini numerati per la punzonatura oltre al quadratino R che serve per il recupero.

E' consentito infatti 1 solo errore in tutta la gara, errore di cui il concorrente deve accorgersi prima della fine della gara.

Orienteering di corsa, in mountain-bike e a cavallo.

Il percorso da seguire fra un punto di controllo e l'altro è libero: ognuno sceglierà quello che riterrà il migliore sulla base delle informazioni topografiche che riuscirà a ricavare dalla cartina e i punti di riferimento evidenti.

Vincerà chi compirà l'intero percorso nel minor tempo. I concorrenti partiranno ad 1 minuto di distanza l'uno dall'altro, al termine della gara il cronometrista scrivera' sulla cartina il tempo di arrivo per poi compiere una sottrazione tra il tempo dipartenza meno il tempo di arrivo, quello sara' il tempo totale di gara (sempre che non ci siano errori di percorso.

Seguiteci su Info al 331.314.27.20

Orienteering di corsa, in mountain-bike e a cavallo.

Le varie fasi della gara

1 Iscrizione

Al momento dell'iscrizione viene consegnato il **pettorale** ed il **cartellino-testimone** o una cartina con dei quadratini numerati oltre al quadratino R (recupero) che l'atleta punzonerà in gara. Nelle gare internazionali si utilizza un sistema di punzonatura elettronico, con scheda magnetica, didatticamente si usa il punzone classico.

2 Partenza

I concorrenti partono a intervalli di alcuni minuti uno dall'altro.

Al via il concorrente riceve la **carta del terreno** di gara su cui sono riportati alcuni cerchietti, che rappresentano i punti di controllo.

3 La gara

In gara vanno raggiunti i **punti di controllo**, nello stesso ordine in cui sono numerati sulla carta. Ad ogni controllo si trova un segnale bianco-arancio: la **lanterna**, ove l'atleta troverà un **punzone** con cui marcare sul cartellino-testimone personale il proprio passaggio.

4 L'arrivo

Appena superato il **traguardo**, viene rilevato il tempo di passaggio, e il cartellino-testimone viene ritirato e controllato. Se le punzonature sono complete, vince l'atleta classificato col tempo inferiore.

Seguiteci su Info al 331.314.27.20

Junior Land.net

Orienteering di corsa, in mountain-bike e a cavallo.

Co-O – Corsa e orientamento

Acquisire la capacita' d'orientamento consolida l'autostima e rafforza la personalita' di ogni individuo!!!

MTB-O – Mountain bike e orientamento

HORSE-O – Cavallo e orientamento

Seguiteci su Info al 331.314.27.20