

Sport Al via domenica le prove per la coppa del Mondo della singolare disciplina: nel Lazio, un migliaio di agonisti

Orienteering: Pollicino è un campione

Atleti in gara nei boschi dei Simbruini, armati di carte e bussola

LO PSICOLOGO

«I manager lo praticano perché aiuta a decidere e dà autostima»



Insegna a ragionare sotto sforzo ed a catturare e vagliare informazioni. Sono solo alcuni dei valori formativi dell'orienteering. Secondo Lucio Cereatti, docente di psicologia presso la Scuola dello Sport del Coni ed a sua volta atleta orientista, l'orienteering richiede, soprattutto, capacità di focalizzare l'attenzione su vari stimoli percepiti ed ordinarli secondo importanza. Gabriele Viale, istruttore di orienteering, spiega che «esercizi specifici di orienteering favoriscono l'autostima, stimolano il problem solving e rafforzano lo spirito di squadra».

Per questo motivo un sempre maggior numero di aziende hanno adottato per i loro top manager l'«outdoor training orienteering» con lo scopo di stimolarli ad uscire dai consueti schemi mentali e di comportamento. Sempre meglio che camminare sui carboni ardenti o sperimentarsi in corsi di sopravvivenza.

R. St.

Mai come in questo caso vale il leit motiv che accompagna solitamente l'avvicinamento ad ogni pratica sportiva: «sarà utile nella vita». Chi pratica orienteering, lo sport dei boschi e non solo, ne trae, infatti, esperienze che torneranno sicuramente preziose in futuro. Anche se non si raggiungono risultati ai vertici internazionali o non si diventa campioni nazionali.

Venticinque nazioni in corsa con 91 uomini e 66 donne: fra sentieri, dirupi e torrenti

Centocinquanta-sette atleti (91 uomini e 66 donne), in rappresentanza di 25 nazioni e 4 continenti, si armeranno di mappe e vorranno passare primi alle punzonature dopo aver gareggiato nelle tappe fra sentieri, dirupi e torrenti. L'obiettivo dell'orienteering è, infatti, raggiungere in sequenza una serie di punti prefissati («lanterne») nel minor tempo possibile, orientandosi esclusivamente con una

LA FEDERAZIONE

Sono 164 le società

Secondo i dati della Federazione Italiana Sport Orientamento l'orienteering è il terzo sport più insegnato nelle scuole italiane di ogni ordine e grado. L'alunno impara a confrontarsi con i propri limiti. A Roma la pratica è diffusa, in special modo, al Liceo Cavour e alla media sperimentale Mazzini. In Italia ci sono 164 società affiliate alla federazione. Circa 223 le gare ogni anno, cui partecipano in media 800 concorrenti. Il record spetta al Meeting di Venezia: 3500 partecipanti.

carta topografica (con segni convenzionali unificati in tutto il mondo) e una bussola magnetica: adulti in gara come moderni Pollicino. Le partenze dei vari concorrenti sono a intervalli e la scelta del percorso è pienamente libera. Chi è resistente nella corsa e meno abile nella lettura della mappa, può scegliere un percorso più lungo ma più facilmente



LA STRADA GIUSTA Un atleta con mappa alla mano, appena passato alla punzonatura durante una gara di orienteering propedeutica al campionato del mondo

identificabile. L'orienteering è una specialità trasversale che combina molti sport. Le prove più diffuse sono podistiche, ma si può gareggiare anche in mountain bike o con gli sci di fondo. Esistono poi prove a cavallo o in canoa. I portatori di handicap gareggiano in prove di precisione che si svolgono in un'area più ristretta.

Nato nel 1897 in Norvegia, l'orienteering fu consacrato dalla prima gara internazionale nel 1919 a Stoccolma. Oggi nel mondo si annoverano circa 3 milioni di praticanti. In Italia, dove la prima manifestazione ufficiale si tenne nel

1951, la Federazione Sport Orientamento è nata nel 1985 e vanta, oggi, 5.179 (un terzo dei quali donne) tesserati agonisti. Nel Lazio si registrano circa un migliaio di praticanti. «È una disciplina - spiega Francesco Valente, campione di categoria "35-49" e presidente del comitato laziale - adatta a tutti. Abbiamo pure novantenni». Del resto a chi non serve orientarsi nella vita?

Roberto Stracca

COPPA DEL MONDO DI ORIENTEERING
dal 2 al 9 ottobre, Parco dei Monti Simbruini. Info: www.fiso.it o 328.6155255