



# AZIMUT

MAGAZINE

RIVISTA UFFICIALE DELLA FEDERAZIONE ITALIANA SPORT ORIENTAMENTO

**Orienteering ai tempi del distanziamento**

**C-O Scalet e Troi sempre al top delle classifiche**

**Mtb-O Dallavalle si conferma. Pecorari cresce**







# ITAS<sup>sa</sup> guardare lontano

gruppoitas.it



**AGENZIA FIERA DI PRIMIERO**  
**S.a.S. di Gadenz Gianfranco, Yuri & C.**  
 Viale Piave, 83 Transacqua  
 38054 PRIMIERO SAN MARTINO DI CASTROZZA TN  
 Tel. 0439 64141 Fax 0439 64649  
 agenzia.fieradiprimiero@gruppoitas.it

**Subagenzia:**  
 San Martino di Castrozza – Via Fontanelle – tel. 0439 68250



**Presidente FISO: Sergio Anesi**

## LA LOTTA AL VIRUS CON BUSSOLA E CARTINA IN MANO.

La lotta al Covid19 non è solo il distanziamento, l'uso della mascherina e del gel, il lavaggio delle mani, la misurazione della temperatura....

E' anche saper individuare una modalità per la ripartenza in sicurezza delle attività, anche di quelle sportive, garantendo sempre la massima attenzione al rispetto delle regole e condividendo un atteggiamento responsabile e rispettoso della salute propria e degli altri. E la Fiso, in questo periodo ha saputo cogliere le esigenze e le aspettative del movimento e proporre l'attività sia promozionale che agonistica lanciando un forte segnale di ragionato ottimismo per un futuro che ancora per molto ci vedrà confrontarci con la pandemia.

I protocolli adottati e riaggiornati costantemente, l'attenzione meticolosa nella preparazione delle migliori condizioni per i raduni e per le competizioni di pertinenza federale sono elemento puntuale di ricerca della FISO per garantire la massima sicurezza agli atleti e a tutti i tesserati.

Certo, alle volte il rispetto richiesto sembrerà quasi un accanimento, ma la tutela della salute non ammette deviazioni o scorciatoie. Usando un eufemismo tratto dal nostro sport dobbiamo tutti cercare le stesse lanterne seguendo in questo caso il percorso più sicuro e non quello più facile o più veloce.

Non mi stancherò mai di ripetere questa raccomandazione, a costo di apparire noioso, ma al contempo non mi esonero nel sollecitare la ripresa delle attività da parte di tutte le società, perchè lo sport in generale ha bisogno di ritrovarsi, in modalità diverse dal passato, recuperando l'ottimismo della competizione e del confronto.

Bussola e cartina in mano quindi per riprendere quel percorso interrotto alcuni mesi fa e renderlo ancora più interessante di come lo abbiamo lasciato.

Gli amici del consiglio stanno garantendo un grande contributo di esperienza e impegno nelle diverse funzioni loro affidate. E i frutti cominciano ad essere visibili sia nell'organizzazione del lavoro che nelle prospettive di sviluppo.

E' stato un periodo duro che ci ha costretto ad usare

modalità diverse con un confronto a distanza, ma foriero di idee, di progetti e di studio di soluzioni da proporre per il rilancio della attività nel variegato mondo dell'Orientamento.

Agire localmente ma pensare globalmente è un mantra che deve entrare nell'impegno di tutti con la proiezione dell'attività sul quadriennio e con la ricerca di un riallineamento condiviso degli obiettivi e percorsi.

Per questo a breve invieremo alle società un questionario che, nelle intenzioni del sottoscritto, vuole essere ad un tempo fonte per la rilevazione dei bisogni più avvertiti per organizzare bene e meglio l'attività, ma che dovrebbe risultare anche una occasione per indicare proposte e idee per sviluppare il nostro sport, coscienti del passato ma con occhio a quello che sarà in futuro.

Abbiamo però bisogno di ampliare l'orizzonte aprendoci a nuove collaborazioni e iniziative che uniscano le potenzialità di ciascuno e che sappiano superare le posizioni di un passato non tanto remoto di qualche incomprensione. Nord, Centro e Sud con obiettivi alti e con reti di azioni e persone che concorrano ad espandere le opportunità che lo sport sa offrire piuttosto che a dividerle. E in questo contesto ognuno di noi, in ruoli diversi può fare la sua parte.

E' necessario in questo contesto, pur in un anno difficile come quello che stiamo vivendo, ricercare idee, forme e modalità per una maggior tesseramento sia a livello promozionale che agonistico.

Lo sport, il nostro sport, necessita di entrambi e ha soprattutto bisogno di un gioco di squadra per farlo diventare "grande".

Anche nel periodo difficile del Covid 19 usiamo bussola e cartina per individuare e perseguire assieme il nuovo percorso della FISO.

Arrivederci sui campi di gara.

Il Presidente FISO  
Sergio Anesi



## Rivista Ufficiale della Federazione Italiana Sport Orientamento

DIRETTORE RESPONSABILE: Pietro Illarietti  
DIRETTORE DI REDAZIONE: Pietro Illarietti

CREATIVE DIRECTOR: Cristina K. Turolla

### In copertina:

Photo Pietro Illarietti

### Hanno collaborato:

Alessio Tenani, Sergio Anesi, Fulvio Lenarduzzi e Daniele Guardini, Carla Gobetto, Stefano Galletti, Maria Chiara Crippa, Janos Manarin, Riccardo Scalet, Verena Troi, Daniel Hubmann.

### Redazione:

Via della Malpensada, 84 - 38123 Trento (TN)

### Progetto grafico e impaginazione:

Studio grafico CKT - Inzago (MI)  
www.cristinaturolla.it

### Stampa:

Esperia S.r.l. - Via Galilei 45, 38015 Lavis (TN)

### Trimestrale a cura della F.I.S.O.

Federazione Italiana Sport Orientamento  
Via della Malpensada, 84  
38123 Trento (TN)  
Tel. 0461. 231380  
www.fiso.it - info@fiso.it

Stampato nel mese di Settembre 2020  
Autorizzazione n.1 - Tribunale di Trento del 18-2-2010  
Spedizione in abbonamento  
Associato all'USPI - unione Stampa periodica Italiana



FEDERAZIONE ITALIANA SPORT ORIENTAMENTO



FEDERAZIONE ITALIANA SPORT ORIENTAMENTO



a cura di Carla Gobetto

## IL MARCHIO FISO, UN PATRIMONIO DA TUTELARE

*Al giorno d'oggi è innegabile la considerazione che il marchio della FISO abbia indiscutibilmente un valore di immagine, oltre a possedere una rilevante importanza in chiave comunicativa. Esso trasmette come uno specchio una serie di valori associati alla Federazione e all'Orienteering in generale.*

Il marchio può essere considerato come la firma della Federazione, capace di evocare immediatamente i valori, l'identità e la missione. E proprio per questo nei progetti federali rientra la redazione di un disciplinare che guidi all'uso corretto del nuovo marchio e che consenta, se il Presidente e il Consiglio lo riterranno opportuno, di riprendere anche il precedente marchio con eventuale destinazione d'uso mirata. La Federazione ha il dovere di tutelare i propri segni distintivi. L'uso non autorizzato o arbitrario di tali diritti non è consentito ed è perseguibile a termini di legge ed in via disciplinare. L'adozione di un regolamento per l'uso del marchio "FISO" è una scelta basata su una serie di motivazioni che possono essere così sintetizzate:

- Creare un'immagine forte ed omogenea degli Organi Centrali e Territoriali della FISO, che si possano così presentare al mondo esterno con una veste uniforme quali parti di un'unica struttura nazionale ed identitaria;
- Creare un giusto veicolo promozionale per tutto il movimento. Una particolare attenzione e sensibilità su questo tema, se correttamente gestito ed interpretato, potrà, senza dubbio, rappresentare un punto di forza dell'attività di promozione federale;
- Allinearsi al CONI, alle FNS e DSA, che hanno già adottato da tempo un regolamento per gestione integrata dell'immagine federale con un disciplinare per Organi Centrali e Periferici e un disciplinare per Affiliati. Sicuramente la situazione attuale è molto varia e la disomogeneità risulta amplificata dall'uso del web e dei social da parte di Comitati/Delegazioni e di soggetti Affiliati.

In attesa che il Consiglio Federale definisca il nuovo Regolamento, è importante che Comitati/Delegazioni e le ASD/SSD prestino attenzione all'uso dello stesso e soprattutto del logo del CONI e del CIP su locandine, modulistica e sit web. L'uso dei marchi del CONI e CIP è consentito solo alla FISO con le modalità stabilite dallo specifico regolamento. Per questo si invita a prestare la massima attenzione a quanto evidenziato e in attesa della approvazione definitiva del regolamento a sottoporre, in caso di dubbio, alla Fiso la proposta d'uso per iniziative che possano rappresentare possibili conflitti con gli organi superiori.



ITAS ASSICURAZIONI

SOLDA

VAISUGANA LAGORAI

Cassa Rurale di Trento BANCA DI CREDITO COOPERATIVO UNICA, PERSONALE, INCONFONDIBILE



# L'ORIENTEERING DEL POST COVID RITROVA I CAMPIONI DI SEMPRE

SI È INIZIATO A SAN MARTINO DI CASTROZZA E PASSO VALLES.  
UNA FESTA ALL'INSEGNA DEI PROTOCOLLI.

A cura di Stefano Galletti

**Cambiano gli addendi, ma il risultato non cambia. Se al posto di "addendi" scriviamo "Folgaria e Millegrubbe 2019" e poi "San Martino di Castrozza e Passo Valles 2020", e poi intendiamo la parola "risultato" come la classifica delle gare di Campionato Italiano Sprint e a Lunga Distanza, classico appuntamento di inizio settembre, allora possiamo ben dire che ad un anno di distanza sembra che nulla sia cambiato: Riccardo Scalet e Viola Zagonel si confermano campioni italiani sprint. Sempre Riccardo Scalet e Verena Troi si confermano campioni italiani a lunga distanza.**

E invece tantissime cose sono cambiate, in questo anno di (dis)grazia 2020 durante il quale le parole con cui abbiamo convissuto sono state soprattutto lockdown, mascherine, distanziamento sociale e soprattutto coronavirus o Covid: un anno che verrà ricordato nei libri di storia e non certo per motivi di cui essere felici, una stagione sportiva monca in tutti gli sport che, in campo orientistico, solo il coraggio (ma Adriano Bettega, direttore gara a San Martino di Castrozza e deus ex machina del GS Pavione, l'ha definito anche "pizzico di pazzia") dimostrato da due società collaudate come il Gruppo Sportivo Pavione e l'Unione Sportiva Primiero ha consentito di riprendere ad alto livello. Con tutti i vincoli e le restrizioni imposte dal protocollo FISO Anticovid elaborato dal Consiglio Federale: mascherine da indossare in tutta l'arena di gara (alcune delle quali a tema visibilmente orientistico), fino ad un minuto dalla partenza e appena tagliato il traguardo; molteplici corridoi di partenza, sanificazione delle mani

prima di accedere alla zona di partenza e appena tagliato il traguardo, mappe nuove a disposizione di tutti i concorrenti dopo la gara e premiazioni ridotte al minimo per evitare assembramenti. Tutto questo non ha impedito che le gare si svolgessero in un clima festoso per tanti partecipanti che si erano dati appuntamento "alla prima occasione possibile" durante i tanti eventi virtuali o di formazione tenutisi durante il lockdown. San Martino di Castrozza è stata di nuovo colonizzata dagli orientisti, come già avvenuto in passato per altre manifestazioni nazionali ed internazionali, con il GS Pavione che è stato in grado di approntare una arena di gara standard nella conca di Prà delle Nasse, con lo sfondo delle Pale di San Martino ed i percorsi di Aaron Gaio che hanno soddisfatto i concorrenti di tutte le categorie.

Passo Valles si è dimostrato un terreno davvero ostico ma difficilmente eguagliabile sia dal punto di vista delle

difficoltà tecniche che di quelle fisiche (l'altitudine in alcuni tratti superiore a 2200 metri si è fatta sentire), e chi magari si è fermato a dare la caccia a qualche molecola di ossigeno in più o a consultare per la centesima volta la carta di gara per trovare un punto di controllo più ostico di altri è bastato dare una occhiata alle montagne tutto intorno per sentirsi ugualmente appagato. Venendo alle gare. Che si può scrivere

ancora su Riccardo Scalet (PWT Italia) che non sia già stato scritto negli ultimi anni? Basta ricordare, ma a puro titolo statistico, che

ha trovato in casa PWT un avversario temibile fin dalle prossime gare, quel Lukas Patscheider che anziché cercare di essere una versione Riccardo 2.0 ambisce a diventare un Lukas 1.0 in grado di ripercorrere i fasti del poco più giovane compagno di squadra e capitano. Scalet ha guidato nel weekend una autentica corazzata, quella del PWT Italia, capace di vincere in campo maschile tutte le medaglie in palio: ai due ori di Scalet di aggiungono l'argento sprint di Sebastian Inderst (poi quarto nella long), l'argento di Patscheider nella long e i due bronzi di Tommaso Scalet. Bottino pieno.

Tra le donne, la Sprint si conferma il regno di Viola Zagonel (Polisportiva Masi) che è riuscita a rimanere in testa dall'inizio alla fine nonostante la difficoltà principale sia stata proprio di... arrivare in partenza in tempo! Il minuto zero di partenza posizionato alle ore 14.30 (quindi non proprio il classico minuto "00") ha scombinato la mappa mentale di più di qualcuno, così Viola si è accorta solo all'ultimo momento utile (forse dalla voce dello speaker che elencava le partenze delle atlete più accreditate) che il suo orario di partenza stava arrivando: l'esperienza le ha consentito di mantenere il sangue freddo, una gran corsa in salita fino ai cancelli di partenza, lo

start quasi "lanciato" con le pulsazioni già a mille, ma la concentrazione si è dimostrata fin da subito ottimale, e le gambe ultrarapide le hanno consentito di stampare subito il miglior tempo. Poche esitazioni, un nuovo miglior tempo alla dodicesima lanterna quando il margine di vantaggio si era attestato ormai ad una ventina di secondi su tutte le avversarie, ed un arrivo allo scoccare del quindicesimo minuto che le ha consentito di riconfermarsi campionessa italiana senza lo stesso patema di Folgaria 2019, quando aveva dovuto attendere fino all'ultimo l'esito della rincorsa feroce (ma vana) di Carlotta Scalet. Al secondo posto nella gara sprint di è piazzata Christine Kirchlechner (Sport Club Merano), tornata alle posizioni che le competono dopo le stagioni con qualche infortunio e terza posizione condivisa tra Irene Pozzebon (Polisportiva Besanese) e Jessica Lucchetta (Orientierung Tarzo). Per qualche minuto le prime tre atlete della classifica sono state proprio Kirchlechner, Pozzebon e Lucchetta, racchiuse in soli 2 secondi a rappresentare tutta l'essenza e la drammaticità di una gara sprint... poi è arrivata Viola ed i suoi 25 secondi di vantaggio sulla immediata inseguitrice ha chiuso la storia della gara.

L'ultimo campionato italiano individuale che NON ha vinto è stata la gara a lunga distanza disputata nel settembre 2016 a Sgonico: da quel giorno un filotto di 11 vittorie consecutive senza se e senza ma, ed una sensazione di dominio e controllo come raramente abbiamo visto in campo nazionale. Un dominio che minaccerebbe di continuare ancora a lungo, se non fosse che forse proprio in occasione della vittoria di Passo Valles Scalet

Lukas Patscheider, volto nuovo della categoria Elite, 2° nella Long di Passo Valles

Premiazioni distanziate per la Sprint di San Martino



I bene informati però hanno capito come sarebbe andata la gara femminile a lunga distanza già nella serata di sabato. E' bastato ascoltare infatti il commento di Verena Troi (T.O.L.) alla sua prova sprint: "Domani non gareggerò per un ottavo posto". E così è stato. Quando il gioco si è fatto davvero duro, una dura come Verena ha cominciato a giocare. Sulla sua distanza, su un terreno che l'aveva vista protagonista l'anno passato nella Dolomiti Three Days internazionale organizzata sempre dal collaudato team dell'US Primiero, sui tracciati predisposti da Pierpaolo Corona (mai banali, mai leggeri: una vera, autentica gara long distance!) Verena Troi ha confermato la vittoria ottenuta l'anno precedente sotto il diluvio di Millegrobbe. Non è affatto strano scrivere di Verena Troi e di Pierpaolo Corona nella stessa frase: andando a spulciare l'archivio Fiso, si trova infatti una gara disputata al Cansiglio nella quale Verena Troi si era aggiudicata la medaglia d'argento e Pierpaolo Corona quella d'oro. Solo che in quell'occasione Verena Troi aveva gareggiato per il Cus Bologna, c'era ancora la lira, la gara si chiamava "a distanza classica" e Verena era stata battuta solo di una manciata di secondi dalla futura compagna di squadra Sabine Rottensteiner, mentre Corona aveva stampato quasi 4 minuti di distacco sul compagno di squadra Michele Tavernaro.

Correva l'anno 1998, 6 settembre 1998 per l'esattezza e alcune atlete che hanno gareggiato a San Martino sulla distanza sprint non erano ancora nate. Irene Pozzebon (argento) e Christine Kirchlechner (bronzo) hanno accompagnato sul podio virtuale la vincitrice, Francesca Taufer (US Primiero) si è piazzata ai piedi del podio su entrambe le distanze, ma la bella novità è costituita dal quinto posto di Alice Ventura (US Lavazé), una atleta già l'anno scorso aveva dimostrato di essere sempre più a suo agio quanto più la gara diventa dura, e dal sesto di Anna Pradel (US Primiero), unica millennial iscritta in Elite femminile alla due giorni di gare, a testimonianza del fatto che cambiano gli addendi, talvolta il risultato non cambia, ma tante altre cose invece stanno cambiando e che tante belle novità si profilano all'orizzonte.



Il PWT Italia ha monopolizzato il podio maschile dei campionati italiani in entrambe le giornate



Viola Zagonel si conferma campionessa Sprint.



La grinta di Anna Pradel all'arrivo della Long



Lasciatisi alle spalle un problema al tendine, Tommaso Scalet sta trovando continuità di risultato.

# LA SPRINT DI SCALET: VENI VIDI VICI

Scala 1.4000  
Equidistanza 2.5m  
Rilievi e disegno 2020

Titolarietà dell'impianto  
U.S. Primiero A.S.D.  
L'impianto è stato gentilmente  
concesso in uso per  
l'organizzazione dell'evento.



Riccardo Scalet  
13/09/2020



A cura di Riccardo Scalet

**In poche parole la Sprint di Riccardo Scalet, che una volta rientrato in Italia dal suo camp in Rep. Ceca, ha preso parte alla gara di San Martino di Castrozza dove ha sbaragliato la concorrenza.**

Con una precisione chirurgica il tesserato del PWT Italia ha saputo scovare tutte le lanterne posate lungo un percorso tracciato da Aaron Gaio distanziando il compagno di squadra, Sebastian Inderst, di 93". Un divario importante se consideriamo la lunghezza della gara 14':48". Ecco il suo racconto dalla prima all'ultima lanterna.

1. Mi dirigo al primo punto accorgendomi subito che conviene prenderlo dalle scalette a sud. Quindi scendo sicuro al ponte e lo affronto da lì.
2. Decido di salire tagliando l'angolo degli hotel. Persi 1-2"
- 3-4. Li posso considerare come punti di trasferimento senza particolari difficoltà tecniche
5. Vedo il passaggio dal giallo quindi salgo da lì. Sbaglio l'entrata nel giallo, e fatico a trovare una buona linea nel passaggio. Persi 5-6"
6. Scendo senza problemi e memorizzo l'entrata per la 7
9. Decido di girare largo. Forse

conveniva girarsi, persi 1-2"

- 10- Un altro punto di trasferimento
- 11- sfrutto la stessa linea usata alla 2, ed entro dal giardino
- 12-13-14. Decido di usare sempre lo stesso passaggio per vedere già prima i punti. Persi 1-2" nelle scalette per agilità
15. Decido di prendere subito il ponte e poi tagliare l'angolo vicino al punto
- 16-17. punti trasferimento. Perso 1" per trovare il punto 16 tra le scalette
18. Decido di girarmi evitando le scalette
19. Trasferimento
20. Devo cambiare piano due volte, la prima perchè il passaggio giallo era troppo scivoloso-lento, poi perchè mi ritrovo il muro nero addosso. Persi 8-9"
- 21-22. A mio parere i punti più tricky della gara. Riesco comunque a eseguirli decentemente
- 23-24-25. Punti abbastanza facili dove cerco solo di non calpestare le zone proibite ed alzare la testa.

**CONSIDERAZIONE FINALE.**  
In generale una buona Sprint, alcune scelte non ottimali, in una zona che conoscevo ma che mi ha stupito più volte durante la gara.



Riccardo Scalet da alcune stagioni non conosce rivali



# VERENA TROI: COME TI VINCO LA LONG

a cura di Verena Troi

**Arrivo al Campionato italiano Long ben preparata. Nelle settimane precedenti sono riuscita a fare vari allenamenti in carta ed una gara, quella in Valmalene, che mi ha confermato di essere in forma. Conosco già il terreno di gara, ho partecipato ad una tappa della Primiero-O-week l'anno scorso e so che è molto impegnativo. In partenza sono felice di poter correre di nuovo in questo bellissimo posto. Entriamo nel dettaglio della mia gara. Ricordo che il tracciatore era Pierpaolo Corona.**

**Campionati Italiani Long  
13 settembre 2020**

**Partenza - 1:** La tratta presenta una lunga prima parte di corsa in salita. Decido di prendere il sentiero dritto e di lasciarlo prima del versante ripido alla destra del sentiero, proprio alla stessa quota del punto. Attraverso il primo avvallamento, prima di arrivare al secondo avvallamento riconosco già il cocuzzolo vicino alla mia roccetta.

**1 - 2:** Continuo verso la pista da sci scendendo appena, la attraverso e prendo il sentiero che passa sotto l'impianto di risalita fino al tornante. Proseguo in quota controllando vari dettagli, attraverso la valletta, salgo fino a dove il terreno spiana, ormai a soli 100m dal punto. So che il mio punto deve essere dietro una collinetta, la cerco con lo sguardo e credo di averla individuata. La oltrepasso ma non c'è nessuna lanterna. Guardo meglio, provo a sinistra, a destra, vado avanti, cerco di capire finché mi rendo conto che devo trovare un punto sicuro. Torno quindi indietro, ed appena oltrepasso quello che credevo fosse la mia collina vedo la mia lanterna, accanto ad un'altra collina, più piccola. Ho interpretato male la carta, ho perso alcuni minuti. So che non devo perdere altro tempo.

**2 - 5:** Seguono altre tre tratte in questo terreno molto dettagliato. Procedo con prudenza, va tutto liscio. Nelle salite si fa sentire la fatica.

**5 - 6:** Questa tratta è più facile, meno tecnica e prevalentemente in discesa.

**6 - 13:** Seguono tratte molto corte e piuttosto tecniche. Mi aiuto con la bussola che mi porta sicura alle lanterne. Nella zona del punto centrale della farfalla vedo alcune delle mie avversarie partite prima di me.

**13 - 14:** Qui il terreno si fa ancora più sconnesso, ci sono sassi grossi per

terra, bisogna prestare attenzione a dove appoggiare i piedi. Salgo appena rimanendo sopra le rocce e attacco il punto dall'alto.

**14 - 15:** Oltrepasso il laghetto e le collinette, passo sopra l'avvallamento grande con le rocce e mi porto sul naso. Da qui si vede già il pianoro dietro il quale si trova il punto, ma è piuttosto difficile scendere, il terreno è coperto da sassi, coperti in parte da cespugli ed erba alta.

**15 - 18:** Alcune tratte corte in zona bellissima con paludi e colline. Mi prendo tutto il tempo necessario a leggere la carta con calma per essere sicura di non sbagliare.

**18 - 19:** Ultima tratta lunga, in discesa. Sul prato prima del punto vedo Francesca Taufer, partita prima di me.

**19 - arrivo:** Ultimi punti in salita. Commetto ancora un piccolo errore, andando al punto n.20, e perdendo comunque poco tempo. So di aver interpretato una prova abbastanza buona nonostante l'errore iniziale e avendo visto in gara diverse delle mie avversarie partite prima di me sono abbastanza sicura di aver raggiunto il mio obiettivo di arrivare tra le prime tre. Mentre corro verso l'ultimo punto sento il tifo di Nicole Scalet che oggi non ha corso ed è posizionata su una costa strategica

per vedere bene la corsa. Sono felice della gara, terreno stupendo e tracciato impegnativo. Ringrazio gli organizzatori!



Tracciatore: Corona Pierpaolo

Mapmaker: Marcello Pradel 2018



# GIOVANI: CICLISTI E ORIENTISTI

## PER RIPARTIRE



Iris Pecorari la stelle della Mtb-O giovanile che ha saputo già vincere al suo esordio in Elite a Calliano

In collaborazione con Gigi Girardi, tecnico ed ex atleta.

## IL GRUPPO YOUTH E JUNIOR HA 2 ANIME DISTINTE SU CUI LAVORARE

**CASTELLO FIERME (TN):** Gigi Girardi abita a Castello di Fiemme, tecnico di esperienza prestato alla Mtb-O, da qualche mese si è preso in carico il settore giovanile delle 2 ruote con carta e bussola. Per chi non lo conoscesse ricordiamo anche la sua lunga carriera a livello internazionale nello Sci-O ed un breve trascorso, di una stagione, da CT della C-O. Uomo di sport da sempre, ha accettato l'invito della Commissione Mtb-O e si è preso in carico i ragazzi di un settore in piena fase di rifondazione.

Il suo coinvolgimento è avvenuto dalla scorsa primavera grazie a Clizia Zambiasi e Andrea Visioli che sono parte della Commissione Mtb-O.

“Ho una certa esperienza nel settore – esordisce il poliziotto trentino – perchè negli anni 90 ero un avversario di Michele Mogno, Ivan Gasperotti (all'epoca azzurri della Mtb-O ndr). Arrivai secondo alle spalle di Mogno in un tricolore. Una sconfitta che brucia ancor oggi”.

Venendo al presente Girardi, prima di svelare nei dettagli il progetto giovani, racconta alcune cose interessanti dal punto di vista tecnico. Ad esempio la perfetta complementarità tra Mtb-O e Sci-O:

“Il tipo di lettura, ossia fotografica, ed il colpo d'occhio nei sentieri è del tutto sovrapponibile a quello delle

piste di sci. I metodi di allenamento sono simili e li ritengo complementari. Anche in carriera l'ho utilizzato l'allenamento tecnico in Mtb-O. Addirittura prima che inventassero il leggio da manubrio usavamo quello da torace, molto scomodo, ma per noi era importante praticare quel tipo di esercizio orientistico”.

Girardi aggiunge:

“La Mtb-O è comunque fruibile in modo più semplice perchè la base cartografica è data dalle strade o dai sentieri, mentre per lo sci serve la neve, quindi tutto si complica perchè è una situazione, quella dell'innevamento, che troviamo sempre con maggior fatica”.

**Entriamo nello specifico del progetto giovani:**

“Qualcosa in verità si era avviato anche anni fa con Ivan Gasperotti. Ora siamo ripartiti per ricreare quello che poi è la normalità di una federazione, ossia costruire una base giovanile per poi dare uno sbocco in Elite. Abbiamo dei ragazzi molto motivati e questo mi ha sorpreso. Pensavamo che al nostro invito aderissero praticanti della C-O convertiti alla Mtb-O. Invece la novità piacevole è che si tratta di ragazzi che vengono dal ciclismo, zona Pinè, e solo in parte dall'Orienteering come Debora Dalfollo e Iris Pecorari solo per fare 2 nomi”.

**Interessante la spiegazione relativa alla differenza di tecnica tra i 2 gruppi:**

“Nella corsa hai sempre il dito sulla carta e hai una navigazione a bussola. Chi corre cerca la tratta più breve e

sul tuo percorso ci sono molti ostacoli da superare. Nella Mtb-O è diverso. Devi avere una capacità importante di ricollocarti sulla carta, di fare una scelta di percorso e capire la ciclabilità del percorso. Teoricamente più banale e grezza, ma poi quando devi fare i tuoi conti a 30 chilometri orari diventa tutto più difficile. La sequenza logica è questa: fare la scelta, fotografarla nella tua mente e percorrere la tua via. I riferimenti ti devono venire incontro. L'anticipo è la soluzione vincente, come sempre nell'Orienteering”.

**Una precisazione ulteriore.**

“Il ciclista normalmente è più grezzo dal punto di vista tecnico, non ha sensibilità sulla carta e sulle curve di livello. La scelta è più semplice. Si va a sinistra oppure a destra nella mappa. Per contro sanno pedalare molto più forte. Se invece un giovane proviene dalla C-O legge bene le carte, quindi possiede una tecnica superiore. Credo che un biker portato nel bosco a confrontarsi in una gara di C-O prenderebbe minuti di distacco. Per chiudere il discorso iniziale e riallacciandomi allo Sci-O, nella bici l'aspetto fisico prevale sulla tecnica, con la velocità a complicare il tutto”.

**Come abbiamo trovato questi ragazzi?**

“Si sono avvicinati alla Corsa Orientamento e poi di riflesso sulla Mtb-O”.

**La stagione è stata corta ma c'è stato già il tempo di vedere qualche piccolo progresso:**

“Si è partiti ad agosto. Abbiamo fatto un raduno ogni mese e scelto zone differenti. Il Trentino con Lavarone, poi a Pergine e Pinè, in seguito, a ottobre, la zona di Cantù in modo da coinvolgere la Lombardia, e infine ci si sposta nella zona di Udine. Un percorso semplice ma con delle certezze”.

**Questo l'obiettivo di breve.**

“Creare un gruppo e dare ai ragazzi le fondamenta tecniche della disciplina. Per chi non è seguito da allenatori, trasmettere loro i fondamentali sull'allenamento. L'intenzione è di disputare gli Europei Youth in Russia il prossimo anno. Oppure i Mondiali Junior in Finlandia. In realtà è una sorpresa. Nemmeno loro lo sanno ancora. Non è però scontato che ci andremo. Vogliamo creare una base buona e se ci sono i presupposti allora andremo agli eventi. Non siamo intenzionati alla partecipazione fine a se stessa. Non vogliamo nemmeno vincere a tutti i costi, ma di sicuro faremo le cose se ci sarà la prospettiva



I tecnici Clizia Zambiasi e Gigi Girardi con il responsabile federale Adriano Bettiga al centro.

di vedere un gruppo determinato e di qualità. C'è molto da fare, a partire dal calendario, ma a piccoli passi e con umiltà possiamo ricostruire un movimento”.



A destra la giovane Iris Pecorari vincitrice del tricolore a San Zenone



Debora Dalfollo è un'atleta polivalente che alterna con successo la Corsa e la Mtb-O



# MTB-O: DALLAVALLE TORNA, PECORARI SI PRESENTA



Dante Osti e Fabiano Bettega in un confronto post gara durante la trasferta internazionale in Ungheria con la maglia della Nazionale di Mtb-O

## GRANDE FERMENTO NEL MONDO DELLE 2 RUOTE

a cura di Pietro Illarietti

**Luca Dallavalle** mattatore, **Fabiano Bettega**, regolarista, **Iris Pecorari** astro nascente, **Anastasia Triflenkova** campionessa di importazione. La Mtb-O italiana non esprime grandi numeri ma sicuramente sa fornire ottimi elementi in grado di gareggiare ad un livello elevatissimo.

In questa annata particolare Luca Dallavalle ha ribadito, nonostante la partenza lenta, di volersi riprendere lo scettro di numero uno in campo maschile. Per Dallavalle una sola sconfitta, a Calliano per mano di Bettega, e poi in Italia è arrivato sempre l'oro. Anche all'estero però si è difeso con grande onore con i podi in Repubblica Ceca, prima della doppietta tricolore di Gallio e San Zenone. Il trentino ha scaricato sui pedali tutta la sua furia agonistica tanto per ricordare a tutti quale è il suo ruolo in gruppo. Dietro di lui, a scalpitare in particolar modo, sono Fabiano Bettega e Dante Osti che hanno fornito prestazioni convincenti anche a livello internazionale in Ungheria e Finlandia. Meno brillante del solito Riccardo Rossetto, alle prese con qualche problema fisico.

Antonio Mariani si invece ripreso con un bronzo nella Long tricolore. Giaime Origgi si è presentato al via, e quasi agguanta il podio nella Long di San Zenone, che nonostante gli impegni di lavoro, non rinuncia ad allenarsi. Con loro vi è sempre Piero Turra. Tra le donne, come anticipato, Iris Pecorari (con i suoi 16 anni e i titoli tricolori Sprint e Long) è il futuro di questa disciplina, una delle tante in cui la friulana si cimenta. Studentessa al Liceo Scientifico dove le lezioni sono in lingua inglese, la tesserata per la Semiperdo di Maniago, si cimenta pure nel triathlon. La Mtb-O pare però essere il suo grande amore, per la gioia dei tecnici federali. Al fianco di Pecorari vi è il gruppo giovani a cui abbiamo dedicato un focus nelle pagine seguenti. La sempre verde Milena Cipriani ha invece vinto a

Lavarone, ma poi è andata in calando. Anche gli organizzatori, oltre agli atleti, meritano una grande nota di merito in questa stagione 2020. Il primo è Roberto Sartori che in piena estate ha dato vita, con tutta la sua Gronlait Orienteering Team, all'inaugurazione della stagione agonistica a Calliano e Lavarone. Con coraggio, passione e competenza ha saputo dimostrare che tornare allo sport era possibile in un momento. A seguire sono arrivati Nicola Galvan e la sua associazione SOK dell'Altopiano di Asiago che ha realizzato una Sprint innovativa coinvolgendo il primo atleta paralimpico nella storia della Mtb-O, Gian Marco Rigoni, che in sella ad una handbike assistita ha preso parte alla prova cittadina. Grande impegno pure per il Misquileses, di Luigi Bordignon e Roberto Manea, con il tricolore Long.

Il podio di Gallio con i successi di Dallavalle e Triflenkova



Dante Osti è rientrato all'agonismo con ottimi risultati, dopo un periodo di inattività



Adriano Bettega responsabile federale

Dallavalle ha confermato tutto il suo valore vincendo 3 delle 4 prove nazionali.



## I PIANI FEDERALI

in collaborazione con Adriano Bettega

Se per Junior e Youth è l'anno zero, per gli Elite l'annata è prosegue all'insegna della continuità con un occhio al futuro. E' stato infatti già ipotizzato il piano di lavoro del 2021. Gli appuntamenti sono fissati in calendario e il tutto ruota attorno al grande nord con un primo camp in Finlandia, dal 19 al 24 di maggio, per la preparazione in vista del Campionati del Mondo che, Covid permettendo, si tengono dal 9 al 18 giugno.

Si gareggia su un terreno molto diverso rispetto a quello italiano. Gli azzurri troveranno sentieri in bosco e salite meno impegnative e più pedalabili rispetto a quelle di casa nostra. Altre trasferte propedeutiche alla preparazione iridata sono la Vuelta Ibiza ad aprile. Il programma dell'alto livello è completato dagli Europei di Russia dal 16 al 22 di agosto con Elite, Junior e Youth (di questo vi abbiamo parlato nel testo sulla giovanile).

Per quanto riguarda il calendario nazionale è invece in fase di approvazione e vede 4 possibili week end a marzo, aprile, luglio settembre. A questo si aggiungono una serie di competizioni promozionale e regionali per garantire continuità all'attività e far così ripartire il movimento.

Il responsabile federale Adriano Bettega ribadisce la volontà di sviluppo: "Trentino, Veneto e Friuli ora sono le regioni più sviluppate, ovviamente l'obiettivo è tornare ad allargarci ad altre regioni. Crediamo in questa ripartenza, nonostante tutte le difficoltà legate alla pandemia abbiano rallentato i piani".



# SCI-O: UNO SLALOM TRA LE DIFFICOLTÀ



NON MANCANO COMUNQUE  
DETERMINAZIONE E NOVITÀ

In collaborazione con Nicolò Corradini

► **L'inverno è ormai alle porte e gli atleti dello Sci-O si accingono a lasciare bici e skiroll per riprendere bastoncini e sci. Come sempre si attende con una certa impazienza la neve che negli ultimi anni ha fatto pensare il movimento dello Sci-O. Il 2020 ha portato in dono il Covid che ha causato all'annullamento di numerosi appuntamenti, tanto per complicare le cose.**

Il gruppo però è ancora motivato e la novità della rappresentativa nazionale è l'inserimento di un gruppo di giovani che nell'ultima stagione si sono messi in evidenza con i migliori risultati a livello nazionale. Il gruppo femminile conta sugli innesti di Debora Dalfollo, tesserata Grönlait e residente in Valsugana, Alice Sartori, dell'Orienteering Pergine e Rachele Gaio del GS Pavione. Purtroppo la Nazionale dovrebbe perdere Nicole Riz che si dedicherà solamente allo Sci di fondo. Tra i maschi si è messo in evidenza Paride Gaio (US Primiero), Stefano Martinatti (Orienteering Pinè), Antonio Bettega (GS Pavione) tutti ragazzi che si stanno distinguendo anche nella C-O

**ELITE:** Capitolo a parte merita Stefania Corradini. Con Davide Comai,

Francesco Corradini e Alice Ventura rappresentano il nocciolo della formazione Elite. Per la fiemmesse un'estate all'insegna dell'allenamento con l'inserimento delle sessioni di ciclismo che hanno portato un beneficio fisico ed un sollievo alla sua schiena. Questo tipo di esercizio consente infatti di variare il gesto atletico evitando sovraccarichi ad alcuni distretti muscolari, mantenendo il lavoro aerobico. L'azzurra sta inoltre imparando ad allenarsi con i watt, anche indoor. I risultati dei test effettuati sono stati a dir poco incoraggianti ed il miglioramento rispetto agli anni precedenti è significativo. Il merito va sicuramente a lei che non difetta di tenacia.

**INTERNAZIONALE:** Il 2020 dello Sci-O ha vissuto su una serie importante di forfait. Sono saltate, già a gennaio per mancanza di neve, le prove di Coppa del Mondo in Lettonia. Di fatto l'unica competizione di livello è stata quella di febbraio a Umea, in Svezia, dove Stefania Corradini è giunta 9<sup>a</sup> nella Sprint, 19<sup>a</sup> nella Long e 11<sup>a</sup> nella Middle. Poi in sequenza sono arrivati gli annullamenti per i Mondiali Universitari di Rovaniemi, in Finlandia (23-27 marzo), e gli Europei di Russia (Khanty-Mansijsk, dal 7 al 16 di marzo). Purtroppo, notizia giunta poco prima di andare in stampa, che il 2021 lancia segnali preoccupanti con l'annullamento dei Campionati Europei di Bulgaria del 6-12 febbraio ed il rinvio delle Universiadi di fine gennaio a Lucerna, in Svizzera.

**CONFERME:** Al momento i Mondiali Junior, in Estonia, e i round di Coppa del Mondo in Finlandia sono confermati. Nel mese di ottobre 2020 vengono invece sciolte le riserve sulle Universiadi 2021. L'ipotesi è lo svolgimento a dicembre, anche perché nel 2022 l'attenzione degli atleti sarebbe tutta sulle Olimpiadi invernali.

**PROGRAMMI:** L'obiettivo del CT Nicolò Corradini è quello di poter permettere ad alcuni atleti lo svolgimento di camp di allenamento con gli atleti finlandesi in modo da continuare nell'affinamento delle doti tecniche. Una scelta strategica alla luce del fatto che i prossimi impegni internazionali si tengono nella nazione scandinava.

L'altro focus è quello di affinare la tecnica, capire il tracciamento e la battitura delle piste. Vedremo cosa si potrà fare a metà novembre, prossima data individuata per la trasferta, virus permettendo. Non sono saltati invece i raduni di livello nazionale e periodicamente i camp hanno permesso agli atleti di mettere quelle basi utili per competere ad alto livello.



Per Stefania Corradini quest'estate tanti chilometri in sella. Qui mentre scala Passo Rolle



I giovani dello Sci-O si apprestano ad affrontare una nuova stagione ricca di incognite legate al Covid.

## COMMISSIONE SCI: CALENDARIO E NUMERI LE PRIORITÀ

In collaborazione con Andrea Gobber

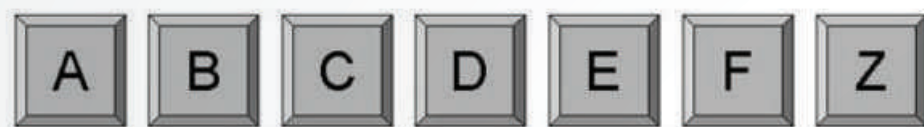
Il movimento dello Sci-O registra l'ingresso di un nuovo responsabile di settore, Andrea Gobber, trentino della Valle di Primiero. Gobber, pragmatico ingegnere che nella vita si occupa di impianti a fune, è di fatto uomo di neve e quindi può capire con facilità le problematiche legate allo sport con sci e bussola. Come nella Mtb-O, anche lo Sci-O ha come obiettivo quello di stilare un calendario in grado di garantire un'attività costante agli atleti. "Abbiamo trovato alcune società che si sono messe a disposizione

del movimento per organizzare le gare. Ora ci sono alcune difficoltà legate alla situazione contingente, ma entro novembre dovremmo avere un programma attendibile". - conferma il nuovo responsabile, che fornisce altri dettagli relativi allo sviluppo del settore. "Un altro obiettivo della disciplina è quello di garantire una maggior visibilità agli atleti anche grazie alla partecipazione ad eventi di ottimo livello come lo Ski O Tour. Siamo in fase valutativa per quanto riguarda una gratificazione, ma qui dovremo ragionare in maniera più ampia, agli atleti di vertice". Un altro punto fermo riguarda la crescita dei numeri per la disciplina: "Quello che vorremmo fare è portare avanti un'attività di sensibilizzazione verso i club che praticano lo sci di fondo per trovare nuove leve. Ora speriamo di poter lavorare con continuità senza interruzioni e annullamenti da Covid".



Nicole Riz, Stefania Corradini e Rachele Gaio al termine della Sprint di Coppa del mondo in Svezia





## IL TRAIL-O VIRTUALE, UNA SCOPERTA VIRALE

A cura di Daniele Guardini

**Erano i primi giorni di marzo quando, con l'istituzione del lockdown in Italia e via via negli altri paesi, lo sport si è dovuto arrendere all'insorgere della pandemia. Un lungo digiuno che si sarebbe protratto fino al mese di giugno, con la graduale ripresa degli allenamenti prima e degli eventi regionali poi, sotto l'osservanza delle linee guida federali.**

Ha fatto eccezione il Trail-O: unica disciplina che ha potuto trasformarsi e adattarsi agli schermi digitali (smartphone, tablet, laptop o pc che fossero) uscendone rafforzata sia nella conoscenza di base che nel credito internazionale.

Non si contano gli eventi che già da marzo sono stati organizzati su varie piattaforme, riscuotendo volumi importanti di partecipazione 'da remoto': ad alcuni eventi in Spagna e Russia hanno partecipato oltre 1500

persone.

Tra tutti i format di 'gara virtuale', il più utilizzato e apprezzato in assoluto è stato il Temp-O, sia per la sua immediatezza che per la sua sorprendente vicinanza in termini di difficoltà e contenuti tecnici rispetto alla versione reale della disciplina, sia per la capacità dei tecnici internazionali esperti di creare delle vere e proprie piattaforme di gara virtuale che hanno reso ancora più interessante la competizione e la sua

analisi dettagliata a posteriori.

Se infatti molti eventi hanno sfruttato le potenzialità dei form interattivi, il ceco Libor Forst ha potenziato la sua piattaforma di allenamenti dedicata al Temp-O fino a renderla una sorta di arena digitale, la Torus Cup, in cui, tra maggio e giugno, ben 500 concorrenti di tutto il mondo si sono confrontati sulle foto-piazzole predisposte da 8 organizzatori di altrettanti eventi, creando e fidelizzando la più grande comunità di 'agonisti digitali' nella

## SEBASTIANO LAMBERTINI IL BABY CAMPIONE TRICOLORE



L'esordio in nazionale in Polonia



Lambertini al suo esordio con l'Orienteering guidato dal coach Alessio Tenani.



disciplina.

Alla prima edizione della Torus Cup, ha vinto a sorpresa il giapponese Kentaro Iwata, seguito dal ceco Pavel Ptáček e dal polacco Mateusz Kula. I nostri atleti si sono difesi egregiamente: appena fuori dal podio Alessio Tenani (quarto per meno di un punto, sui 489 conquistati), 10° posto per Aaron Gaio, 20° per Viola Zagonel e 25° per Ilian Angeli.

Il Trail-O virtuale ora continuerà il proprio sviluppo nonostante la ripresa delle competizioni ufficiali, visto l'interessamento di molti specialisti e non solo come strumento di allenamento: la IOF sta già pensando di includerlo nel format di un 'campionato mondiale virtuale' in fase di studio e la seconda edizione della Torus Cup si disputerà in autunno.

Il 14 enne della Polisportiva Masi è l'assoluta sorpresa di questo inizio stagione. Il ragazzo è stato in grado di aggiudicarsi le prove vincendo il titolo italiano assoluto Temp-O e la settimana successiva i due titoli italiani Under14 Sprint e Long in Primiero. In un'epoca di talenti precoci che stanno imponendosi nel mondo dello sport, il bolognese merita la giusta attenzione del movimento. E' lui stesso che si presenta:

"Ho iniziato a "giocare" con l'Orienteering a 4-5 anni, iniziando ad allenarmi costantemente per la C-O 2 anni fa. Non avevo mai pensato di poter arrivare a buoni livelli nel Trail-O, in particolare nel Temp-O, a cui preferivo (e preferisco tuttora) il Pre-O. Ho iniziato a conoscere queste discipline nel 2015, grazie ad Alessio Tenani che ha continuato a fornirmi opportunità anche nel Trail-O oltre che nelle gare di corsa".

Il titolo tricolore è giunto inatteso.

"Non mi aspettavo minimamente questo titolo e sono molto contento. Sapevo di aver fatto una buona gara ma non pensavo così tanto". Dietro di lui sono finiti avversari di grande esperienza anche se il ragazzo professa modestia.

"Tenete presente che in quella prova non hanno gareggiato Aaron Gaio, Viola Zagonel, Alessio Tenani e Remo Madella". Un atleta polivalente che al momento affronta con profitto la molteplicità di impegni. Questo il suo giudizio:

"Le due discipline sono utilissime una per l'altra: nel Trail-O conoscere le curve di livello viste dall'interno del bosco aiuta enormemente, allo stesso modo nella C-O si diminuisce il rischio di punzonature errate, si possono individuare rapidamente punti da lontano, per poi andare dritti alla lanterna, e soprattutto si velocizza la lettura fine della mappa".



# LA NAZIONALE CON TANTE FRECCE NELL'ARCO



Gli Azzurri premiati alla Bukowa Cup (Polonia). ©Photo: Marcin di fotopoligraf.pl



Nicolò Buganè in azione



Podi campionati italiani PreO

## VOLTI E SCENARI NUOVI

a cura del settore Trail-O

La stagione 2020 sembrava stoppata sul nascere, con la trasferta a Lipica disputata tra le mille difficoltà dei primi giorni di pandemia e, seppur con le vittorie ottenute in Slovenia (Alessio Tenani nell'individuale e il terzetto Madella – Francesca De Nardis – Tenani in staffetta), l'incertezza poteva compromettere il lavoro e minare l'impostazione avviata verso il prossimo futuro.

Invece il lungo lockdown primaverile ha consentito di trasformare i limiti in opportunità, creando le basi per il nuovo assetto della squadra nazionale costruito mese dopo mese con attività online, riunioni, programmi aggiornati costantemente per i continui rinvii e annullamenti delle manifestazioni internazionali, Europei e Mondiali su tutti. Ed ecco così che già da Luglio è potuta riprendere l'attività agonistica con gare in Italia (Spiaggia Romea, Lignano e Liguria) e internazionali (WRE in Finlandia e Bukowa Cup in Polonia) con grande frequenza e motivazione, per una nazionale attualmente composta da quattro blocchi piuttosto distinti ma di grande



Viola Zagonel in una piazzola TempO

compattezza: accanto ai titolari (Cera, Tenani, Madella) abbiamo il gruppo dei giovani in continuità con la CO (Viola Zagonel, Francesca De Nardis e gli Junior Sebastiano Lambertini e Ilian Angeli, protagonisti nel Temp-O), i veterani (Renato Bettin, Elvio Cereser e Susy De Pieri) e nuovi innesti Aaron Gaio (vincitore a Lignano) e Davide Martignago, in crescita. Uno degli obiettivi richiesti ai nostri atleti di punta Open è quello di mantenersi o inserirsi nelle

posizioni da top15 del World Ranking, che farebbero liberare nuovi slot per i compagni di squadra nei campionati del mondo. Stesso discorso per il gruppo paralimpico, che oltre al capitano Piergiorgio Zancanaro e a Nicola Galvan -piacevole conferma e nuovo campione italiano PreO-, vede

in Fabio Bortolami, Bertilla Pajaro, Mauro Nardo e Francesco Valentini una rosa compatta e in sintonia con le attività previste. Per la nazionale paralimpica è in fase embrionale un lavoro parallelo di crescita tecnica mirato al miglioramento dei risultati partendo dall'evitare alcuni errori

sistematici per puntare a risultati stabilmente migliori. Le frecce all'arco della Nazionale ora sono aumentate e con le nuove regole mondiali (due posti aggiuntivi ai WTOC per gli junior e slot aggiuntivi per i top15) la faretra si è riempita... non resta che fare centro.



Fase di gara con vista sul Monte Sejeu, teatro dei campionati italiani PreO





Riccardo Scalet si è prestato per un confronto on line rivolto ai giovani orientisti.

## WEBINAR E LOCKDOWN

### A TU PER TU, VIRTUALE, TRA I GIOVANI E RICCARDO SCALET. IMPARATE DAI VOSTRI ERRORI

a cura di Pietro Illarietti

**Durante il periodo del lockdown sono state molte le iniziative on line che hanno visto protagonisti tecnici e atleti del mondo dell'Orienteering. Un appuntamento che ha riscosso particolare interesse è stato quello fra i giovani delle Squadre Nazionali Junior e Youth con Riccardo Scalet.**

Collegato da Transacqua, località del Primiero, il campione italiano si è concesso ad una serie di riflessioni ascoltate con attenzione crescente dai giovani orientisti on line. Il tesserato del PWT Italia è un punto di riferimento per i giovani che tendono a imitarne l'outfit, gli atteggiamenti sui social e ne studiano gli allenamenti. Facendo un paragone sportivo potremmo paragonarlo a Roger Bannister il primo uomo a correre il miglio sotto i 4'. Scalet è infatti il primo atleta della nuova generazione che ha deciso di dedicarsi in toto a questo sport e crederci davvero. Una scelta di passione e di ragione. Probabilmente

per il movimento giovanile potremmo dire che vi è un Orienteamento prima di Scalet e uno dopo Scalet. Sicuramente atleta moderno, evoluto, attento al mondo attorno a sé, ma molto concentrato sul suo presente con un'idea ben definita di quello che deve essere il proprio percorso e le tappe da raggiungere prima di arrivare all'obiettivo. Non si ritiene un modello da seguire, ma una possibilità. Non indica la sua via come unica alternativa, ma come un'opzione. "Ho aderito all'invito di Stefano Raus - racconta Scalet in una pausa tra un allenamento e l'altro - Si è trattato

di uno dei tanti webinar di quel periodo. Ognuno ha portato la propria esperienza. La mia è ancora poca. Ci sono stati interventi di persone più qualificate di me". Scalet ha comunque attirato su di sé una grande attenzione parlando di tecnica e modalità di training, segno di una certa fame di sapere da parte dei giovani. "In effetti mi hanno chiesto molte cose sull'allenamento, anche se è un argomento difficile da trattare. Non credo che tutto possa essere standardizzato, ma con il proprio allenatore si deve capire cosa fare e come farlo. Io sono un atleta che sta raggiungendo la propria maturità

e uno Junior non può copiare ciò che faccio. E anche tra di loro devono tener conto delle differenze. Un ragazzo di 16 anni non è come uno di 18. Quello che mi sento di dire è che sicuramente si deve lottare per i propri sogni e trasformare il sogno in obiettivo".

#### Quindi no all'emulazione?

"Certo. Credo stia all'atleta e al suo allenatore capire cosa attuare. Io ho fatto i miei errori e tuttora li faccio. È giusto che ci siano gli errori, servono al percorso di crescita. Per qualcuno funziona per altri no. Bisogna imparare a conoscersi".

#### Molte domande relative al regime alimentare e come affrontare la dieta.

"Non ho la professionalità per dire a una persona come alimentarsi. Io ho raccontato cosa funziona per me. Personalmente posso affermare che molto dipende dal periodo dell'anno in cui ci si trova. Faccio un esempio legato alla stretta attuale. La settimana scorsa ero in Repubblica Ceca. Mi sono reso conto che quando mangiavo il pane nero non riuscivo a correre e spingere come avrei voluto. Quando l'ho capito, ho deciso di non prenderlo più il mattino. È una cosa soggettiva, ma solo se lo si prova su stessi si può capire".

#### Come si raggiunge questo equilibrio personale e quindi di atleta?

"Diciamo che è possibile grazie alla congiunzione di un insieme di punti fissi che vengono da persone e abitudini. Quando sono alla gara non mi invento mai niente di nuovo, ma tutto è stato già testato in precedenza. Nelle altre scelte e nella metodologia invece si deve essere flessibili. Faccio un esempio. Se vuoi il porridge a colazione e sei in Cina, o te lo porti da casa contato per i giorni di permanenza, o ti adatti e lo sostituisci con qualcosa che non ti faccia star male. Comunque l'equilibrio lo si raggiunge anche grazie alle persone che ti stanno attorno: fisioterapista, allenatore e gli altri atleti con cui il confronto è aperto. Per rispondere alla domanda dico che i miei punti fissi sono Jaroslav Kachmarčík, mio allenatore ed ex coach della Nazionale italiana, Gabriele Viale, Team Manager, mio fratello Tommaso con cui mi alleno e la mia famiglia". Tornado a Tommaso: "E'

fondamentale e credo sia forte quanto me. Forse lo si è visto poco negli anni scorsi, perché lui era in Finlandia. Poi l'ultimo anno era infortunato ed è stato fuori dai campi gara. Come dicevo, io so che il suo livello è come il mio. Forse lui soffre maggiormente la tensione gara. Però in Repubblica Ceca dovevo stare attento proprio a lui, altrimenti mi batteva".

#### Questo incontro virtuale ha confermato, se ce ne fosse bisogno, il calore e l'attenzione nei tuoi confronti da parte del movimento?

"Sì, è stato un periodo strano e molti erano stanchi di tante riunioni. Ho però cercato di cogliere occasione di farli partecipi delle mie esperienze. E' stato piacevole".

#### Cosa ti ha colpito?

"Faccio un esempio di una domanda che mi è rimasta impressa. Un ragazzo mi ha chiesto come allenarsi per correre più veloci in bosco. Nella domanda c'è la risposta. Per andare forti in bosco bisogna andare in quel terreno. Non possiamo correre sempre in pista".

#### Avere un rapporto diretto con un campione genera nei ragazzi sicurezza?

"Credo di sì. Ho detto a tutti di avanzare le loro richieste ed osservazioni di persona. Io sono disponibile a spiegazioni e confronti. Non sono chiuso in me. Ovviamente si condivide un'esperienza. Loro apprendono da me, ma io imparo da loro altre cose. Sicuramente credo che queste occasioni, con tutti gli altri esperti

di atletica, di Orienteering e i tecnici, siano servite per fornire spunti e che ognuno ne avrà beneficio".

#### Quali sono i prossimi step della tua carriera? Il tuo percorso di crescita è ben definito.

"Punto al prossimo anno con una stagione ricca di appuntamenti, quasi troppi. Sarà importante selezionare così come sarà interessante portare avanti le 2 preparazioni distinte per Sprint e bosco. A maggio abbiamo gli Europei Sprint e vanno curati bene. Poi i Mondiali. Seguono le gare di Coppa del Mondo in Svezia con solo bosco, quindi un diverso tipo preparazione fisica e tecnica. Per concludere c'è il round di Coppa del Mondo in Cansiglio. Fortunatamente quello è un terreno su cui sappiamo già come correre".

#### Guardandoti da fuori cosa hai visto in questo periodo a proposito di Riccardo Scalet?

"Lo scorso anno mi ha dato i giusti feedback. Ho notato che quando correvo troppo veloce incappavo in errori. Quando invece andavo al 90% i risultati arrivavano. La top 6 internazionale non è così lontana. Come in tutti gli sport, sono sempre più le sconfitte che le vittorie, ma come detto aiutano a crescere".





# JUNIOR: FARE SQUADRA DURANTE LA QUARANTENA COVID 19

A cura di Maria Chiara Crippa – Psicologa dello sport

## #DISTANTIMAUNITI

*Il 2020 è sicuramente un anno che non dimenticheremo facilmente: la pandemia, il lockdown, le ripartenze, le incertezze, le paure, la voglia di normalità, le cancellazioni di event sportvi e tanto altro ancora.*

Durante il periodo della quarantena, che ha completamente stravolto le nostre routine, come tecnici della squadra nazionale junior, io e Cristian Bellotto, ci siamo posti due obiettivi:

- vedere quel momento come fonte di opportunità per la squadra Juniores
- mantenere costanti i contatti con gli atleti

Questi obiettivi si sono tradotti operativamente nel progetto **#distantimauniti**, che ha coinvolto tutti gli atleti che avevano inviato la candidatura per la squadra nazionale Junior 2020 (10 femmine e 8 maschi), con una frequenza di 3 incontri settimanali della durata di circa 1 ora, attraverso una piattaforma online. Perché questo progetto?

-Per mantenere una routine di allenamento: gli atleti sono abituati ad avere una settimana scandita dal ritmo degli allenamenti e durante il lockdown era importante mantenerla, pur in forma differente

-Per sostenere la motivazione: in un periodo di stop da tutto, era fondamentale offrire opportunità agli atleti che permettessero loro di mantenere orientata la bussola verso i loro obiettivi, seppur allontanati nel tempo

-Per proporre modalità di allenamento differenti che spesso non trovano il dovuto spazio nelle routine settimanali, come l'allenamento a secco e quello mentale

-Per consolidare ulteriormente lo spirito di squadra: il contatto costante e il confronto avrebbero aiutato a

rinforzare il legame tra gli atleti, a consolidare ulteriormente il senso di appartenenza al gruppo ed evitare, se possibile, perdite di atleti a causa dell'isolamento sociale e relazionale vissuto durante il lockdown.

Su cosa abbiamo lavorato?

I tre appuntamenti della settimana sono stati:

1. Prove di Virtual Orienteering in città in cui si simulavano condizioni simili alla gara: partenza mass start, tempi, tifo del pubblico, speakeraggio ufficiale di Stefano Galletti.

Il virtual – o ha consentito di mantenere attive ed allenare sia alcune skills orientistiche sia una

poi, su suggerimento degli atleti, sono stati approfonditi i temi del flow e dell'attivazione fornendo strumenti e consigli pratici di applicazione

3. Allenamenti a secco ed analisi di mappe e tracciati rilevanti rispetto ai terreni dove si sarebbero dovuti correre i Jwoc 2021 (Turchia)

Durante il periodo della quarantena inoltre sono state offerte occasioni di partecipazione a seminari e ad esperienze interattive con la squadra Youth e grazie all'invito di alcuni Comitati Regionali.

Feedback e risposte degli atleti?

Tutti gli atleti hanno sempre partecipato con costanza, impegno ed interesse. I loro feedback sono stati molto positivi: il progetto è stato vissuto come un'occasione di potenziamento di alcuni aspetti a volte trascurati, come uno spazio di condivisione di vissuti, pensieri ed emozioni e come un'esperienza di squadra importante. Dal mio punto di vista credo che con questo progetto abbiamo

simil adrenalina da competizione

2. Allenamento mentale proposto nella forma di tecniche di rilassamento e di meditazione a cui

mantenuto una continuità importante che ha contribuito a mantenere alta la motivazione degli atleti. Alla riapertura la maggior parte di loro ha

## Gallio Alteriano di Asiago 7 Comuni



**VIENI A GIOCARE CON NOI!  
LO SPORT ORIENTEERING**



LEGENDA	
[Linea verde]	area privata (non attraversabile)
[Linea rossa]	area di cantiere
[Linea gialla]	area asfaltata, lastricata e viottole
[Linea blu]	canale non attraversabile, pozzo
[Linea verde scura]	stagno monumentale, fontana
[Linea verde]	spazi erbosi con e senza vegetazione bassa
[Linea verde]	spazi erbosi con alberi e cespugli sparsi
[Linea verde]	gruppo di alberi più o meno attraversabile
[Linea verde]	macchie di vegetazione più o meno fitte
[Linea verde]	terreno coltivato
[Linea verde]	albero isolato grande e piccolo, fiore di albero
[Linea verde]	sepe attraversabile e non, cespuglio
[Linea verde]	strada sterrata, carriera
[Linea verde]	sentiero, traccia di sentiero
[Linea verde]	muro, muro non attraversabile >1 fm
[Linea verde]	recinzione o palizzata <1 fm
[Linea verde]	recinzione non superabile >1 fm
[Linea verde]	monumento, oggetto particolare
[Linea verde]	edificio, portico sottopasso

Partenza - Arrivo

ripreso con molta serietà ed impegno l'attività di allenamento e già dal primo raduno si è potuto vedere come siano cresciuti e migliorati. Credo che questo anno, molto particolare, possa aver in qualche modo fatto capire quanto sia forte la passione per il nostro sport, quanto sia benefico l'allenamento e

quanto sia importante per noi l'orientamento... proprio perché quando non si ha una cosa, se ne coglie il reale valore.





# IN RITIRO CON GLI AZZURRI



## UN GIORNO AL FIANCO DELLA NAZIONALE DI C-O

A cura di Pietro Illarietti

**COSTALOVARA (BZ): E' stato un po' come il primo giorno di scuola. Ritrovo in Alto Adige, in un altopiano dai colori brillanti, quello di Renon, dove i grandi eventi di Orienteering sono di casa. Qui il CT Mikhail Mamleev ha deciso di ripartire con il gruppo dei convocati nella Squadra Nazionale Assoluta. Un gruppo affiatato, che ha visto presenti, oltre ai nomi conosciuti, la novità di Mattia Ferrari e il convalescente Roberto Dallavalle.**

Un momento significativo e che ha annotato l'intervento del Presidente FISO, Sergio Anesi, giunto fino a Costalovara, presso il Rifugio Alpino che funge da quartier generale degli azzurri, per far sentire la vicinanza federale al team. Nell'incontro del venerdì sera, nell'attrezzata sala riunioni con gli azzurri disposti a distanza di sicurezza, il Presidente e il Responsabile di settore, Valter Giovanelli, hanno spiegato anche alcune delle novità per la stagione in corso (a queste dedichiamo un apposito spazio).

“Vogliamo che sentiate la nostra presenza – le parole di Anesi – e faremo in modo di mettervi nelle condizioni ideali. Tra gli obiettivi quello di avere medico e fisioterapista al vostro seguito durante gli impegni più importanti”.

Il sabato è la giornata del ritorno in bosco, della gara di selezione con tutti i disponibili in azione. Un ritorno sempre emozionante. Il mattino presto il Ct Mamleev, Verena Troi e Michele Caraglio sono stati impegnati nella posa dei punti.

Una mattina di sole splendente, una

delle ultime di vera estate visto che nel pomeriggio è arrivata la grandine, gli atleti hanno sofferto per la distanza importante e per la durezza del percorso di Pemmern-Loden. Partenza da Tann, in un bosco adiacente ad un hotel decisamente signorile. E' una zona di bellissimi trekking, a piedi, in bicicletta o con il cavallo. Nella parte alta della carta si vedono gli impianti di risalita che portano alla zona di gara della Relay of the Dolomites di 2 anni fa. Il CT posiziona il suo ufficio mobile, con un desk allestito nel bosco, dove controlla gli intertempi dei corridori e il loro avanzamento in tempo reale grazie alle tracce GPS. Diverse persone seguono i live da casa. I rifornimenti sono pronti nel baule dell'auto per l'integrazione post gara. Lungo il percorso è organizzato un punto di ristoro con le borracce degli atleti. La prima ad arrivare in ordine di tempo, anche se il suo parziale non verrà mai superato, è Christine Kirchlechner, lepre al servizio della squadra per dare dei riferimenti cronometrici.

Il rifornimento post training è dato da yogurt magro in monoporzione

e banane, un suggerimento di Irene Pozzebon, specialista in alimentazione. Ci spiega che si tratta del giusto reintegro in termini proteici e vitaminici. Gli atleti arrivano alla spicciolata, qualcuno, come Nicole Scalet, si è aggiunto in mattinata direttamente da Trento. La gara rimane nelle gambe anche perché il caldo, e la distanza mettono in croce alcuni quanto la mancanza di automatismi con la tecnica d'orientamento.

Si rivede, anche se a passo d'uomo, Roberto Dallavalle. Il trentino è ancora convalescente, ma i tecnici lo hanno voluto in questo training camp per far sentire al ragazzo tutta la vicinanza del gruppo. Viene ritenuto una pedina importante della Nazionale anche se negli ultimi anni, per motivi di lavoro, il fulvo della Val di Sole si era un po' defilato.

Nel post gara in una stradina pianeggiante tra larici e abeti, impegnato nel defaticamento con il fratello Riccardo, vi è pure Tommaso Scalet. Dopo una parentesi all'estero ed un infortunio che lo ha condizionato per parecchi mesi, ora pare recuperato. Il suo problema, una lesione al tendine

femorale, è stata fastidiosa e solo da poco riesce ad interpretare una gara intera senza dolore. Sono piccole cose, ma importanti per un atleta. Calmo, come sempre, Riccardo Scalet dice di aver ripreso quest'anno, senza impegni agonistici di rilievo, come un momento di crescita in cui lavorare per migliorare ai punti deboli. La sua prova di selezione è stata buona, ma senza acqua ai rifornimenti si è trovato in difficoltà.

I ragazzi procedono alla spicciolata verso il rifugio di Costalovara. Il pranzo ci ricorda che purtroppo siamo in tempo di pandemia e tutti sono muniti di mascherina. E' un momento importante, quello del mezzogiorno, di confronto e integrazione. Tra le azzurre c'è qualche acciaccio da superare. Francesca Taufer è dolorante alla caviglia e corre a giorni alterni. Oggi riposa, tornerà in bosco il giorno seguente (farà il miglior tempo Ndr). Anche Irene Pozzebon non è al meglio. Durante il lockdown ha riportato una frattura da stress al metatarso. Un inconveniente, durante gli esercizi domestici, che le è costato 8 settimane di stop. In questo momento sta recuperando, ma per un atleta si tratta della fase più dura, quella della fatica più vera per riportarsi al livello degli altri atleti. Non è messa meglio Anna Caglio, per lei frattura scomposta dell'omero ridotta manualmente (niente operazione e niente gesso), ma il sorriso è già quello di sempre. Pure Anna Giovanelli ha muscoli delicati e presta attenzione agli infortuni. Chi ci mette cuore è Jessica Lucchetta, ormai pendolare dalla Svezia, rientra in Italia per i camp e per le gare. Prossimo volo Stoccolma -Venezia è previsto per il 10 settembre per i Campionati italiani di San Martino e Valles. Complimenti per la tenacia. Il pomeriggio è diviso in 2 parti. Una di riposo e stretching in cui gli azzurri sono liberi. Qualcuno preferisce riposare altri stanno al sole. Erica Ceresa è uno dei volti nuovi ed armeggia con i libri preparando un esame. Frequenta la Statale di Milano. In gruppo c'è anche Lukas Patscheider, altoatesino e fratello di Lia, che da tempo non si vede alle gare di Orienteering. Spiega che la sorella è stata ad allenarsi in Kenya e che ora sta preparando con grande scrupolo le maratone. È in grande forma ed entro



Nella foto d'apertura gli azzurri schierati all'insegna del distanziamento. Qui sopra il CT Mikhail Mamleev nel suo ufficio mobile nel bosco di Renon.

un paio d'anni la vedremo debuttare nei 42 chilometri.

Alle 16:00 scatta la seconda parte della giornata. Si esce per il secondo allenamento, una parte fisica e tecnica visto che ci si allena in carta. Infatti, proprio in quella zona pochi anni fa si svolse una gara di livello Nazionale. Una seconda sessione che mette ulteriore acido lattico in una fase di grande carico atletico. Samuele Tait sembra non sentire la fatica, Curzio invece sì. Enrico Mannocci in bosco soffre, è ancora giovane, ma in città vola. Prima della cena il CT Mamleev mette a disposizione di chi lo volesse, racchette da tennis e vari tipi di svago. Lo stare insieme e il fare gruppo passa anche dai momenti ludici che permettono di ritrovare buon umore

e



Jessica Lucchetta, a sinistra, ed Erica Ceresa, sopra, 2 delle azzurre impegnate nel camp di Costalovara durante lo scorso agosto.



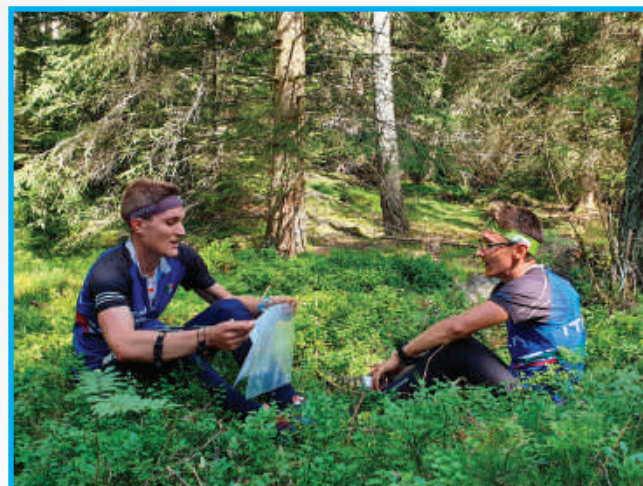
## C-O NOVITÀ NELLE SQUADRE NAZIONALI. COSA CAMBIA?

Valter Giovanelli, responsabile di settore, ha svelato agli azzurri il progetto per la C-O. Questo permette a chi lo volesse di specializzarsi in modo particolare in una disciplina.

"Le 2 discipline (Sprint e bosco) si affiancano e vanno avanti in parallelo. Questo non vuol dire che chi fa parte di un gruppo non possa esserlo anche dell'altro. Non avremo vincoli in quel senso, ma ci saranno apposite selezioni e chi vuole puntare solo alla Sprint, ad esempio, lo può fare".

Per favorire la screscita dei giovani viene introdotta la Categoria U23. "Questa categoria servirà da cusinetto per gli Junior che arrivano in Elite. Daremo loro la possibilità di inserirsi senza pressioni nella nuova categoria. Un biennio con delle prospettive di selezione per partecipare ad esempio al Comof e al Mondiale Universitario. Ovviamente anche

un Under 23, con alte capacità, potrà essere convocato per la Coppa del Mondo, Europeo o Mondiale Elite. Per chi deve maturare tecnicamente e athleticamente questa è una fascia utile".



## ALLENAMENTI DI ORIENTEERING; ALCUNE REGOLE PER MINIMIZZARE I RISCHI DI CONTAGIO DA COVID-19



## PIANETA DONNE:

## TROI UN TECNICO CHE ASCOLTA

## PRENDE CORPO IL RUOLO DELLA NUOVA REFERENTE FEMMINILE

a cura di Pietro Illarietti



**Verena Troi, oltre a vincere titoli tricolori di Corsa Orientamento, è sempre più tecnico di riferimento della Nazionale femminile. Un lavoro iniziato durante la fine dello scorso inverno e che vuol fornire un maggiore supporto alle ragazze che vengono convocate in azzurro**



E' ancora presto per raccogliere i frutti di questa collaborazione, ma possiamo annotare le prime indicazioni al termine di un periodo, scarso di attività agonistica, ma ricco dal punto di vista delle emozioni.

E' Verena Troi che ci spiega come procede il lavoro con il gruppo donne. Un percorso partito in maniera discreta. "Effettivamente è così - afferma l'altoatesina - in parte abbiamo dovuto conoscere le situazioni individuali delle atlete, apprendendo le difficoltà e individuando i punti di forza di ognuna di loro. In diversi casi il problema è conciliare lo studio, il lavoro e lo sport. Poi viene lo sport e cerchiamo di capire come migliorare la tecnica orientistica oppure la corsa. Un altro importante aspetto è la motivazione. È un discorso individuale e ognuna di loro sta attraversando un periodo di vita personale molto differente. In squadra militano atlete esperte e altre nuove. Ogni ragazza vuole migliorare ed è importante trovare la motivazione necessaria. Anche chi è nel team da anni necessita di nuovi obiettivi personali, come famiglia o maternità e quindi tutto deve essere relazionato a questi aspetti". Ci vuole un tatto superiore nel lavoro con le donne?

"Non lo so se sia necessario un tatto maggiore. Credo ci voglia anche con i maschi. Magari come donna mi risulta più facile capire le situazioni di una ragazza visto che ci sono già passata da atleta in certe dinamiche. Di sicuro vivi le cose diversamente rispetto all'uomo".

"E' comunque importante trovare la giusta misura per gestire gli impegni. Dobbiamo prendere l'aspetto positivo delle varie situazioni e quello che si riesce ad estrapolare. Faccio un esempio. Non per tutte è possibile partecipare alle gare del calendario completo. Allora andiamo ad estrapolare una porzione di calendario, compatibilmente con gli impegni personali, in modo da essere al meglio nel periodo scelto. Facciamo questo per un approccio alla disciplina serio, cercando quindi di ridurre così anche lo stress mentale". Pure dal punto di vista fisico la preparazione è stata impegnativa. "Nel raduno di Renon alcune atlete hanno dovuto saltare o accorciare delle sessioni. In quel periodo infortuni e, di conseguenza, mancanza di fondo erano impattanti. Generalmente però si lavora assieme. Ovviamente anche i maschi non tutti sono preparati allo stesso modo". Troi spiega anche quale è il feedback delle atlete: "Apprezzano molto il

fatto che il colloquio sia individuale e che nel periodo del lockdown siamo rimaste sempre in contatto. A volte basta poco, solo qualcuno che ricordi loro che sono parte di una squadra. In altre situazioni ci sono questioni più complesse. Ma credo di poter dire che le ragazze sono contente del fatto che sia stata inserita la mia figura. Ora aspettiamo il rientro in squadra di Carlotta Scalet". La trentina, che ora vive in Austria è appena diventata mamma. "Personalmente quando avevo i bimbi non mi allenavo e non ho vissuto questa situazione, ma in famiglia sono sportivi (il marito è un atleta della nazionale austriaca) e quindi si coordineranno sicuramente per favorire la sua attività di alto livello. In Repubblica Ceca, per l'Eurometing e il training camp di fine ottobre faremo le prove generali per i Mondiali. Con noi sarà anche la bimba e quindi sarà un bel test per tutti, ma siamo positivi e sappiamo che sarà una prova bella ed educativa per tutti".





# COPPA DEL MONDO A CORTINA CON VISIONE OLIMPICA



In collaborazione con Janos Manarin, Foot O Commission IOF



**Novità in ambito calendario 2021, come molti sapranno infatti si aggiunge la suggestiva Sprint del 3 di ottobre. Un appuntamento che strizza l'occhio alle Olimpiadi del 2026 e che il movimento intende sfruttare al meglio proprio in ottica di un suo eventuale inserimento nel programma olimpico.**

Una nuova location accolta con un certo entusiasmo dalla IOF e dal movimento orientistico in generale. Janos Manarin, che da sempre segue da vicino tutto ciò che riguarda il movimento internazionale, ci svela alcune anticipazioni.

“Sono cambiate le tappe precedenti nel calendario internazionale. Gli svizzeri, a Neuchâtel, hanno tolto la gara Middle dal loro programma inserendo prove in città (KO, Relay e Sprint individuale), il round svedese è completamente in bosco. Gli appuntamenti di Italia e Svezia avrebbero avuto solo foresta, per questa ragione noi italiani abbiamo inserito la Sprint Relay, una sorta di riequilibrio nell'economia generale

del calendario decidendo di togliere la Staffetta in bosco a favore di quella cittadina”.

**Una scelta che comporta una serie di impegni extra importanti.**

“Effettivamente la situazione si complica nel senso che in precedenza avevamo un'arena unica per 3 giorni di gara. Comunque 3 situazioni piuttosto vicine avevano le arene delle 3 gare nella stessa area. In questo modo invece dobbiamo spostare di vari chilometri le strutture. Uno spostamento della logistica e una conseguente attività di smantellamento per andare a rimontare il tutto a circa 60 chilometri di distanza.

**Questo cambiamento cosa rappresenta da un punto di vista**

**strategico?**

“Avevamo varie opzioni sul tavolo. Allestire la gara vicino a noi, che era la soluzione più semplice, visto che ci sono location come Vittorio Veneto o altri centri adatti, ma abbiamo optato per Cortina perché una delle ambizioni della IOF è andare alle Olimpiadi e quindi cerchiamo anche una certa visibilità presso istituzioni e pubblico. Se possibile contiamo di proporre altri eventi nella zona da qui al 2026 in modo da sensibilizzare i vari interlocutori con altri appuntamenti. Il Comune ci segue, anche grazie al nostro Presidente, Sergio Anesi, che ci ha introdotti. Più ci facciamo vedere e meglio è. Come anticipato, non vogliamo un evento fine a se stesso, ma un percorso

agonistico con un peso comunicativo e politico”.

**In particolare la location gode di un certo appeal:**

“A livello internazionale è motivo di entusiasmo per tutti in una località di pregio e di richiamo verso i paesi scandinavi che seguono le discipline invernali. Inoltre è prevista la diretta TV. Con la IOF vedremo di attuare un piano di marketing e avvicinare diversi interlocutori”.

**Per il movimento italiano cosa significa questo evento?**

“Apriamo una nuova zona che potrebbe essere interessante e dove l'Orienteering non c'è mai stato. Faremo una carta nuova, in un bosco appena fuori Cortina, che servirà per le gare di contorno alla Coppa del Mondo e che potrebbe essere la base per l'attività futura”.

**Dal punto di vista agonistico invece di quali opportunità godremo?**

“Il Paese ospitante avrà un benefit, quello di poter schierare 8 maschi e 8 femmine alle gare. Un fatto che non ci è mai permesso alle altre competizioni di Coppa del Mondo. Questo vuol dire che tutta la formazione Elite, e qualche giovane, sarà coinvolto per un'esperienza formativa importante.

Anche nella Sprint Relay, potremo avere più atleti rispetto al solito”.

**Organizzativamente parlando si tratta di un impegno gravoso?**

“Per assurdo è molto meno impegnativo organizzare una prova di Coppa del Mondo che



una gara nazionale. Mi spiego meglio. Dovremo predisporre un solo percorso Elite maschile e uno femminile. Un bel vantaggio rispetto a quando si deve allestire un tracciato per ogni categoria. Ovviamente qui il livello di attenzione è massimo perché non può succedere di incappare in errori. La diretta tv ce lo impone. Nella struttura organizzativa vengono coinvolte molte più persone per garantire una sicurezza al massimo livello. Anche le strade chiuse al traffico saranno un dettaglio importante e da curare. Come detto tracciati e vincoli tecnici sono relativamente pochi, ma poi ci

sono sicurezza e tv che ci faranno scendere a dei compromessi”.

“Nelle gare di coppa l'aspetto tecnico passa quasi in secondo piano perché si deve andare incontro alle esigenze televisive. Abbiamo la fortuna che il regista, Karel Jonak, ha già prodotto centinaia di gare internazionali e con cui abbiamo già lavorato in occasione dei Mondiali 2014 con le gare a Venezia e sull'Altopiano. Abbiamo visioni simili e quindi non è difficile collimare le esigenze. Nel sopralluogo di Cortina, previsto per questo autunno prima dell'arrivo della neve, faremo le prime valutazioni”.







A cura di Pietro Illarietti

# DANIEL HUBMANN: DALLA BOTTEGA DEL LEGNO AL TETTO DEL MONDO

## UN RACCONTO TRA AVVERSARI, SPONSOR E FAMIGLIA.

*Daniel Hubmann, svizzero del Cantone di Thurgau, è nato nel 1983. Il suo palmares è infinito, basta fare una ricerca su Google per capire la portata del personaggio. Ha vinto il titolo mondiale di Corsa Orientamento in tutte le discipline, Sprint, Middle, Long e Staffetta. Un particolare che lo porta ad essere tra gli atleti più completi e vincenti di sempre. In breve possiamo annotare 8 titoli iridati, 10 argenti e 9 bronzi. Sempre per essere sintetici dobbiamo aggiungere le 6 vittorie della Classifica finale di Coppa del Mondo e 2 titoli europei.*

Approfittiamo della sua disponibilità per formulare al rossocrociato una serie di domande utili a far conoscere meglio il personaggio agli appassionati italiani. Un esempio, soprattutto per i giovani praticanti di questa disciplina.

**Lei è un atleta con una grande longevità agonistica. Dove trova la motivazione per essere ancora al vertice a 37 anni?**

«Competere e avere la possibilità di vincere gare è ancora una delle mie grandi passioni. Nell'Orienteering ogni gara è diversa e affronti sempre nuove sfide in diversi Paesi e diversi tipi di terreno. Inoltre sono un atleta professionista e non riesco a immaginare un lavoro migliore di quello che ho in questo momento».

**Lei è riuscito a vincere il titolo mondiale Elite che era molto giovane (aveva 25 anni). Ha saputo gestire il passaggio da Junior (anche lì è stato Campione del Mondo) senza soffrire di stress. Come è stato possibile?**

«Non ho una risposta chiara a questa domanda. Penso di aver avuto un solido progresso negli anni da Junior e quindi ero pronto quando sono arrivato alla categoria Elite. A quel tempo, ad essere sincero, non ero ancora un atleta completo. Sono

riuscito a vincere gare brevi su terreni specifici, ma non ovunque. Ho avuto ancora bisogno di alcuni anni prima di poter primeggiare tutti i terreni».



**Nella sua carriera ha subito gravi infortuni, come il tendine d'Achille. Come ha saputo riprendersi da un problema così grave?**

«Credo che in quei momenti, in cui si ha a che fare con gli infortuni, sia davvero

importante avere un buon senso su cosa fare e dove fare una pausa. Ma anche il supporto del fisioterapista e del medico è stato molto importante. L'episodio della rottura del tendine risale a 8 anni fa e fino ad oggi tutto procede abbastanza bene».

**Qual è il suo rapporto con l'Italia? L'abbiamo vista spesso protagonista nel nostro Paese.**

«Non mento quando dico che amo molto viaggiare in Italia. I centri storici di tutto il Paese sono fantastici per lo Sprint Orienteering e anche la varietà dei diversi boschi è buona. Inoltre, mi piace molto l'atmosfera italiana con buon cibo, persone amichevoli e soprattutto bel tempo». **Come organizza la sua vita da atleta da quando è sposato con 2 figli? Ci sono viaggi allenamenti e gare da gestire.**

«Con i bambini la mia vita da atleta è cambiata parecchio. Ora devo pianificare maggiormente e dare priorità a cose importanti. A volte è difficile mettere in pausa tutti gli allenamenti e farci stare tutto nello stesso schema, ma in qualche modo il sistema funziona fino ad ora. Viaggio meno rispetto a prima e spesso inizio il mio allenamento da casa. Una scelta rende il tutto molto efficiente».



Lo svizzero Daniel Hubmann impegnato in una fase di gara. L'elvetico si è dimostrato essere atleta longevo e completo su tutti i tipi di terreno.

**Gli appassionati lamentano il fatto che l'Orienteering sia uno sport a bassa visibilità. Eppure lei è molto bravo a gestire gli sponsor. Che consiglio possiamo dare ai suoi giovani colleghi che hanno bisogno di imparare a gestire questo aspetto spesso sottovalutato?**

«Vivere una vita da orienteer è una parte cruciale del tuo lavoro. Con l'allenamento e la competizione non guadagni abbastanza soldi. Si tratta di rendere la tua vita di atleta visibile agli altri e di raccontare loro le tue vittorie, i tuoi sogni e altre cose interessanti. Ma anche in quel momento, è difficile trovare sponsor e molte opportunità sono realizzabili solo grazie ai contatti personali». **Lei è un atleta che negli anni ha affrontato tanti avversari. Chi è stato il rivale più forte nei vari terreni?**

«Ci sono diversi avversari che mi stanno venendo in mente. Ma Thierry Gueorgiou è stato probabilmente il più grande e abbiamo vissuto molte battaglie».

**Ha sempre gareggiato in tutte le**

**specialità al WOC. Come le ha gestite al meglio?**

«Amo la varietà del nostro sport e quindi ho sempre allenato tutto: dallo Sprint alle lunghe gare nella foresta. In una tipica settimana di training svolgo allenamenti su superfici dure e altri su terreni forestali soffici. Penso che sia anche un bene per il corpo non essere troppo monotono e dare sempre nuovi input».

**Siete una famiglia di orienteers. 3 fratelli in grado di vincere la Staffetta Elite ai campionati svizzeri. Da dove viene la tua passione?**

«La passione di nostro zio ci ha portato ad avvicinarci alla disciplina. Ha sempre praticato molto Orienteering ed è per questa ragione che siamo entrati in contatto con questo grande sport». **All'inizio della tua carriera lavoravi il legno, sei ancora un bravo falegname?** «Ehehe.. non lavoro come falegname da 14 anni e quindi non sono



molto interessato all'argomento attualmente. Ma ogni volta che devo aggiustare qualcosa a casa nostra, cerco di farlo da solo e mi piace ancora quel tipo di lavoro in cui crei davvero con le tue mani».



# RINNOVATO IL PROTOCOLLO D'INTESA TRA FISO E PEFC ITALIA A FAVORE DELLA SOSTENIBILITÀ



A cura di Maria Cristina D'Orlando e Stefano Bisoffi

## PROTOCOLLO D'INTESA

**FISO e PEFC collaborano alla valorizzazione delle attività della Federazione e dei propri Centri federali per avviare concrete iniziative di carattere educativo e culturale sui temi della salvaguardia dell'ambiente, nonché per la valorizzazione di materiali provenienti da foreste certificate per la sostenibilità della loro gestione.**

L'Orienteering nel tempo ha acquisito delle buone credenziali ambientali: per sua stessa natura questo sport si pone degli obiettivi di buona pratica e di sostenibilità ambientale e mette particolare enfasi sulla consapevolezza e sull'educazione ambientale. Con il rinnovo del protocollo di intesa FISO – PEFC ITALIA, già in essere nel 2014 e in attuazione delle linee guida IOF, la FISO ha voluto fare un passo ancora più importante decidendo di dotarsi di un progetto finalizzato a

rendere minimo l'impatto ambientale delle manifestazioni nazionali di orientamento e nel contempo sensibilizzare i partecipanti. Pertanto le due organizzazioni hanno deciso di collaborare per attivare iniziative congiunte di miglioramento continuo e di comunicazione delle attività a favore dell'ambiente, del clima e della pratica sportiva nell'ambiente naturale nel quadro di questo protocollo. Così il Presidente della FISO Sergio Anesi e la Presidente del PEFC Italia Maria Cristina D'Orlando hanno firmato il 15

marzo scorso un protocollo d'intesa, che prevede una serie di attività qui di seguito descritte:



Questo protocollo d'intesa segue gli impegni che oramai fanno parte del modo operativo degli organizzatori di gare di orienteering, grazie anche all'esperienza maturata durante i WOC-WTOC 2014 che permisero di dimostrare come anche lo sport a più basso impatto ambientale possa impegnarsi a migliorare le proprie performance ambientali.

- impegno comune alla promozione della conoscenza dell'orienteering, come pratica sportiva rispettosa dell'ambiente naturale in cui si svolge, che favorisce la conoscenza, il rispetto e la difesa delle foreste; in particolare verrà data informazione sulle caratteristiche delle aree forestali in cui si svolgono le manifestazioni e sulla loro certificazione;
- la comunicazione della sostenibilità dell'orienteering, che viene praticato in ambienti soggetti ad una utilizzazione multifunzionale e sostenibile, con particolare riferimento al Centro Federale di Orienteering di Paluzza come best practice nel settore delle pratiche sportive sostenibili;
- la proposta di dedicare, nelle iniziative divulgative e formative di orienteering, rivolte in particolare alle scuole, uno spazio di approfondimento dedicato alla conoscenza della gestione sostenibile delle foreste e del legno gestito da referenti PEFC;
- la proposta di favorire, nelle manifestazioni e nelle gare di orienteering, l'utilizzo di prodotti alimentari e non, di provenienza locale, al fine di intensificare il rapporto con il territorio;
- l'attuazione di una "politica di acquisti verdi" da parte della FISO, delle Società affiliate e del Centro Federale, con utilizzo di prodotti sostenibili e certificati, in particolare quelli di origine forestale;
- l'impegno a dare visibilità alla certificazione PEFC su tutta la comunicazione cartacea, visibilità fornita con il logo PEFC su carta certificata e annesse dichiarazioni ("promuoviamo la gestione sostenibile delle foreste", ecc.) per dimostrare la collaborazione FISO-PEFC attraverso l'utilizzo del logo promozionale PEFC;
- la consultazione di PEFC da parte della FISO e la collaborazione di PEFC alla FISO per la supervisione di piani di gestione ambientale e la pianificazione di attività di mitigazione delle emissioni di gas climalteranti in occasione di manifestazioni sportive rilevanti per numero di partecipanti o per il livello internazionale.

Sicuramente la scelta di questa alleanza permette alla FISO di valorizzare in modo responsabile le risorse ambientali in cui si svolgono le proprie attività all'aperto, stimolando i propri tesserati ad adottare stili di vita ambientalmente corretti, rispettosi delle risorse naturali e applicando buone pratiche di riduzione dei rifiuti e degli sprechi. Contestualmente permette a PEFC Italia di dimostrare che la gestione multifunzionale, sostenibile e certificata del bosco permette di valorizzare gli aspetti ricreativi senza penalizzare le altre funzioni del bosco, compresa quella produttiva che è l'unica funzione che produce reddito per il proprietario.



I dirigenti di PEFC nel centro federale di Paluzza



# IKPRATO: AMICIZIA, IDEE INNOVATIVE E L'ORIENTEERING E' SERVITO



IKPrato è un team volto alla promozione dell'Orienteering e degli eventi sportivi. Da qualche anno è attivo pure nel rogaining.

In collaborazione con Massimo Bianchi e Monica Casalini

**PRATO: In Toscana è sicuramente una realtà leader e fa dell'amicizia, della voglia di stare assieme, il collante necessario per sviluppare progetti agonistici, scolastici e sinergie interregionali.**

Parliamo dell'Idrott Klubb Prato, alias IKP. Il nome è mutuato dalla Scandinavia, terra dell'Orienteering. Tra le sue fila personaggi autorevoli come l'ex CT della Nazionale, Daniele Pagliari, ed uno dei più grandi biker della storia di questo sport, Giaime Origgi. Pochi lo ricordano, ma anche il suo Presidente, Massimo Bianchi, è stato CT della rappresentativa Assoluta per un breve periodo prima dell'arrivo di Jaroslav Kackmarcik. Andiamo però con ordine e ricostruiamo la storia di un sodalizio nato nel 2001, tra i fondatori Mario Ruggero, Francesco Isella, Massimo Bianchi, Giaime Origgi, e che da sempre ha sede a Prato. L'intento iniziale era quello di formare un forte gruppo di atleti provenienti da varie regioni italiane (Toscana, Lombardia, Valle D'Aosta, Trentino,

Emilia Romagna e Liguria) in grado di competere ad alti livelli nella Corsa, nella Mtb-O. Ultimamente, tra le discipline praticate, si è fatto largo anche il Rogaining. Attualmente IKP mantiene questo spirito di amicizia e i tesserati si ritrovano sui campi di gara più all'insegna dello stare assieme che per agonismo di vertice. I risultati sono sempre incoraggianti e si punta in tempi medio-brevi a raggiungere nuovi obiettivi importanti. Sicuramente l'atleta che ha saputo portare in alto, nel recente passato, il nome dell'IkPrato è stato Giaime Origgi, atleta del 1979. Per lui innumerevoli titoli di campione italiano Elite (nel 2010 sua stagione d'oro seppa coglierne ben 4) e qualche bella soddisfazione in campo internazionale come un 6°

posto mondiale e dei successi di World Ranking Event. **ALLARGARE GLI ORIZZONTI:** Una delle peculiarità del sodalizio toscano è quello di aver avviato una serie di sinergie volte allo sviluppo della disciplina anche fuori regione. Ha saputo dare ottimi frutti la collaborazione con l'ASD Picchio Verde di Matteo Dini, attiva dal 2016. Questo ha permesso una contaminazione reciproca tra i 2 club che ha portato alla realizzazioni di eventi importanti come il Tuscany Orienteering Classic, accattivante format che prevede attività nei più bei centri storici del centro Italia, e i Campionati Italiani 2019 nel Montefeltro con le sedi di Pennabilli e Carpegna. Il format del TOC è piaciuto molto anche agli stranieri che hanno sempre partecipato in massa.



REALTÀ LEADER IN TOSCANA



L'obiettivo ora è quello di continuare ad organizzare eventi, con regolarità di calendario, e avvicinare sempre di più persone, scuole, aziende a praticare Orienteering nello splendido territorio etrusco.

#### FARO PER LA REGIONE:

La società pratese è di fatto una delle più strutturate in regione e l'intenzione con il nuovo delegato Regionale, Roberto Luisi, è quella di far crescere con le competenze presenti nell'ASD, tutto il movimento regionale. Questo grazie a quanto dimostrato sin qui e alla collaborazione costruttiva verso nuovi interlocutori.

Per quando riguarda il programma 2020, in palinsesto vi sono le prove di Coppa Italia. Una bella soddisfazione agonistica in un'area dove a prevalere è l'attività scolastica.

#### FUTURO:

Per il 2021 si torna a volgere lo sguardo alla nuova edizione del Tuscany Orienteering Classic. Le attività promozionali sono già partite e si spera che per quel periodo la Pandemia possa essersi risolta.

Il disegno sportivo prevede lo spostamento del baricentro in alta Toscana con un evento che per ora è fissato ad ottobre/novembre 2021. Le caratteristiche sono le stesse che hanno contraddistinto l'appuntamento negli anni passati, cioè una manifestazione tra le bellezze della Toscana (Montalcino, San Gimignano, Siena e Monte Amiata).

Ikprato ha lavorato molto per riuscire a creare un brand ad hoc anche per garantire agli appassionati un'offerta appetibile che vada oltre i luoghi

tradizionali del Nord Italia.

Per ora i numeri stanno dando ragione al sodalizio presieduto da Massimo Bianchi ed il trend è in crescita in ogni edizione. Quello che è certo è che il TOC 2021 sarà speciale. Ci sono alcune idee accattivanti in fase di elaborazione.

#### FORMAZIONE AZIENDALE:

Come anticipato IKP investe molto anche sulla promozione e nella formazione scolastica della disciplina sportiva tramite la propria esperienza grazie ai molti tecnici presenti in società. Oltre alla scuola, l'IKP organizza molte manifestazioni sportive per la crescita e la promozione del movimento orientistico e outdoor con le aziende (Vodafone, Maserati, LG sono tre delle oltre 50 aziende che hanno conosciuto l'Orienteering attraverso la formazione aziendale).

#### NUOVE OPPORTUNITA':

L'associazione sta avviando una stretta collaborazione con un'azienda specializzata nel turismo Open Air, Huma Company, che è presente in campeggi e ostelli di tutta Italia. Il progetto è volto alla promozione di attività all'aria aperta con Orienteering e Rogaining, vista la tradizione organizzativa in queste due discipline.



In alto Daniele Pagliari, sotto il gruppo dell'IKP sui campi gara, in basso con la bici Giaime Origgi, l'atleta che si è più distinto a livello internazionale.



# COMMISSIONE-INNOVAZIONE

## ROGAINE: CHI ERA COSTUI?

A cura di Massimo Bianchi e Stefano Bisoffi

**Nell'ottavo capitolo dei Promessi Sposi di Alessandro Manzoni (lui, non l'atleta della Besanese!), Don Abbondio si chiede "Carneade, chi era costui?" e l'espressione è rimasta per indicare un nome che si è sentito ma di cui si sa poco.**

Nell'ottavo capitolo dei Promessi Sposi di Alessandro Manzoni (lui, non l'atleta della Besanese!), Don Abbondio si chiede "Carneade, chi era costui?" e l'espressione è rimasta per indicare un nome che si è sentito ma di cui si sa poco. Per il Rogaine dovremmo dire "chi erano costoro?" perché il termine deriva dai nomi di tre fratelli australiani, Rod, Gail e Neil Phillips che diedero una struttura e un'organizzazione ad un tipo di gare di orienteering che venivano organizzate intorno a Melbourne a partire dalla fine della Seconda Guerra Mondiale; RO(d), GAI(l) e NE(il) = ROGAINE.

Ma di cosa si tratta? Di fatto è una gara "a score" di orienteering. Si parte contemporaneamente, si cerca di raggiungere il maggior numero di posti di controllo entro un dato tempo limite e si ritorna al punto di partenza. Alcune caratteristiche però ne fanno un tipo di gara unico nel suo genere:

- La durata: il Rogaine per eccellenza si svolge nell'arco di 24 ore, anche se molto spesso la durata è più breve: 12, 6 o anche 3 ore. In ogni caso di più, anche parecchio di più delle gare di orienteering classiche;
- Si partecipa in genere in gruppi di due o più per squadra; non è una gara individuale, se non, talora, nelle gare di più breve durata. Questo per ragioni di sicurezza, ma anche perché lo spirito di squadra è considerato una componente importante di questa disciplina;
- Le zone cartografate sono in genere molto più vaste di quelle delle gare di orienteering e di conseguenza la scala della carta è minore (spesso 1:25.000, ma non esiste uno standard preciso). Negli ultimi campionati del mondo, con gare di 24 ore, le aree di gara andavano dai 150 ai 180 km<sup>2</sup> e anche più; ovviamente per gare di minore

durata anche le superfici saranno più ridotte. I simboli usati sono sempre più spesso mutuati da quelli dell'orienteering (ISOM), così come le descrizioni dei punti. Sui posti di controllo, poi, si trovano le "nostre" solite lanterne bianche e arancioni. Come testimone si usa sempre più la SI-Card.

- Spesso i posti di controllo più lontani o più difficili da raggiungere hanno un punteggio più elevato di quelli vicini e



Massimo Bianchi e Federico Caldini studiano la strategia di gara ai Campionati Europei del 2016.

facili.

- Se la gara è molto lunga è anche previsto l'obbligo di avere con sé indumenti adeguati, fischietto, coperta termica, scorta d'acqua, ecc.

- In generale si prevede che nessuno riesca a raggiungere tutti i punti, in modo da costringere le squadre a decidere una strategia per trovare la sequenza ottimale nel tempo dato; per questo la carta viene consegnata prima del via (es. mezz'ora); ovviamente la strategia iniziale potrà cambiare nel corso della gara. A chi sfiora il tempo limite si applica una penalizzazione. Come nelle gare a score (è una gara a score!) vince chi fa più punti.

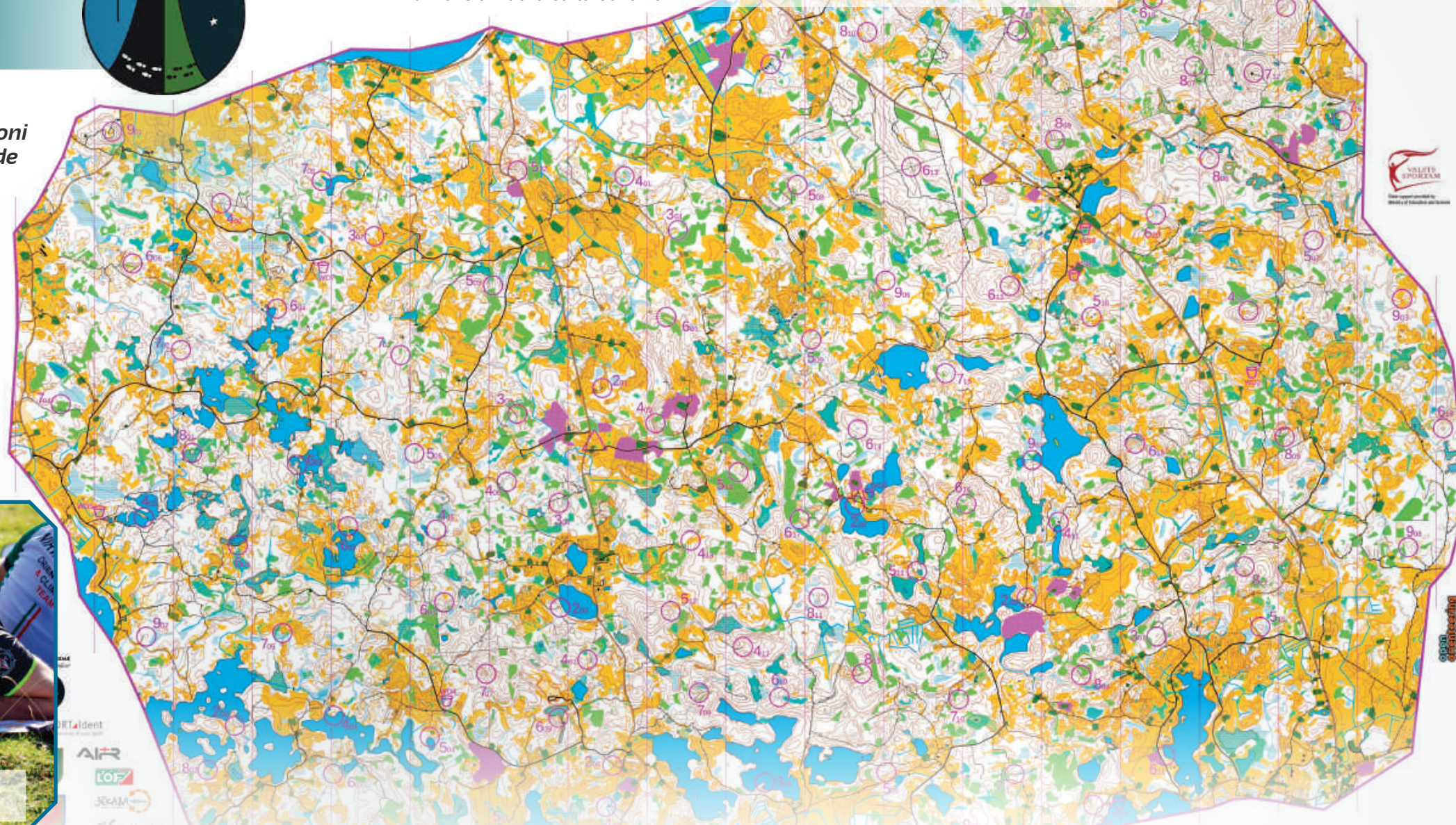
Se siete orientisti, amate gli sport di endurance e volete innamorarvi del Rogaine, guardate il video prodotto in occasione del Campionato del Mondo dell'anno scorso, in Catalogna: [https://www.wrc2019.cat/en/photo-](https://www.wrc2019.cat/en/photo-gallery/)

[gallery/](https://www.wrc2019.cat/en/photo-gallery/). In quell'occasione alcuni orientisti italiani ben noti a tutti noi arrivarono vicinissimi al podio: Alessio Tenani in coppia con Samuele Curzio si classificarono quinti assoluti e Andrea Villa con Emiliano Corona settimi. Ovviamente ne demmo notizia sul sito FISO (<https://www.fiso.it/notizia/rogaining-azzurri-brillanti-al-mondiale-18461>). A livello internazionale il Rogaine è coordinato dalla International Rogaining Federation (<https://rogaining.com/>) cui aderiscono varie Federazioni nazionali; in alcuni casi sono membri della IRF le stesse Federazioni Nazionali di Orienteering (es. Estonia, Lituania, Ucraina); in altri casi si tratta di Federazioni separate ma con un rapporto quasi di "gemellaggio" tra le due. In Europa la sinergia tra Orienteering (IOF) e

WORLD ROGAINE CHAMPIONSHIPS 2017  
LATVIA, RĀZNA, AUGUST 18/19  
WRC2017.ROGAINE.LV



La carta di gara è in scala più piccola rispetto a quelle usate nell'orienteering. Spesso, ma non sempre, si usa la simbologia ISOM; questa è la mappa dei Campionati del Mondo di Rogaine del 2017 svolti in Lettonia: scala 1:25 000, con equidistanza 10 m; dimensioni della carta 80x61 cm



Rogaine (IRF) risale alla presidenza IOF di Sue Harvey che già allora segnalava le affinità tra Orienteering e Rogaine, oltre che con le "mountain marathons" anglosassoni o i "raids d'orientation" francesi.

Dal 1992 si svolgono con cadenza annuale o biennale i Campionati del mondo di Rogaine cui partecipano varie centinaia di atleti con squadre maschili, femminili, miste; anche di master e supermaster. Quest'anno si sarebbero dovuti svolgere in California a Lake Tahoe, subito dopo i Campionati Nordamericani di Orienteering, con una serie di eventi riuniti nel California Orienteering Festival. Purtroppo il COVID-19 ha costretto gli organizzatori a rimandare entrambi gli eventi al 2021, dal 2 al 15 agosto (per informazioni: [https://cal-o-fest.com/#/!](https://cal-o-fest.com/#/!/)).

E in Italia? In Italia ci sono già vari club aderenti alla FISO che hanno

organizzato gare di Rogaine, seppure di durata inferiore alle 24 ore, in Lombardia (Nirvana Verde), in Veneto (Orienteering Tarzo) e soprattutto in Toscana: i veri pionieri in Italia sono gli amici dell'IKP di Prato guidati da Massimo Bianchi e il gruppo dedicato agli sport d'avventura "Adventure Team i Toscana". Anche quest'anno l'IKP ha organizzato una gara di Rogaine vicino a Piombino; purtroppo anche qui il COVID-19 ha rovinato in parte la festa poiché ha costretto a spostare i Campionati Italiani di Orientamento Sprint e Long proprio in coincidenza con la gara di Rogaine. La Commissione Innovazione della FISO ha presentato, e il Consiglio ha approvato, un programma che prevede di sviluppare anche il Rogaine tra le attività federali. Si sta elaborando un Regolamento tecnico che consenta inizialmente di avviare una fase sperimentale con l'obiettivo di arrivare

in tempi brevi ad un riconoscimento come ulteriore forma di CO (oltre a Long, Middle, Sprint e le varie forme di Relay). Si intende, con questo, ampliare le tipologie di gare offerte agli atleti FISO e nel contempo attrarre praticanti di altri sport d'avventura che amano gare di maggiore durata e di maggiore impegno fisico.

Oltre che a piedi il Rogaine si può praticare anche in mountain bike e anche in questo settore ci sono ampi spazi di allargamento del numero di appassionati di sport che includono una importante componente di orientamento.

Nei prossimi numeri di Azimut vi parleremo anche di altre tipologie di attività di orientamento, sia competitive che ricreative, che la Commissione Innovazione intende sviluppare in ambito FISO.

Per adesso scaldate i motori!





# Fai della Valsugana la tua palestra naturale

Ti offriamo ciò che noi abbiamo la  
fortuna di vivere ogni giorno:  
la Valsugana e il Lagorai!

SCOPRI TUTTE LE OFFERTE SU  
**WWW.VISITVALSUGANA.IT**

Orgogliosi di vivere e ospitarvi nella prima destinazione al mondo  
dove il turismo sostenibile è certificato secondo i criteri del GSTC

**VALSUGANA**  
♥ LAGORAI

**GSTC**  
HOSTED: CNR 11188 1111

Certified by Vito [www.Vitoout.it](http://www.Vitoout.it)

**Varietà su 2 ruote**



**Arte Sella**



**Lagorai outdoor**



**#livelovevalsugana**

**AZIENDA PER IL TURISMO  
VALSUGANA LAGORAI**

Viale V. Emanuele, 3 - 38056 Levico Terme (TN) - Tel. +39 0461 727700 - Fax +39 0461 727799  
[info@visitvalsugana.it](mailto:info@visitvalsugana.it)

© Copyright foto: APT Valsugana, Story Travelers, Arte Sella © Giacomo Bianchi