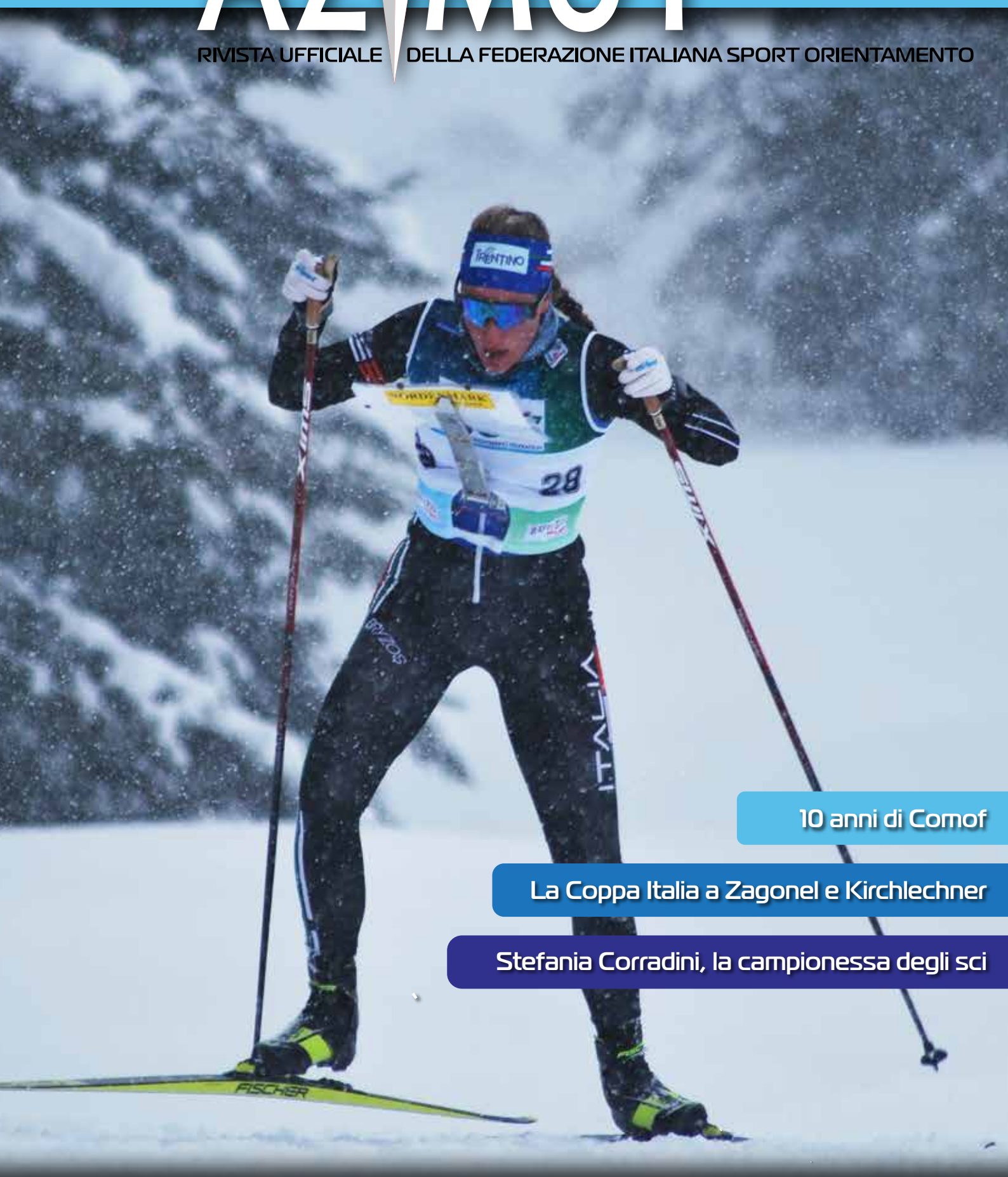




AZIMUT

MAGAZINE

RIVISTA UFFICIALE DELLA FEDERAZIONE ITALIANA SPORT ORIENTAMENTO



10 anni di Comof

La Coppa Italia a Zagonel e Kirchlechner

Stefania Corradini, la campionessa degli sci



ITAS^{sa} 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

“AN BISEST AN FUNEST”
 (“ANNO BISESTILE, ANNO FUNESTO”).

Il detto popolare che ogni 4 anni richiamiamo per qualche personale “piccola” disavventura, mai come quest’anno, dopo le grandi tragedie mondiali legate alla guerra che ci ricordano i nostri genitori e nonni, si è rivelato foriero di verità. Un anno che ha portato una pandemia a livello mondiale con una scia di malati e morti che non potevamo mai immaginare e che pare ancora molto lontano dall’essere finita.

In questo contesto anche le attività sportive, come nel nostro caso, hanno sofferto, non solo per la mancanza di competizioni, ma anche per la impossibilità di attivare iniziative di formazione e soprattutto per la mancanza di contatti che, accanto a quanto legato allo sport, sono alla base dei rapporti di amicizia che caratterizzano le nostre discipline.

Nonostante le difficoltà quasi insormontabili che hanno caratterizzato tutto l’anno, la FISO è viva più che mai e grazie alla lavoro sinergico del consiglio federale, comitati, delegazioni e società, si presenta all’apertura del nuovo anno con tanti progetti e iniziative che daranno un senso alla grande attesa che ciascuno di noi riserva al futuro.

Le commissioni, che hanno preso in carico, dalla assemblea di Bologna, le aspettative del mondo orientistico, hanno lavorato con assiduità sui temi legati all’agonismo, allo sviluppo, alla scuola, alla promozione e a tanti aspetti che il mondo dell’orientamento reclamava.

Già si sono visti i primi risultati che per esempio:
 - nei rapporti istituzionali hanno portato a ottimi rapporti con il Coni, Sport e Salute e IOF;

- nell’agonismo delle diverse discipline, ad un rinnovato impegno anche con integrazioni di professionalità nell’organizzazione e la definizione di nuovi obiettivi;

- nello sviluppo, con la programmazione di corsi,

di seminari webinar oltre alla presa in carico di nuove tematiche e progetti legati al mondo della sostenibilità, della disabilità, dell’innovazione.

- nella nomina degli organi di giustizia sportiva e nella definizione delle modalità d’uso e tutela del logo;

- nella stesura di protocolli, calendari e regolamenti e nella definizione di rapporti di collaborazione con enti, associazioni e privati esterni alla fiso;

- con la ricerca e finalizzazione di nuovi rapporti di sponsorizzazione e collaborazioni;

- con le nuove proposte di tesseramento;

Di tutto questo e di quanto “bolle in pentola” si è data informazione sia attraverso la rivista che il sito istituzionale in una logica di trasparenza che vuol essere anche un legame forte con il territorio. E così sarà anche in futuro.

Gli incontri avuti dal sottoscritto e dai consiglieri e le consulte vanno nella direzione di rendere partecipi gli organi territoriali e, tramite loro, le società e tesserati per migliorare le azioni del consiglio, la collaborazione, stimolarne la necessaria critica, (ove necessario), e presa in carico delle linee tracciate.

Un lavoro che non si esaurisce perché la Fiso, passo dopo passo, deve raggiungere i risultati proposti e porsi sempre nuovi obiettivi per raggiungere quella maturità che tutti si aspettano. Già nel 2021 avremo l’opportunità di avere dei forti segnali di innovazione che sono in via di definizione.

Guardando all’anno nuovo infine non può mancare un invito a tutti a impegnarsi nel far crescere la FISO sia nelle attività tradizionali, agonistiche e non, che nella ricerca di nuove opportunità di promozione delle discipline: non solo nella partecipazione alle gare, ma nell’essere protagonisti attivi della crescita dell’orientamento

- 05 Fiso, IOF e Coni per le Olimpiadi 2026
- 06 SCI-O: Stefania Corradini: miglio di anno in anno
- 10 C-O: arrivano i millennials. Ma per ora la coppa va a Kirchlechner e Zagonel
- 14 Giacomo Zagonel: la long analizzata dallo sprinter
- 16 Doganaccia long: il vincitore Michele Caraglio
- 18 Viola Zagonel: nelle sprint infallibile
- 20 Long: Verena Troi gara in sicurezza
- 22 Una settimana da campioni: un camp di qualità con varietà
- 24 MTB-O: i mondiali anticipati cambiano tutto
- 26 Trail-O: l'inclusione passa attraverso queste iniziative
- 28 Minna Kauppi: la donna delle montagne russe
- 30 La formazione dei quadri tecnici. Situazione e scenari
- 31 Novità 2021: le borse di studio
- 32 10 anni di COMOF. Storia e traguardi raggiunti
- 34 Pianeta Master: un mondo da esplorare
- 36 Associazione Mosaico. Una new entry colorata e con voglia di fare
- 38 Foto e video di Orienteering professionali? Eccoli free e per tutti

Rivista Ufficiale della Federazione Italiana Sport Orientamento

DIRETTORE RESPONSABILE: Pietro Illarietti
DIRETTORE DI REDAZIONE: Pietro Illarietti

CREATIVE DIRECTOR: Cristina K. Turolla

In copertina:

Photo Nicolò Corradini

Hanno collaborato:

Stefano Galletti, Daniele Guardini, Stefano Salgò, Laura Scaravonati, Verena Troi, Mikhail Mamleev, Angelo Bozzola, Minna Kauppi, Giacomo Zagonel, Viola Zagonel, Michele Caraglio, Stefano Bisoffi

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 Dicembre 2020
Autorizzazione n.1 - Tribunale di Trento del 18-2-2010
Spedizione in abbonamento



FEDERAZIONE ITALIANA SPORT ORIENTAMENTO



DISCIPLINA SPORTIVA ASSOCIATA RICONOSCIUTA DAL CONI

Federazione Sportiva Paralimpica riconosciuta dal Comitato Italiano Paralimpico

TRENTINO

ITAS ASSICURAZIONI

SOLDA

ALPE CIMA BRA

VAISUGANA LAGORAI

CASSA DI TRENTO CREDITO COOPERATIVO ITALIANO

in Italia, facendo avvicinare al nostro sport numeri di atleti via via sempre maggiori. Ponendoci anche degli obiettivi, anche minimi, da raggiungere per ognuna delle società, comitati e delegazioni.

Proprio a questi ultimi il mio invito a voler lavorare anche con collaborazioni mai instaurate in passato. Il nostro e vostro impegno diverrà l'elemento fondamentale per una crescita, sempre più auspicata e necessaria per far pesare la nostra federazione a livello nazionale ed internazionale. Usciremo da questa pandemia, dal lockdown e da questo funesto 2020.

Il 2021 dovrà essere per tutti un anno di grande impegno per portare la nostra federazione sempre più in alto con un occhio attento alla quantità e soprattutto alla qualità delle nostre attività. Buon Anno a tutti.

Il Presidente FISO
Sergio Anesi

FISO, IOF E CONI PER LE OLIMPIADI 2026.



Giovanni Malagò



Tom Hollowell



Leho Haldna



Sergio Anesi

Un incontro ufficiale, favorito dal Presidente Sergio Anesi, ha visto sedersi allo stesso tavolo, (in videoconferenza), la FISO, la IOF e il CONI per discutere di un tema, che può apparire lontano, ma che invece dimostra come non si perda d'occhio la possibilità che la Federazione possa inserirsi tra le federazioni olimpiche in futuro.

L'occasione delle Olimpiadi Milano Cortina 2026 può essere un'opportunità per arrivare a realizzare un sogno che sia la IOF, a livello internazionale, che la FISO, a livello nazionale, coltivano da tempo: quello di essere sport dimostrativo nella vetrina olimpica che l'Italia ospiterà tra 6 anni. Il Presidente LEHO HALDNA e il Segretario Generale TOM HOLLOWELL introdotti dal Presidente Anesi hanno potuto

dialogare con il Presidente del CONI, GIOVANNI MALAGÒ, e presentare le discipline dell'orientamento attraverso una serie di slides e filmati, soffermandosi in particolare sullo SCI-O e chiedendo al Presidente CONI Malagò, che è anche presidente del Comitato Organizzatore e Membro CIO, di farsi interprete presso il Comitato Olimpico e la Fondazione Milano Cortina 2026, della richiesta e delle aspettative del mondo dell'orientamento.

Un colloquio cordiale ed apprezzato dalle parti, (in Federazione è arrivata successivamente una significativa lettera di riconoscenza da parte della IOF per l'incontro favorito), che ha visto Malagò seguire con interesse la proposta della IOF.

La decisione del Comitato Olimpico verrà presa solo dopo le Olimpiadi

di Pechino del 2022 e a seguito della presentazione di un corposo dossier che la IOF, assieme ad altre Federazioni Internazionali per altri sport invernali, presenterà nei termini. A questo primo colloquio ne seguiranno altri nei mesi che ci separano dall'evento.

Per ora non ci resta che spingere perché questa aspirazione diventi realtà e favorire la miglior partecipazione di atleti italiani alle gare internazionali dello Sci-O nell'attesa che la disciplina possa entrare a pieno titolo tra gli sport dimostrativi che l'Italia accoglierà nella "sua" attesissima Olimpiade.

STEFANIA CORRADINI: MIGLIORO DI ANNO IN ANNO.



SE LA SALUTE REGGE, LE RIVALI NON SONO COSÌ LONTANE.

a cura di Pietro Illarietti

La cover story di Azimut Magazine è quella di Stefania Corradini da Castello di Fiemme. Cogliamo l'occasione di incontrarla durante il suo stage in altura, a Livigno. Si tratta di una tradizione che nel corso degli anni si ripete con regolarità. L'azzurra si allena qui per gran parte del mese di novembre perchè nel piccolo Tibet è stata realizzata una pista di fondo in quota. I primi anni l'anello era di 800 metri, ora arriva a 3,8 chilometri. La neve viene sparata con costanza e in modo artificiale dai cannoni e in parte viene recuperata da un accumulo dell'inverno precedente e conservata sotto un telone termico per impedirne lo scioglimento.

Livigno, nonostante sia zona rossa (arancione da fine novembre), è presa d'assalto dai fondisti agonisti che sono presenti in gran numero. Per questa ragione gli accessi all'anello sono contingentati e si accede solo tramite appositi pettorali, a pagamento, che vengono suddivisi per colore in base alle differenti ore della giornata. Stefania Corradini sceglie sempre il primo slot di tempo, quello della 8 alle 10 del mattino. A volte effettua un richiamo il pomeriggio, dipende dai lavori. Le giornate sono corte dal punto di vista delle luce, ma lunghe per quanto riguarda i tempi del lavoro. Abbandonati gli sci, resta il riposto, l'allenamento a secco e lo studio. Una catena di regolarità perpetrata ogni singolo giorno. Quando la incontriamo sono da poco passate le 10 e sta concludendo la sua

sessione di allenamento. A terra, in un spazio riservato, una decina di paia di sci. Devono essere testati in base alla temperatura esterna, il sole, il grado di umidità. Un lavoro di pazienza quotidiano che richiede infiniti test. "Apparentemente gli sci sono tutti uguali - spiega la fiemmesa - ma oltre una certa velocità ci sono differenze importanti tra un paio e l'altro. Per questa ragione dobbiamo testarli e capire quali sono i più performanti. Poi li selezioniamo con dei marker in modo da poterli riconoscere. Sembrerà difficile a credersi, ma ogni neve è diversa e richiede il suo sci. Ci vuole esperienza per saperla interpretare". A completare il lavoro vi è la sciolinatura e lo studio dei materiali, delle cere, scioline e paraffine. Riposto il materiale tecnico ci spostiamo verso il paese con il suo

centro dello shopping. In realtà quello che ci appare davanti è un corso totalmente deserto in pieno contrasto con lo stereotipo della località montana valtellinese che solitamente è un centro commerciale a cielo aperto. Le parole rimbombano nell'aria in un'assolutissima giornata di tardo autunno. Ci accompagna anche papà e coach, Nicolò. E' in questo momento di relax che ne approfittiamo per conoscere meglio come procede il lavoro di preparazione. "Quest'anno la stagione è finita prima - spiega Stefania Corradini - siamo tornati dalle prove di Coppa del Mondo di marzo e poi di fatto non abbiamo più gareggiato. Ad aprile c'è stata la fase di scarico, ma poi al primo di maggio si è ripreso come se la stagione ripartisse a novembre".

Difficile trovare un nuovo equilibrio: "Comunque, pur nell'incertezza generale, con l'avvicinarsi delle competizioni la quantità cala e si privilegia il lavoro fuori soglia e il ritmo gara per guadagnare quel pizzico di velocità e forma che serve per arrivare al top". Qui si entra più nel dettaglio allora a prendere la parola è il CT che ci spiega come si costruisce la forma di un atleta: "Abbiamo i nostri riferimenti, le salite e i percorsi che facciamo solitamente e che ci permettono di capire come stiamo. Questi test li svolgiamo sia con gli skiroll che con la spinta classica, monitorando le frequenze cardiache e il lattato. Poi ci appoggiamo al Cerism di Rovereto. Quest'anno abbiamo svolto prove con skiroll su tapis roulant con Stefania a Davide Comai. Non una cosa semplice dal punto di vista tecnico perchè ci vuole una certa esperienza".

Nicolò Corradini ha una caratura settoriale di livello assoluto, prima come campione, ora come tecnico. Lui ci può spiegare il cambiamento degli ultimi anni della disciplina. "Si è evoluta molto la tecnica, perchè sono cambiati i materiali e le piste. Pure la tecnica d'orientamento è cambiata così come le mappe e le scale. Resta il fatto che ciò che era valido, orientisticamente parlando, 15 anni fa, lo è ancora oggi. Le mappe sono molto più precise e si sono evolute in meglio. La base resta sempre la velocità di lettura, l'avanzamento e la

memorizzazione. Se posso dire un mio parere, ad essere cambiati sono gli atleti".

In che senso?

"Credo che gli atleti di 15 anni fa fossero più forti. In questo caso parlo di carattere. E' un problema di cultura della società. Ora sono meno gli atleti ad avere quel tipo di mentalità".

In un'intervista rilasciata poco fa Romano Prodi sostiene che i ragazzi non vogliono fare fatica. Alludi a questo?

"Credo che quella sia un'affermazione semplicistica. A cambiare è stata la società. I giovani bravi ci sono ma è difficile trovarli e mantenerli fidelizzati. Le distrazioni sono tante. Nella mia esperienza posso dire di averne incontrati. Abbiamo avuto ragazzi che negli Junior e Youth si sono trovati ad arrivare nella top 20 di un evento internazionale, ma al passaggio in Elite si sono arresi. Diversa la mentalità di russi e scandinavi. I nostri, e parlo di tutti gli sport, non sono disposti a quel tipo di sacrificio".

Stefania tu invece sei un'atleta in piena maturazione. In altre realtà esistono i baby fenomeni che spopolano, nel ciclismo Remco Evenepoel, nel tennis Jannik Sinner, ci sono pure nello Sci-o?

"A livello internazionale nello Sci-O direi di no. L'esperienza ha il suo peso ed il solo talento non basta. Certo ci



Stefania Corradini è mentalizzata su una grande stagione di livello

sono atleti che hanno iniziato prestissimo e sono più avanti tecnicamente. Invece nello sci di fondo qualche fenomeno c'è, ma poi la differenza con il passar del tempo si assottiglia e la strada si spiana".

In questo momento della tua carriera ti senti ancora in crescita dal punto di vista atletico?

"Credo che da questo punto di vista sono fortunata. Ogni anno ci poniamo degli obiettivi e nei test vedo ottimi miglioramenti. Questo è molto stimolante per me che mi alleno da sola e mi permette di trovare sempre nuove motivazioni".

Di quant'è il percentuale il miglioramenti?

"Quest'anno direi parecchio e speriamo si veda anche in gara".

Dal punto di vista orientistico avevi delle lacune?

"Avevo sicuramente bisogno di migliorare nella tecnica e ci siamo dedicati molto lavorando su quest'aspetto. Certo che chi ha iniziato da bambino ha degli automatismi importanti con degli schemi motori che entrano e si stabilizzano in modo ottimale nella mente".

Gli azzurri durante la il camp agli Oclini svoltosi sotto una fitta nevicata. Qui sotto: Stefano Martinatti, Davide Comai, Rachele Gaio e Alice Sartori



Devi lavorare più fisicamente o tecnicamente?

“Tecnicamente sono più acerba, anche perchè non abbiamo la possibilità di fare tutti questi allenamenti in carta. Dal punto di vista fisico invece sto bene e dalle Universiadi in poi credo di aver raggiunto un buon livello”. Una domanda fatta anni fa... ma che resta attuale. Dove trovi la motivazione?

“Ogni tanto me lo chiedo anche io. Scherzi a parte, dal punto di vista della motivazione però non ho problemi e a volte sono anche fin troppo gasata. Senza il supporto della famiglia e di mio papà in particolare, non sarebbe possibile affrontare tutto ciò. Sono fondamentali. Certo ci fosse anche

qualcuno, parlo di avversarie in Italia, con cui confrontarsi sarebbe ancora più appassionante”.

E nello sci di fondo come va?

“Sono sport differenti. Nello sci di fondo ci sono quasi tutti professionisti, frutto di una selezione naturale, che vincono da sempre. Piano piano comunque arriveremo anche lì”.

Chi sono le avversarie più importanti? Scandinavi, russe e quest'anno le estoni. Sono molto motivate perchè hanno il mondiale in casa. Agli Europei di Russia hanno vinto la medaglia nella team sprint e ti da una spinta extra.

Per fare qualche nome la più forte è Tove Alexandersson, svedese come Magdalena Olsson, poi le russe Alena Trapeznikova, Mariya Kechkina e

l'estone Daisy Kudre.

I miei riferimenti diretti sono Evine Westli Andersen, del 1996 come me. In Coppa del mondo lei fa podio e io top 10. Lei è più brava tecnicamente, io fisicamente.

Da quest'anno sappiamo che usi anche i rulli smart, quelli che ti permettono di allenarti in potenza, come sta andando quest'esperienza?

“E' un mezzo alternativo, perchè come sapete la mia schiena è dolorante. Per ora devo ancora capire come usarli al 100%, ma sono un grande strumento per l'allenamento intensivo anche se al momento per noi sono più uno strumento di scarico, perchè l'allenamento specifico viene fatto sugli strumenti tipici dello sciatore”.

L'INFORTUNIO SEMBRA SOTTO CONTROLLO E L'ITALIA INCROCIA LE DITA

Dalla scorsa stagione Stefania Corradini ha sofferto per un problema di salute che l'ha condizionata pesantemente e che ha coinvolto il diaframma. L'azzurra sentiva un dolore forte e persistente che ha inciso sul rendimento agonistico. Dopo una serie di consulti con vari specialisti finalmente il primo a teorizzare la soluzione è stato l'osteopata Gianluca Carretta, famoso nel ciclismo per aver assistito Lance Armstrong nei suoi 7 Tour de France, Fabian Cancellara,

Vincenzo Nibali ed Ivan Basso solo per citarne alcuni. “Il problema – spiega proprio Stefania – sembra essere sotto controllo. Ora riesco a sostenere sforzi importanti. Capite bene che avere un tale handicap in gara vanifica i tanti sacrifici fatti. Quando pratico la corsa ad esempio soffro maggiormente, mentre non ho problemi in bici. Spero solo di continuare, almeno in questo modo, anche se l'allerta è sempre alta”.



Francesco Corradini in azione



Davide Comai è una delle colonne della nazionale maschile



Stefano Martinatti new entry dell'orienteeing Pinè



Rachele Gaio è una delle promesse dello Sci-O che pratica con profitto anche la Corsa

CALENDARIO SCI-O 2021

Per permettere al movimento di crescere è importante avere una programmazione. A livello nazionale è stato approvato il nuovo calendario. In Italia si è insediata la Commissione Sci-O con il nuovo referente Andrea Gobber affiancato da Marco Bezzi, Alberto Betaz, Giusto De Colle, Nicolò Corradini.

In programma ci sono 6 gare, 3 week end nazionali con Coppa Italia e Campionato Nazionale.

Le location sono l'Alta val di Sole (Velon il 6-7 marzo), Cortina in Val Fiorentina verso il Comelico) il 20-21 febbraio), e Tarvisio (Val Seisera il 13-14 febbraio). “L'importante per il settore – spiegano i componenti della Commissione - è ampliare il bacino, Master compresi, in modo da avere un maggiori appeal quando ci proponiamo per gli eventi”.

A livello di camp ufficiale l'impegno è previsto a inizio gennaio, agli Oclini, dove vi è una buona disponibilità ad accoglierci da parte della località. A livello internazionale ci sono 2 week end prima di Natale e subito dopo, a Gommer, un villaggio alpino situato praticamente dietro a Domodossola.

Finite le festività natalizie inizia lo Ski O Tour (9-20 febbraio) con 8 gare, tra Austria e Francia. La novità sarà la Sprint notturna per vivacizzare il tutto.

In concomitanza si tengono 2 gare WRE in Norvegia. “Sarebbe importante esserci per i punti. Ad esempio Stefania Corradini ora è 21^ non avendo potuto gareggiare ai Campionati Europei di Russia. Essere nel ranking è importante per poter scegliere il gruppo di merito”.

Il momento clou dovrebbe essere, Pandemia permettendo, in Estonia dal 22 al 28 febbraio con i Mondiali Assoluti e Junior oltre agli Europei Youth.

ARRIVANO I MILLENNIALS. MA PER ORA LA COPPA VA A ZAGONEL E KIRCHLECHNER



A cura di Stefano Galletti

Un anno fa, proprio di questi tempi, gli orientisti stavano probabilmente riponendo le ultime cartine della stagione 2019 nei loro raccoglitori. Le scarpe e le attrezzature da gara messe a posto con cura in vista dei primi appuntamenti 2020 ai quali pensare già con un misto di trepidazione e adrenalina. Allenamenti settimanali, potenziamento muscolare, chilometri da mettere in cascina, una occhiata ai risultati per scoprire qualche possibile cambio di categoria in grado di modificare la lista dei favoriti, e poi gli immancabili "ma l'anno prossimo..." con i conseguenti buoni propositi (come la dieta alla fine delle feste): mi allenerò di più, non sbaglierò più quell'azimut, non mancherò quella lanterna.

L'attenzione dei giornali non si era ancora spostata verso quanto stava accadendo nella lontana Cina. Da lì a qualche settimana, la quotidianità sportiva e soprattutto non solo sportiva delle nostre vite sarebbe mutata in modo forse indelebile, sicuramente con grossi impatti a medio e anche lungo termine. Il 22 febbraio si sono tenute le elezioni per il rinnovo del Consiglio Federale, e per chi si muoveva lungo l'autostrada AI da nord era palese il senso di inquietudine nel passare davanti all'area di servizio di Somaglia, vicino a Casalpusterlengo, chiusa perché già nella prima "zona rossa" d'Italia. Lo tsunami arriva l'8 marzo quando un nuovo DPCM emana misure ulteriormente restrittive rispetto a quelle già in vigore: entra nel nostro

vocabolario la parola "lockdown" e nulla è più come prima. Quando gli eventi sportivi riprendono, in mezzo alle tante raccomandazioni emanate dal protocollo anti-Covid scritto dalla Commissione Medica del Consiglio Federale, siamo ormai a metà giugno, ma per dare il via nuovamente ad una stagione orientistica con numeri significativi di partecipazione bisogna aspettare metà luglio, con le gare della Polisportiva Masi organizzate nella zona di San Benedetto Val di Sambro. Il calendario delle gare nazionali viene stravolto in quanto la pandemia ha messo in ginocchio tante organizzazioni e tante amministrazioni locali che non sono più in grado di erogare il necessario supporto: saltano i Campionati Italiani

Sprint e Long previsti al Sestriere e la FISO riapre i bandi per cercare nuovi organizzatori che si buttino nell'impresa in tempi da primato, trovandoli in Primiero con il GS Pavione (Campionati Nazionali Sprint) e l'US Primiero (Campionati Nazionali Long), in Valsugana con l'Orienteering Pergine (Coppa Italia) e il Crea Rossa (Campionati Italiani Middle) e infine in Toscana con la due giorni dell'IK Prato che chiude di nuovo la stagione agonistica nazionale. Poi è di nuovo il momento di calare il sipario. Nei Campionati Italiani sulle varie distanze è andata in scena sia in campo femminile che maschile una sorta di "3x1", che non rappresenta però un super sconto promozionale in qualche grande magazzino: 3 atlete per 1 medaglia d'oro ciascuna



I podi di Doganaccia

quota 91 punti, con primato assegnato a Christine in virtù del quarto (!) miglior risultato utile per la composizione del punteggio finale. Curiosamente, in campo maschile la Coppa Italia ed anche il secondo posto nella generale vanno ad atleti che vantano una sola medaglia o addirittura nessuna: a vincere la classifica generale è infatti Giacomo Zagonel (US Primiero – argento nella gara Middle della Vigolana) davanti a Michele Caraglio che, in quella che possiamo ormai chiamare una terza giovinezza, ha mantenuto posizioni vicine al podio nelle gare che assegnano le medaglie e poi ha trovato la vittoria nella gara finale Long distance disputata a Doganaccia (PT) che valeva punteggio doppio per la generale.

Sebastian Inderst (Park World Tour) termina la stagione 2020 con un argento e un bronzo, Tommaso Scalet (Park World Tour) con due bronzi, e Samuele Tait con la prima vittoria in Coppa Italia sotto il diluvio



Sebastian Inderst non è riuscito a vincere la coppa italia 2020

a Valar – Parco Tre Castagni. Irene Pozzebon (Pol. Besenese) esce da un periodo travagliato per via degli infortuni portando a casa, unica con Kirchlechner e Scalet, tre medaglie in tre gare di Campionato (1 argento e 2 bronzi), ed il bronzo della Sprint di San Martino di Castrozza è condiviso con Jessica Lucchetta (Orienteering Tarzo). Costante ma spesso ai piedi del podio Francesca Taufer (US Primiero).

Possiamo dire, con questo elenco, di aver dato già il quadro dei favoriti per il 2021 e delle principali insidie alla leadership dei campioni 2020? Magari con l'aggiunta alla lista in campo femminile di Carlotta Scalet (Park World Tour) e in quello maschile di Mattia Debertolis (US Primiero)? No. Anzi: nemmeno per sogno! Al conto delle medaglie ne mancano infatti due, due argenti per la precisione, ed in particolare con una specifica medaglia che apre il capitolo "millennials". Anna Pradel (classe 2001 – US Primiero) e Lukas Patscheider (classe 1999 – Park World Tour). Il secondo non è un millennial per un pelo, ma chi l'avrebbe mai detto ad inizio stagione che sarebbe stato l'unico a prendere il numero di targa di Riccardo Scalet sul terreno a tratti lunare di Passo Valles? Quanto ad Anna, nella stessa gara di Passo Valles si affaccia alla categoria Elite con un sesto posto subito dietro ad Alice Ventura (US Lavazé), altra atleta che da sempre mostra il suo meglio quando la gara si fa davvero dura; e poi Pradel conquista la sua prima medaglia Elite al Campionato Italiano Middle disputato alla Vigolana, e risale di nuovo sul podio lungo in quinta posizione alla Coppa Italia Long di Doganaccia. Si apre così con Anna la vetrina contenente i gioielli che, nella



Anna Pradel si è proposta con costanza ad alto livello ed ora si prepara al salto di categoria

RICCARDO SCALET: RECORD MONDIALE SUL SINAI

Ad inizio novembre Riccardo Scalet (PWT Italia) ha stabilito il record mondiale di scalata del Monte Sinai 5 km con 790 metri di dislivello in 35'17".

Il Tempo di salita è stato certificato dallo Sheikh Ahmed della tribù di Jebelia (responsabile della sicurezza del Monastero di Santa Caterina).

La partenza è avvenuta dal Monastero di Santa Caterina alle ore 6.30 locali. In passato le migliori prestazioni sono state ottenute da Cristian Rougier in 44'21" e da Max Calderan in 46'. Si è trattato di un primo tentativo che in futuro potrebbe essere ulteriormente migliorato visto che il campione trentino ha potuto studiare il percorso solo grazie agli strumenti on line, per questioni di sicurezza, senza correrci prima del record.



stagione 2021, approderanno in Elite per raggiunta maturità anagrafica, o che potrebbero approdarvi per testare le ambizioni già "da grandi" seppure ci sia ancora del tempo per gareggiare tra gli junior. Alla seconda categoria appartiene sicuramente Ilian Angeli (classe 2002 - GS Folgore) che l'anno scorso ancora minorenne si era aggiudicato in Elite la durissima Coppa Italia Long disputata ai Piani di Novacco (CS): per lui quest'anno due apparizioni in Elite, con il quinto posto nella Middle di Valar ed il quarto nella Long a Doganaccia, e la faccia di quello che al traguardo non è affatto contento né del risultato in classifica né della performance sul terreno! Sempre l'anno scorso avevamo già visto salire sul podio Elite della gara Sprint di Candriai Caterina Dallerà (classe 2001 - Punto Nord Monza) ed il suo esempio potrebbe presto essere

seguito, magari anche solo nelle gare Sprint, da Francesco Mariani (classe 2001 - Orsa Maggiore Roma). Tra le atlete e gli atleti della classe 2000 che entreranno in Elite con ambizioni di top ten e magari chissà qualcosa di più ci sono Mattia Scopel (Fonzaso) e Luca Libardoni il quale troverà all'Orienteering Pergine sia il suo "gemello" al Crea Rossa Pietro Palumbo (classe 2001) che Alice Selem e Serena Raus, queste ultime classe 2000. Tra le atlete e gli atleti della classe 2001 che invece potrebbero attendere ancora un anno prima del passaggio in Elite, si segnalano in particolare Alberto Bazan (Fonzaso), Damiano Bettega (GS Pavione), Vera Chiusole (Sport

Club Merano) e Caterina De Nardis (Pol. Masi).

Un elenco che potrebbe essere ancora più lungo, perché sono tante le ambizioni e le speranze dei migliori prospetti delle categorie giovanili, che da un lato non vedono l'ora far vedere la loro sagoma negli specchietti retrovisori delle atlete e degli atleti che già da qualche anno campeggiano in Elite, ma che dall'altro fanno di non potersi voltare a guardare indietro perché anche nelle categorie young scalpitano già le classi 2002, 2003 e oltre che verranno presto a reclamare il loro spazio. Perché il tempo è come una ruota che gira sempre, e non resta che goderci lo spettacolo.



Francesco Mariani



Lukas Patscheider



Ilian Angeli

VALSUGANA
LAGORAI

TRENTINO

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
Certified by Vinos www.vinos.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

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

GIACOMO ZAGONEL: LA LONG

ANALIZZATA DALLO SPRINTER

a cura di Giacomo Zagonel

E' il vincitore della Coppa Italia 2020 e nella stagione trascorsa è tornato ad alti livelli. Giacomo Zagonel, tesserato US Primiero, è da sempre uno specialista delle distanze veloci anche se in questa occasione ci ha voluto commentare la Long. Per questa ragione la sua analisi risulta particolarmente interessante.

Punto 1: Parto con cautela e seguo il sentiero finché non arrivo circa alla quota del check point. Esco dal sentiero e navigo in costa nel bosco controllando vari dettagli. Uso le rocce sulla valle in prossimità del punto come punto d'attacco.

Punto 2 e 3: Questi punti facili in terreno aperto li ho utilizzati per pianificare la scelta per il punto successivo.

Punto 4: Punto al tornante della strada che poi percorro per buona parte della tratta. Durante il tragitto cerco di impostare un buon ritmo, studiando l'entrata al punto ed anticipando leggermente quelli successivi.

Punto 5: Mi tengo in costa con l'intenzione di attaccare il punto dall'alto, per evitare di dover attraversare tutti gli avvallamenti.

Punto 6: Dall'alto riesco a vedere la forma del terreno dietro la quale è stato posizionato il punto.

Punto 7: Decido di abbassarmi subito e prendere il sentiero. Questo mi permette di fare una buona velocità, senza affaticarmi a correre nel prato e senza dover affrontare il grosso avvallamento a est del punto. In prossimità del punto vedo Viola, mia sorella, e ci salutiamo.

Punto 8: Mi abbasso e costeggio il limite di vegetazione. Entro nel bosco e, attraversando la fascia di verde2, noto chiaramente il cambio di vegetazione. Continuo a scendere e quando ho la sensazione di essere alla quota giusta piego a destra, restando in quota finché non scorgo il punto.

Punto 9: Scendo nel bosco velocemente senza badare ai dettagli; mi faccio solamente aiutare dalla bussola. Arrivato sulla strada asfaltata, decido di non seguire quella

sterrata a nord del punto e limare qualche decina di metri correndo nel bosco. Qui faccio fatica a mantenere la direzione, essendo la carta interpretata diversamente da come mi aspettavo il terreno. In qualche modo mi rilocalizzo una ventina di metri sotto il punto e risalgo.

Punto 10 e 11: Intuisco la difficoltà d'attacco e di entrata ai due punti (in particolare il 10) e decido di procedere con cautela. Riesco così a non commettere errori, sacrificando però la velocità.

Punto 12: Mi avvicino al punto restando in costa e leggendo tutti i dettagli per arrivare con precisione. Vedo da lontano un punto di controllo, ma capisco che non è il mio. Proseguo ed arrivo giusto alla piazzola indicata sulla carta. Qui mi accorgo che non c'è nessuna lanterna e percorro, contandole, un paio di volte le 4 carbonaie sulla direttrice nord-sud, per assicurarmi di essere giusto. Dopo 3' ipotizzo che il punto di controllo sia stato posizionato male e torno indietro per controllare la lanterna che avevo visto da lontano. È la mia --. Punzono e vado via.

Punto 13: Deluso, decido di restare in costa per evitare di fare dislivello in più. Ancora una volta, nella stessa zona di mappa, sento che c'è qualcosa che non torna tra la cartografia, la mia interpretazione del terreno e la direzione. Mi rendo conto di correre in una direzione completamente diversa. Con un po' di fortuna mi ritrovo sul naso che porta al punto e grazie all'ottima visibilità lo localizzo.

Punti 14/15/16/17: Capisco che devo rallentare un po' e ragionare a mente fredda. Corro cercando solamente di

non innervosirmi. Mentre mi avvicino al punto di ristoro, decido di mangiare, occasione che sfrutto anche per staccare per un attimo la testa e ritrovare concentrazione.

Punto 18: Scendo sulla strada e la percorro interamente fino alla zona di arrivo della gara del giorno prima. Sentendomi bene e avendo fame, decido di sacrificare un po' di forze per risalire fino all'area di arrivo dove mi alimento ulteriormente. Proseguo poi in direzione del punto, al tornante entro in bosco con qualche difficoltà localizzo il check point.

Punti 19/20/21/22: Il bosco in questo punto non è dei miei preferiti e avanzo a fatica nella vegetazione. Perdo alcuni minuti, ma riesco a non commettere errori in questa parte tecnica.

Punto 23: Punto ai cavi dell'impianto di risalita e una volta arrivato al traliccio, prendo la direzione e proseguo in azimuth.

Punti 24/25: In questi punti facili forzo il ritmo per cercare di guadagnare il più possibile.

Punti 26/27/28: La fatica si fa sentire e in salita stringo i denti cercando di correre dando fondo alle ultime energie.



Punto 29: Sbaglio l'uscita del punto e perdo una decina di secondi affrontando del dislivello in più.



Giacomo Zagonel è tornato ad alti livelli con la conquista della Coppa Italia

DOGANACCIA LONG

a cura di Michele Caraglio

IL VINCITORE: MICHELE CARAGLIO

NERVI SALDI, UN ERRORE INIZIALE, E RESISTENZA

Alla Doganaccia, dopo la gara Sprint del sabato, oggi è il turno della Long. Le indiscrezioni pre gara lasciano trapelare che si tratterà di un percorso molto duro, ma godo di un buono stato di forma. I pittoreschi colori autunnali illuminano la giornata mi danno le motivazioni necessarie per affrontare al meglio la gara.

Riscaldamento lento e lungo come mia abitudine. Nelle gambe sento un po' la stanchezza per il non poco dislivello che ha caratterizzato la Sprint, ma mi tranquillizzo pensando che per i miei avversari certamente non è diverso.

1) Subito una tratta impegnativa che già al primo sguardo si mostra come una di quelle che faranno la differenza tra le posizioni alte di classifica. Più che la scelta di percorso (senza esitazioni guadagno subito quota stando sul sentiero della partenza per poi navigare in costa nel bosco) qua è importante eseguire bene la tratta e non lasciarsi rallentare dalla costa molto pendente. Tutto va secondo i piani.

2-3) Tratte senza difficoltà tecniche ma molto dure fisicamente. Non immaginavo un inizio gara così faticoso.

4) Già risalendo al punto 2 ho fatto la mia scelta di percorso: attraversare il prato in costa, prendere la traccia in salita, correre un tratto di sentiero in piano, salire superando la strada sterrata e guadagnando il sentiero più alto per attaccare il punto "da monte", evitando fastidiosi su e giù nelle valli. Peccato che la stanchezza accumulata nella prima parte della tratta e nei punti precedenti mi fanno cambiare piano ed optare per una scelta che possa "spezzare" la salita. Risultato: oltre a fare una scelta peggiore, sbaglio anche la sua esecuzione. Questo sarà l'unico grosso errore di giornata. Circa 2'30" che, fatti così presto in gara, pesano sul morale e fanno sentir ancora di più la fatica.

5) Punto da fare in costa tenendo

le valli come punti di riferimento. Cerco di approfittarne per ritrovare concentrazione e motivazione ma il terreno molto sconnesso non mi aiuta.

6) Faccio fatica ad interpretare la cartina. Senza la bussola a correggere le mie sensazioni, avrei titubato cercando il punto nella valle precedente.

7) Scelgo di abbassarmi sul sentiero per far girare un po' le gambe e per passare il vallone nel punto più favorevole. Questo costa una brusca risalita ma so che poi per un po' il percorso sarà tutto in discesa. Noto riguardando adesso la cartina che si poteva anche attaccare il punto dal basso rimanendo più a lungo sul sentiero e risparmiando 10 metri di dislivello (forse 20" di errore).

8) Scelgo di rimanere nei prati fin sopra il punto e nel farlo cerco di sfruttare, dove possibile, le tracce di sentiero. Entrando nel bosco so che è importante prendere un buon punto di attacco (per me è il punto dove il ruscello entra nel bosco) e prestare attenzione alla direzione con la bussola. La tratta in discesa mi aiuta finalmente a riprendermi dal punto di vista fisico.

9) E' il momento di dare una svolta alla gara. In discesa forzo il ritmo e per evitare di rallentare nel bosco scelgo di allargarmi un po' sulla destra e di appoggiarmi al sentiero che parte da dove è posizionato il ristoro (a cui non mi fermo proprio per non interrompere l'azione).

10-16) Continuo a tenere un ritmo alto. Le tratte non sono particolarmente difficili, ma bisogna mantenere

un buon contatto con la carta, soprattutto per evitare di fare più dislivello del necessario e per evitare di andarsi ad complicare la vita in zone a percorribilità ridotta. All'arrivo, discutendo con gli amici/avversari scopro che il punto 12 era posato male, a ovest della sua posizione corretta. Anche se a freddo mi rendo conto che c'era qualcosa che non andava, ammetto che in gara non mi sono accorto di niente e che non ho perso tempo. Purtroppo altri sono stati meno fortunati.

17) Questa volta mi fermo al ristoro. Nella successiva salita verso la lanterna vedo per la prima volta alcuni avversari che ho recuperato: si tratta di Samuele Curzio e, poco più avanti, già in uscita dal punto, di Giacomo Zagonel. Inizia così una seconda parte di gara caratterizzata da una strategia di "corsa sull'avversario" che mi aiuterà a mantenere un buon ritmo, ma anche a fare qualche errore.

18) Scelta di percorso che affronto andando subito sulla strada asfaltata per poi risalire verso la zona urbanizzata e attaccare il punto dall'alto. Man mano che avanzo recupero strada su Curzio che raggiunge definitivamente nel paese.



L'esperienza ha aiutato Caraglio a non perdere la calma dopo un errore. Il piemontese ha vinto con merito la Long.



Zagonel però continua ad essere troppo avanti per poterlo vedere. Nonostante l'attacco al punto sia facile, sbando un po' sulla sinistra, ma mi correggo prontamente anche grazie alla presenza di Samuele (10" di errore).

19,20) Bosco lento e visibilità ridotta. Con Curzio, facciamo comunque i punti bene e alla lanterna 20 raggiungiamo Zagonel.

21-25) Adesso siamo in tre! La velocità rimane alta, ma commettiamo alcune imprecisioni. Alla 21 ci alziamo troppo (30" di errore) e alla 23 sbandiamo a destra (20" di errore).

26-arrivo) Questa è la parte di gara più dura. Bisogna stringere i denti e dare tutto in queste ultime tratte che sono praticamente tutte in salita.

VIOLA ZAGONEL:

a cura di Viola Zagonel

NELLE SPRINT INFALLIBILE

A DOGANACCIA SI CONFERMA

Viola Zagonel, campionessa italiana Sprint in carica, quest'anno non ha sbagliato una gara nella distanza veloce. A Doganaccia i concorrenti hanno affrontato una prova totalmente inedita, prevalentemente in bosco e più lenta del solito. La trentina non ha però mancato all'appuntamento con l'oro. Ecco il suo racconto analitico.

1- Partenza veloce sul sentiero: decido di costeggiare il lago da destra stando sul sentierino in modo da essere indirizzata nella giusta direzione per il secondo punto e non dovere fare uno stop-and-go dopo aver punzonato la lanterna;

2- Punto corto che a me è risultato abbastanza semplice: una volta arrivata al sentiero ed entrata nel bosco cerco il naso sulla destra per poi seguirlo e trovare la lanterna;

3- Decido di passare il fiumiciattolo all'altezza del punto 6, così da aver già visto quel punto, per poi attaccare il punto 3 sapendo che mi devo alzare di qualche curva in sicurezza;

4- Punto corto in discesa: prendo la direzione con la bussola, testa alta e la lanterna è molto visibile ancor prima di vedere il cippo;

5- Altro punto da fare in direzione: rapido controllo alla bussola, avanzo a testa alta alla ricerca del cippo e successivamente della piazzola;

6- Questo punto lo avevo già visto per andare alla 3; costeggio il fiume e salgo finché non trovo la curva con la lanterna;

7- Prendo la direzione con la bussola stando attenta a non salire troppo con il rischio di finire sulla strada, ma neanche di scendere con il rischio di non vedere la piazzola;

8- Decido di salire sulla strada asfaltata e superata la curva entro nel bosco sapendo che il punto lo devo cercare alla mia sinistra;

9- Seguo il sentiero fino alla prima canaletta, salgo tenendola a vista e al primo punto comodo la oltrepasso e vado sul naso che mi porta alla lanterna;

10- Punto facile appena oltre il bordo pista: appena uscita dal bosco cerco di capire dove sia l'oggetto particolare per poter attaccare il punto senza esitazioni;

11- Trasferimento a bordo pista e mentre salgo anticipo la lettura dei punti successivi per decidere la scelta migliore e per non farmi trovare impreparata;

12- Salendo al punto 11 avevo visto due scelte: una alta e una bassa. Decido di salire e attaccare il punto da sopra lungo la strada asfaltata, così da non dover passare la scarpata di terra con il bosco fitto, non sapendo quanto questa mi avrebbe potuto rallentare. La mia scelta è risultata corretta e la più veloce;

13- Punto corto dove bisogna arrivare già preparati e senza esitazioni: decido di costeggiare le case da sinistra;

14- Punto di trasferimento su asfalto corto e facile, ma utile per preparare le scelte per le altre lanterne, oltre che per dare un'occhiata a come si andrà sviluppando il percorso visto che ci sono diversi punti ravvicinati con sovrapposizioni di linee e quindi è facile cadere in errori di sequenza;

15- Prendo il primo sentierino tra le case, poi seguo l'asfalto con il tornante della strada e cerco di decidere già la scelta migliore per la 16 visto che il punto è visibile dalla strada e non rischio di sbagliare;

16- Punzonato il punto 15 però non avevo ancora deciso quale fosse la scelta migliore e mi sono fatta influenzare da un'avversaria: decido di prendere la scelta da destra passando per le scalette, molto lente e per questo motivo ho perso diversi

secondi rispetto alla scelta da sinistra che era la migliore;

17- Risalgo le scalette e passo la strada, con il punto ben in vista;

18- Costeggio la casa a sinistra e cerco di guardare l'uscita ideale per il punto successivo

19- Passo i recinti puntando alla casa e poi ancora verso il recinto;

20- Punto di trasferimento: passo

sotto le case e prendo il sentierino che mi porta al punto;

21- Esco sulla pista per correre meglio rispetto al bosco, più lento, per poi prendere il sentierino e arrivare all'asfalto. Intanto decido di attaccare il punto dall'alto invece che da sotto: l'idea era quella di prendere il sentiero che scende tra le case, ma purtroppo per la fretta non lo vedo e mi infilo nella rampa che va nei parcheggi. Me ne accorgo subito perdendo però qualche secondo per questa indecisione;

22- Scendo lungo la strada e dopo la curva scelgo di salire più o meno nello stesso punto in cui ero salita per la 8,

oltrepasso il sentiero e una volta arrivata alla pista controllo a che altezza sono guardando gli oggetti particolari più in alto;

23- Punto corto senza intrighi: superata la pista cerco la valle e la seguo fino al punto;

24- Ultimo punto veloce in discesa e arrivo. Vittoria!



Nel 2020 Viola Zagonel senza rivali nelle Sprint.

LONG: VERENA TROI

GARA IN SICUREZZA

MA PER LA COPPA NON BASTA

La finale di Coppa Italia è la seconda ed ultima gara long del calendario nazionale. Si corre in una faggeta molto bella ad alto fusto, una parte del percorso si svolgerà in una zona di alpeggio. La gara non sarà difficilissima in quanto la visibilità dovrebbe essere molto buona, so tuttavia che la zona presenta anche alcune zone pianeggianti in cui sarà fondamentale l'uso della bussola. Sono contenta di poter gareggiare in questo posto.

P-1: Sono piuttosto indecisa se attaccare il punto dall'alto o dal basso. Decidendo per la scelta alta potrei correre sul sentiero e poi sul prato fino a poco più di 100 metri dal punto. Poi dovrei però attraversare del bosco fitto in discesa, mi sembra troppo rischioso. Decido quindi per la scelta bassa, lascio il sentiero e scendo nel bosco bianco, attraverso i due avvallamenti, riconosco le due piazzole nel verde, riconosco il limite di vegetazione e trovo il mio punto.

1-2: Punto corto abbastanza semplice, si tratta soltanto di non perdere quota.

2-3: Tratta molto fisica con 50 metri di dislivello da percorrere nell'erba alta, sento la fatica.

3-4: Tratta lunga. Decido di raggiungere il sentiero e salire ancora. Forse la scelta non è ideale, si allontana un po' troppo dalla linea. Inoltre faccio davvero tanta fatica a correre in salita. Quando mi avvicino al punto cerco di individuare nel terreno i vari recinti presenti in cartina. Non vedo l'impianto di risalita nel terreno e sto già per andare oltre il punto quando le forme del terreno mi dicono che sono già molto vicina. Ci metto un attimo a capire, ma la perdita di tempo non è troppo grave. Quando mi avvicino al punto vedo Viola Zagonel che è partita 3 minuti prima di me, deve aver fatto un errore.

4-5: Tratta corta e semplice.

5-6: Altra tratta lunga. Uscendo dal punto mi alzo per raggiungere il

sentierino, lo seguo per un po', poi scendo sul prato avvicinandomi pian piano al margine del bosco. Entro nel bosco prima dell'avvallamento col torrente, già molto vicino al punto. Scendo con prudenza, attraverso il torrente e tengo lo sguardo alto per trovare la piazzola nel bosco verde.

6-7: Tratta con prima parte semplice in discesa, dopo il ristoro proseguo ancora sul sentiero ed entro nel bosco dopo l'avvallamento. La zona è piuttosto piatta, la mia piazzola dovrebbe trovarsi subito dietro una canaletta. Mi fermo quando mi trovo già davanti a una seconda canaletta, capisco che devo essere andata oltre il punto. Mi giro e vedo Viola che lo ha già trovato.

7-8-9: Due punti corti nella zona pianeggiante, si tratta di leggere bene le forme del terreno e di controllare la direzione con la bussola.

9-10: Anche qui è fondamentale la bussola. La visibilità nel bosco è molto buona ma le forme del terreno sono piuttosto tonde. Dopo aver attraversato il primo sentiero scendo lungo il naso. Mi butto verso l'avvallamento alla mia sinistra prima di arrivare alla zona piatta del naso. Seguo il sentierino per circa 100m, poi lo lascio e continuo leggendo bene le curve di livello. Trovo il punto proprio dove me lo aspettavo.

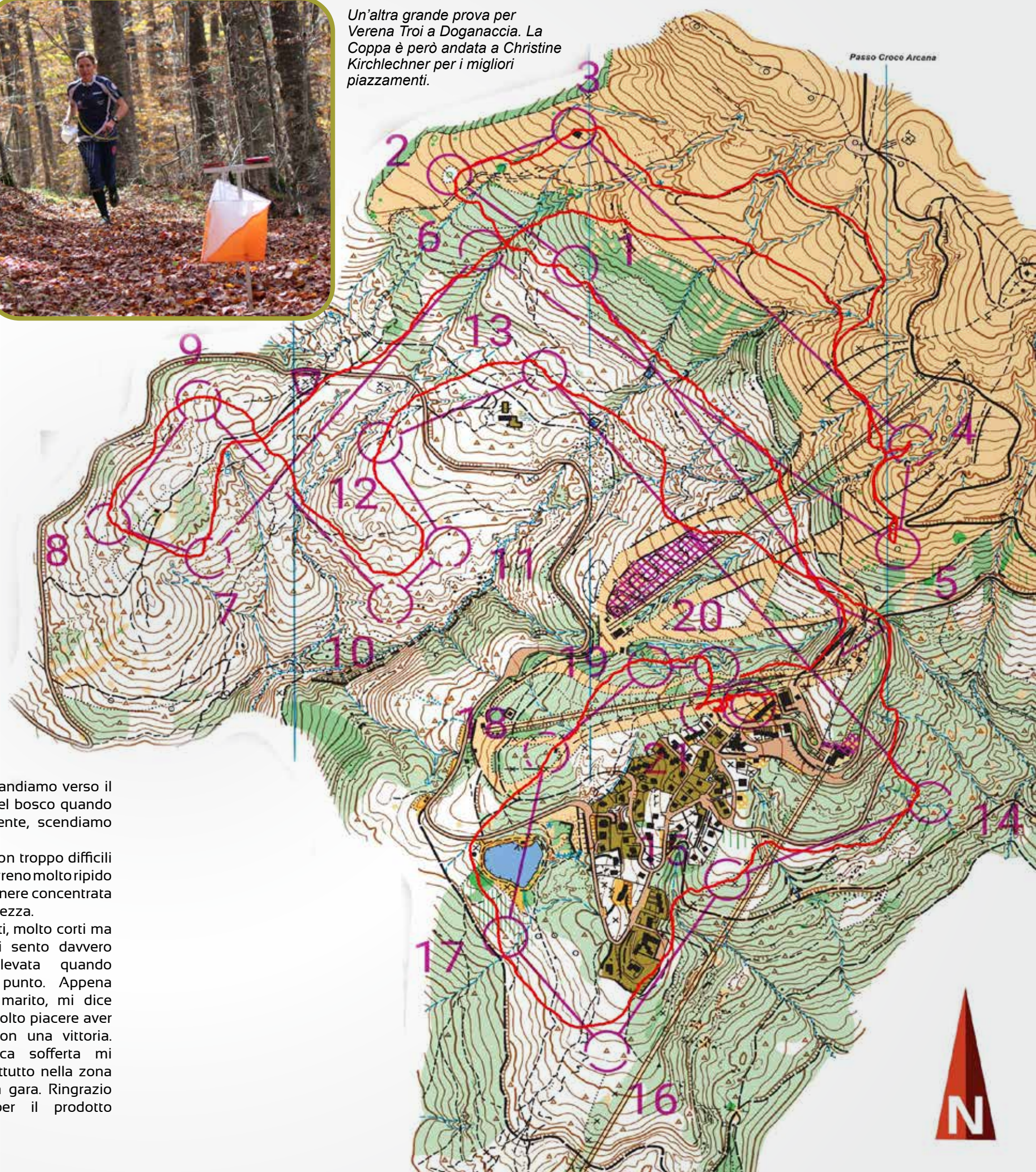
10-12: Zona molto piatta, fondamentale l'uso della bussola.

12-13: Tratta abbastanza semplice in

a cura di Verena Troi



Un'altra grande prova per Verena Troi a Doganaccia. La Coppa è però andata a Christine Kirchlechner per i migliori piazzamenti.



UNA SETTIMANA DA CAMPIONI: UN CAMP DI QUALITA' CON VARIETA'



in collaborazione con Verena Troi e Mikhail Mamleev

SARNONICO (TN): Nel periodo tra il 25 ottobre ed il 1 novembre un gruppo di azzurri si è radunato in Val di Non per lavorare su tanti aspetti relativi alla preparazione tecnica e fisica. Vi siete mai chiesti quali tipi di abilità vengano curate durante questi camp? Bene, grazie alla disponibilità dei nostri tecnici, Mikhail Mamleev e Verena Troi, vi sveliamo alcuni esercizi, la loro sequenza e l'utilità. Un sistema di lavoro complesso che richiede il supporto costante di tecnici di alto livello ma che ha permesso agli azzurri di testarsi a fondo.

OBIETTIVO: L'obiettivo del training camp era quello di dare agli atleti la possibilità di allenarsi per una settimana confrontandosi su percorsi tecnicamente molto impegnativi. Inoltre il camp ha voluto fornire uno stimolo importante per la preparazione invernale. Oltre all'Orienteering sono stati proposti ripetutamente esercizi di corsa (running school) e balzi, ritenuti fondamentali per una preparazione completa. Per poter svolgere il training camp in sicurezza tutti i partecipanti del training camp sono stati sottoposti ad un test COVID. Da sottolineare che questo camp è andato a sostituire la trasferta originariamente prevista in Repubblica Ceca.

Atleti presenti:

Riccardo Scalet, Lukas Patscheider, Ilian Angeli, Francesco Mariani, Damiano Bettega, Irene Pozzebon, Francesca Taufer, Anna Pradel, Serena Raus.

L'headquarter è quello dell'hotel Waldheim, base di partenza quotidiana. La curiosità è data dal fatto che la struttura si trovi in carta e tutte le zone di training sono raggiungibili

in pochi minuti. Iniziamo il nostro approfondimento dal primo giorno.

25 ottobre, domenica 18.30 allenamento notturno (Waldheim): M 3,6km, W 3,0km L'hotel si trova proprio in carta e quindi è stato semplice dal punto di vista logistico effettuare questo primo training. Il buio ha reso difficile posare i punti, ma il CT non si è perso d'animo. Si è utilizzata la parte bassa di una mappa ben più ampia. Questo tipo di allenamento è utile perchè nelle prove in notturna la visibilità è scarsa e ci si affida alle lampade frontali che illuminano a qualche decina di metri. Si deve essere molto precisi perchè una volta persi, ritrovarsi è molto difficile. Un'esperienza utile al gruppo per rompere il ghiaccio. In serata la prima riunione.

26 ottobre, lunedì

Allenamento Curve di livello (Penegal): 5,1km

La carta presenta pochi riferimenti. Non ci sono sentieri o prati che rendono facile l'orientamento. Le lanterne vengono posate come negli altri allenamenti. Gli atleti hanno

comunque il GPS utile per l'analisi della sera. Non ci sono state molte difficoltà perchè le tratte non erano lunghe e le curve erano intuitive anche se la zona era piuttosto complessa. Si tratta di un buon allenamento di preparazione a zone più difficili e senza sentieri, come in Svezia, in cui ci sono chilometri quadrati senza sentieri.

18.30 **Allenamento Azimut** (Waldheim): 2,8km

Questo allenamento è stato

penalizzato dalla pioggia. Un esercizio al limite con molto freddo ed il buio precoce dovuto al cambio orario di 2 giorni prima. Dalla mappa viene tolto ogni dettaglio, ne sono lasciati alcuni in zona punto. E' importante saper prendere la direzione giusta e valutare le distanze. In questo esercizio le lanterne sono posizionate ben visibili ed i punti piazzati in modo ravvicinato. Ci sono stati alcuni errori, ma tutti hanno completato la prova.

27 ottobre, martedì

Allenamento Downhill (Penegal): M 5,6km, W 4,1km

La sera precedente aveva piovuto e nella parte alta della montagna c'era la neve. Siamo saliti in macchina e l'arrivo era, più in basso, alle Regole di Malosco. Questo allenamento si effettua ad alta velocità. Essendo in discesa ci si concentra molto sull'Orienteering e non sulla corsa. Ci sono dei classici punti in discesa, ad esempio le rocce, che prese dall'alto risultano più difficili.

La presenza della neve non ha ostacolato l'allenamento, ma ha



Irene Pozzebon guida il gruppo femminile e precede Verena Troi e Anna Pradel.

ghiacciato i piedi dei concorrenti visto che le scarpe da Orienteering sono piuttosto leggere. Dopo questa giornata Lukas Patscheider si è ammalato. Considerazione: Ci si è allenati su mappe rilevate alcuni anni fa che sono più generalizzate rispetto alle attuali. Gli atleti hanno dovuto adattarsi con uno sforzo mentale che ne favorisce l'elasticità.

18.30 **Allenamento Notturmo** 7.500 (Falchetto): M 4,1km, W 3,8km

Siamo tornati in hotel, situato a una

breve distanza per poi ritornare in una zona di prati, casette varie e recinti. Qui si è svolta la notturna. Anche in quest'occasione prima dell'allenamento ci si è riscaldati con dei balzi, utili nella preparazione invernale. Un momento propedeutico per illustrare le varie tecniche anche ai giovani.

28 ottobre, mercoledì

Allenamento Long choice 15.000 (Paradiso): M 7,3km, W 5,7km

Questo allenamento si chiama così perchè le tratte della simulazione sono molto lunghe, con scelte di percorso importanti. In poco tempo devi scegliere e c'è una certa pressione perchè l'atleta deve prendere delle decisioni. Si tratta di momenti di stress che servono a completare il panel delle esperienze. Non erano presenti molti punti, 5 per le ragazze, e 6 per i ragazzi.

29 ottobre, giovedì

Allenamento Corridoio (S.Felix): 6,2km L'esercizio del corridoio è complesso e la mappa di San Felix è difficile. Nel corridoio si progetta un percorso. Si tolgono tutti i dettagli dalla mappa e si lascia una striscia di un centimetro centrale con gli elementi grafici. Gli atleti devono rimanere all'interno di questa striscia. Si deve usare molto la bussola perchè senza sarebbe complicato. L'atleta deve essere in grado di evincere i dettagli forniti dal terreno. Grazie all'impiego della bussola ci si porta avanti con l'interpretazione. Vengono posate alcune lanterne (non riportate nella mappa) che indicano solamente che il percorso è corretto. Per qualcuno è stato molto complesso riuscire a terminare la prova. Nell'analisi del Gps abbiamo visto molti errori. Un esercizio interessante che permette di sviluppare la precisione al dettaglio, quindi una navigazione fine.

18.30 **gara Notturmo** (Falchetto sotto): M 4,6km, W 3,6km

Abbiamo gareggiato in un bosco molto bello e pulito con alcune zone non molto dettagliate rispetto alle sessioni precedenti. Mancando i riferimenti in modo chiaro si deve prestare molta attenzione e controllare spesso la bussola. Ci sono stati vari errori. Lo scopo è quello di assaporare l'adrenalina di gara.

30 ottobre, venerdì

Fondo lungo – Monte Roen (2116m)

In quest'occasione si è solamente corso. I ragazzi sono partiti direttamente dall'hotel. I maschi hanno coperto un percorso più lungo, mentre per le donne una parte di trasferimento in auto. Alla fine il traguardo comune sulla cima della montagna. Una giornata splendida.

18.30 **Middle** (Penegal): M 4,4km, W 3,7km

Gara Middle con la prima parte molto tecnica. Tante forme del terreno, colline, piccole, ma molto ripide. Impegnativo tecnicamente e fisicamente. La seconda parte era in discesa e più semplice. Un test utile in cui anche i giovani sono andati bene.

31 ottobre, sabato

MixRelay (Waldheim)

Si sono schierate 2 formazioni al via che hanno preso molto seriamente l'impegno. Ilian Angeli e Anna Pradel hanno vinto davanti a Damiano Bettega e Irene Pozzebon.

Allenamento Notturmo (Waldheim Nord): M 5,0km, W 3,7km

Nella zona sopra l'hotel con delle tratte in salite molto ripide. Pochi dettagli nelle curve di livello in cui prestare massima attenzione visto il buio. Ci sono stati alcuni errori.

1 novembre, domenica

9.30 **Long** 15.000 (S.Felix): M 10,8km, W 7,8km

Un percorso molto difficile su una mappa piuttosto datata e quindi sono stati tolti i sentieri, lasciando solo le strade forestali. Un duro lavoro anche per i tecnici che hanno dovuto lavorare molto al pc. Di fatto un allenamento tosto con un super Riccardo Scalet.

CONCLUSIONI DEI TECNICI: La Val di Non è molto bella con delle carte tra le più belle d'Italia. La scelta logistica è stata azzeccata perchè ci ha permesso di fare spostamenti limitati. I ragazzi si sono impegnati al massimo e sono stati bravi su terreni molto tecnici. Abbiamo osservato che i giovani hanno buone basi, ma nelle zone molto tecniche hanno mostrato dei limiti. Ciò significa che c'è margine su cui lavorare. Una settimana di questo tipo è stata molto utile.

Ogni sera si è svolta una riunione per analizzare gli allenamenti. E' stato inoltre presentato il programma per l'anno 2021 e l'organizzazione della squadra nazionale nel prossimo anno.

MTB-O: I MONDIALI ANTICIPATI

CAMBIANO TUTTO

In collaborazione con Laura Scaravonati

DOPO UNA STAGIONE COMPLESSA PRONTO IL PIANO 2021

In questo difficile 2020 l'ostinato ottimismo di Laura Scaravonati, team leader della Squadra Nazionale Assoluta di Mountain Bike Orientamento, aveva dato il via al primo training camp FISO post lockdown.

Luca Dallavalle, Riccardo Rossetto, Fabiano Bettega, Piero Turra, Antonio Mariani e la new entry Maurizio Castellaz, al primo anno in Elite, si sono riuniti nella Valle di Primiero il 30 e 31 maggio dando il via ad una preparazione tecnica che secondo la strategia fissata non avrebbe dovuto tenere conto delle innumerevoli incertezze del calendario internazionale.

"Alleniamoci come se il Covid19 non ci fosse, pensiamo al Mondiale, agli Europei e facciamoci trovare pronti. Il futuro non possiamo prevederlo, se gli impegni che contano e ai quali puntiamo si faranno noi ci presenteremo al massimo della forma" era la frase che ripeteva in ogni occasione. Dopo quel primo incontro è venuto il training camp di Monticolo e quello di Borgo Valsugana, entrambi a giugno, al quale Scaravonati ha invitato, per la prima volta dopo molto tempo, un nutrito gruppo di bikers Junior e Youth.

In attesa di decisioni ufficiali della IOF in merito a Mondiali ed Europei a luglio e agosto gli azzurri sono espatriati due volte verso l'Ungheria e una in Repubblica Ceca per confrontarsi con gli storici e forti avversari.

Al debutto internazionale di stagione nella Coppa Austroungarica è arrivato un primo successo di Fabiano Bettega che si è imposto con ampio margine nella gara Middle e, al quinto posto della stessa gara, si è classificato Dante Osti. Nella Long del

giorno successivo, vinta dall'austriaco Haselsberger, al secondo posto si è piazzato Piero Turra, terzo Bettega, quarto Osti e sesto Mariani. La due giorni di gare ha visto l'incoronazione di Fabiano Bettega nella classifica generale dando umore e grande motivazione a tutta la squadra. Buonumore durato poco visto l'annuncio della IOF, qualche giorno dopo, che ha annullato tutte le competizioni internazionali in calendario: addio Mondiali in Portogallo e addio Europei

nuovo per l'Ungheria, a Farkasgyepu, dove in una Middle intricatissima e fangosa, Dante Osti e Fabiano Bettega hanno conquistato un argento e un bronzo dietro allo storico rivale austriaco Kevin Haselsberger, con Luca Dallavalle, rientrato in squadra in quell'occasione, giunto al 5° posto. Classifica finale della 2 giorni vinta da Kevin Haselsberger con Dante Osti al secondo posto e Fabiano Bettega in terza piazza. A Luca Dallavalle la medaglia di legno essendo 4° e Piero Turra 7°.

La squadra azzurra si è poi recata in Repubblica Ceca per svolgere ben tre competizioni in poco più di 24 ore: una Middle il mattino del sabato a Hermanuv Mestec, nel tardo pomeriggio una Sprint e alla domenica mattina una Long. La trasferta ha visto il primo successo 2020 di Luca Dallavalle, nella gara Middle, che ha avuto la meglio su una schiera di avversari di primissimo livello su terreni a lui congeniali che gli sono valsi una

medaglia d'oro, una di argento ed un bronzo al Mondiale del 2015.

A quel punto gli azzurri, che si sono distinti ad ogni trasferta internazionale raggiungendo sempre il podio, non hanno potuto far altro che iniziare a pensare alla stagione 2021.

Laura Scaravonati ha voluto fortemente che si mantenessero voli e alloggi già prenotati da tempo per



Luca Dallavalle è sempre il leader del gruppo, anche se la concorrenza interna è fortunatamente di alto livello.

in Finlandia. Gli azzurri non si sono persi d'animo e hanno continuato con gli impegni in programma.

Dal 30 luglio al primo agosto è stata la volta di un team building svolto sulle montagne di Silandro, in Alto Adige, durante il quale gli azzurri hanno trascorso due giorni insieme camminando in alta quota nella zona della Val d'Uina prima di partire di



Il gruppo in una pausa durante il camp estivo.

i Campionati Europei che avrebbero dovuto svolgersi in Finlandia per poter effettuare una prima ricognizione dei terreni del nord attraverso allenamenti e gare, terreni sconosciuti a tutti gli azzurri in squadra. La sfortuna ci ha messo di nuovo lo zampino e la stagione 2020 ha visto la team leader saltare la trasferta per infezione da Covid19.

Dopo aver prontamente trovato un degno sostituto in Stefano Raus, laureato presso l'Università finlandese di Vierumäki proprio in Finlandia, gli azzurri dal 8 al 12 settembre hanno effettuato una utilissima trasferta al nord dove hanno potuto studiare le peculiarità dei boschi finlandesi e della rete di sentieri, sempre fitta e mai semplice.

"La stagione 2020 della Nazionale Assoluta si è conclusa quindi già proiettata al futuro, verso un 2021 che speriamo possa darci le soddisfazioni che i miei atleti penso meritino grazie ad un grandissimo impegno ed una serietà encomiabile" commenta Scaravonati.

Il programma della prossima stagione è stato presentato alla Squadra sabato 5 dicembre durante una call di gruppo alla quale era presente anche il fisioterapista Dott. Daniele Rossi, ormai parte integrante e fondamentale del team azzurro.

La particolarità del 2021 sarà il Mondiale ad inizio giugno in Finlandia che costringerà gli azzurri ad iniziare i lavori specifici e tecnici due mesi prima rispetto al solito. Per questo è stato fissato un primo training camp a fine febbraio in una località del Sud

Italia, durante il quale poter pedalare lontani dal freddo.

Sarà poi la volta di due weekend di allenamento tecnico, in località da definire, prima della "Vuelta Ibiza", gara internazionale di MTB a coppie per la quale gli azzurri hanno già un biglietto di invito e che si svolgerà a Pasqua, dal 30 marzo al 5 aprile. Occasione nella quale si potranno mettere tanti chilometri nelle gambe ed iniziare a trovare una prima forma fisica grazie al ritmo alto delle competizioni. Ci saranno poi due trasferte con gare valide per il WRE in Repubblica Ceca a fine aprile ed in Ungheria a maggio prima di un successivo training camp con gare WRE in Finlandia dove gli azzurri effettueranno la rifinitura prima del Mondiale che si svolgerà sugli stessi terreni dal 9 al 20 giugno 2020.

A luglio sarà la volta della nota "5 giorni di Repubblica Ceca" e di un training camp di tre giorni a fine mese per poi ripartire alla volta dei Campionati Europei in Russia dal 17 al 23 agosto. La stagione internazionale si chiuderà in Portogallo con la finale di Coppa del Mondo dal 7 al 11 ottobre. Noto il calendario nazionale della MTBO, grazie all'impegno profuso da Clizia Zambiasi, che vedrà il movimento riunirsi per ben 12 gare tra le quali la novità del weekend in Toscana a settembre organizzato dall'IKP.



Riccardo Rossetto in azione. Il veneto è alla ricerca di un successo internazionale di prestigio.



Dante Osti è rientrato in Nazionale e si è ritagliato subito un ruolo importante

TRAIL-O: L'INCLUSIONE PASSA ATTRAVERSO QUESTE INIZIATIVE



a cura del Settore TRAIL-O

Nel corso di questa insolita stagione, si sono consolidati gli importanti rapporti tra la FISO e il CIP (Comitato Italiano Paralimpico) in virtù del riconoscimento del Trail-O quale disciplina paralimpica. Una sinergia dal punto di vista economico, tecnico agonistico e promozionale.

Con l'emergenza COVID-19, inoltre, il CIP ha fatto avere il suo sostegno con altre due iniziative molto apprezzate: i contributi economici diretti alle ASD per la ripresa delle attività paralimpiche e il fondo unico a sostegno del potenziamento sportivo per quanto riguarda la fornitura di attrezzature e materiali specifici. Le associazioni FISO iscritte alla sezione CIP del registro CONI in primavera hanno potuto beneficiare di queste misure straordinarie, accanto alle quali proseguono le attività del CIP volte alla massima diffusione della cultura paralimpica e all'avvicinamento alla pratica sportiva per i giovani con disabilità, anche in collaborazione con il MIUR che sostiene ogni attività volta a promuovere la cultura dell'inclusione attraverso lo sport nel mondo della Scuola. Sperando di poterlo applicare nella seconda parte dell'anno scolastico 2020/21, l'avviso

pubblico "Lo sport paralimpico va a scuola" coinvolge direttamente le associazioni sportive iscritte al registro CIP, le quali potranno godere di un sostegno economico a fronte di corsi sportivi pomeridiani erogati a ragazzi diversamente abili frequentanti Istituti Scolastici di 2° grado. Il "Progetto nazionale per lo sport paralimpico nella scuola" coinvolge più direttamente gli Istituti Scolastici, i quali a fronte di un convenzionamento con il CIP e il tesseramento dei giovani paralimpici, potranno usufruire dell'operato di tecnici qualificati nelle varie discipline sportive, opportunamente segnalati da Comitati e Delegazioni Regionali delle Federazioni Sportive Nazionali e Discipline Sportive Associate. Se da un lato le nostre associazioni affiliate e i tecnici tesserati hanno a disposizione queste preziose opportunità targate CIP, dall'altro la FISO mantiene saldo il binomio Corsa

Orientamento e Trail-O in occasione dei Campionati Studenteschi, annullati nel 2020 e a forte rischio per il 2021, proseguendo un percorso di collaborazione che ci si augura sia sempre più stretta e proficua.

Mauro Nardo è una figura di riferimento del Trail-O



STAGIONE 2021 IN RAMPA DI LANCIO. CALENDARI E OBIETTIVI

La Pandemia ha causato l'annullamento dei Campionati Europei e Mondiali, ma ha visto l'Italia tra le nazioni che meglio si sono adattate alla situazione, sia a livello di organizzazioni gare nel rispetto dei protocolli: 6 gare nazionali nel circuito di Coppa Italia, tra cui 3 campionati italiani e 2 eventi validi per il World Rank internazionale, che di partecipazione a manifestazioni all'estero (in Slovenia, Finlandia e Polonia).

In generale quindi si è visto un miglioramento quantitativo e qualitativo degli Azzurri, con la conferma di Alessio Tenani e di Remo Madella nella top20 della graduatoria mondiale, vicini a guadagnarsi una wild card a Mondiali ed Europei 2021 garantita ai primi 15.

I raduni di fine stagione hanno poi dato la giusta continuità e offerto quegli input agonistici che potevano venire a mancare a causa dell'assenza prolungata dalle competizioni seppur compensata parzialmente dall'ingente mole di attività virtuali disponibili in rete, che hanno costellato soprattutto la primavera durante il primo lockdown e poi, nuovamente, l'autunno. Eventi molto apprezzati dagli estimatori della disciplina, ma utili anche dal punto di vista promozionale, difficilmente se ne

potrà più fare a meno.

Il programma della stagione 2021 che si appresta a prendere il via avrà come momenti clou i due main events rinviati quest'anno: gli ETOC (Campionati Europei, in Finlandia a Maggio) e i WTCO (Campionati Mondiali, in Polonia a Luglio). In entrambe le manifestazioni, la nazionale sarà al via con atleti, Open e Paralimpici, e aspettative ben chiare e definite: il ritorno sul podio lungo (top 6) e un ulteriore salto di qualità per il settore Paralimpico, che negli ultimi mesi è stato impegnato in diversi allenamenti dedicati e webinar formativi mirati. Ai Mondiali, inoltre, sarà valorizzata la presenza degli Junior visto che saranno garantiti loro due posti aggiuntivi: l'inclusione di Sebastiano Lambertini e Ilian Angeli, oltre a essere una scelta di prospettiva, è senz'altro sintomo di un cambio di passo e di modernizzazione della disciplina.

A contorno sono previste alcune tappe importanti di avvicinamento: raduni e gare in Italia e all'estero (Slovenia e Rep. Ceca su tutte) che saranno crocevia fondamentali per la selezione della squadra titolare, oltre che occasioni di confronto con le altre Nazionali prima della sfida al titolo continentale e iridato.



A cura di Pietro Illarietti

MINNA KAUPPI LA DONNA DELLE MONTAGNE RUSSE

AGLI ORIENTISTI DICO: VISIBILITÀ, STORIE INTERESSANTI, PUBBLICAZIONE ATTIVA E OVVIAMENTE BUONI RISULTATI

Si tratta di un personaggio che ha affascinato gli orientisti, non solo per la sua presenza, ma anche per il suo modo di interpretare le gare e il suo atteggiamento alla vita. Sempre grintosa, a tratti scostante, ma tremendamente verace a tradire il suo essere scandinava.

9 titoli mondiali (5 a Staffetta, 1 Long e 3 Middle) in bacheca per la bionda finlandese di Asikkala, classe 1982. Con la sua personalità ha saputo andare ben oltre i confini del suo sport tanto da essere eletta sportiva dell'anno e conquistare alcune copertine di moda. Di fatto non gareggia più ad alto livello, ma ogni tanto riappare fornendo prestazioni ancora al top, tanto per far ricordare alle più giovani chi è stata.

Chi è Minna Kauppi oggi?

"Sono sempre orientista nell'anima, ma oggi giorno è solo un hobby e partecipo solo di Staffette e ad alcune competizioni locali. Ho 2 bambini piccoli: Ukko compirà presto 4 anni e Hertta ha quasi 4 mesi, quindi al momento sono in maternità. Prima ho lavorato come imprenditrice svolgendo attività sportive per diverse aziende e anche come dirigente nel mio club di Orienteering. Terminato il congedo di maternità il mio grande obiettivo è trovare qualcosa di nuovo e magari più stabile".

Chi era l'atleta professionista Minna Kauppi?

"Ero una combattente, ma avevo anche degli alti e bassi come le montagne russe. Alcune volte ho vinto con un grosso margine, in altre

giornate mi sono persa totalmente. Ero sempre focalizzata sulle prove in bosco, ma ho ottenuto anche delle medaglie nella Sprint. Mi piaceva



Campionati del Mondo Sprint 2010

gareggiare, ma non mi è mai piaciuto troppo l'uso della mappa. Mi stancava facilmente, ma non mi sono mai stancata dell'allenamento fisico.

Quando hai iniziato con l'Orienteering? Qual è il motivo che ti ha spinto a

scegliere questo sport?

"Ho iniziato a praticare Orienteering quando avevo 8 anni. All'epoca ero dedita allo sci di fondo e all'atletica con i miei fratelli. Alcune persone nel club ci hanno chiesto se volevamo frequentare anche la scuola di Orienteering. Lo abbiamo fatto e l'Orientamento è diventato uno dei miei hobby fino a quando all'età di 17 anni l'ho scelto completamente".

Ricordi la tua esperienza italiana al Monte Penegal?

"Hmmm. Era il 1995 all'italian O-week giusto? Non ricordo bene ma ero davvero entusiasta di essere in un ritiro in Italia. Si trattava del mio primo training camp all'estero e il Trentino era davvero bello e diverso dalla natura finlandese".

Hai vinto 9 campionati mondiali. Qual è la tua migliore prestazione? e la peggiore?

"La mia migliore performance è stata in Repubblica Ceca, con l'oro nella Middle 2008. Una corsa davvero impegnativa in cui non ho commesso quasi nessun errore e ho vinto con grande margine. Il mio peggiore Mondiale è stato in Francia, dove mi sono persa completamente al primo controllo della lunga distanza e non l'ho mai trovato. Quindi alti e



La finlandese mostra sorridente la copertina del suo libro

bassi anche a livello WOC".

Hai gareggiato con grandi avversari. Chi era la tua più grande rivale? Chi ti ha insegnato qualcosa in particolare?

"La più grande è stata ovviamente la regina Simone Niggli, che ha vinto quasi tutto. Lei era qualcosa che non avrei mai potuto essere, perché non ha quasi mai fallito. Ma penso che ci fossero anche molte altri rivali da cui ho imparato molto. La maggior parte degli orientisti sono persone molto modeste e davvero simpatiche. Penso che la più grande lezione dagli altri sia stata che ognuno ha la sua strada e dovresti trovare le tue scelte di

percorso per avere successo".

Nel 2009 eri a Milano, la città della moda. Nella tua vita sei apparsa su alcune importanti copertine. Quanto è stato importante per la tua carriera fuori dallo sport questo tipo di esperienze?

"Per me solo l'Orienteering sarebbe stato troppo noioso. Ho bisogno anche di altre sfide e avventure. Quindi, ovviamente, è stato un vero piacere conoscere molte persone, luoghi

e anche imparare dai Media, come collaborare con loro. All'epoca ero ancora un atleta di punta, i Media erano pure un ottimo strumento per ottenere sponsor e visibilità per i nostri grandi sport. Per il mio Orienteering a volte sarebbe stato più facile se non fossi stata così popolare in Finlandia, ma d'altra parte ho maturato così tanta esperienza e contatti che penso ne sia valsa decisamente la pena".

Sostengono che sei brava nel rapporto con lo sponsor. Molti atleti ignorano questa parte del lavoro. Come potrebbero migliorare le loro capacità di marketing?

"Prima di tutto, dovresti essere orgoglioso del tuo sport per quanto ci lavori. Molti orientisti non sono troppo visibili sui Media e sui social media. Si potrebbe fare molto di più. Visibilità, storie interessanti, pubblicazione attiva e ovviamente buoni risultati sono le chiavi per ottenere buoni sponsor. Inoltre, muoversi sugli sponsor da soli potrebbe essere meglio che farlo avvalendosi di un manager. Penso che gli orientisti dovrebbero essere molto più visibili ovunque per ottenere il rispetto che meritano".

Oggi Orienteering per te .. cosa significa?

"Il mio hobby, il mio posto per sfuggire allo stress, il mio modo di mantenere la testa funzionante e ovviamente tanti grandi amici".



Sempre disponibile a raccontare le proprie impressioni nel dopo gara (qui con Stefano Galletti alla Three Days of Trenches 2014)



Kauppi ha saputo imporsi all'attenzione dei media anche al di fuori dello sport

LA FORMAZIONE DEI QUADRI TECNICI.

SITUAZIONE E SCENARI.

a cura di Stefano Bisoffi

(Consigliere di riferimento per la Commissione Formazione)

Nessuno sport può crescere, nel numero dei praticanti e nel livello tecnico, senza un corpo di tecnici qualificato. L'Orienteering non fa eccezione. Proprio per questo la FISO (e prima di essa il CISO che ne fu il precursore) ha sempre dedicato grande attenzione ai quadri tecnici e alla loro formazione.

L'organizzazione dei quadri e i criteri per la formazione hanno subito nel corso degli anni un'evoluzione che forse non è apparsa sempre lineare ma che è sempre stata ispirata dalla volontà di individuare le migliori modalità per sostenere il movimento. Attualmente la formazione ha un proprio regolamento, approvato nel 2017, che distingue vari profili e vari livelli. Non mi dilungo sulle funzioni perché sono ben evidenti dalle definizioni; i livelli corrispondono a competenze di grado diverso e, di conseguenza, al livello di complessità e di responsabilità. Due parole solo sugli "omologatori" e sui Tecnici di 1° e 2° livello. Gli homologatori sono i tecnici che controllano la qualità delle nuove carte e ne verificano la rispondenza alle normative IOF; solo le carte approvate da un homologatore ricevono il marchio FISO. Ovviamente gli homologatori devono possedere una solida esperienza cartografica; la loro formazione specifica per il ruolo di homologatori è svolta sotto la diretta supervisione della Commissione Impianti. Il Tecnico di 1° livello è stato inteso come una figura che possiede un'esperienza sufficiente per insegnare a neofiti le basi dell'Orienteering e per organizzare piccoli eventi non agonistici per scuole, associazioni, enti di promozione sportiva. Questa figura, in realtà, ha bisogno di una migliore messa a punto, soprattutto per quanto riguarda i requisiti di accesso, che non possono prescindere da un'adeguata esperienza. Attualmente sono presenti negli Albi tecnici circa 600 tecnici di 1° livello, fra 300 e 400 Istruttori e Tracciatori di 2° livello e oltre 200 Ufficiali di gara di 2° livello

(con molte persone presenti in più di un gruppo)

Numero di tecnici iscritti agli Albi

Apparentemente sono numeri entusiasmanti, che sembrano corrispondere ad un movimento con numeri di atleti molto maggiori della realtà della FISO. In realtà ci sono varie criticità.

Un primo aspetto critico è il "tasso di abbandono": un tecnico, se motivato ad adempiere alle sue funzioni, dovrebbe essere tesserato come tale, anno dopo anno: in realtà, l'80% dei Tecnici di primo livello e da un terzo alla metà dei secondi livelli non rinnova il tesseramento e, di conseguenza, non può esercitarne le funzioni.

Altrettanto dicasi per gli obblighi di aggiornamento biennale. Una fetta consistente dei tecnici di 1° livello e, un po' inferiore, di quelli di 2° livello, concluso il corso iniziale non si aggiorna più e, in base al Regolamento Quadri Tecnici, come in caso di mancato tesseramento, non può esercitare le funzioni del ruolo. Sono tecnici di fatto "persi" per il movimento ed è legittimo domandarsi se abbia avuto senso formarli.

La situazione è nettamente migliore, sia per la regolarità del tesseramento, sia per l'aggiornamento, per i tecnici di 3° livello, il che è più che comprensibile visto che al terzo livello si perviene a seguito di un'attività impegnativa e assidua che di solito si accompagna ad una motivazione forte.

La Commissione Formazione sta ora

riconsiderando l'intero settore, non con l'intento di stravolgerlo ma di migliorarlo. In particolare, dovrà essere ripensato il primo livello, che, ad oggi, appare inflazionato e, a giudicare dai numeri di nuovi atleti tesserati, poco efficace nella diffusione del movimento.

Dovrà essere inoltre migliorato il rapporto di collaborazione e informazione reciproca sulle attività svolte tra la Commissione (in collaborazione con la Segreteria Federale), i Comitati e le Delegazioni e i singoli tecnici, soprattutto per quanto riguarda i Formatori (Istruttori di 2° e 3° livello). Gli Istruttori, in particolare coloro che svolgono attività di formazione nelle scuole, sono i veri "ambasciatori" dell'Orienteering; un maggiore coordinamento e una migliore attenzione da parte della Federazione potrà conferire loro ulteriore visibilità e autorevolezza. Una condivisione di materiali didattici, la fruibilità di testi, presentazioni, filmati attraverso il sito FISO, oltre a quanto già disponibile, ne agevolerà il lavoro. Su questo si lavorerà in sintonia con la Commissione Scuola. Dobbiamo anche saper cogliere un'opportunità da questo "annus horribilis" che è stato il 2020, con la pandemia che ha limitato molte attività sportive ma anche molte occasioni di formazione; abbiamo perlomeno imparato ad avvalerci delle piattaforme on line per la formazione a distanza; se è vero che



nulla potrà sostituire l'esperienza pratica nei boschi (o nei centri storici), è però evidente che nessuno avrebbe immaginato fino all'anno scorso le potenzialità di Internet anche nell'Orienteering. Basti pensare al corso on line di cartografia organizzato dalla Commissione impianti, seguito da circa duecento persone. Numeri che mai si sarebbero raggiunti con un corso in presenza. Dovremo ripensare quindi anche alle modalità didattiche, o meglio a come combinare in maniera efficace la formazione a distanza con l'esperienza insostituibile sul terreno, come del resto è stato fatto proprio nel corso per cartografi. In ogni caso la Commissione Formazione non vuole far piombare dal cielo una riforma del settore ma intende avviare, nel corso del 2021, un confronto con Comitati e Delegazioni e con gli stessi tecnici in modo da arrivare a soluzioni il più possibile condivise; ovviamente nessuna soluzione sarà mai in grado di soddisfare le aspettative di tutti, ma la voce di tutti sarà ascoltata.

NOVITÀ 2021 : LE BORSE DI STUDIO

Novità per gli agonisti che si sapranno distinguere per risultati ottenuti nelle discipline agonistiche C-O, Sci-O, Mtb-O e Trail-O. Infatti nel bilancio di revisione 2021 sono stati previsti dei fondi per 8.000 euro. Questa cifra potrebbe essere aumentata qualora venisse ritenuto opportuno dal Consiglio Federale e ve ne fossero le condizioni. Con i primi giorni dell'anno, ci siamo dati come scadenza quella di fine gennaio 2021, quando verranno rese note le

condizioni per ottenere queste borse di studio.

L'iniziativa è un segnale di attenzione puntuale che vogliamo riservare alla crescita dell'attività agonistica guardando anche al settore giovanile oltre che all'élite. Siamo consapevoli che lo sport richiede un grande impegno e per questa ragione è importante premiare chi è in grado di distinguersi mettendo a frutto il proprio talento grazie anche ad una costanza nel lavoro.



TOGETHER ON THE ROAD TO MEDITERRANEAN GAMES

10 ANNI DI COMOF. STORIA E TRAGUARDI RAGGIUNTI

CONFEDERATION OF MEDITERRANEAN ORIENTEERING FEDERATIONS

in collaborazione con Sergio Grifoni e Daniele Guardini

Il 12 Novembre 2020 il COMOF ha compiuto 10 anni di vita. Sergio Grifoni, ex presidente FISO, fu uno dei principali motori di quell'iniziativa che ora è finalmente vicina a raggiungere il suo obiettivo fondamentale: l'inserimento dell'Orienteering nei Giochi del Mediterraneo, già ufficializzato per l'edizione italiana a Taranto nel 2026 e in quella di Orano, in Algeria, nel 2022.

Questa la sintesi di questi 10 anni curata dallo stesso Grifoni: All'epoca (nel 2010 ndr) esisteva già un circuito di gare tra le Federazioni del sud est europeo (SEEEOC), cui la FISO si era da poco aggregata. In occasione di uno di questi incontri sportivi feci la proposta di costituire qualcosa di più organico e allargato, legalmente riconosciuto, il COMOF appunto.

La proposta venne presentata dalla FISO all'Assemblea Generale della IOF a Trondheim nell'agosto del 2010 e approvata all'unanimità dall'Assemblea: il 12 Novembre 2010, a Venezia (era in corso il Meeting Internazionale) si trovarono al cospetto del notaio i rappresentanti delle Federazioni di Italia, Serbia e Spagna. La preparazione dei documenti aveva preso diversi mesi

e in quel momento i rappresentanti della Federazione Turca, pur presente, non erano pronti. Cosicché firmammo in tre e la Federazione Turca fu associata nel corso dell'Assemblea Generale il giorno seguente. Di fatto il COMOF nasce con quattro Federazioni. Al momento della firma dell'Atto Costitutivo fu approvato anche lo Statuto Confederale. Alla prima Assemblea Generale fu invitato a presenziare il Presidente del CONI Gianni Petrucci, che ci assicurò il sostegno del CONI, e il Consigliere IOF Maria Silvia Viti in rappresentanza della IOF. Perché il COMOF? Il primo obiettivo era quello di dare la possibilità agli atleti delle nostre Federazioni l'opportunità di confrontarsi in un contesto senza la presenza frustrante delle 'corazzate' nordeuropee.

Insomma, un livello agonistico più alla portata degli atleti del bacino del Mediterraneo, in cui questi potessero trovare lo stimolo per crescere insieme e confrontarsi per una medaglia. La prima edizione degli MCO (Mediterranean Championships in Orienteering) si svolse in Spagna nel 2012, dove è tornata a far tappa nell'ultima edizione disputata nel 2019. La politica della FISO e di altre Federazioni più blasonate, nel tempo, è stata quella di garantire la partecipazione agli MCO soprattutto da parte dei giovani più promettenti e degli Elite di seconda fascia, anche con formazioni incomplete, per dare motivazione e opportunità di partecipare a una competizione internazionale anche a chi tradizionalmente non poteva essere convocato per le rassegne

più blasonate perché le Federazioni 'minori' avevano meno spazio.

Il secondo obiettivo era quello di promuovere l'Orienteering nei Paesi aderenti al CIJM (Comitato Internazionale dei Giochi del Mediterraneo). Quindi, non solo promuovere l'adesione delle Federazioni già esistenti e strutturate, ma anche portare l'Orienteering in nuovi Paesi. Da questo punto di vista il COMOF ha avuto successo: l'Orienteering è stato introdotto in Egitto, Libano, Algeria, Nord Macedonia, Montenegro e Malta (l'ultimo arrivo) mentre si sta lavorando per San Marino, Albania, Marocco e altri ancora. Montenegro e Israele hanno militato per qualche anno nel COMOF ma poi ne sono usciti per motivi interni, ma attualmente le Federazioni Nazionali incluse sono ben 13, in ordine di ingresso: Spagna, Italia, Serbia, Turchia, Nord Macedonia, Cipro, Portogallo, Francia, Egitto, Croazia, Libano, Algeria e Malta.

Il terzo obiettivo, ma anche quello più ambizioso e prestigioso, era l'inclusione ufficiale nei Giochi del Mediterraneo, nati come rassegna regionale dei Giochi Olimpici, su proposta fatta nel 1948 dal rappresentante dell'Egitto Mohammed Taher Pasha durante una riunione del CIO, che ne ha deliberato quindi il riconoscimento ufficiale. L'idea originaria era quella di superare, almeno in parte e grazie allo sport, i solchi che secoli di storia avevano aperto tra i popoli del Mediterraneo, acuiti ancora di



Sergio Grifoni fu uno dei promotori del COMOF. In questa foto, con Beatrice Baldi ed Eleonora Donadini durante una cerimonia di apertura

più dagli strascichi delle politiche coloniali e le lacerazioni prodotte dalla Seconda Guerra Mondiale. Per la IOF, venire inclusi in un evento riconosciuto dal CIO, cui partecipavano Paesi di tre continenti, sarebbe stato un primo passo importante nel percorso per arrivare all'inclusione dell'Orienteering nei Giochi Olimpici, un sogno che richiederà ancora anni di lavoro. Per questo motivo la IOF sposa le iniziative del COMOF, come ad esempio la Youth Training Academy finanziata in gran parte dai fondi IOF per lo sviluppo regionale. Allo stato attuale, il COMOF ha un organico composto dal Presidente Zoran Milovanovic (Serbia), il Segretario Generale Sarah Hilal (Libano), i Vicepresidenti Helene Ediar

(Francia), Jose Angel Nieto Poblete (Spagna) e i Consiglieri Daniele Guardini (Italia), Raul Ferra (Spagna), DuduErol (Turchia), Marco Tomasini (Malta). Le prossime edizioni degli MCO si terranno ad aprile 2021 in Serbia e nel 2022 in Portogallo.



Scatto realizzato durante l'edizione Israeliana



Riunione del 2018 in Egitto

PIANETA MASTER UN MONDO DA ESPLORARE

A cura di Commissione Master

Premessa

La neonata Commissione Master, nei mesi scorsi, attraverso un questionario online, si è posta l'obiettivo di raccogliere una grande quantità di dati e informazioni per poi analizzarli e valutare la situazione attuale del "pianeta" Master.

Per la prima volta nella storia della FISO si è svolto un lavoro del genere, utilizzando (anche a causa del lockdown) uno strumento "moderno", pur rivolto a destinatari nati tutti nell'era dei testimoni di gara cartacei, degli stenditoi e dei percorsi disegnati a mano. Le risposte arrivate sono state molto incoraggianti e le alte percentuali ci dicono chiaramente che il movimento è vivo, attento e desideroso di dire la propria.

Alla luce di tutto questo abbiamo deciso di prendere come punto di riferimento i dati degli ultimi Campionati Italiani Long 2017 e 2019 (la gara più rappresentativa e partecipata del movimento orientistico) dove i Master in gara erano 223 M (31%) e 113 F (16%) per un totale di 336 pari al 47% del totale dei partecipanti agonisti.

Al questionario hanno risposto in 263 pari al 78% di questi numeri; con un rapporto di 3 a 1 dei Maschi rispetto alle Femmine.

Il numero delle regioni coinvolte è stato alto, ben 17; capofila è stata la Lombardia con il 24%, seguita dal Veneto con il 17%, poi il Trentino con il 13% e via via tutte le altre.

Categorie:

Come si vede dal grafico le categorie intorno ai 50 anni (+ o -10) hanno la percentuale più alta e sono anche le più presenti alle gare Nazionali.

Il 25% dei partecipanti al sondaggio hanno più di tre brevetti e un altro 25% ne ha almeno due. In altre parole, come era facilmente prevedibile (ora però confermato con numeri precisi), il settore Master è ricco di Tecnici molto qualificati nei vari settori: tracciamento, organizzazione e formazione. L'anzianità media di pratica tra coloro che hanno risposto

è di 20 anni. Siamo molto soddisfatti delle risposte inerenti alla formazione di questa Commissione perché ben il 73% delle risposte ha dato un livello alto (con una media globale di ben 4) contro un 8% di risposte "poco o niente utile".

Dati non scontati, visto che ben il 54% ritiene solo sufficiente il lavoro e l'attenzione della FISO negli anni precedenti verso questo settore.

Simili sono le percentuali di risposte (il 23%) per il più basso o il più alto livello. Il confronto tra queste due ultime domande / risposte



sottolinea

l'apprezzamento dell'istituzione della Commissione Master quale mezzo per il superamento delle criticità del Settore.

Entrando nel merito del giudizio, riguardo i vari aspetti delle competizioni del Calendario F.I.S.O., assistiamo globalmente a delle

risposte positive, con un grado di soddisfazione medio che sfiora il punteggio di 4 su 5:

Nelle gare Regionali il grado di soddisfazione si assomiglia, appena leggermente inferiore del precedente: Riguardo l'aspetto tecnico delle stesse, quasi i 2/3 delle risposte hanno dichiarato che è adatto alle rispettive categorie, tanto nelle gare nazionali che in quelle regionali, percentuale che arriva al 70% se analizziamo le gare di tipologia Sprint. Il 30% dei dissenzienti vorrebbe un incremento o della lunghezza o della difficoltà, sia nelle gare Sprint che in quelle Long; la parte rimanente esprime un'opinione diametralmente opposta. In particolar modo, le categorie meno soddisfatte, lamentando un livello troppo basso dei percorsi, sono quelle dalla 60.

Accanto a domande con risposte "chiuse", nel questionario abbiamo inserito domande "aperte": tantissime sono state le proposte, i suggerimenti e naturalmente le critiche.

Nell'analisi delle risposte si è cercato di rimanere nell'ambito specifico e i dati sono stati successivamente incrociati tra loro per verificare se esistevano collegamenti, differenze e per avere una lettura a 360 gradi della situazione Master in Italia.

Alla domanda: "Quali altri suggerimenti avresti per migliorare gli standard delle gare Nazionali e Regionali?" la percentuale più alta è legata ad una richiesta di percorsi più tecnici. Se in generale si ha una soddisfazione per le gare Nazionali e Regionali, andando nello specifico si evidenzia che i percorsi dei Master non sono sempre tecnici; riscontrato anche per gli abbinamenti con

categorie giovanili con pochi anni di esperienza nelle gambe, ed in questo caso arriviamo ad una delle percentuali più alte tra tutte le risposte: il 75% reputa perlomeno interessante una rivisitazione della piramide delle difficoltà/colori.

Al secondo posto abbiamo il problema delle griglie di partenza: in molte categorie i distacchi tra i partenti sono molto ridotti (a fronte anche di numeri bassi di partecipanti nella stessa categoria) e quindi con tutte le problematiche inerenti.

Una buona percentuale chiede anche la scala della carta di gara a 1:7500 o anche a 1:5.000 per il problema di vista non sempre risolvibili in modo sufficiente con gli occhiali, anche considerando il fatto che molti percorsi Master occupano, con la scala attualmente usata 1:10.000 solo il 25%-30% di tutta la mappa. Molto interessante il dato del 60% di risposte favorevoli all'utilizzo di scale minori, che confrontato con il 40% circa di appartenenti a categorie dalla 45 in giù che ha aderito al questionario, lascia desumere che dalla categoria 50 in su questa percentuale sia altissima.

Diversi sono stati gli aspetti sottoposti a valutazione, alcuni dei quali non hanno ottenuto consensi rilevanti.

Passiamo ad analizzare la seconda domanda aperta "Hai qualche ulteriore suggerimento o proposta particolare da sottoporre alla nostra attenzione per le gare nel bosco e le sprint?"

I suggerimenti sono stati veramente tanti, a volte in contrapposizione tra loro; la Commissione Master li elaborerà per portare al Consiglio delle proposte concrete e fattibili al fine di migliorare alcune criticità.

Ad esempio è stato scritto di rivedere e strutturare con altri criteri la tabella difficoltà tecnica/colori e categorie.

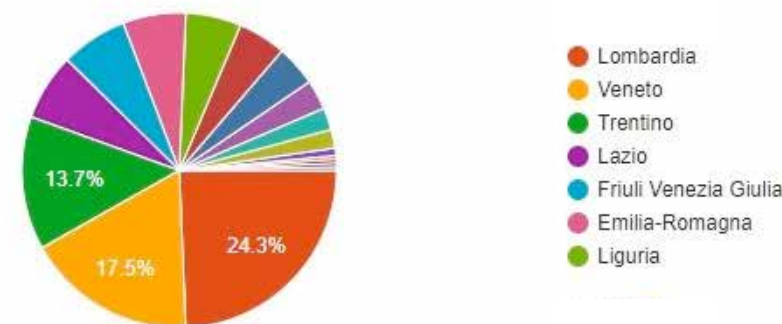
Due aspetti ci hanno colpito: si richiede una maggiore attenzione al mondo dei sordi e anche della disciplina del Trail-O. Altri suggerimenti caldeggiavano un ritorno dei Master al Trofeo delle Regioni e proponevano di reinventare/modernizzare la vecchia "lista base". E veniamo alla domanda "Hai qualche critica o osservazione particolare da sottoporre alla nostra attenzione?"

Quasi il 30% dei tesserati hanno risposto esprimendo complimenti alla Commissione Master e all'iniziativa intrapresa.

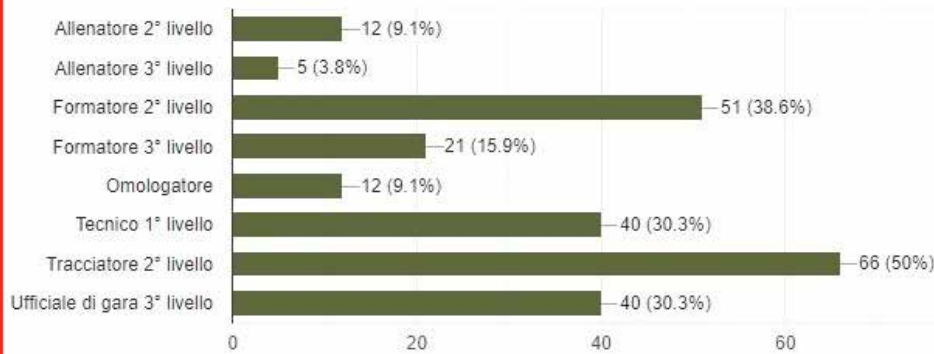
Sono stati poi ribaditi alcuni concetti già affrontati nelle altre domande.

Chi era dissenziente all'iniziativa ha

Regione di appartenenza



Possiedi uno dei seguenti Titoli Tecnici?



voluti evidenziare che i Master sono "polemici", che il futuro è dei giovani, che non può essere un sport per "vecchi". Per motivi "famigliari" alcune categorie, soprattutto femminili, si riducono a pochi partecipanti perché non supportati da "strutture/logistiche" e attività per i figli piccoli mentre i genitori sono in gara.

In altre nazioni, come la vicina Svizzera, hanno risolto il problema.

Conclusioni.

Il pianeta Master, nel complesso, ha risposto bene al questionario online, è desideroso non solo di partecipare a belle gare (da atleta e tecnico), ma anche di novità o di aggiornamento di alcuni aspetti del passato che piacciono ancora molto (Lista base e Trofeo delle Regioni).

Altri interessanti spunti sono stati sollevati e saranno argomenti per le prossime riunioni della Commissione. Ultimo dato: le categorie e gli atleti Master aumentano ogni anno sempre di più (siamo con una presenza vicina al 50% nelle gare).

Bisogna poi riflettere sul fatto che, se ogni Federazione deve puntare sui giovani che rappresentano il futuro e la continuità, sugli assoluti che devono conseguire i risultati agonistici e dare

risalto alla stessa, il settore master è spesso l'ingranaggio che permette all'intero movimento di poter girare o girare meglio: dall'organizzazione degli eventi, al supporto logistico nelle trasferte, alla formazione, all'aspetto dirigenziale e a quello economico. Non è una novità che la società italiana sta cambiando, aumentano le aspettative di vita, le disponibilità economiche, una maggior cultura sportiva e se nel 1999 ai Campionati Italiani la categoria "più vecchia" era M60 e W55, ora nel 2019 siamo a MW 75, questo non vuol dire che è uno sport per anziani, ma è uno sport per tutti e soprattutto adatto alle famiglie.





ASSOCIAZIONE MOSAICO: UNA NEW ENTRY

COLORATA E CON VOGLIA DI FARE

In collaborazione con Giovanni Greco e Stefano Salgò

Il Mosaico è una società sportiva che ha sede nel quartiere San Biagio di Casalecchio di Reno. Offre da quasi dieci anni diverse attività sportive, sociali e culturali. Come svela la parola stessa, un insieme dato da differenti pezzi che compongono un team che vede al suo interno vari sport come lo Yoga Dinamico, Zumba, pilates, ginnastica e da buon ultimo l'Orientamento

Alle gare sono bene visibili grazie alle loro divise molto colorate. L'effetto novità è evidente ed non notarli è difficile. Al momento lo spirito è molto improntato all'amicizia, ma si stanno muovendo per aumentare il numero di affiliati, attualmente una ventina, e dare gas all'agonismo. Non si pongono in contrasto con le società già presenti, ma si presentano come proposta al territorio. Il progetto Mosaico nasce anche in seguito al venir meno dello storico sodalizio scolastico Ori Croce. A quel punto i tesserati sono confluiti in una nuova società come spiegato da Giovanni Greco, dirigente di riferimento. "Nel 2018 si è conclusa una

esperienza ventennale, infatti il gruppo sportivo dell'Istituto Comprensivo Croce, altrimenti noto come OriCroce, ha chiuso i battenti. Ma di certo non volevamo smettere di fare Orienteering. Ci sarebbe dispiaciuto disgregare il gruppo per andare in società diverse. Per cui ci siamo messi alla ricerca di una società sportiva in cui aprire un settore Orienteering. E così siamo andati al Mosaico". Al fianco di Greco, vi è Stefano Salgò, ex atleta OriCroce e attualmente studente universitario. Salgò, diligente apprendista dirigente, è un instancabile promotore della disciplina dei boschi e amante dell'ambiente spesso impegnato in

iniziative di tutela ambientale. A loro si sono aggiunti Matteo Lanfranco Rossi, che si è avvicinato da pochi anni al mondo dell'Orientamento, e Luigi Parmeggiani, orientista di esperienza con la tessera EM3, da poco eletto consigliere del Comitato regionale Emilia Romagna. Il gruppo che ha dato il via alla nuova esperienza si completa con il tecnico Massimo Guidi, Isabelle Champalbert, Enzo Ravaglia, Fabrizio Presti, Catia Galli e Giovanni Burani. E tanti altri giovani e meno giovani. Dall'OriCroce si è portata la voglia di stare insieme, nonché la chiocciolina. Per realizzare il logo del settore Orienteering, infatti, è stato messo al lavoro la creatività di Fabrizio Presti. Il



Da sinistra: Catia Galli
Fabrizio Presti
Luigi Parmeggiani
Camilla Salgò
Matteo Lanfranco Rossi



Davide Salgò

risultato? Mantenendo la chiocciolina dell'OriCroce, la si è trasformata in un Mosaico. Un simpatico sforzo artistico per rinnovarsi senza perdere nulla dell'identità originaria da cui si era partiti.

L'approdo al Mosaico rappresenta per tutto il gruppo lo stimolo a mettersi in gioco e a scommettere su nuove sfide: "Per questo abbiamo voluto trasformarci presentandoci con una nuova veste grafica, nuove divise, nonché nuovi materiali e il pullmino per le trasferte". - spiegano i dirigenti. "L'amicizia è alla base del nostro gruppo. Ma stiamo lavorando moltissimo anche alla promozione. Per noi è un'opportunità enorme, poiché ci consente di fare conoscere l'Orientamento, di diffondere la cultura dello sport e di crescere numericamente".

In questi due anni sono state organizzate diverse gare, fra cui una gara regionale a Castelvetro di Modena, valida per il Trofeo Emilia Romagna, che ha visto la partecipazione, oltre che degli atleti tesserati della regione, di tantissimi ragazzi delle scuole medie. Intensa pure l'attività promozionale a Casalecchio e a Bentivoglio, patrocinate dalle Amministrazioni comunali.

Un progetto in cui stiamo investendo molto? Ce ne parla Stefano Salgò: "Stiamo lavorando per ampliare e riomologare due carte in una nota località turistica sull'Appennino bolognese con l'intento di organizzare gare regionali e IRE a partire dal 2022. Si tratta di due carte realizzate dieci anni fa da OriCroce, una di centro

storico e una di bosco, che meritano di essere riscoperte e valorizzate."

La sinergia e la collaborazione con le altre società del territorio e più in generale con il Comitato regionale sono un elemento fondamentale. L'organizzazione di allenamenti intersocietari, ad esempio, permette sia di unire le forze e le competenze, sia di ampliare la gamma di carte e terreni su cui correre. Dal confronto poi nascono sempre nuovi spunti e opportunità.

Il nostro impegno per il futuro? "Abbiamo iniziato a formarci dal punto di vista tecnico e vogliamo farlo ancora di più. Sia per quanto riguarda le figure tecniche della nostra società iscritte agli albi federali, sia per quanto concerne la preparazione dei singoli atleti. In questo modo potremo da un lato offrire eventi di qualità e dall'altro risultare sempre più competitivi dal punto di vista agonistico".

"Una ulteriore opportuna di crescita è rappresentata dalla collaborazione che stiamo per intraprendere con una nota catena di negozi di articoli sportivi" annuncia Matteo Lanfranco Rossi.

Infine sono molto attivi sul sito web www.mosaic-o.it e sui canali social (Instagram, Facebook e YouTube).



Enzo Ravaglia e Giovanni Greco



Isabelle Champalbert

FOTO E VIDEO DI ORIENTEERING PROFESSIONALI?

ECCOLI, FREE E PER TUTTI

IL MATERIALE DI COMUNICAZIONE CHE TANTI CERCANO E FATICANO A TROVARE.

A cura di Pietro Illarietti

Durante l'insediamento del nuovo consiglio ci si è resi conto del fatto che alcune delle attività sviluppate negli anni dalla Commissione Comunicazione non fossero note a una parte del movimento orientistico. Dopo un incontro, rigorosamente virtuale, di aggiornamento l'osservazione avanzata dall'allora responsabile, Christine Kirchlechner, è stata quella di mettere a disposizione dei tesserati questo lavoro e spiegare come fruirne.

Capita infatti spesso che società, docenti e tesserati, siano alla ricerca di materiale promozionale, educativo o esplicativo della disciplina dei boschi. Bene la buona notizia è che negli archivi FISO sono presenti e disponibili a tutti molti dei documenti richiesti.

La maggior parte di questo materiale è fruibile virtualmente, quindi standosene tranquillamente seduti a casa. Esistono anche archivi privati fisici, a disposizione, ma questo è un altro discorso.

Tornando al virtuale è importante fare presente un piccolo dettaglio, dalla maggior parte ignorato a quanto pare. Nell'area superiore del sito fiso.it, compaiono delle minuscole icone che portando direttamente a Youtube, Facebook, Instagram, Flickr. Qui dentro è possibile reperire molto materiale di comunicazione visiva federale.

Iniziamo da una delle richieste più frequenti:

Esistono degli spot, simili a quelli televisivi, da utilizzare durante eventi o fiere?

La risposta è ovviamente sì, nel canale Youtube federale vi sono alcuni spot di questo tipo di ottima qualità, sia in termini di creatività, che di formato video 16:9 full hd. All'interno del canale vi sono delle sezioni, le playlist, che suddividono i video.

Qui si possono trovare differenti tipologie di filmati, in pratica si vanno a coprire gran parte delle esigenze di tesserati, docenti, società.

Le messe in onda di Rai Sport, quindi

il format TV della FISO, è disponibile. Le puntate dei più importanti eventi sono infatti a disposizione in ordine di data nella playlist "servizi Raisport e altre tv". Una sezione che testimonia quanto lavoro sia stato sviluppato e di come il prodotto TV si sia evoluto stagione dopo stagione con l'introduzione di novità tecnologiche e tecniche continue. Quest'area viene

impegnato in ambito cinematografico. Sempre in questo canale, alla sezione video press, sono a disposizione delle TV, e delle società di Orientamento, immagini free for use, per eventuali esigenze di televisive. Molte volte vi è infatti richiesta di immagini di qualità professionale da fornire alle emittenti in occasione di servizi tv. In questo caso potete trovare delle clip da 3-4 minuti con immagini di gare in bosco e in città. Basta inviare il link del filmato, (via mail o whatsapp) e potrà essere scaricato facilmente.

Sempre in canale Youtube sono disponibili una serie di servizi tv di repertorio (da Quark con Piero Angela e Nicolò Corradini) e Ikarus Sky. A volte anche solo guardarli fa capire come siano cambiati il nostro sport ed i suoi personaggi nel corso delle stagioni.

Rimanendo in ambito video, ricordiamo che alcuni anni fa è stato prodotto un DVD che spiega la disciplina dell'Orienteering suddiviso in diversi argomenti. Attenzione che per riuscire a vedere questo DVD è necessario premere sul tasto "sport per tutti", non sulle opzioni della tendina. In effetti è un po' difficile trovarlo se non sappiamo questa cosa. Speriamo che nel prossimo aggiornamento del sito si possa trovare una soluzione più semplice. Anche in questo caso i

usata spesso, oltre per riguardare i servizi, anche come punto di riferimento quando si deve presentare di un evento alle Amministrazioni pubbliche o sponsor per illustrare le opportunità di comunicazione.

Sempre su questo canale si possono trovare gli spot promozionali creati dalla FISO. Si tratta di sport di tipo pubblicitario, finalizzati alla promozione delle discipline dei boschi, molto apprezzati in occasione di fiere o eventi. La produzione venne affidata a Guido Michelotti, orientista



filmati sono fruibili dal canale Youtube. Per quanto riguarda invece l'offerta di fotografie di alta qualità, sempre dal sito è possibile accedere ad una serie di album che si trovano nel portale Flickr. Anche in questo caso si tratta di materiale professionale che è pubblicabile e fruibile liberamente da società, Comitati e tesserati. Si possono trovare foto delle quattro discipline, posate o in azione, oppure anche un servizio fotografico ad hoc a cura del fotografo Martinetto. Si tratta di scatti in bosco e nella location più esclusiva dell'Orienteering: Venezia. Archivio campioni: Negli anni si è realizzato un archivio decisamente importante per quanto riguarda sia gli eventi che i personaggi. Ad impreziosire quanto ottenuto a livello mondiale va sottolineata la produzione del volume "Medaglie e Mondiali

della FISO". Una ricca raccolta fotografica e di testimonianze direttamente dai campioni dell'Orienteering.

Per chiudere il discorso da dove siamo partiti, ossia la parte in alto a destra del sito. Da lì è possibile accedere ai social network FISO che con il 2020 vede la ripartenza del canale Instagram che riserverà delle sorprese con il coinvolgimento degli atleti. Sempre da quest'area si accede a Facebook di Fedorientamento, che funge da volano per le news federali. Un sorta di rete distributiva dove si possono trovare anche degli inediti.

**FISO
MEDAGLIE E MONDIALI
DELL'ORIENTEERING ITALIANO**

1984 - 2014

La copertina del volume dedicato alle medaglie mondiali della FISO

Quello presentato qui sopra è una parte della attività coordinate nel corso degli anni dall'Ufficio Stampa FISO, denominazione decisamente obsoleta per una funzione sempre meno press e sempre più digital.



SCOPRI

QUI È FACILE RESTARE SENZA PAROLE

