

FISO  
LINEE GUIDA PER L'ATTIVITÀ DI ORIENTWALKING  
(LG-ORW)

## PREMESSA

La IOF attribuisce all'orientamento ricreativo una grande importanza, tant'è che la sua "mission" recita: "We promote the global growth of orienteering and develop competitive and recreational orienteering" (Promoviamo la crescita globale dell'orienteering e sviluppiamo l'orienteering competitivo e ricreativo).

Per questo, in sintonia con la Federazione Internazionale e nello spirito degli art. 1.5.1 e 1.5.3 del proprio Regolamento Tecnico, la FISO sviluppa tra le proprie attività l'Orientwalking (sigla ORW), la camminata sportiva con bussola e mappa, praticata senza controllo cronometrico.

L'attività di ORW si svolge nel rispetto dello statuto e secondo le regole generali della FISO (norme di affiliazione e tesseramento, ecc.) e in conformità a quanto indicato nelle presenti "Linee guida per l'attività di Orientwalking" (LGORW).

Il rispetto di queste linee guida è richiesto per tutti gli eventi di ORW e le "aree permanenti" organizzati o gestiti da organismi affiliati o convenzionati con la FISO.

## Indice degli articoli

1. Definizione
2. Finalità
3. Riconoscimento
4. Modalità di svolgimento
5. Tipologia dell'attività di ORW
6. Partecipazione agli eventi di ORW
7. Titolarità delle forme organizzate
8. Collaborazione con organismi esterni
9. Caratteristiche dei percorsi di ORW, lunghezza e durata
10. Cartografia per l'ORW

## 1. DEFINIZIONE

L'Orientwalking (ORW) è la coniugazione ludica dell'Orienteeering, la camminata sportiva con bussola e mappa, praticata senza controllo cronometrico.

## 2. FINALITÀ

La pratica dell'ORW è finalizzata al benessere personale sia fisico che psicologico, attraverso il contatto con la natura ed il divertimento sportivo dato dalla libera navigazione sul terreno con bussola e mappa.

## 3. RICONOSCIMENTO

La FISO riconosce l'ORW come propria attività, purché svolta nell'ambito di "Eventi organizzati" da società affiliate o convenzionate con la FISO, o liberamente praticata in "Aree con punti permanenti" gestite dagli organismi sopra citati.

## 4. MODALITÀ DI SVOLGIMENTO

4.1 Analogamente alla Corsa Orientamento (CO), l'ORW prevede il raggiungimento di una serie di oggetti geografici indicati sulla mappa e identificati sul terreno da "punti di orientamento" in forma di "lanterne" o "tabelle" (nelle aree permanenti).

4.2 Il percorso viene effettuato senza controllo cronometrico né classifica.

4.3 La testimonianza del passaggio ai punti di orientamento (mediante punzonatura manuale o elettronica) è facoltativa e funzionale unicamente alla gratificazione dei partecipanti (salvo particolari disposizioni previste dagli organizzatori dell'evento).

## 5. TIPOLOGIA DELLA ATTIVITÀ DI ORW

L'ORW può essere praticato:

### 5.1 in forma organizzata:

come "Evento di ORW"; o come "Evento di contorno" ad una gara.

5.1.1 L' "Evento di OrientWalking" è la proposta di effettuare un percorso in aree con cartografia IOF, con bussola e mappa, in forma non competitiva, senza controllo cronometrico né classifica.

5.1.1.1 Ai partecipanti può essere proposta la formula del percorso a "sequenza definita" o a "sequenza libera".

5.1.1.1.1 La "sequenza definita" propone il raggiungimento dei "punti di orientamento" nell'ordine indicato sulla mappa (con i punti collegati fra loro e numerati in ordine crescente), senza obbligo di completamento rispetto della sequenza. Ai partecipanti vengono proposti tre percorsi di lunghezza e difficoltà diverse: facile; medio; difficile; con partenza e arrivo di norma coincidenti.

5.1.1.1.2 La "sequenza libera" propone il raggiungimento dei "punti di orientamento" senza un ordine prestabilito e senza obbligo di completamento. Partenza e arrivo coincidono.

5.1.1.2 Il costo di iscrizione è stabilito per singolo partecipante (valore stabilito dalla FISO ad inizio di anno solare).

5.1.1.3 I partecipanti all'evento di ORW devono essere in possesso della tessera FISO o della tessera "Day card" (ludico motoria) sottoscritta anche il giorno stesso dell'evento e per chi effettua il percorso "difficile" anche del certificato di idoneità all'attività sportiva non agonistica.

5.1.2 L' "Evento di contorno" viene proposto in occasione di una gara di orienteering, come occasione ludica per quanti, non partecipanti alla gara (pubblico o accompagnatori), desiderano effettuare una passeggiata nel bosco con bussola e mappa.

5.1.2.1 I partecipanti possono scegliere fra percorsi di lunghezza e difficoltà diverse: facile; medio, difficile. Partenza e arrivo coincidono.

5.1.2.2 Il costo di iscrizione è stabilito per singolo partecipante (valore stabilito dalla FISO ad inizio di anno solare).

5.1.2.3 I partecipanti all'evento devono essere in possesso della tessera FISO o della tessera "Day card" (ludico motoria) sottoscritta anche il giorno stesso dell'evento e per chi effettua il percorso "difficile" anche del certificato di idoneità all'attività sportiva non agonistica.

### 5.3 In forma libera

5.3.1 Attività di ORW in aree con punti permanenti.

5.3.1.1 Si definiscono "aree con punti permanenti" zone cartografate con simbologia IOF, in cui siano collocati in modo permanente "punti di orientamento" in forma di "tabella" (quadrato numerato di cm.15x15 con due triangoli di colore bianco e arancione, con ipotenusa in comune) o di "lanterna";

5.3.1.2 La titolarità dell'"area con punti permanenti" è dell'organismo che ne ha prodotto la mappa o di chi cura la gestione dei punti permanenti.

5.3.1.3 Nelle "Aree con punti permanenti" l'attività è libera senza vincolo di iscrizione o formazione di equipaggi.

5.3.1.4 L'attività svolta nelle "aree con punti permanenti" rientra sotto la responsabilità di chi la pratica.

5.3.1.5 Le attività svolte nelle "aree con punti permanenti" aventi le caratteristiche previste ai punti 5.1.1/ 5.1.2/ 5.1.3/ delle presenti "Linee guida" rientrano sotto la responsabilità di chi le organizza.

5.3.1.6 Eventuali forme assicurative che si ritenessero necessarie a copertura dei rischi connessi con l'attività libera di ORW (cioè al di fuori delle caratteristiche previste ai punti 5.1.1/ 5.1.2/ 5.1.3)

sono a discrezione ed a carico dell'organismo titolare dell'area.

5.3.2 Attività di ORW in zone con cartografia FISO senza "punti di orientamento". 3.2.2.1 l'attività di ORW svolta in zone con cartografia IOF senza di "punti di orientamento" è libera e non rientra sotto l'egida della FISO.

5.3.3 Attività di ORW in zone con cartografia varia senza "punti di orientamento"

5.2.3.1 l'attività di ORW svolta in zone con cartografia varia senza "punti di orientamento" è libera e non rientra sotto l'egida della FISO.

## 6. PARTECIPAZIONE AGLI EVENTI DI ORW

6.1 La partecipazione agli "Eventi di ORW" ed agli "Eventi di contorno" avviene per "equipaggi".

6.2 Gli equipaggi sono composti da 1 a max. 5 componenti, senza distinzione di sesso ed età.

6.3 Gruppi con numero di componenti superiore a 5 devono formare più equipaggi.

6.4 Tutti i componenti dell'equipaggio devono essere in possesso della tessera FISO o della tessera "Day card" (ludico motoria), sottoscritta anche il giorno stesso dell'escursione e per chi effettua il percorso difficile, essere in possesso di certificato medico per attività sportiva non agonistica.

6.5 Nelle forme organizzate è prevista una quota di iscrizione individuale (il cui costo è stabilito dalla FISO ad inizio anno solare).

6.6 ad ogni componente di equipaggio viene consegnata una mappa con il percorso a cui l'equipaggio è iscritto.

## 7. TITOLARITÀ DELLE FORME ORGANIZZATE

7.1 Sia gli "Eventi di ORW" che gli "Eventi di contorno" sono organizzati da Associazioni affiliate alla FISO o da Enti con essa convenzionati, diretti da un Tecnico Federale in regola con le vigenti norme di tesseramento (o da tecnici degli organismi convenzionati) e preventivamente comunicati al Comitato Regionale o Delegazione FISO, del territorio in cui si svolge l'evento.

7.2 Attività di ORW organizzate da organismi non affiliati FISO o non convenzionati con la stessa, non dirette da un Tecnico Federale o da un tecnico di organismi convenzionati e non preventivamente comunicate, non vengono riconosciute.

## 8. COLLABORAZIONE CON ORGANISMI ESTERNI

Le forme organizzate ("Evento di ORW", "Evento di contorno") possono essere promosse anche in collaborazione con organismi convenzionati con la FISO o direttamente organizzate dagli stessi (Organizzazioni di Nordic Walking, Enti di Promozione Sportiva, Associazioni alpinistiche o escursionistiche, ecc.).

## 9. CARATTERISTICHE DEI PERCORSI DI ORW, LUNGHEZZA E DURATA.

La velocità per chi cammina è di circa 15 min al Km. Perciò tenendo conto del tempo necessario per la lettura della mappa e per le soste, e del tempo accumulato per eventuali incertezze di percorso, si può valutare che la velocità di chi pratica l'Orientwalking sia di circa 20' per Km (senza errori).

9.1 I percorsi proposti nelle forme organizzate previste ai punti 5.1.1 e 5.1.2, sono di tre tipi:

9.1.1 percorso "FACILE": di lunghezza compresa fra 3 e 5 km e una durata di circa 60/100 minuti.

Il percorso "facile" prevede la percorrenza esclusivamente su sentieri con bivi e cambi di direzione. I punti di orientamento si trovano sul sentiero.

9.1.2 percorso "MEDIO" di lunghezza compresa fra 5 e 8 km e una durata di circa 100/160 minuti.

Il percorso "medio" prevede la percorrenza lungo sentieri e altri tipi di evidenti linee conduttrici (muretti o recinzioni, ruscelli, limiti del bosco, linee elettriche, ecc.), con bivi, cambi di direzione, passaggi da una linea

conduttrice ad un'altra e qualche possibilità di scelta di percorso diversa. I punti di orientamento si trovano sul sentiero o poco discosti da esso, preferibilmente su oggetti geografici emergenti.

9.1.3 percorso "DIFFICILE" di lunghezza compresa fra 10 e 12 km e durata di circa 200/250 minuti. Il percorso prevede la percorrenza di lunghi tratti da un punto all'altro, con possibilità di scelte di percorso diverse, in buona parte su sentieri e altri tipi di evidenti linee conduttrici (muretti o recinzioni, ruscelli, limite del bosco, linee elettriche, ecc.), con bivi, cambi di direzione, passaggio da una linea conduttrice ad un'altra e tratti brevi di orientamento fine senza l'ausilio di linee conduttrici.

## 10. CARTOGRAFIA PER L'ORW

Per l'attività di ORW si utilizza la cartografia definita dall'International Orienteering Federation (IOF), nella seguente tipologia:

10.1 mappe per CO preferibilmente in scala 1:10.000

10.2 mappe per MTB-O (nella scala disponibile)

10.3 mappe appositamente realizzate per l'ORW

10.3.1 La simbologia delle mappe appositamente realizzate per l'ORW è quella prevista dalla IOF per la CO

10.3.2 l'equidistanza delle mappe appositamente realizzate per l'ORW è di 10m (fanno eccezione i terreni con poco o dislivello, per cui l'equidistanza più opportuna debba essere di 5m o addirittura di 2,5m).

10.3.3 la scala delle mappe appositamente realizzate per l'ORW può essere di 1:10.000/1:7.500/1:5.000

10.3.4 Il rilievo cartografico delle mappe appositamente realizzate per l'ORW è semplificato, per facilitare la lettura dei meno esperti e per rendere meno oneroso il rilievo stesso. La logica seguita per la rilevazione cartografica delle mappe appositamente realizzate per l'ORW comprende solo elementi evidenti, sia per quanto riguarda le opere dell'uomo (case, strade e sentieri, muretti, tralicci importanti, cippi o capitelli, oggetti particolari tipo mangiatoie o capanni, ecc.), sia per quanto riguarda le acque (laghi, pozze, fiumi, ruscelli, paludi, fontane, ecc.), sia per quanto riguarda la vegetazione in cui si distingueranno con il colore bianco il bosco facilmente attraversabile, mentre tutte le altre zone boschive saranno rappresentate con il colore verde al 60%, (sia per il bosco poco attraversabile che per il bosco più fitto) ad eccezione dei tratti di siepi o cespugliosi che saranno indicati con un verde più intenso. Anche per la descrizione del terreno si tiene conto solo delle caratteristiche più evidenti (cocuzzoli, depressioni, fosse, ecc.) escludendo i dettagli interni al bosco (come ad esempio le buche o le piccole depressioni) ad eccezione di quelli macroscopici.

10.3.5 Le mappe realizzate specificamente per la pratica dell'ORW non sono soggette ad omologazione.

10.3.7 Nelle carte appositamente realizzate per l'ORW è sempre riportata la legenda dei simboli e la scala sia numerica che lineare.