



FEDERAZIONE ITALIANA SPORT ORIENTAMENTO

# ORIENTEERING

L'Orienteering è uno Sport che si pratica attraverso l'utilizzo e la lettura di una Carta Topografica specifica e realizzata appositamente. La Carta Topografica rappresenta un determinato territorio, in tutti i suoi aspetti naturali ed artificiali, con indicate le caratteristiche morfologiche e gli interventi dell'uomo nel tempo, utilizzando una simbologia unificata in tutto il mondo. La Carta Topografica diventa così un impianto sportivo naturale senza alcuna alterazione del territorio.

L'obiettivo è quello di raggiungere nel minor tempo possibile determinati punti sul terreno attraverso la lettura della Carta Topografica, ricercando in modo autonomo, la strada più breve e facile per raggiungere tali punti.

Sulla Carta Topografica viene indicato il punto di partenza con un triangolo, i punti di controllo da ricercare con dei cerchietti e l'arrivo con un doppio cerchio concentrico.

Naturalmente l'Orienteering può essere praticato tutti i giorni, ognuno con il proprio obiettivo: lo sportivo per allenarsi, la famiglia e l'appassionato per divertirsi e trascorrere una giornata piacevole tra amici ed all'aria aperta.

L'Orienteering si può praticare tutto l'anno, sempre all'aperto, in una delle 4 Discipline.

- **Corsa a piedi: CO**
- **In Mountain Bike: MTBO**
- **Con gli sci da fondo: SCIO**
- **Orientamento di Precisione: TRAILO**

Si può praticare come **sport agonistico** oppure semplicemente a livello **escursionistico amatoriale**, da soli o in compagnia, al solo scopo di stare all'aria aperta e immersi nella natura.

Per questi motivi nelle gare sono previste **numerose categorie** suddivise per sesso, per età e per grado di difficoltà.

Inoltre l'Orienteering **unisce intere famiglie**, che alle manifestazioni partecipano nelle diverse categorie, ognuno con il proprio personale obiettivo.

Inoltre la pratica dell'Orienteering può essere intesa come un'ottima **attività fisica da praticare tutti**

i giorni, di corsa o come una rilassante passeggiata nelle palestre a cielo aperto che la Natura ci propone.

Responsabile dell'attività durante la Summer Fest: Nicola **Cell. 328.4227727**

