

Orienteering: Sport per tutti

AD Trento Orienteering



AD Trento Orienteering

Presentazione

Società e Attività sportiva

Cosa è l'Orienteering?

La Corsa Orientamento è uno Sport nato nei paesi scandinavi ai primi del '900 e giunto in Italia dopo il 1950. E' chiamato da alcuni "corsa intelligente", in quanto impegna fisico e mente e il vincitore non è solo chi corre più velocemente, ma chi ha avuto la capacità di scegliere il tragitto più breve o meglio adeguato alle proprie prestazioni. All'atleta sono richieste dunque velocità, agilità e, soprattutto, una grande abilità nel leggere e interpretare la mappa.



Come funziona una gara di Orienteering?

La gara consiste nel transitare nel minor tempo possibile per una serie di punti di controllo posti sul terreno, identificati dalle caratteristiche “lanterne” di colore bianco-arancione.

I punti sono numerati e segnati su di una carta topografica consegnata alla partenza.

Ogni partecipante può scegliere liberamente il tragitto da percorrere tra un punto e l'altro, aiutandosi con la bussola.

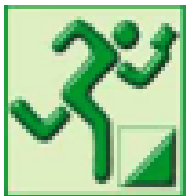
A ogni lanterna è necessario effettuare una “punzonatura” per dimostrare di essere passati dal punto di controllo.



Quali sono le discipline Orientistiche?

L'Orienteering si svolge in 4 diverse tipologie di competizione consentendo quindi di praticarlo in ogni periodo dell'anno:

CO



Corsa Orientamento

SCI-O



Sci Orientamento

MTB-O



MountainBike Orientamento

TRAIL-O



Orienteamento di precisione

Come è fatta una carta di gara?

La carta di gara è una mappa in scala con curve di livello, colori e simboli speciali che identificano elementi particolari che servono a orientarsi con l'aiuto di una bussola.

Il percorso di gara ha lunghezza e difficoltà variabili a seconda della categoria; la partenza è sempre identificata da un triangolo, i punti di controllo da un cerchio e da un numero progressivo, l'arrivo da un doppio cerchio concentrico.

La carta è accompagnata dalla 'descrizione punti', che offre informazioni dettagliate sulla posizione di ogni lanterna.



Orienteering: Sport per tutti

AD Trento Orienteering



Dove si pratica l'Orienteering?

Le gare di Orienteering si svolgono all'aria aperta, prevalentemente in boschi, in ambiente montano o campestre; ma alcune gare molto caratteristiche sono organizzate in centri storici.



Chi può praticare l'Orienteering?

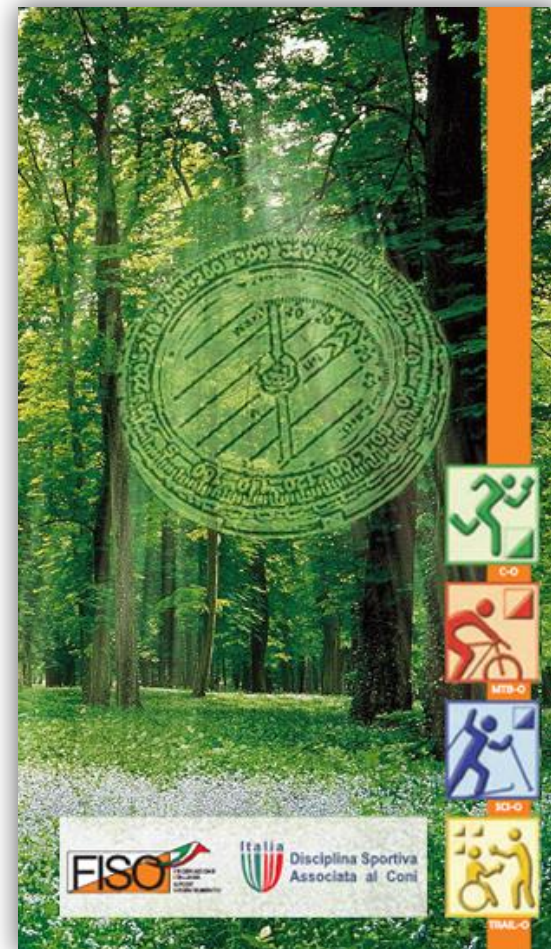
Uno dei punti di forza di questo sport avvincente è la possibilità di essere praticato ad ogni età sia a livello agonistico sia amatoriale.

L'orienteering è ideale per tutta la famiglia, in quanto vi possono partecipare anche i genitori e gli amici, che lo possono interpretare semplicemente come una piacevole passeggiata all'aria aperta, guidata da una cartina.



Perché scegliere l'Orienteering?

- Sviluppa fisico e mente in modo coordinato, sollecitando decisioni rapide in base alla situazione, rendendolo così un'attività formativa anche per i più giovani
- Si svolge all'aria aperta, lontano dallo smog
- È una disciplina individuale, ma anche di squadra e sviluppa le capacità di relazione
- Non è necessariamente agonistico e può essere praticato da chiunque in modo amatoriale.
- Si può praticare in ogni stagione, perché ci sono gare di corsa, in mountain bike, con gli sci e, grazie all'orientamento di precisione, perfino in carrozzina.



L'Orienteering a Trento si chiama «Trent-O»

La Associazione Dilettantistica Trento Orienteering, comunemente nota come Trent-O, è stata fondata nel 2004 e da allora ha registrato una crescita esponenziale che la ha portata a dotarsi molto rapidamente di una struttura efficiente dal punto di vista gestionale e organizzativo, risultando oggi tra le primissime associazioni in Italia per numero di soci e per risultati sportivi.

Tutte le attività della società sono gestite e supportate in modo puntuale ed efficiente, con l'ausilio di un sito web costantemente aggiornato:

www.trent-o.org



Attività AGONISTICA

Ogni stagione il Trent-O propone ai tesserati un calendario di gare molto ricco, oltre alla possibilità di partecipare a una trasferta di rilevanza internazionale.

Mediamente i nostri atleti competono in più di:

- 30 gare regionali
- 30 gare nazionali
- 10 gare internazionali

oltre a partecipare ogni anno a una trasferta internazionale in occasione di eventi della massima importanza, come i Campionati Mondiali o l'Oringen, in Svezia, massima competizione del movimento orientistico.



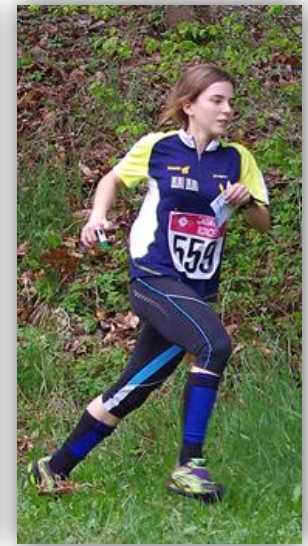
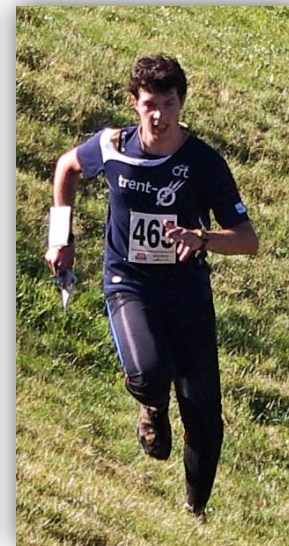
Martina Palumbo

Attività ATLETICA

Anche gli allenamenti hanno un ruolo fondamentale nella nostra attività, con la preparazione atletica in palestra e le uscite in bosco per affinare le capacità orientistiche.

I nostri tecnici sono stati capaci di far crescere la squadra in modo costante, sempre attenti a non forzare i tempi e i modi, nel rispetto dei più sani principi sportivi.

Ciò ha portato i nostri ragazzi a primeggiare nelle competizioni, tanto che alcuni di loro sono convocati a vario titolo nella nazionale giovanile.



Attività ORGANIZZATIVA

La Società è molto apprezzata nel movimento sportivo, grazie alla perfetta organizzazione di alcune competizioni di rilevanza nazionale, ed è oggi una delle realtà più attive e vivaci del panorama nazionale.

La buona riuscita di una manifestazione sportiva nazionale di Orienteering, che vede normalmente partecipare dai 700 ai 1.000 concorrenti, necessita di un folto numero di collaboratori (oltre 50) ben coordinati, affiatati, in piena sintonia e in questo la nostra Società ha dimostrato di eccellere.



Coppa Italia Long - Bosco di Civezzano TN

Attività PROPEDEUTICA

Ogni anno, buona parte delle nostre risorse è dedicata alle attività per i più giovani.

Tra queste spiccano le lezioni di avviamento per le scuole elementari e i corsi base aperti a tutti.

La preparazione tecnica dei più piccoli è sempre adeguata alle capacità di ciascuno. Anche l'attività fisica è improntata al coordinamento e al corretto sviluppo psico-motorio, ma senza dimenticare la componente essenziale per i bimbi: il divertimento.



Corso base Marzo 2011



Orienteering: a Trento si chiama ...

AD Trento Orienteering



Attività PROMOZIONALE

Ogni stagione il Trent-O è impegnato nell'organizzazione di diverse attività promozionali, come l'ormai famoso «Orientaparco», che porta i ragazzini a provare l'Orienteering nei parchi della città. Grazie al Trent-O oltre 500 bambini delle scuole elementari e medie del Comune di Trento ogni anno provano il nostro Sport.

Orientaparco – Parco di Gocciadoro a Trento



Uno Sport per tutta la famiglia

Gli istruttori del Trent-O adottano un metodo didattico che consente anche ai più piccoli di imparare agevolmente le tecniche base di orientamento in piena sicurezza.

Se lo desiderano, anche i genitori possono seguire da vicino i propri figli, sia accompagnandoli con gli istruttori, sia cimentandosi in prima persona con carta e bussola, spesso scoprendo di essere essi stessi dei validi orientisti!



Attività orientistica per famiglie



Non è mai troppo presto per l'Orienteering