Introdução

Orientação é um esporte, originado nos países nórdicos, que envolve não só a capacidade física como também intelectual, tudo isso em pleno contato com a natureza. Perfeito não acha?! Além de ser uma excelente válvula para eliminar o stress que normalmente nos encontramos envolvidos, seja, por exemplo, nas tarefas da escola, do trabalho, de casa, orientar-se nos dias de hoje é tão necessário como ler, escrever e contar. É através deste exercício de raciocínio que organizamos os espaços, fugimos de congestionamento e nos situamos e deslocamos com mais consciência e segurança em espaços desconhecidos.

O esporte tem por objetivo cumprir um percurso, balizado por pontos de controle, em um menor tempo possível. Tudo bem, nem todo mundo tem isso como o objetivo principal, muita gente vai mesmo é curtindo a natureza e aprendendo a se orientar.

A Largada é dada em intervalos de alguns minutos entre os participantes, onde o indivíduo, com um mapa do terreno e uma bússola de orientação vão percorrer em busca de todos os pontos de controle descritos no mapa e sinalizados no terreno com primas (armação em tecido no formato de um cubo nas cores vermelho/laranja e branco). Para garantir que o atleta passe pelos pontos na sequência correta existe junto ao prisma um picotador ou uma base eletrônica para registrar a passagem. Para vencer a prova, o participante terá que utilizar mais o raciocínio, para escolher as melhores rotas, do que do físico para percorrer o terreno. Os trechos para iniciantes ficam, normalmente, em torno de 2 a 4 Km e para experientes de 6 a 8 Km. Não é nenhuma maratona!!! Por isso todos podem participar.

Quem Faz?

Os participantes são pessoas de todas as idades, desde crianças até idosos. Participam individualmente, em duplas ou até em família, homens e mulheres, atletas ou pessoas que buscam uma caminhada em meio à natureza, iniciantes ou experientes. As únicas necessidades são: o espírito de aventura, gostar de estar em contrato com a natureza, fazer novas amizades, vontade de aprender a usar técnicas de se locomover com segurança em locais desconhecidos. Você está nesta lista!?

Onde é praticado ?

Os locais onde são praticadas as corridas são áreas previamente mapeadas, e geralmente pouco urbanizada, como, florestas, fazendas, bosques, parques, etc.

Outros sites sobre Orientação

- Confederação Brasileira de Orientação
- Federação Mineira de Orientação