

Τι είναι το άθλημα του orienteering (αγώνισμα προσανατολισμού);

Το orienteering είναι ένα δημοφιλές άθλημα (όχι παιχνίδι) στην Ευρώπη, στο οποίο νέοι και ενήλικες αθλητές καλούνται να βρουν συγκεκριμένα σημεία σε όμορφες γεωγραφικές περιοχές. Είναι ένα άθλημα που παρέχει ευχαρίστηση σ' όλα τα επίπεδα συναγωνισμού, αλλά και όπου η τεχνική, η ψυχολογία και η φυσική κατάσταση, είναι ζωτικής σημασίας για να θριαμβεύσει ο αγωνιζόμενος πάνω σε δύσκολες λεπτομέρειες του χάρτη και του εδάφους και έτσι να ικανοποιηθεί από τον αγώνα. Το orienteering έχει περιγραφεί σαν "ιστιοπλοΐα πάνω σε θάμνους", ή "επίλυση σταυρόλεξου, ενώ τρέχει κανείς σε αγώνα ράλι".

Το orienteering είναι ένα άθλημα προσανατολισμού που χρησιμοποιεί ειδικά σχεδιασμένους και λεπτομερείς χάρτες. Όποιος συμμετέχει υποχρεούται να επισκεφτεί όλα τα σημεία ελέγχου, με τη σωστή σειρά, τα οποία είναι σημειωμένα πάνω στον χάρτη και είναι πάντοτε χαρακτηριστικά του τόπου που διακρίνονται. Τα σημεία ελέγχου είναι μεγάλες τρίπλευρες σημαίες χρώματος πορτοκαλί και άσπρου, για να διακρίνονται εύκολα. Κάθε σημείο ελέγχου έχει έναν κωδικό αριθμό για αναγνώριση και ένα τρυπητήρι μ' ένα μοναδικό σύστημα σήμανσης το οποίο χρησιμοποιείται από τους αγωνιζόμενους για να μαρκάρουν την κάρτα τους και να αποδείξουν ότι έχουν επισκεφτεί το σωστό σημείο ελέγχου.

Όλοι οι συμμετέχοντες μπορούν να διαλέξουν μία διαδρομή που να ταιριάζει στις ικανότητες και στην εμπειρία τους. Δεν είναι απαραίτητο να τρέχει κανείς, κάλλιστα μπορεί να περπατήσει, γεγονός που βοηθάει τους ηλικιωμένους ή άτομα με σωματικές αναπηρίες να λάβουν μέρος. Αντίθετα με τον κλασσικό αθλητισμό, η εκκίνηση δεν δίνεται για όλους τους συμμετέχοντες μαζί, αλλά χωριστά. Στην συνέχεια αφού αποφασίσει για την διαδρομή που θα ακολουθήσει ξεχύνεται στην περιοχή για να βρει τα σημεία όσο πιο γρήγορα μπορεί. Απαιτείται αυτοσυγκέντρωση για να διατηρηθεί κανείς πάνω στην επιλεγμένη διαδρομή. Νικητής είναι αυτός που θα ολοκληρώσει την διαδρομή στο συντομότερο δυνατό χρόνο έχοντας εντοπίσει όλα τα σημεία σωστά.