



**Sportisola La Maddalena ASD**  
codice fiscale 91054350904  
Via Regina Margherita, 31 La Maddalena (SS) Tel 3477284654  
**SITO WEB [www.sportisola.it](http://www.sportisola.it)**  
mail - [info@sportisola.it](mailto:info@sportisola.it) - [sportisolamaddalena@gmail.com](mailto:sportisolamaddalena@gmail.com)  
PEC [infosportisolalmd@pec.it](mailto:infosportisolalmd@pec.it)

*29-30 APRILE*

## ***Corso Base Orienteering Days***

***La Maddalena Caprera***

Evento organizzato in collaborazione con FISO Delegazione Sardegna

Con il Patrocinio del Comune di La Maddalena e realizzato con il Contributo del Parco Nazionale Arcipelago di La Maddalena

### **PRESENTAZIONE DEL CORSO**

L'orienteeing è una disciplina antica che oggi può considerarsi una novità, lo sport dei boschi, corsa o bici o sci a diretto contatto con la natura è amatissimo nel nord Europa e, soprattutto nei paesi anglofoni, utilizzato dalle aziende per il team building, la Fiso Sardegna, da una decina di anni ha coinvolto centinaia di giovani studenti nella disciplina, formando insegnanti e tecnici all'approccio dell'orientismo.

Il corso si propone di far acquisire all'allievo tutte le nozioni necessarie per avere una buona conoscenza della disciplina sportiva dell'orienteeing, per affrontare in perfetta autonomia un percorso base di gara, e prevede una prima parte teorica della durata di una intera giornata e la predisposizione e lo svolgimento di una piccola gara di corsa, il corso si svolgerà presso la sede del CEA Stagnali a La Maddalena.

### **DESTINATARI E PREREQUISITI DEL CORSO**

Il corso è destinato a tutti in particolare rivolto a docenti scuole primarie e secondarie ed istruttori sportivi

Nessun pre-requisito richiesto.

I materiali tecnici che saranno utilizzati durante il corso verranno forniti dagli organizzatori. Il Corso si svolgerà con qualsiasi condizione atmosferica. Sarà possibile riporre i propri zaini/borse presso la struttura del CEA. Nella sola giornata di sabato è previsto un pranzo al sacco (fornito su prenotazione al costo di € 5)

### **ARGOMENTI E CONTENUTI DEL CORSO**

Orario indicativo

Sabato 29 aprile  
ore 9.30

Saluti degli organizzatori

Saluti dell'Assessore al Turismo di La Maddalena e dei rappresentanti dell'Ente Parco Nazionale



**Sportisola La Maddalena ASD**

codice fiscale 91054350904

Via Regina Margherita, 31 La Maddalena (SS) Tel 3477284654

**SITO WEB [www.sportisola.it](http://www.sportisola.it)**

mail - [info@sportisola.it](mailto:info@sportisola.it) - [sportisolamaddalena@gmail.com](mailto:sportisolamaddalena@gmail.com)

PEC [infosportisolalmd@pec.it](mailto:infosportisolalmd@pec.it)

Breve intervista con Oleksandr Choban atleta ucraino

sabato 29 aprile

10.30 - 12.30

Descrizione della disciplina sportiva dell'orienteeing, sue principali caratteristiche e applicazioni pratiche.

Apprendimento della corretta lettura di una mappa da orienteeing: dall'interpretazione degli oggetti riportati e loro descrizione simbolica alla codifica colori, con particolare attenzione alle principali rappresentazioni nelle scale più comunemente usate.

sabato 29 aprile 15.00 - 18.00 Orientamento con o senza bussola, e conseguente apprendimento del suo corretto uso. Esercizi didattici pratici con l'uso della mappa, nella simulazione di un percorso di gara.

Domenica 30 aprile 10.30 - 13.00 Esercitazione finale tra i partecipanti.

#### **DOCENTI**

GIUSTO DE COLLE cartografo e mappatore Fiso

GIACOMO CHIESA tecnico Fiso

COSTO PARTECIPANTI :

TESSERATI SPORTISOLA € 13.00

COSTO ALTRI PARTECIPANTI € 15.00

***PRANZO AL SACCO € 5 ( PANINO- FRUTTA-BIBITA SCELTA VEGETARIA E PER CELIACI) SU PRENOTAZIONE***

BONUS TRAGHETTI: è previsto, come da Deliberazione GC n 28 del 4/4/2023 uno sconto del 40% circa sulle tariffe A/R non residenti

Il costo del biglietto andata e ritorno sarà pari ad €. 4,10 per ciascun biglietto emesso a favore di ogni singolo passeggero non residente nonché per le relative auto al seguito: €. 8,00 per auto sino a 3,5 m., €. 9,00 per auto sino a 4 m., €. 10,00 per auto sino a 4,5 m. e €. 12,00 per auto oltre 4,5 m. il costo del contributo di sbarco è pari a € 2.5

HOTEL CONVENZIONATI diversi hotel convenzionati sono visibili sul sito [www.sportisola.it](http://www.sportisola.it) nella sezione eventi



**Sportisola La Maddalena ASD**

codice fiscale 91054350904

Via Regina Margherita, 31 La Maddalena (SS) Tel 3477284654

SITO WEB [www.sportisola.it](http://www.sportisola.it)

mail - [info@sportisola.it](mailto:info@sportisola.it) - [sportisolamaddalena@gmail.com](mailto:sportisolamaddalena@gmail.com)

PEC [infosportisolalmd@pec.it](mailto:infosportisolalmd@pec.it)

# SPORTISOLA ASD LA MADDALENA

CON IL PATROCINIO DEL COMUNE DI LA  
MADDALENA



IN COLLABORAZIONE  
CON FISO SARDEGNA



## 29-30 Aprile 2023

## BORGO DI STAGNALI

Isola di Caprera- La Maddalena (SS)



Con il contributo economico del  
Parco Nazionale Arcipelago di La Maddalena



**SPORTISOLA LA MADDALENA**

**[www.sportisola.it](http://www.sportisola.it)**

