

<b>Zeitschrift:</b>	Macolin : mensile della Scuola federale dello sport di Macolin e di Gioventù + Sport
<b>Herausgeber:</b>	Scuola federale dello sport di Macolin
<b>Band:</b>	44 (1987)
<b>Heft:</b>	1
<b>Artikel:</b>	Lo sci-orientamento
<b>Autor:</b>	Henauer, Kurt
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-1000036">https://doi.org/10.5169/seals-1000036</a>

### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 07.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Lo sci-orientamento

di Kurt Henauer



Operazioni di partenza durante i campionati mondiali di sci-orientismo in Bulgaria 1985. (foto Henauer)

Sono numerosi ad aggrottar la fronte quando si sente parlare di corsa d'orientamento. Poi ci si ricorda d'aver già sentito qualcosa in merito alla lettura della carta. Forse a scuola o in servizio militare. Ma l'espressione «sci-escur-sionismo» fa cadere molti nell'abisso della perplessità. «Com'è possibile leggere la carta con gli sci ai piedi, senza perdere l'equilibrio e tenendo i bastoni?» ci si chiede. La risposta è semplice: per permettere al corridore d'avere le mani «libere», la cartina è fissata su un supporto oppure, come spesso il caso fra i partecipanti, semplicemente in-

serita in una busta di plastica trasparente. Detto questo, tentiamo ora di spiegare brevemente cos'è lo sci-orientamento.

## Una lunga storia

Lo sci-orientamento comprende diverse forme di competizione. Come altri sport, la sua pratica si è sviluppata molto nel corso degli ultimi anni. Nel 1900 è stata organizzata in Svezia una staffetta sulla distanza di 170 km. Oggi giorno, oltre 80 anni dopo, una tal prova fa sorridere gli specialisti. L'evoluzione tecnica, sia a livello di materiale,

di tracciamento o delle stesse cartine è tale che lo sci-orientamento è diventato, nei paesi nordici, una disciplina sportiva a parte intera.

Individuali o a staffetta, le gare si disputano su reti di piste molto dense. Come avviene nelle corse d'orientamento a piedi, si tratta di collegare un certo numero di punti nel terreno il più rapidamente possibile e nell'ordine prescritto. Tuttavia, un elemento importante scompare dalla lettura della carta: l'orientamento «fine» o di dettaglio. Se una corsa è organizzata a regola d'arte, i punti sono sempre collocati all'incrocio delle piste o in prossimità di oggetti vistosi (casa, barriera ecc.) situati molto vicini al tracciato e, di conseguenza, facilmente reperibili. Per contro, la scelta dell'itinerario è posto molto in valore. Per il tracciatore si tratta quindi di ideare un percorso che offra il maggior numero possibile di itinerari. Tocca al concorrente decidere quale. Una scelta per la quale deve tener conto dei seguenti fattori:

- distanza fino al punto
- rilievo
- genere di pista (semplice, doppia, sentiero ecc.)
- rischi d'errore a certi incroci di piste
- vantaggi tecnici (angolo d'avvicinamento, possibilità d'ulteriore impiego del tracciato parziale ecc.).

Tutte queste riflessioni avvengono in piena corsa, ciò che sottintende una concentrazione e una capacità di decisione molto elevate – tenuto conto che il concorrente si sposta quasi alla stessa velocità di un fondista «normale», comunque assai più rapidamente di un orientista a piedi.

Proprio a causa della velocità, la lettura della carta assume la stessa importanza di quella nelle gare d'orientamento estive. Un'opzione errata o poco giudiziosa può avere ripercussioni catastrofiche sul tempo di corsa. Nello sci-orientamento, per aspirare ai posti d'onore bisogna disporre di un'elevata capacità di memorizzazione e saper trarre profitto a fondo dalle proprie condizioni fisiche. Chi deve fermarsi a ogni incrocio per consultare la cartina ha ben poche speranze di ottenere buoni risultati.

## La tecnica dello sci

Nello sci-orientamento, la tecnica non è meno importante di quella della lettura della carta. Come gli altri fondisti, gli specialisti di questo sport devono seguire da vicino l'evoluzione del materiale e della tecnica. I nuovi tipi di passi, per esempio, devono essere conosciuti e allenati esattamente allo stesso modo degli sciatori di fondo.

In gara, lo sci-orientista deve adottare il suo stile alle condizioni delle piste:

V. WELTMEISTERSCHAFTEN SKI-ORIENTIERUNGSLAUF  
V. WORLD CHAMPIONSHIPS SKI-ORIENTEERING

## Vezzena - Millegrobbe

Lavarone - Luserna - Levico  
Trentino

Scala: 1:25.000  
Equidistanza 10 metri  
Realizzazione 1983



Lavarone  
Trentino  
Italia



Staffetta  
Staffellauf  
Relay event  
3 febbraio 1984

Donne  
Damen  
Women

D	A	8875	360
1	B		
2	I		
3	O		
4	U		
5	W		
6	J		
		450	→

V. CAMPIONATI DEL MONDO SCI-ORIENTAMENTO

passo alternato se il tracciato è ben marcato, passo del pattinatore in caso contrario. Non è da escludere che per superare certi tratti del percorso sia obbligato a togliere gli sci e proseguire a piedi. Di conseguenza, chi dice «buon» sci-orientista, dice pure «buon» sciatore di fondo e «buon» lettore della cartina.

### Lo sci-orientamento in Svizzera

Attualmente, le relazioni esistenti fra gli «orientisti» – organizzati nella Federazione svizzera di corsa d'orientamento (FSCO) – e certi altri utenti dei boschi, sono lungi dall'essere considerate buone. Mentre che in certe regioni si sia raggiunto il dialogo, in altre (San Gallo in particolare) non è facile organizzare un corsa d'orientamento.

Allo scopo d'evitare in inverno gli stessi problemi ai quali è confrontata d'estate, la FSCO non si è immischiata troppo nella tematica dello sci-orientamento, nonostante che fra le due specialità ci sia un evidente legame di parentela. Ciò non ha impedito allo sci-orientamento di conoscere un sempre maggiore successo, con un ventaglio di gare che vanno dall'orientamento con gli sci alpini a quello, classico, in stile nordico. Da notare inoltre che, per il momento, in Svizzera si dispone di una sola carta rispondente alle norme internazionali di sci-orientamento, la cartina dei «Prés d'Orvin».

La difficoltà principale per organizzare una competizione di sci-orientamento risiede nella scelta del terreno. Infatti, in Svizzera, è praticamente impossibile tracciare, non importa dove, una rete di piste sufficientemente densa per paragonarla a quelle scandinave. Il Giura sembra essere la zona migliore. Resta da chiederci se il volume di lavoro che

esige tale tracciamento non sia sproporzionato, visto le poche decine di concorrenti che si presentano alla partenza di una gara. Inoltre, il moltiplicarsi di piste perturba la fauna e si sa a quali conflitti ciò può provocare con i tempi che corrono.

Questi fattori non bastano comunque, sembra, a spiegare la mancanza d'interesse in Svizzera per questo sport. Bisogna cercare altrove altre ragioni: l'apatia della Federazione, per esempio, che finora si è rifiutata di seguire gli esempi vicini dati dall'Austria e dall'Italia. I corridori svizzeri sono condannati a vivere d'improvvisazione e, se desiderano partecipare all'attività internazionale, possono farlo ma di propria tasca. In queste condizioni, non stupisce sapere che si contano sole cinque prove per stagione invernale nel... «calendario» elvetico della specialità. Inoltre, dato che queste gare sono diversamente regolamentate, i migliori non possono acquisirvi l'esperienza sufficiente per misurarsi validamente con i campioni esteri. Come nel caso degli «orientisti» del quadro nazionale, gli sci-orientisti che desiderano salire nella gerarchia non hanno altra soluzione che l'esser costretti a soggiorni prolungati (e costosi) in Scandinavia.

### Campionati del mondo in Bulgaria

Nel 1986, i campionati del mondo di sci-orientamento sono stati organizzati a Batak, in Bulgaria. La Svizzera era presente con cinque uomini e tre donne. Un accordo con gli austriaci ha permesso alla rappresentativa elvetica la preparazione e il viaggio. I partecipanti



Uno sci-orientista in pieno sforzo. Si noti il supporto per rendere agevole la lettura della cartina.

(foto Henauer)



*Nello sci-orientismo i punti sono in generale facili da scoprire. Si trovano per lo più agli incroci di tracce o presso particolarità evidenti del tracciato*

(foto Henauer)

si sono addossati l'essenziale delle spese e hanno beneficiato di un gesto della Federazione svizzera di sci e di una grossa impresa commerciale di articoli sportivi, che hanno messo a loro disposizione una parte dell'equipaggiamento. Sul posto si è potuto constatare il vantaggio che nordici e bulgari hanno sui rappresentanti del nostro paese.

Lukas Stoffel, di Flims, che aveva trascorso l'inverno precedente tre mesi in Svezia, è riuscito a classificarsi buon 18°, mentre la grigionese Frauke Sonderegger 21° fra le donne. Onorevole la prestazione della staffetta elvetica (Lukas Stoffel, Urs Steiner, Gila Polterer e Alain Junod): 6° posto su 17 nazioni presenti.



## Disciplina olimpica?

Mentre che in Svizzera – e i campionati del mondo di Batak non hanno cambiato nulla – la FSCO continua a ignorare lo sviluppo dello sci-orientamento, la Federazione internazionale (FICO) ha designato una commissione speciale e gli obiettivi che quest'ultima si è fissata non mancano d'ambizioni. Sostenuta dagli svedesi e dai bulgari in particolare, essa opera infatti affinché lo sci-orientamento diventi, a medio termine, una disciplina olimpica. La recente adesione dell'Unione sovietica alla FICO non fa altro che aumentare le possibilità che questo sogno diventi un giorno realtà. È prossima l'organizzazione di una Coppa europea articolata su sei gare. Due prove saranno organizzate nei paesi scandinavi, due nei paesi dell'est e due nell'Europa centrale.

A fine febbraio 1987, a Varkaus, in Finlandia (200 km a nord di Lathi) si svolgeranno i «premondiali». Questa importante competizione sarà preceduta da una settimana internazionale di preparazione intensiva nei dintorni di Helsinki. Sarà presente una piccola delegazione svizzera in previsione dei campionati del mondo del 1988, in programma a Kuopio. Tutti i nostri migliori auguri agli entusiasti che la compongono. □



*Frauke Sonderegger, attualmente la miglior orientista svizzera, si fa onore anche nelle competizioni internazionali d'alto livello.*

(foto Henauer)