

• **TROFEO INTERNAZIONALE "TRE REGIONI"**

II° Edizione

Premessa La manifestazione: *TROFEO INTERNAZIONALE DI ORIENTEERING "TRE REGIONI"* nasce con le seguenti finalità:

1. Unire e far conoscere abitanti di regioni limitrofe con in comune la passione per l'Orienteering
 2. Aumentare nella propria regione la partecipazione "numerica" alle gare.
 3. Favorire la partecipazione degli orientisti con l'adozione di un regolamento che privilegi la semplice partecipazione alla prestazione agonistica di alto livello.
 4. La manifestazione, in futuro, è aperta alle regioni vicine che ne condividano i principi
- 1) Il *TROFEO INTERNAZIONALE DI ORIENTEERING "TRE REGIONI"* è una manifestazione riservata alle regioni Carinzia, Friuli-Venezia Giulia e Slovenia. Tutti i tesserati di società di queste regioni possono rappresentare la loro regione nella manifestazione.
- 2) Per l'anno 2004 sono valide per l'assegnazione dei punti alle regioni le seguenti gare:
- | | |
|------------|----------------|
| 07.03.2004 | Lipica (SLO) |
| 14.03.2004 | Maniago (ITA) |
| 20.06.2004 | Ebendorf (AUT) |
- 3) Le categorie considerate per l'assegnazione dei punti sono tutte le categorie agonistiche dalla HD12 alla HD 65 previste dagli organizzatori delle singole manifestazioni.
- 4) Al fine dei calcoli, vengono eliminati dalle classifiche i concorrenti che non rappresentano una delle regioni indicate al punto 1).
- 5) Per ogni categoria, i punti saranno calcolati come segue:
- nel calcolo, vengono considerati solo i migliori dieci (10) concorrenti per ogni regione;
 - al primo classificato vengono assegnati tanti punti quanti sono gli atleti effettivamente partiti nella propria categoria, i successivi vanno a scalare di un punto;
 - il primo, secondo e terzo riceveranno inoltre un bonus di punti 3, 2 e 1 rispettivamente;
 - i concorrenti non classificati (PM, PE, SQ) non riceveranno punti;
- 6) In ogni gara, ogni regione sommerà tutti i punti degli atleti che la rappresentano. Per la classifica finale saranno sommati i punti

Nella gara di staffetta, il punteggio ottenuto sarà valido per ognuno dei due atleti. Ad esempio, se la staffetta che vince la categoria H21-34 prende 15 punti, tali punti sono assegnati ad ognuno dei due concorrenti.

Il punteggio finale di ogni società sarà dato dalla somma dei punteggi ottenuti dai propri atleti nelle gare, conteggiati come riportato al punto 1.

ASSEGNAZIONE TITOLI REGIONALI

5) Categorie valide per i titoli regionali

Le categorie valide per l'assegnazione dei titoli regionali sono quelle riportate al punto 2) del presente regolamento, tranne le HC e DC. Qualora in una categoria vi fossero meno di tre concorrenti al titolo, il titolo non potrà essere assegnato. Esclusivamente per le categorie giovanili (HD 14-16-18-20) e limitatamente alle discipline SCI-O e MTB-O tale numero viene ridotto da tre a due. Sarà cura della società organizzatrice comunicare tali situazioni agli atleti interessati e a procedere con i dovuti accorpamenti, ove possibile e con il consenso degli stessi.

Ai fini della validità di una categoria, si intendono in gara i soli atleti effettivamente partiti.

6) Campionati Regionali Individuali di CO a Distanza Lunga (long)

Il campionato si svolgerà in prova unica a Sgonico (TS) il 24 ottobre 2004 e sarà aperto a tutti i tesserati della regione Friuli Venezia Giulia. Per quanto non indicato, vale il Regolamento Tecnico Federale.

7) Campionato Regionale Individuale di CO a Distanza Media (middle)

Il campionato sarà aperto a tutti i tesserati della regione Friuli Venezia Giulia e si svolgerà in prova unica il 14 marzo 2004 a Maniago (PN). Per quanto non indicato, vale il Regolamento Tecnico Federale.

8) Campionato Regionale a Staffetta di CO

Il campionato si svolgerà in prova unica a Pradis - Clauzetto (PN) il 18 aprile 2004 e sarà aperto a tutti i tesserati della regione Friuli Venezia Giulia.

Ciascuna staffetta sarà costituita da due atleti.

Le società del Comitato FISO Friuli Venezia Giulia

ORIENTEERING TRIESTE

codice: 0021
 telefono: 040.660175
 sede: C/O Favretto Luana, Via Buonarroti, 52/3 - 34141 TRIESTE
 fax: 040-363982
 e-mail: orienteering.trieste@libero.it

CAI XXX OTTOBRE

codice: 0030
 telefono: 040-635500
 sede: Via Cesare Battisti, 22 -34125 TRIESTE
 fax: 040-363982
 e-mail: ori@caixxottobre.it
 pagina web: www.caixxottobre.it/ORI

POLISPORTIVA LE VOLPI

codice: 0153
 telefono: 040-575680
 sede: Strada per Longera, 129 -34128 TRIESTE
 fax: 040-3721552
 e-mail: levolpi.biasiol@tiscali.it

G. S. NORDEST TARENTO

codice: 0203
 telefono: 0432-783873
 sede: Casella Postale 8 - 33017 TARENTO (UD)
 fax: 0432-794339
 e-mail: nordesttarcento@virgilio.it
 pagina web: www.sportnordest.it

SEMIPERDO OR. MANIAGO

codice: 0392
 telefono: 0427731336
 sede: c/o Mauro Nardi
 V.le della Vittoria, 36 - 33085 MANIAGO (PN)
 fax: 0432-950266
 e-mail: info@semiperdo.it
 pagina web: www.semiperdo.it

C.A.I. BUIA

codice: 0494
 telefono: 0432-961739
 sede: Via S. Stefano 139/B -33030 Buja (UD)
 fax: 0432-960348
 e-mail: kdgal@tin.it

G.S. CORIVORIVO

codice: 0512
 telefono: 0434-627312
 sede: Scuola Media Statale "G.Ungaretti"
 Via Martiri della Libertà, 32 - 33080 Prata di Pordenone (PN)
 fax: 0434-627312
 e-mail: info@corivorivo.it
 pagina web: www.corivorivo.it

ORIENTEERING SCHOOL FRIULI

codice: 0530
 telefono: 0432-950266
 sede: Borgo Ampiano -33094 -Pinzano al Tagliamento (PN)
 fax: 0432-950266
 e-mail: lenuzzi@libero.it

FRIULI MTB & ORIENTEERING UDINE

codice: 0543
 telefono: 0432-521835
 sede: c/o Di Bert Paolo
 Via Beretta, 36 - 33100 UDINE (UD)
 fax: 0432-521835
 e-mail: info@friulimtb.it
 pagina web: www.friulimtb.it

SCI CLUB UDINE U.O.E.I.

codice: 0551
 telefono: 0432-295663
 sede: Viale Europa Unita, 117 - 33100 UDINE (UD)
 fax: 0432-295663
 e-mail: finbas@adriacom.it

GREEN TEAM

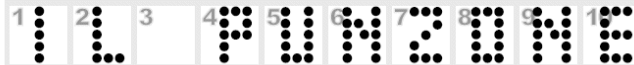
codice: 0559
 telefono: 3398720427
 sede: Via Frangipane, 8 - C.P. n. 8 TARENTO (UD)
 fax: 0432-793956
 e-mail: info@greenteam.org
 Pagina web: www.greenteam.org

C.A.I. MONFALCONE

codice: 0588
 telefono: 0481-480292
 sede: Via Marco Polo, 7 - 34074 Monfalcone (GO)
 fax: 0481 480292
 e-mail: clubalpinomonfalcone@libero.it

Il Comitato Regionale da un caloroso benvenuto alla Sezione Orientamento del CAI Monfalcone. La società si è affiliata alla FISO proprio quest'anno ed è l'unica presente in provincia di Gorizia. Un augurio di raggiungere ottimi risultati... buon lavoro e tanto divertimento..

Il Punzone – In questo numero hanno collaborato: Elvio Cereser, Andrea Foschian, Alice Russian, Donatella Vecchies, Paolo Di Bert, Pierluigi Pellizzer, Anka Kuzmin
 Comitato Regionale FISO F.V.G. – Via Carriade 42/A – 33070 Brugnera (PN)
 Il punzone in formato elettronico è disponibile su www.fisofvg.it.
 Collabora anche tu. Scrivi a punzone@fisofvg.it oppure contatta Andrea Foschian o Elvio Cereser.

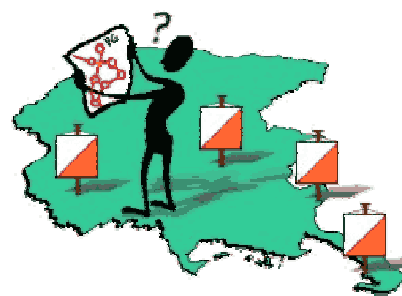


anno 3
n. 5
 02/2004

Aperiodico del Comitato regionale FISO Friuli Venezia Giulia



Is published in "MAPA Y BRÚJULA" (ESP) Nº2 (3/94)
 The author: Yuriy MANAEV (RUS)



DalCin
STUDIO DI
ASSICURAZIONI

In questo numero:

Regolamento Trofeo 3 regioni	p.2
Sci-O notizie dalle nevi	p.3
Convegno anti doping.....	p.6
10 anni di SOM	p.7
Calendario gare FVG.....	p.8
All'inizio era il CUS	p.10
Raduni & GSS	p.12
Rappresentativa FVG	p.12
Destinazione Goteborg	p.12
Regolamento Camp.di Società	p.13
Indirizzi utili	p.16

❖ **31/1/2004 Monte Penegal (TN) – Campionati Italiani Sprint**

D18: Giuliana Zoppè (G.S. Nordestarcento)
 D20: Simona Falcomer (G.S. Nordestarcento)
 D35: Anne Brearley (CAI XXX OTTOBRE) vince, ma non conquista il titolo
 DE: Mita Crepez (CAI XXX OTTOBRE) arriva 2°, dietro a Federica Ragona
 H55: Marino Zacchigna (CAI XXX OTTOBRE) arriva 3°

❖ **1/2/2004 Monte Penegal (TN) – Campionati Italiani Middle**

D18: Giuliana Zoppè arriva 3°
 D20: Simona Falcomer; Marion Grange (CAI XXX OTTOBRE) arriva 3°
 D45: Licia Kalcich
 DE: Mita Crepez arriva di nuovo 2°, questa volta dietro a Sara Pradel
 H18: Stefano Battici (CAI XXX OTTOBRE) arriva 3°
 H55: Marino Zacchigna arriva 3°

❖ **20/12/2003 Passo Oclini (TN) – Alpen Meeting**

D18: Giuliana Zoppè vince
 D20: Simona Falcomer vince
 D35: Anne Brearley vince e Sabina Crepez arriva 2°
 D55: Licia Kalcich vince
 DE: Mita Crepez è prima tra le italiane
 H55: Marino Zacchigna vince

❖ **21/12/2003 Passo Oclini (TN) – Alpen Meeting**

D18: Giuliana Zoppè vince
 D20: Simona Falcomer vince
 D35: Anne Brearley arriva 2° e Sabina Crepez arriva 3°
 D45: Licia Kalcich vince
 DE: Mita Crepez è 2° tra le italiane
 H18: Stefano Battici vince
 H55: Marino Zacchigna arriva 3°

❖ **27/12/2003 Cogne (AO) – 2° prova Coppa Italia**

D18: Giuliana Zoppè arriva 2°
 D45: Licia Kalcich vince
 DE: Mita Crepez arriva 3°
 H18: Stefano Battici vince

regione in una di delle esperienze che sono imperdibili per un orientista. (info su www.semiperdo.it) (Fox)



• **REGOLAMENTO CAMPIONATO REGIONALE INDIVIDUALE E DI SOCIETÀ 2004 - corsa orientamento**

1) Premessa

Viene istituito il Campionato Regionale di Società del Friuli - Venezia Giulia. Il titolo di Società Campione Regionale 2004 sarà assegnato, secondo le modalità riportate nel presente regolamento, sulla base del punteggio attribuito agli atleti delle stesse in cinque delle sette prove in calendario, con la possibilità quindi da parte degli atleti di scartare i due risultati peggiori.

2) Gare valide per il Campionato Regionale di Società di CO

Le gare di Corsa Orientamento valide per il Campionato Regionale di Società sono le seguenti:

DATA	LUOGO	TIPO	ORGANIZZAZIONE
28 febbraio	Tarcento (UD)	Camp. FVG sprint	NE Tarcento
14 marzo	Maniago (PN)	Camp. FVG middle	Corivorivo
18 aprile	Pradis-Clauzetto (PN)	Camp. FVG staffetta	Semiperdo
20 giugno	Klagenfurt (AUT)	Trofeo 3 Regioni	OLK Viktring
11 ottobre	Aviano Parco Delta	Gara regionale middle	Comitato FVG
23 ottobre	Sgonico - Malchina (TS)	Gara regionale middle	CAI xxx ottobre
24 ottobre	Sgonico - Malchina (TS)	Camp. FVG long	CAI xxx ottobre

3) Categorie previste per le gare di CO valide per il Campionato di Società

Le categorie previste per le gare di Corsa Orientamento valide per il Campionato Regionale di Società sono le seguenti:

Gare Individuali

H13-14	H15-16	H17-18	H19-20	H21-34	H21 C	H35	H40	H45	H50	H55	H60	H65
D13-14	D15-16	D17-18	D19-20	D21-34	D21 C	D35	D40	D45	D50	D55		

Staffetta

H15	H16-20	H21-34	H35	H45
D15	D16-20	D21-34	D35	D45

4) Punteggi per il Campionato Regionale di Società

Al fine di calcolare i punteggi validi per il Campionato Regionale di Società, verranno eliminati dalle classifiche di ciascuna categoria i tesserati delle società di fuori regione.

I punteggi ottenuti dagli atleti regionali verranno calcolati come segue. Per tutte le categorie valide: il primo classificato prende un punteggio pari al numero dei partecipanti effettivamente partiti; il secondo scala di un punto, il terzo di un altro e così via fino all'ultimo in classifica, che avrà un punto. Inoltre ai primi tre viene aggiunto un bonus di 3, 2 e 1 punti rispettivamente, ma non per le categorie HC e DC.

Valgono inoltre le seguenti limitazioni:

- categorie HD21-34: viene posto un limite massimo di 15 punti totali (come se ci fossero al massimo 12 atleti classificati). Coloro che arrivano oltre il decimo posto avranno comunque diritto a un punto.
- categorie HC DC: viene posto un limite massimo di 7 punti totali (come se ci fossero al più 7 atleti classificati). Coloro che arrivano oltre il settimo posto avranno comunque diritto a un punto.
- categorie junior e master: viene posto un limite massimo di 10 punti totali (come se ci fossero al più 7 atleti classificati). Coloro che arrivano oltre il settimo posto avranno comunque diritto a un punto.
- qualora una categoria (tranne le HC e DC) non abbia almeno tre concorrenti, il punteggio viene ridotto come segue; due concorrenti: 4 punti al primo, 2 al secondo; un solo concorrente: 2 punti
- in caso di ex-equo, viene assegnato il punteggio corrispondente alla posizione migliore

I punti calcolati verranno assegnati ai soli atleti arrivati al traguardo e regolarmente qualificati.

di tutte e tre le gare riportate al punto 2).

- 7) Vince la competizione la regione che otterrà il punteggio maggiore. La premiazione della regione vincitrice sarà effettuata all'ultima gara.
- 8) Il premio (la "Coppa Tre Regioni") verrà rimesso in palio gli anni successivi.

Esempio di assegnazione punti

1	Nome Aut	15+3
2	Nome Ita	14+2
3	Nome Slo	13+1
4	Nome Aut	12
5	Nome Ita	11
6	Nome Slo	10
7	Nome Aut	9
8	Nome Ita	8
9	Nome Slo	7
10	Nome Aut	6
11	Nome Ita	5
12	Nome Slo	4
13	Nome Aut	3
SQ	Nome Ita	0
PM	Nome Slo	0

La stagione sci-O 2004

Notizie dalle nevi

Domenica 22/2 si conclude la stagione di Sci-O 2004, in quel di Vermiglio (Val di Sole) con la gara che assegna i titoli di Campioni Italiani Lunga Distanza in questa specialità.

Come si comporteranno gli atleti del Friuli Venezia-Giulia? Sapranno far valere come sempre le loro qualità? Io dico di sì, soprattutto dopo aver visto i risultati nelle gare precedenti (notevoli, visto le lunghe trasferte che hanno dovuto affrontare!!!). Ecco i titoli conquistati nelle varie discipline:

❖ **18/1/2004 Calaita (TN) – Campionati Italiani Staffetta**

D35: Licia Kalcich – Sabina Crepaz (CAI XXX OTTOBRE)

del buon lavoro svolto da Mita Crepaz, dove nella categoria D18 conquista il titolo Francesca Genuzio della Friuli Mtb & O mentre al secondo posto si installa un'altra regionale, Giuliana Zoppè della Nordestarcento. Nella categoria D20 vince la gara la transalpina Marion Grange del Cai XXX ottobre, al secondo posto, conquistando il titolo italiano, Simona Falcomer della Nordestarcento. Altri risultati in campo femminile sono il terzo posto di Ginevra Ciriani dell Friuli Mtb & O in cat. D14, Anne Brearley del Cai XXX Ottobre 3^a in D35 mentre la compagna di società Licia Kalcich conquista il secondo posto in D45.

• **INSIEME PER SCONFIGGERE IL DOPING**

Organizzato un convegno dal Comitato Regionale

Nella splendida cornice della Villa Moretti di Tarcento si è svolta sabato 24 gennaio, l'inaugurazione del Corso Regionale Istruttori nell'ambito del quale, in collaborazione con il Comitato provinciale del CONI di Udine, si è tenuto il Convegno 'Doping: legge e prevenzione' condotto dal dott. Stefano De Carli della Federazione Italiana Medici dello Sport. Molto affollata la sala convegni da dirigenti, tecnici, atleti, giovani e genitori delle società sportive regionali che hanno ascoltato con vivo interesse la relazione introdotta dal presidente regionale Paolo Di Bert.

Il dottor De Carli, dopo aver illustrato le origini storiche del doping nello sport, i prodotti utilizzati e la necessità della tutela normativa della salute individuale e collettiva, ha delineato un'analisi dei presupposti motivazionali e comportamentali di questo fenomeno sempre più allarmante e diffuso ed ha fornito le indicazioni sulle modalità con il quale prevenirlo e contrastarlo.

E' emerso come il doping, l'impiego di sostanze bio-farmacologicamente attive sull'organismo in assenza di motivazioni per la preservazione e il recupero della salute, pratica sanzionata severamente dal Codice Penale, metta repentaglio non solo il benessere psico-fisico ma anche la lealtà, valore fondante dell'attività sportiva.

Il relatore ha sottolineato come agli interventi di tipo penale sui comportamenti si aggiungono anche controlli amministrativo-sanitario sulla produzione, l'importazione e lo smercio dei farmaci impiegati a scopo dopante e quanto la sensibilizzazione dell'opinione pubblica possa giovare a questa lotta.

Al termine della conferenza, molto applaudita, è stato dato largo spazio al dibattito e alle richieste di approfondimenti da parte di

non è per nulla una gara di sopravvivenza del tipo "Vi portiamo in un bosco bendati e vi lasciamo là. Vince chi alla sera è riuscito a tornare a casa" come molti di noi avevano sentito dire... Alla fine della serata siamo tutti entusiasti: è bellissimo! Quando ci fai provare? Quando facciamo il primo allenamento? Quando ci porti ad una gara?

Inizia così la storia della sezione Orientamento del Cus e della mia attività nella Corsa d'Orientamento. Ora, all'inizio del 2004, di questa storia posso anche raccontare la fine. Dicembre 2003: il Direttivo del Cus decide di chiudere la sezione per insufficienza di iscritti e di non rinnovare l'affiliazione alla FISO. Gli atleti tesserati che ancora resistono sono liberi di scegliersi un'altra società. Non è una bella notizia, ma era nell'aria da tempo. Niente musi lunghi! In fondo, una società che scompare non è la fine di tutto, è solo l'inizio di una nuova storia. Gennaio 2004: "Egregio sig. Presidente, egregi membri del Direttivo, con la presente Vi chiedo cortesemente di accettare la mia iscrizione presso la Vs. Società per l'anno 2004 e di provvedere al mio tesseramento agonista presso la FISO per lo stesso anno. Metto le mie umili forze e competenze in materia di Corsa d'Orientamento a disposizione della Società per il bene supremo e la gloria del nostro Sport. Vs. devotissima"

Un momento! Perché salti a piè pari 14 anni di vita? Cos'è successo dopo la prima lezione? Beh, dopo la prima lezione c'è stata la seconda, poi una terza ed una quarta, i primi allenamenti e il primo duro scontro con i sassi del Carso. Ma l'entusiasmo cancella tutto. Avanti con la prima bellissima gara a Venezia (una classica; quanti di noi sono stati battezzati sui suoi ponti?), corsa con il terrore di perdermi e di non trovare più la via di casa. Poi le indimenticabili gare sugli spinosi Colli di Tarcento, gli allenamenti in Slovenia con gli amici dell'OK Tivoli, le trasferte (per me lunghissime!) a Vittorio Veneto e Conegliano. Man mano che l'esperienza cresce si va a vedere posti nuovi: in Trentino ad assaggiare i boschi veri, invece delle campi di pannocchie della pianura. Ci sono iniziative internazionali, la scusa dell'Alpe Adria ci porta in Austria, in Ungheria, in Croazia. Ma ci diamo da fare anche in prima persona: non partecipiamo solo alle gare altrui, ma ne organizziamo di nostre. Siamo giovani studenti, organizzare gare "serie" ci va stretto per la nostra fantasia e allora nascono le garette di Carnevale dove tutto vale tranne le regole; le notturne di gennaio per corroborare il fisico che diventano appuntamenti fissi anche per le altre società triestine. Arrivano anche le soddisfazioni agonistiche: un podio che ripaga delle fatiche sofferte, un titolo di campione regionale strappato con determinazione a qualche avversario che partiva favorito. Ancora le entusiasmati trasferte all'inseguimento dei campioni mondiali tra Cecoslovacchia, Ungheria, Austria; l'indescrivibile pellegrinaggio all'Oringen, il gemellaggio con l'omologo Cus dell'università di Budapest e la Spartacus Cup,... Ne sono successe di cose, ma la cosa migliore è che tutto questo è avvenuto davvero. Non è solo una storia.

Grazie Cus!

(Donatetta Vecchies)

• **News lampo dal Comitato**
Notizie sparse che trovano posto

Raduni tecnici giovanili e GSS.

Anche quest'anno il Comitato Regionale FISO FVG ha indetto una serie di raduni tecnici volti a migliorare le capacità orientistiche dei giovani della regione. Quattro gli appuntamenti previsti che vedranno impegnati i ragazzi sotto la supervisione di qualificati istruttori federali:

8-10 aprile a Cimano, S. Daniele (UD)

8-9 maggio a Pradis Clauzetto (PN)

3-4 luglio ad Asiago (VI) in collaborazione con il Comitato Veneto

27-29 agosto a Pradis Clauzetto (PN)

La novità di quest'anno è rivolta agli studenti impegnati nelle fasi provinciali dei Giochi Sportivi Studenteschi di corsa orientamento. I vincitori infatti, purché non tesserati FISO, avranno diritto a partecipare gratuitamente ad un raduno tecnico tra quelli proposti. Per informazioni dettagliate contattare il responsabile regionale scuola Fulvio Lenarduzzi (lenuzzi@libero.it) .

Rappresentativa FVG.

Due gli appuntamenti di corsa orientamento per la Rappresentativa Regionale nel 2004. Dal 22 al 23 maggio a S.Colomba in Trentino grande sfida tra tutte le regioni d'Italia. Si tenterà di ripetere la grande impresa del 2003 che ha visto la nostra regione al quinto posto assoluto. Sabato sarà possibile schierare, per ogni categoria, 2 staffette da 3 frazionisti. Nella prova individuale della domenica saranno 2 i rappresentanti FVG in ogni categoria.

Il mese successivo, dal 25 al 27 giugno, si disputerà l'Alpe Adria a Delnice in Croazia a pochi km da Fiume. Qui la rappresentativa FVG dovrà vedersela con i soliti veneti e trentini ma anche con sloveni, austriaci, ungheresi e i padroni di casa croati. Vista la posizione geografica si prevedono gare molto interessanti e tecniche.

Il Comitato Regionale renderà note per tempo sul sito www.fisofvg.it le convocazioni degli atleti alle due manifestazioni.

O-Ringen, destinazione Goteborg

Da segnalare infine l'iniziativa della Semiperdo che organizza una trasferta in Svezia all' O-Ringen, la più grande manifestazione orientistica del mondo con una media di 15 mila concorrenti. La spedizione inizialmente ristretta ai soci SOM è stata aperta al Comitato Regionale in modo da coinvolgere anche altri giovani della

Ma il risultato più clamoroso e inaspettato rimane sicuramente il titolo conquistato da Mita Crepaz e Alice Russian (CAI XXX OTTOBRE) nella staffetta di Calaita, naturalmente in DE.

Comunque l'atleta che, forse, meritava qualcosa di più è sicuramente Mita Crepaz, che in Italia rimane la sci-orientista più completa, forte della sua notevole esperienza sia in campo sciistico che orientistico. E non sono solo io di questo parere, dato che quest'anno è stata di nuovo convocata in Nazionale per i Campionati Mondiali a Ostersund-Asarna (SWE), accettando, però, di partecipare solo alla staffetta, gara in cui si è piazzata in 8° posizione insieme a Federica Ragona e Sara Pradel.

Invece, a livello regionale, sulle nevi dello stadio Paruzzi di Tarvisio, la nuova pista di sci nordico, messa a punto per le Universiadi 2003, hanno prevalso Alessia Siriani (Friuli MTB-Udine) in D16, Francesca Genuzio (Friuli MTB-Udine) in D18, Grange Marion in D20, Marina Plesnicar (Polisportiva Le Volpi) in D35, Alice Russian in D21-34, Tobia Dondè (Friuli MTB-Udine) in H16, Stefano Battici in H20, Massimo Mosca (CAI XXX OTTOBRE) in H35, Marino Zacchigna in H45 e Andrea Gardelliano (G.S. Nordstarcento) in H21-34.

Ora bisognerà attendere fino a dicembre per sentire di nuovo parlare di questa specialità, sperando che questi risultati spingano nuovi atleti della nostra regione ad avvicinarsi allo sci-orientamento, anche solo per curiosità, per dire: "Ho fatto anche questo!!!" e soprattutto per divertirsi.

Concludo con una domanda che riguarda la classifica di Coppa Italia Società, che quest'anno si fa molto interessante, essendo incerta fino all'ultimo: riuscirà il CAI XXX OTTOBRE a mantenere il primato del 2003 o dovrà cedere lo scettro?

(Alice Russian)

News dell'ultimo secondo



Campionati Italiani SCI-O long distance

Ottimo comportamento degli atleti del Comitato al Campionato Italiano Long di SciO. Mai al via di un Campionato italiano di Sci-O disputato fuori Regione si erano presentate tre società del Friuli Venezia Giulia riuscendo a cogliere tutte il podio con i suoi atleti. Spiccano i risultati nelle categorie Juniores femminile, a testimonianza

CALENDARIO Gare 2004 di interesse regionale

Data	Luogo	Sy.	Tipo	Organizzatore	Prov.	Descrizione	Note	Camp. di società titolo individuale di campione regionale	Prof. "Dal Cia"	Trofeo tre Regioni	Prof. giovanile prov. del nord est	Raduni Giovanili	Trofeo delle Regioni	Alpe Adria Cup
07/02/2004	Tarvisio	sci	reg	CAI xxx ottobre	UD	Campionato FVG sci-o	Assegna il titolo di campione FVG Sci-O	sci-o	1'					
14/02/2004	Villa Revoltella	trail-o	prom	CAI xxx ottobre	TS	Gara di Trail-O	Gara promozionale/sperimentale							
15/02/2004	Aviano	co	prom	Semiperdo	PN	SOM Cup tappa 1	Gara promozionale del circuito SOM Cup							
28/02/2004	Tarcento Collerumiz	co	reg	Nord Est Tarcento	UD	Prova regionale Sprint	Gara valida come campionato FVG di società - assegna il titolo sprint	1'	sprint	2'				
29/02/2004	Tarcento	cs	naz	Nord Est Tarcento	UD	Trofeo nazionale c.s. e Camp. FVG c.s.	Assegna il titolo FVG centro storico		c.storico	3'				
07/03/2004	Lipica	co	int	OK Tivoli	SLO	Prima prova Trofeo 3 Regioni	Prima prova trofeo 3 Regioni			4'	1'			
14/03/2004	Maniago	co	reg	Corivorivo	PN	Campionato FVG middle 2° prova trofeo 3 regioni	Gara valida come campionato FVG di società	2'	middle	5'	2'			
27/03/2004	Prosecco	co	gss	CAI xxx ottobre	TS	Giochi Sportivi Studenteschi	Fase provinciale di Trieste							
28/03/2004	San Daniele	co	prom	Semiperdo	UD	SOM Cup tappa 2	Gara promozionale del circuito SOM Cup							
01/04/2004	Claut	co	gss	Semiperdo + Corivorivo	PN	GSS fase provinciale di Pordenone	Giochi Sportivi Studenteschi							
02/04/2004	Buttrio	co	gss	Friuli MTB	UD	GSS fase provinciale di Udine	Giochi Sportivi Studenteschi							
8-10/04/04	Cimano	co	reg	Comitato FVG	UD	Raduno giovanile dall' 8 al 10 aprile	raduno tecnico						1'	
15/04/2004	Monfalcone	co	gss	CAI Monfalcone	GO	Fase provinciale di Gorizia GSS	Giochi Sportivi studenteschi							
18/04/2004	Pradis	co	reg	Semiperdo	PN	Campionato FVG staffetta	Gara valida come campionato FVG di società- assegna titolo staffetta	3'	staff.	6'				
29/04/2004	Tarcento	co	gss	GS Nord Est Tarcento	UD	Giochi Sportivi Studenteschi	Finali regionali							
02/05/2004	Buttrio	co	prom	Sci Club Udine	UD	Gara promozionale								
8-9/05/04	Pradis	co	prom	Comitato FVG	PN	Raduno giovanile 8 e 9 maggio	Secondo raduno tecnico						2'	
09/05/2004	Gorizia	co	prom	UISP-Comitato FVG	GO	Gara transfrontaliera tra Gorizia e Nova Gorica	In occasione dell'entrata della Slovenia nell'Unione Europea							
16/05/2004	Piancavallo	co	prom	Semiperdo	PN	SOM Cup tappa 3	Gara promozionale del circuito SOM Cup							
22/05/2004	Pian del Gacc	co	naz		TN	Trofeo delle regioni - staffetta	Appuntamento per la rappresentativa FVG						staf.	
23/05/2004	Pian del Gacc	co	naz		TN	Trofeo delle regioni - individuale	Appuntamento per la rappresentativa FVG						ind.	
29/05/2004	Bazovizza	trail-o	prom	CAI xxx ottobre	TS	Gara di Trail-O + gara promozionale classica								
20/06/2004	Klagenfurt	co	int	Viktring	AUT	Trofeo 3 regioni (Eberndorf) III prova	Prova valida come campionato FVG di società	4'		7'	3'			
25/06/2004	Delnice day 1	co	int	Or. Club "Ris"	CRO	Alpe adria day 1 - WRE	Appuntamento per la rappresentativa FVG							middle
26/06/2004	Delnice day 2	co	int	Or. Club "Ris"	CRO	Alpe adria day 2- WRE	Appuntamento per la rappresentativa FVG							long
27/06/2004	Delnice day 3	co	int	Or. Club "Ris"	CRO	Alpe adria day 3	Appuntamento per la rappresentativa FVG							staff
3-10/07/2004	Asiago	co	int	Comitato FVG	VI	Raduno giovanile dal 3 al 10 luglio	Terzo raduno tecnico giovanile FVG.In collaborazione con il Veneto						3'	
27-29/08/04	Pradis	co	prom	Comitato FVG	PN	Raduno giovanile dal 27 al 29 assieme al Veneto	Raduno tecnico in collaborazione con il Veneto						4'	
12/09/2004	Villa Santina	co	prom	Semiperdo	UD	SOM Cup tappa 4	Gara promozionale del circuito SOM Cup							
19/09/2004	Marcellise	co	prom	OrientExpres	VR	Prova del trofeo giovanile province del nord est	Gara del trofeo giovanile delle province del nord est				1'			
02/10/2004	Miramare	trail-o	prom	CAI xxx ottobre	TS	Gara di Trail-O								
09/10/2004	Udine	cs	prom	Friuli MTB & Orienteering	UD	Gara promozionale per le scuole	Nell'ambito dell'orienteeing week							
10/10/2004	Aviano Parco Delta	co	reg	Comitato FVG	PN	Gara middle	Valida come campionato di società	5'		8'				
17/10/2004	S. Leonardo	mtb	reg	Friuli MTB & Orienteering	UD	Campionato FVG Mountain Bike Orienteering	Assegna il titolo di campione FVG MTB-O		mtb	3'				
23/10/2004	Malchina	co	reg	CAI xxx ottobre	TS	Gara regionale middle	Gara valida come campionato FVG di società	6'		10'				
24/10/2004	Sgonico	co	reg	CAI xxx ottobre	TS	Campionato FVG long	Gara valida come campionato FVG di società e trofeo prov. Nord est	7'	long	11'	2'			
21/11/2004	Maniago Valpiccola	co	prom	Semiperdo	PN	SOM Cup tappa 5	Gara promozionale del circuito SOM Cup							
18/12/2004	Spilimbergo	co	prom	Semiperdo	PN	Lanterne natalizie	Notturna nel centro storico							

ATTENZIONE: Nel calendario gare apparso sull'azimut FISO di gennaio 2004 mancano alcune importanti gare regionali. Non dimenticatevene!!!
 10 ottobre - Parco Delta di Aviano (PN) Gara regionale valida come Campionato di Società FVG
 17 ottobre - S.Leonardo (UD) Camp. FVG MTB-O
 23 ottobre - Malchina (TS) Gara regionale middle valida come Campionato di Società FVG
 24 ottobre - Sgonico (TS) Campionato FVG long.

• **All'inizio era il CUS**

Settembre 1989: basta! Da oggi cambio vita! Basta poltrona, basta pigrizia. Mi metto a fare sport. Sfoglio il volantino del Cus Trieste in cerca di ispirazione: Atletica: no, vogliono solo campioni. Basket: troppo piccola. Calcio: seee, figuriamoci se mi prendono! Equitazione: ecco potrei darmi all'ippica. Vediamo quanto costa l'iscrizione: eeee! Neanche zio Paperone potrebbe permettersela! Lasciamo stare. Pallavolo: ho già avuto pessime esperienze in passato. Tiro a segno: niente armi, sono pacifista! Orienteering: eh?? E questo cos'è? Mai sentito. Però costa poco, mmh... mi sta già simpatico... Da studentessa al secondo anno di università non nuoto certo nell'oro e le care vecchie mille lire escono dal mio portafoglio solo dopo un'accurata e ponderata valutazione. Mi presento allo sportello del Cus e chiedo informazioni su questa strana attività: è il primo anno che la propongono, è quasi un esperimento. L'orienteeing è una via di mezzo tra una caccia al tesoro e una corsa campestre; si fa con l'aiuto di una cartina e di una bussola. Ci saranno delle lezioni teoriche durante le quali sarà spiegato come è fatta una cartina e come si usa la bussola; poi ci saranno degli allenamenti pratici in Carso. Ma guarda che coincidenza! A me cartine e atlanti sono sempre piaciuti, da bambina passavo ore a sfogliarli; anche adesso a dire il vero, e in libreria i commessi del reparto atlanti turistici non mi sopportano più. Questo orienteeing mi sta sempre più simpatico!



16 Ottobre 1989: lunedì sera ore 19.30, prima lezione teorica di Orienteering. Entro nella saletta e mi trovo con un'altra decina di ragazzi. Attendiamo l'istruttore. Chiacchiero con i presenti: nessuno di loro ha mai praticato prima, c'è chi è qui per curiosità, chi perché non ha trovato posto in altre discipline e ha dovuto ripiegare; tutti vogliamo vedere che faccia ha questo orienteeing.

Ed eccolo: entra un paio di baffetti ed occhiali, accompagnato dall'inseparabile valigione. Cesare Tarabocchia, istruttore di orienteeing. Sotto i nostri occhi sbalorditi estrae dalla magica valigia cartine di tutti i tipi: cartine grandi e piccole, cartine del Carso e cartine svedesi, cartine nuove nuove e cartine stropicciate,... Un paradiso per una "malata di cartine" come me! Ma poi, che razza di cartine sono queste? Mai viste di così! Dei colori stranissimi e dei simboli indecifrabili. E io che pensavo di averle già viste tutte... Cesare comincia a raccontare: cos'è una cartina, come viene disegnata, come si legge. Cos'è una gara di orienteeing che

tecnici e genitori. L'intervento sanitario preventivo attuato dal CONI è stato apprezzato come pure l'esposizione del relatore, precisa e nello stesso tempo vivace e coinvolgente. Il convegno si è concluso con l'intervento del Consigliere Nazionale, Nazzareno Menis che ha ricordato come la Federazione abbia posto fra i suoi obiettivi prioritari la lotta a questa piaga dello sport.

(Paolo Di Bert)

• **10 anni della Semiperdo Orienteering Maniago**

Il decennale di ogni associazione assume sempre un significato particolare perché rappresenta la capacità di tenuta sul lungo periodo del progetto che era alla base della sua costituzione.

Un dato statistico che emerge in qualsiasi studio di settore evidenzia l'elevato tasso di 'mortalità' delle associazioni dopo un breve periodo di vita. Un'associazione è come un organismo: vive attraverso i suoi soci, dei loro contributi di idee, di lavoro, dei progetti realizzati che la fanno crescere ed affermarsi. Il porsi un obiettivo condiviso, lavorare per raggiungerlo, sia questo l'organizzazione di una manifestazione di prestigio o la lenta costruzione di un risultato agonistico inseguito per anni, costituisce "l'essenza" dell'associazionismo. La Semiperdo Orienteering Maniago costituisce in questo senso un punto di riferimento con il quale tutte le società della Regione devono confrontarsi. La vita di una società è come un libro e le pagine della SOM sono un romanzo avvincente: la nascita con il coinvolgimento degli studenti, la partecipazione alle prime gare di orientamento, l'allargamento della base, i progetti portati a termine, i rapporti con le amministrazioni locali, l'organizzazione di grandi manifestazioni e i risultati agonistici di rilievo sono tappe della storia e del progresso del movimento orientistico regionale.

I sinceri auguri al Presidente Mauro Nardi, al Direttivo e a tutti i soci della Semiperdo da parte dei componenti il Consiglio Regionale FISO e da tutti gli amanti del nostro sport perché i brillanti risultati raggiunti siano di stimolo a nuove avventure nel decennio che sta per iniziare.

(Paolo Di Bert)