

PROPOSTA 1: ORIENTEERING E URBAN TREKKING

DURATA: 1 giorno

Orienteering

Sport che premia chi riesce ad orientarsi con una carta topografica, in un **territorio sconosciuto**.

Questo sport è praticabile individualmente o in gruppi ed è caratterizzato da una **gara a cronometro**; le partenze avvengono ad intervalli di alcuni minuti uno dall'altro, i partecipanti usano una mappa per raggiungere i diversi **punti di controllo**, posti sul territorio.

Sul terreno ogni punto di controllo è segnalato con una bandiera bianca e arancione, chiamata **lanterna**.

Raggiunto il punto di controllo, si dovrà registrare il passaggio punzonando il cartellino testimone.

Vince il partecipante o la squadra che trova tutti i punti di controllo nell'esatto ordine, impiegando il minor tempo.

Equipaggiamento: come unico strumento indispensabile, vi è la mappa topografica, utilizzata per orientarsi;

Abbigliamento necessario: abbigliamento sportivo, in vista del percorso da affrontare, in questo caso, centro storico.

Programma:

Ore 10:00 - Arrivo presso la sede di Lao Rafting, a Laino Borgo. Accoglienza e presentazione delle attività.

Ore 10:30 – Partenza visita guidata Urban Trekking nel centro storico di Laino Borgo, con guida ambientale escursionistica

Ore 13:00 – Rientro alla sede di Lao Rafting per pranzo a sacco

Ore 14:30 – Spostamento dalla base della Lao Rafting al centro storico di Laino Borgo per inizio attività Orienteering

Ore 15:00 – Inizio gara di Orienteering, con la formazione delle squadre in gara; ogni squadra riceverà la mappa che si dovrà consultare per raggiungere i punti di controllo posti nei vicoli del centro storico.

Ore 17:30 – Chiusura e premiazione

Ore 18:00 - Saluti e rientro a casa.

Costo a persona: € 25