

CIRCUIT D'ORIENTACIÓ CASTELL DE SANT MARTÍ



LA CURSA D'ORIENTACIÓ

Nascuda a Suècia fa més de cent anys, la cursa d'orientació és una activitat integral i formativa, ja que no només posa a prova la nostra resistència física sinó que també necessita d'una capacitat de concentració i orientació fonamentals. La pràctica d'aquest esport destaca perquè s'adreça tant als més alts nivells de competició com a la participació lúdica i familiar.

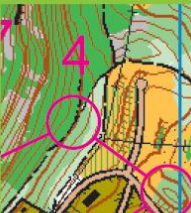
Però, com podem aprendre a participar en una cursa d'orientació per primera vegada?

L'aprenentatge és fàcil i divertit i està a l'abast de tothom. Ens ajuda a forjar un esperit analític i a prendre decisions compromeses i ràpides. A mesura que avancem per l'entorn anirem descobrint valors com la seguretat en un mateix, l'estimació i el respecte per la natura.

Les eines que necessitem per practicar aquest esport són: un mapa a escala de la zona, una brúixola, una tarja de control i la descripció dels controls que anirem trobant.



DEFINICIÓ I FUNCIONAMENT DE LES CURSES D'ORIENTACIÓ



Són competicions atlètiques de camp a través i a contrarellotge amb l'obligació de passar per uns controls assenyalats en un mapa. El recorregut a seguir per trobar tots aquests controls abans d'arribar a la meta el decideix cada participant.

Aquests controls els anomenem FITA. Cada FITA porta una pinça que fa una marca i que s'ha d'enregistrar ordenadament a les caselles de la tarja de control;

cada control fa una marca diferent, i acredita que s'ha passat pel punt indicat al mapa. Com a conseqüència de l'èxit popular que durant els últims anys ha generat aquest esport, s'han arribat a crear circuits fixos, amb la finalitat de facilitar als participants l'accés a aquest esport.

El circuit de Sant Martí de Centelles és un d'aquests equipaments esportius.



INFORMACIÓ

- > Ajuntament de Sant Martí de Centelles
- > Grions orientació > www.grionsorientacio.cat
- > Punts d'informació turística d'Aiguafreda i Parc Natural del Montseny

Carrer Estació, 2 08592
Sant Martí de Centelles
t: 93 844 24 06 f: 93 844 11 20
st.martinc@ diba.cat
www.smarticentelles.org