

LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

Jeremy racconta l'orienteeing nell'era di Google Maps: sport tra natura e strategia a Sesto Calende

Orlando Mastrillo · Thursday, April 16th, 2026

L'orienteeing, disciplina sportiva che unisce attività fisica e capacità di orientamento, è stato al centro di una puntata del podcast "Chi l'avrebbe mai detto". Ospite Jeremy Moeys, atleta della Polisportiva Sesto Calende, che ha raccontato caratteristiche e fascino di uno sport praticabile a tutte le età e sempre più diffuso anche nel Varesotto. Potrebbe sembrare un'attività dimenticata, nell'era di Google Maps ma risulta, invece, un esercizio mentale importante soprattutto per i più giovani cresciuti con smartphone che ti geolocalizzano al metro.

Uno sport tra mente e movimento

«Non è solo una questione di velocità, ma soprattutto di testa e orientamento» – racconta Jeremy, Polisportiva Sesto Calende – spiega durante l'intervista. L'orienteeing consiste nel completare un percorso utilizzando una mappa dettagliata e una bussola per raggiungere punti di controllo, le cosiddette lanterne. Una sorta di "caccia al tesoro" moderna, dove però a fare la differenza è la capacità di leggere il territorio.

Nato nei Paesi scandinavi, questo sport si pratica sia nei boschi sia nei centri urbani. Nei contesti naturali, come quelli del Varesotto, l'atleta deve interpretare ogni dettaglio del terreno, mentre nelle gare urbane conta soprattutto la rapidità di scelta del percorso.

Il Varesotto palestra a cielo aperto

La provincia di Varese offre scenari ideali per l'orienteeing: dalla Pineta di Tradate al Campo dei Fiori, passando per Brinzio, Sesto Calende e l'area di Monate. Qui si alternano boschi fitti e colline che mettono alla prova anche gli atleti più esperti.

Alcune realtà locali, come la ASD Dalla Chiesa, hanno creato percorsi fissi aperti a tutti, come quello nel Bosco dell'Acqua Negra tra Travedona e Biandronno. Un modo per avvicinarsi in autonomia a questa disciplina, utilizzando mappe realizzate da cartografi esperti.

Uno sport per tutte le età

Uno degli aspetti più interessanti dell'orienteeing è la sua inclusività. Si può praticare camminando o correndo, ma anche in mountain bike o con gli sci di fondo. Esistono inoltre versioni specifiche, come il Trail-O, pensate per persone con disabilità.

«Mi è capitato di essere battuto da una signora di ottant'anni» – Jeremy, Polisportiva Sesto Calende – racconta, a dimostrazione di come la componente mentale sia spesso più determinante della prestazione fisica.

Open day per scoprire l'orienteeing

Durante la puntata è stato promosso anche un open day nel Varesotto, pensato per far conoscere questa disciplina e il suo legame con il territorio. Un'occasione per imparare a usare bussola e mappa, ma anche per riscoprire il valore del contatto diretto con la natura.

L'orienteeing, infatti, non è solo sport: è anche un modo per sviluppare consapevolezza ambientale e vivere il paesaggio in modo attivo. Un invito aperto a tutti, come sottolinea Jeremy, per mettersi alla prova e imparare a “leggere” il mondo che ci circonda.

This entry was posted on Thursday, April 16th, 2026 at 9:35 pm and is filed under [Sport](#)
You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can skip to the end and leave a response. Pinging is currently not allowed.