

## Kāpēc nodarboties ar orientēšanās sportu?

Orientēšanās ir sporta veids, kur dalībniekiem ar precīzas kartes un kompasa palīdzību jāatrod apvidū izvietoti kontrolpunkti. Kāpēc nodarboties ar orientēšanās sportu, kāpēc piedalīties treniņšacensību seriālā "Orientieris" trešdienu pēcpusdienās?

- Bērniem un jauniešiem – tā ir iespēja izlādēt dabisko tieksmi kustēties, izskrieties, attīstīties, gūt piedzīvojumus;
- pieaugušajiem – palīdz pārvarēt dabisko laiskumu un aizraujošā veidā iegūt veselībai un labai formai nepieciešamo kustību daudzumu;
- orientieristiem un citu sporta veidu dalībniekiem – lai dažādotu un papildinātu savas treniņnodarbības;
- dabas draugiem, ogotājiem, sēņotājiem – dod patīkamu iespēju katru reizi iepazīt kādu Latvijas vietu, iegūt precīzu apvidus karti, neapmulst, ja gadās apmaldīties.
- Nav jābūt rūdītam sportistam, lai sāktu. Sportiskajai sagatavotībai nav īpašas nozīmes, jo visu izšķir vēlēšanās apgūt ko jaunu. Atliek tikai atbraukt uz kādām no daudzajām tautas sacensībām!
- Arī speciāls sporta tērps nav jāiegādājas. Iesākumā pietiks, ja būs ērts apģērbs un sporta apavi.
- Nepastāv nekādi vecuma vai sportiskās sagatavotības ierobežojumi, jo ikviens interesents–iesācējs varēs saņemt padomus, apmācības un doties uz mežu kontrolpunktu meklējumos.
- Tiem, kas varbūt kautrētos par savu neveiklību kādā citā sporta veidā, tautas sacensībās nav par ko samulst – neviens jau neredz, cik pareizi vai nepareizi mežā tiek izvēlēti ceļi uz kontrolpunktiem!
- Tā ir patīkama iespēja izkustēties svaigā gaisā un redzēt mazliet vairāk no Latvijas dabas!
- Orientēšanās iemaņas noder vienmēr un visur, mēs orientējamies ikdienā pārvietojoties pilsētā vai lauku apvidū pēc ceļu kartes, mežā ogojot vai sēņojot.
- Orientēšanās ir veselīgs sporta veids – mērena fiziska slodze svaigā gaisā, „skābekļa spilvenā” ar vienlaicīgu prāta, iztēles un atmiņas treniņu.
- Orientēšanās sports kompensē mazkustīgumu, ko veicina datoru, televīzijas, auto, pasargā no satraukumiem, attur no kaitīgiem ieradumiem un vieglas baudas kārdinājumiem.
- Katru nākamo reizi jauna distance, priecīgi iespaidi un aizraujoši piedzīvojumi!