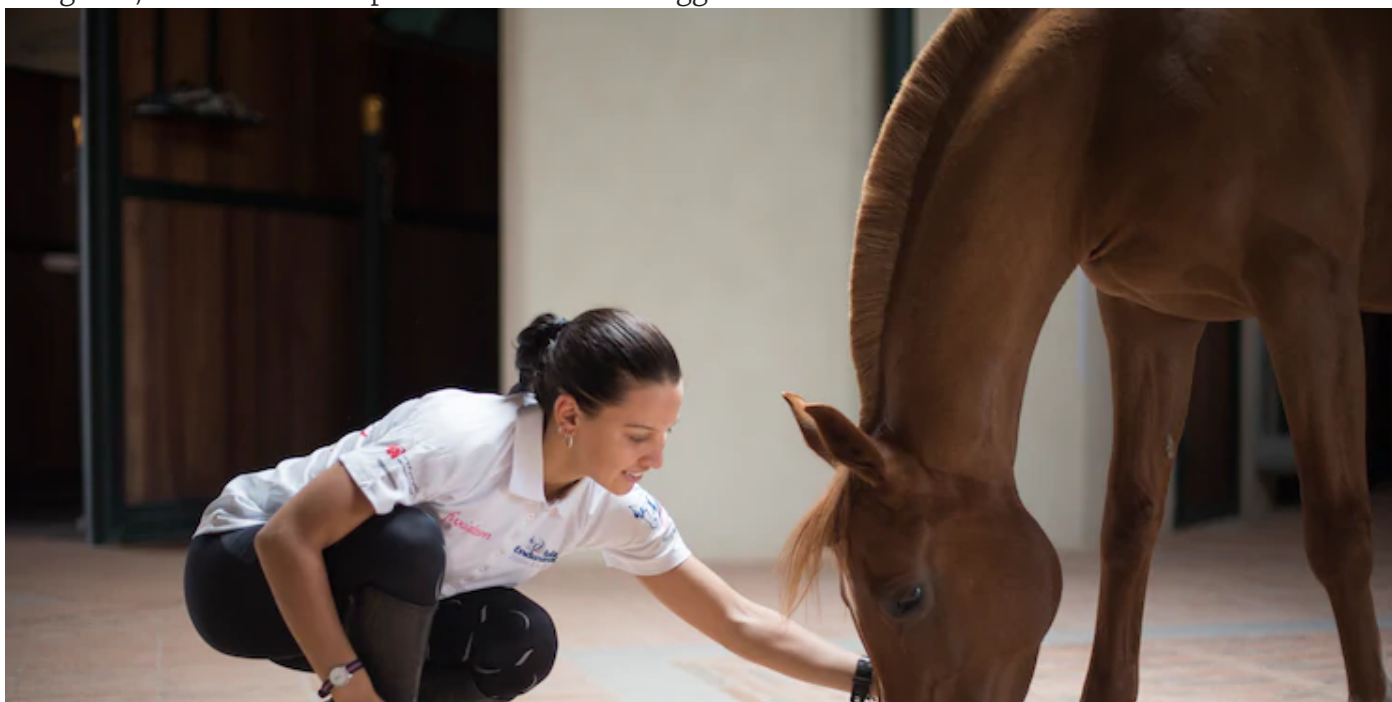


## Endurance, uno dei pochi sport che il Covid non ha fermato

La campionessa europea Costanza Laliscia anche nel 2020 ha continuato ad allenarsi, vincere gare e insegnare, in attesa dei Campionati del Mondo a maggio 2021



• 22.12.2020 14:00

**ROMA** - L'endurance, uno degli sport a cavallo più duri al mondo, nell'anno della pandemia ha sofferto meno di tanti altri sport, perché si pratica in vasti spazi all'aperto a contatto solo con il proprio cavallo. E' così che anche nel 2020 la giovane pluricampionessa di Endurance **Costanza Laliscia** ha potuto continuare ad allenarsi, gareggiare con successo ed insegnare, in attesa dei prossimi **Campionati del Mondo 2021** che si svolgeranno il prossimo **22 maggio a Pisa**.

Costanza ha cominciato a collezionare vittorie a 16 anni e oggi che di anni ne ha 21 ha al suo attivo un palmarès davvero raro: Campionessa Europea di Endurance 2019, Ambasciatrice Internazionale dell'Endurance in carica, sette volte Campionessa Italiana, vincitrice di numerose gare internazionali e per due volte del massimo titolo mondiale per i ranghi giovanili, il FEI Young Riders World Endurance Ranking (2016 e 2019).

Nel cuore di questa giovane atleta, che per talento e determinazione è riuscita in pochi anni a distinguersi nello

cosiddetto “sport degli sceicchi”, battono l’amore e il rispetto per i cavalli e per la natura e la passione per l’insegnamento. Oggi infatti, quando non si allena e non studia, è anche una coach. In Umbria, lungo i percorsi verdi dell’Italia Endurance Stables & Academy, Costanza cerca di trasmettere i valori dell’endurance – fairplay, amore e attenzione al benessere del cavallo, rispetto della natura – attraverso l’insegnamento individuale, attività che è proseguita anche nel 2020, perché consente di mantenere il distanziamento tra allievo e coach.

Il modello **one to one** e il contatto diretto con la natura favoriscono un rapporto empatico con il cavallo che diventa anche "cura", una terapia efficace contro la **depressione** o quel **senso di solitudine** da cui molti si sentono sopraffatti nel difficile periodo che stiamo vivendo.

[TUTTE LE NEWS DI ALTRI SPORT](#)

## Commenti →

0 voti

★★★★★ 0.0


0 Commenti [Corriere dello Sport.it](#)   [Accedi](#) ▾

 [Consiglia](#)  [Tweet](#)  [Condividi](#) [Ordina dal migliore](#) ▾

Vota e commenta ★★★★★

Inizia la discussione...

ENTRA CON

O REGISTRATI SU DISQUS 

Nome

Commenta per primo.

 [Iscriviti](#)  [Non vendere i miei dati](#)

## Semmering, nove azzurre convocate per il gigante

Il direttore sportivo Rinaldi ha diramato gli inviti per il gruppo delle italiane che gareggerà sulle piste austriache