



TOP VIDEO

Endurance, viaggio nell'Accademy Equestre di Costanza Laliscia

Roma, 28 dic.

(askanews) - Giovanissima, pluricampionessa, a 21 anni Costanza Laliscia ha ricevuto dal Coni la Medaglia d'Argento al Valore Atletico. E' la giovane atleta di Perugia a portare avanti la bandiera azzurra nell'endurance, uno degli sport a cavallo più duri al mondo, che - nell'anno della pandemia - ha sofferto meno di tanti altri sport, perché si pratica in spazi all'aperto a contatto solo con il proprio cavallo. Nelle gare di massimo livello, quelle in cui la giovane atleta di Perugia precocemente compete, si percorrono 160 chilometri e si sta a cavallo anche 12 o 13 ore, dall'alba al tramonto. Arrivare in fondo al percorso, oltretutto, non significa avere raggiunto l'obiettivo, perché solo un severo controllo veterinario stabilirà se le condizioni del cavallo sono tali da conferire il piazzamento: in caso contrario si viene eliminati. Costanza Laliscia si continua ad allenare ogni giorno, gareggiando con successo e insegnando, in attesa dei Campionati del Mondo 2021 che si svolgeranno il prossimo 22 maggio a Pisa. 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) Costanza ha cominciato a collezionare vittorie a 16 anni. Nel cuore di questa giovane atleta, che per talento e determinazione è riuscita in pochi anni a distinguersi nel 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 - centro di eccellenza per l'equitazione tra i più grandi e importanti d'Europa - Costanza Laliscia 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 del Covid.



I più visti

Pompei, viaggio nel termopolio riaffiorato dagli scavi

3 di 3

TOP VIDEO

Ambiente, in un video 5 buoni propositi di Greenpeace per il 2021

Video

TOP VIDEO

Trump come se fosse ancora in campagna elettorale

Video

TOP VIDEO

Intesa Sanpaolo-Confcommercio: altri tre miliardi per le imprese

Video