

PERUGIATODAY

Endurance, il Covid non ferma Costanza Laliscia: medaglia d'argento al valore atletico del Coni

Prestigioso riconoscimento per la 21enne umbra, campionessa europea che in questo 2020 ha potuto allenarsi, gareggiare e svolgere la sua attività da coach

Redazione

22 dicembre 2020 11:39



Spazi aperti e contatti con il solo cavallo. Questi i fattori che hanno consentito all'endurance di soffrire meno l'emergenza coronavirus rispetto ad altri sport. Ecco così che anche nel 2020 la giovane pluricampionessa di endurance Costanza Laliscia ha potuto continuare ad allenarsi, gareggiare con successo e insegnare, in attesa dei Campionati del Mondo 2021 in programma il prossimo 22 maggio a Pisa. Intanto, come riconoscimento dei risultati agonistici ottenuti, Costanza ha ricevuto dal Coni la Medaglia d'Argento al Valore Atletico.

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.

In Evidenza

Alla scoperta del saturimetro: come funziona, perché è utile averlo in casa, i migliori in vendita online

I più bei tramonti di Perugia: luoghi da cui si gustano momenti magici

Gonfiore addominale, come risolverlo con rimedi naturali

Il sonno è vita: come dormire bene per vivere meglio

Potrebbe interessarti

I più letti della settimana

Coronavirus in Umbria, la mappa al 22 gennaio: tutti i dati comune per comune

Coronavirus in Umbria, la mappa al 24 gennaio: tutti i dati comune per comune

Coronavirus in Umbria, la mappa al 20 gennaio: tutti i dati comune per comune

Made in Umbria, quello vero: "Non mi arrendo al Covid e innovo: scarpe artigianali da 50 euro"

Coronavirus in Umbria, la mappa al 19 gennaio: tutti i dati comune per comune

Coronavirus in Umbria, il bollettino del 23 gennaio: 332 nuovi positivi, 6 persone decedute e 177 guariti