



ASSOCIAZIONE  
ITALIANA  
ARBITRI

NUMERO 04/2018

# L'ARBITRO

Rivista fondata nel 1924 da G. Mauro e O. Barassi

Pubblificazione periodica Autorizzazione del Tribunale di Roma n° 499 del 01/09/89 - Poste Italiane S.p.A. - Sped. in abb. postale - 70% Roma/Aut. N. 46 - art. 1, comma 2, DCB Roma



*La forza dell'AIA*

"l'Arbitro della Federazione Italiana Giuoco Calcio" è una pubblicazione periodica, registrata presso il Tribunale di Roma n. 499/1989 dal 01/09/1989

## Direttore

Marcello Nicchi

## Direttore Responsabile

Carmelo Lentino

## Comitato di Redazione

Narciso Pisacreta, Umberto Carbonari, Maurizio Gialluisi, Stefano Archinà, Michele Conti, Giancarlo Perinello, Alberto Zaroli, Alfredo Trentalange, Francesco Meloni

## Coordinatori

Federico Marchi (Nord)

Omar Ruberti (Centro)

Paolo Vilardi (Sud)

## Referenti

<b>Abruzzo</b>	Benedetto Gasbarro
<b>Basilicata</b>	Leonardo Mastrodomenico
<b>Calabria</b>	Annunziato Conforti
<b>Campania</b>	Giuseppe Chioccola
<b>Emilia Romagna</b>	Simona Tirelli
<b>Friuli Venezia Giulia</b>	Caterina Pittelli
<b>Lazio</b>	Giorgio Ermanno Minafra
<b>Liguria</b>	Manuela Sciuotto
<b>Lombardia</b>	Dario D'Onofrio
<b>Marche</b>	Cristiano Carriero
<b>Molise</b>	Matteo Quici
<b>Piemonte Valle d'Aosta</b>	Chiara Perona
<b>Puglia</b>	Domenico Savino
<b>Sardegna</b>	Vincenzo Serra
<b>Sicilia</b>	Giuseppe La Barbera
<b>Toscana</b>	Lorenzo De Robertis
<b>CPA Trento</b>	Massimo Tedoldi
<b>CPA Bolzano</b>	Luca Maria Di Paolo
<b>Umbria</b>	Antonio D'Angelo
<b>Veneto</b>	Filippo Faggian

## Direzione e redazione

Via Campania, 47 - 00187 ROMA  
tel. 06 84915026 / 5041 - fax 06 84915039  
sito internet: [www.aia-figc.it](http://www.aia-figc.it)  
e-mail: [rivista@aia-figc.it](mailto:rivista@aia-figc.it)

 twitter: @AIA\_it

 twitter: @AIA\_IArbitro

 [instagram.com/aia\\_it](https://www.instagram.com/aia_it)

 @aiafigc

## Realizzazione grafica e stampa

Grafiche Marchesini s.r.l.  
Via Lungo Bussè, 884 - Angiari/Verona  
[www.grafichemarchesini.it](http://www.grafichemarchesini.it)  
[info@grafichemarchesini.it](mailto:info@grafichemarchesini.it)

Pubblicazione periodica Autorizzazione del Tribunale di Roma n° 499 del 01/09/89 - Poste Italiane S.p.A. - Sped. in abb. postale -70% Roma Aut. N. 46 - art. 1, comma 2, DCB Roma  
Filiale di Roma  
ISSN 1974-2657

Tiratura 33.000 copie

Gli articoli della rivista "l'Arbitro" della FIGC possono essere riprodotti, ma dietro autorizzazione dell'AIA, su qualsiasi pubblicazione italiana o straniera, alla esplicita condizione che ne sia citata la fonte.



## Marcello Nicchi: "Tornati al centro del progetto federale"

di Federico Marchi

# 4

- 8** Il ricordo dell'ex arbitro internazionale Luigi Agnolin
- 9** Roberto Rosetti nominato Chief Refereeing Officer della UEFA
- 10** CAN A, Rizzoli: "L'obiettivo del VAR è correggere il 'chiaro' errore"  
di Paolo Vilardi
- 12** CAN B, Morganti: "Tutto l'impegno nell'ultimo step prima della vetta"  
di Chiara Perona
- 14** CAN PRO, Giannoccaro: "La terna arbitrale deve affrontare la gara in simbiosi"  
di Simona Tirelli
- 16** CAN D, Trefoloni: "Pensare e vivere 'per tre' ogni singola gara"  
di Manuela Sciuotto
- 18** CAI, Gervasoni: "Emozionatevi e vivrete un'esperienza di alto livello"  
di Filippo Faggian
- 20** CAN 5, Montesardi: "Commissione coesa e arbitri carichi per la Stagione"  
di Lorenzo De Robertis
- 22** CAN BS, Caruso: "È stata la Stagione della crescita del nostro movimento"  
di Omar Ruberti
- 25** 25 - Massimo Busacca ospite al raduno del CRA Lombardia  
di Dario D'Onofrio
- 26** 26 - SETTORE TECNICO, Focus sulla nuova relazione degli osservatori
- 27** Trentalange ai Mentor: "Insegnate ad aprire canali di comunicazione"  
di Lorenzo D'Ilario
- 28** Analisi e confronto a inizio Stagione con i Presidenti CRA/CPA
- 29** Incontro con i Responsabili di settore dei CRA/CPA
- 30** I NUOVI CRA  
Umbria, Luca Ciancaleoni: "energia, forza interiore, sacrificio"  
di Antonio D'Angelo
- 31** Basilicata, Enzo Gallipoli: "Il giusto mix è divertimento e passione"  
di Leonardo Mastrodomenico
- 32** Il ministro degli affari regionali Erika Stefani al Raduno della Sezione di Vicenza
- 33** La comunità dell'Ecuador alla scoperta del mondo arbitrale ligure  
di Anna Vitiello
- 34** I raduni precampionato "interregionali"
- 35** L'incontro di un giovane associato con l'ex internazionale Vautrot
- 36** Gli arbitri di Castelfranco Veneto in campo per l'autismo
- 38** RefereeRUN, al via la quarta Stagione
- 39** I 62 anni di tessera di Francesco Ghirardello  
di Dario Merante
- 40** L'arbitro Sabrina Defilippi alla semifinale di Miss Mondo Italia  
di Alessandro De Lucia
- 42** L'AIA al passo con l'innovazione e la trasformazione digitale  
di Davide Saglietti
- 43** Commissione Esperti Legali, la squadra che tutela gli associati  
di Alessandro Girolami
- 45** I cento anni di Giacomo Raimondo con il tricolore sempre nel cuore
- 46** Il riconoscimento di alcune emozioni e la loro gestione  
di Eva Iorio
- 48** L'importanza del giusto recupero e del riposo nell'attività sportiva  
di Angelo Pizzi
- 50** L'Abilità di ripetere accelerazioni ad alta intensità



## *Una “nuova” Federazione*

Con l'elezione di Gabriele Gravina a Presidente della FIGC si apre un periodo nuovo, che sono certo darà vita ad una “nuova” Federazione.

Il calcio va riformato, è sotto gli occhi di tutti, ma le riforme devono essere fatte bene, e non per forza in fretta.

Convintamente abbiamo sostenuto l'elezione a Presidente Federale di Gravina che, come aveva previsto, è stato eletto con oltre il 90%. Un vero e proprio plebiscito, quel 97,2% rappresenta una reale voglia di cambiamento, anche e soprattutto rispetto ad un periodo “buio” del nostro calcio.

Ci siamo meritati il Commissariamento, forse, ma non quello che il Commissariamento ha portato. Anche alla nostra stessa Associazione.

Noi, nei confronti della Federazione, ripartiamo da quello che ho detto quel 19 febbraio a Roberto Fabbricini: i problemi ci sono, le cose da fare anche. Però non si preoccupi, Gravina: gli arbitri sono preparati, organizzati, apprezzati ovunque. I nostri arbitri sono un riferimento per lo sport. Noi siamo, e saremo, compatti attorno al nuovo Presidente ed alla nuova Governance federale.

Vogliamo garantire le regole, come sempre abbiamo fatto nella storia della nostra Associazione, non siamo gente che vuole disfare ma persone che vogliono continuare a migliorare le cose ed a migliorarsi.

Si apre una nuova pagina, che vi racconteremo. Sono certo che sarà una bella pagina di storia dell'AIA e del calcio italiano.

**Marcello Nicchi**





**Marcello Nicchi:** “Tornati al centro del progetto federale”

## A Grosseto la riunione dei Presidenti di Sezione

di Federico Marchi

**S**ono state due giornate dense di contenuti quelle che, il 6 e 7 Ottobre scorsi, ha visto riuniti a Grosseto i 209 Presidenti di Sezione italiani ed i 20 Presidenti dei Comitati Regionali Arbitri e dei Comitati Provinciali di Trento e Bolzano. Un appuntamento tradizionale, durante il quale sono state affrontate tematiche tecniche ed associative su cui basare la Stagione Sportiva da poco iniziata. Ad aprire i lavori dell'Assemblea è stato il Presidente dell'Associazione Italiana Arbitri Marcello Nicchi: “La soddisfazione è quella di sentirsi in un ambiente bello e sano – ha detto – Per fare un’attività come la nostra serve una grande forza ma soprattutto una grande passione. Ognuno di voi potrà dire di aver scritto una pagina importante della storia della rispettiva Sezione. Un ringraziamento – si è rivolto alla platea - va a tutte le vostre famiglie che vi supportano sempre”. Doveroso anche un accenno alla situazione federale, dopo mesi di importanti prese di posizione da parte dell'AIA: “L'Associazione Italiana Arbitri è tornata al centro del progetto federale – ha specificato Nicchi - Abbiamo combattuto per i nostri diritti ed abbiamo vinto una battaglia di onestà, di regole e di regola-

menti che non ha pari. È stata un'estate complicatissima ma, tutti assieme, siamo riusciti a difendere la nostra autonomia. L'AIA parla con fatti compiuti”. Immane un ricordo di tre ex arbitri internazionali e dirigenti recentemente scomparsi: Sergio Gonella, Luigi Agnolin e Claudio Pieri. Durante l'Assemblea organizzativa e tecnica sono intervenuti anche i Responsabili di tutti gli Organi



Nicchi, Pisacreta e Trentalange



I Componenti del Comitato Nazionale

Tecnici Nazionali che hanno tracciato un bilancio dell'attività svolta anche attraverso la proiezione di filmati della Stagione Sportiva. Hanno quindi preso la parola Nicola Rizzoli (CAN A), Emidio Morganti (CAN B), Danilo Giannoccaro (CAN PRO), Matteo Trefoloni (CAN D), Andrea Gervasoni (CAI), Angelo Montesardi (CAN 5) e Marcello Caruso (CAN BS). "Portate ai ragazzi gli esempi positivi che giungono dagli arbitri della CAN A" ha detto Rizzoli che ha poi proposto un video che mostra il lato più umano dei direttori di gara. Un saluto è stato portato anche dal rappresentante degli arbitri in attività Gianluca Rocchi. "Cercate nei ragazzi la fame di arbitraggio - ha detto il fischietto italiano dei Mondiali in Russia - ovvero coloro che arbitrano il sabato o la domenica ed il lunedì vorrebbero già scendere di nuovo in campo".

Un'approfondita analisi dell'organico arbitrale, con differenze e variazioni per territorio, è stata poi proposta dal Vicepresidente dell'AIA Narciso Pisacreta che ha parlato anche di prospettive future, della necessità della continua ricerca di qualità ed eccellenza, di reclutamento e della convenzione con il

MIUR. Un intervento motivazionale in cui si è posto l'accento sul lavoro da portare avanti con i giovani arbitri e sulla giusta maniera di accompagnarli nel loro percorso. "In nessuna federazione sportiva italiana gli arbitri hanno diritto di voto - ha concluso Pisacreta - in questo siamo un'eccezione positiva". Ampia la parte riservata al Settore Tecnico, con il Responsabile Alfredo Trentalange che ha illustrato l'attività svolta dai vari Moduli durante la fase che ha preceduto l'inizio dei Campionati, a partire dai raduni degli Organi Tecnici Nazionali fino a quelli regionali e sezionali, annunciando poi i prossimi appuntamenti in programma relativi all'OA DAY e al progetto Mentor & Talent. "Già negli scorsi anni abbiamo detto che i Presidenti di Sezione debbano essere considerati parte integrante del Settore Tecnico" ha detto Trentalange, che ha poi presentato la nuova relazione degli osservatori. "Avere una relazione che funziona alla stessa maniera dalla CAN A fino al livello sezionale è da considerarsi un grandissimo successo" ha precisato, cedendo poi la parola al Responsabile del Modulo Perfezionamento e Valutazione Enzo Meli "Questa nuova relazione è nata



Il premio a Gianluca Rocchi



L'intervento di Nicola Rizzoli

da un confronto avuto con gli stessi osservatori durante i raduni e gli incontri avuti in tutt'Italia – ha detto Meli - Dalle osservazioni e dai feedback che giungeranno nei prossimi mesi potrà essere ulteriormente sviluppato in futuro”.

I Presidenti di Sezione presenti in sala sono poi stati coinvolti nell'analisi di una serie di video (di calcio, futsal e beach soccer) sotto la guida dei Viceresponsabili del Settore Tecnico Duccio Baglioni (Centro) e Francesco Milardi (sud) il quale ha anche toccato l'aspetto della preparazione atletica. “A Sportilia quest'estate abbiamo svolto un incontro con i referenti della preparazione atletica di tutti i CRA e CPA – ha spiegato – L'obiettivo era quello di fornirgli le disposizioni nazionali, in modo che poi a cascata venissero portate a livello periferico fino

alle Sezioni. E' inoltre importante utilizzare tutto il materiale prodotto e reso disponibile tramite il sito dell'AIA”.

Il nuovo materiale per il corso arbitri è stato invece affrontato da Katia Senesi, Responsabile del progetto Mentor & Talent. “Si tratta di strumenti didattici studiati per i destinatari, ovvero i ragazzi – ha detto – si è infatti cercato di stimolare il loro interesse e il confronto sulle regole e le situazioni di giuoco proposte”. “Riponete grande attenzione alle persone che andranno a tenere i corsi arbitro perché hanno un ruolo formativo fondamentale – è intervenuto Trentalange – Come Settore Tecnico stiamo pensando anche di organizzare una mezza giornata alla quale invitare le persone che saranno delegate a tenere i corsi. Non dimentichiamoci di dire ai ragazzi di leggere il Regolamento cartaceo e non limitarsi solo all'analisi dei filmati”. “Il Regolamento, aggiornato con le ultime novità, è già disponibile on line sul sito dell'AIA – ha aggiunto a tal riguardo il Presidente Nicchi – Inoltre sono in stampa i nuovi volumi, ne sono stati ordinati 40 mila”.

In precedenza erano intervenuti tutti i Componenti del Comitato Nazionale dell'AIA, ognuno dei quali ha trattato alcuni focus specifici: Stefano Archinà (tesseramento), Umberto Carbonari (forza arbitrale rapportata al numero di gare sui territori), Michele Conti (rimborsi spese), Maurizio Gialluisi (aspetti economici e burocrazia finanziaria), Giancarlo Perinello (norme federali e normativa privacy), Alberto Zaroli (criteri economici di designabilità e realtà numerica associativa).

Nel corso della due giorni, per affrontare gli aspetti strettamente correlati agli strumenti informatici e rispondere ai quesiti posti dai presenti in sala, è intervenuto il Responsabile del Servizio Informatico Simone Mancini. I risultati del lavoro dell'Osservatorio Violenza ai danni degli arbitri sono stati invece





presentati dal Responsabile Filippo Antonio Capellupo, che ha ringraziato le regioni per il lavoro svolto in questa attività. Le categorie più delicate rimangono la Seconda e la Terza, mentre è stato sottolineato come le violenze provengano nella maggior parte dei casi da tesserati. La regione migliore sotto questo punto di vista, con nessun caso di violenza registrato, è risultata essere il Friuli Venezia Giulia. Durante l'Assemblea sono stati trasmessi alcuni video, relativi all'attività tecnica ed associativa dell'AIA, curati dal direttore della rivista "L'Arbitro" Carmelo Lentino. Un contributo è stato portato anche dal Responsabile della Commissione Esperti Legali Valerio Di Stasio. Spazio poi al progetto della Referee Run presentato dal Responsabile eventi Alessandro Paone. Durante la giornata conclusiva si sono svolte le premiazioni, con le benemerenze del Sin (presente con il Viceresponsabile Alberto Petrelli) assegnate alle Sezioni di Ariano Irpino, Barletta, Castelfranco Veneto, Catanzaro, Ciampino, Como, Firenze, Legnano, Reggio Emilia, Albenga, Grosseto, Sulmona. Consegnati anche i premi nazionali a Gianluca Rocchi, Giuseppe Centrone, Rito Briglia, Valerio Di Stasio, Alessandro Pizzi e Bruno Surace. Un rico-



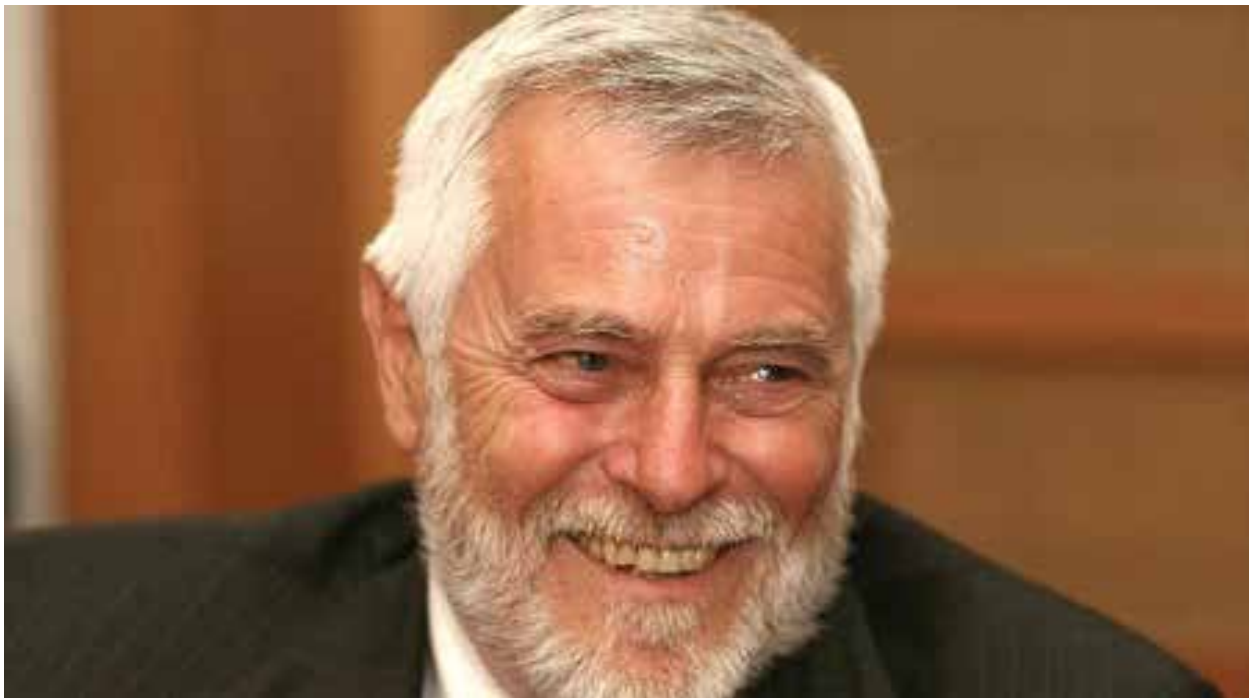
Marcello Nicchi

noscimento speciale è stato consegnato al Componente del Comitato Nazionale dell'AIA Giancarlo Perinello per il lavoro svolto nella delicata estate appena conclusa.



Alfredo Trentalange





**Scamparo l'ex internazionale e Commissario Straordinario**

## **Luigi Agnolin, l'arbitro di Italia '90**

**U**n uomo ed un arbitro di grande personalità, questo era Luigi Agnolin, scomparso recentemente all'età di 75 anni.

Chi lo ha conosciuto personalmente non può non ricordarne le grandi doti, anche e soprattutto di uomo di sport.

Ex arbitro internazionale è stato, negli anni '80, uno dei "fischietti" più famosi ed apprezzati, sia in campo che fuori.

Figlio d'arte (il padre Guido arbitrò 155 partite di serie A), ha diretto 226 gare in Serie A in cui esordì il 18 marzo 1973 in Fiorentina-Cagliari (3-0). Nominato arbitro internazionale nel 1978, rappresentò l'Italia al Campionato mondiale di calcio 1986 ed a quello di Italia '90. Nell'87 diresse la finale di Coppa delle Coppe (Ajax-Lokomotiv Lipsia 1-0), nell'88 quella di Coppa dei Campioni (Psv Eindhoven-Benfica 6-5 ai calci di rigore).

Nel 1980 era stato insignito del prestigioso Premio Nazionale "Giovanni Mauro".

Tra il 1990 e il 1992 ha ricoperto il ruolo di Commissario della CAN C, prima di lasciare l'Associazione.

Direttore generale della Roma (1994), amministratore delegato del Venezia (1999-2000) e del Verona (2000-

2001), nel 2006 fu Commissario straordinario dell'AIA, scelto da Guido Rossi per guidare l'Associazione Italiana Arbitri dopo l'inchiesta "Calciopoli" portò alle dimissioni dell'allora presidente Tullio Lanese. È stato anche Presidente del Settore giovanile e scolastico della Figc, fino ad agosto 2017. Dal 2011 al giugno 2013 ricoprì la carica di direttore generale del Perugia. Dell'esperienza che ha vissuto da Commissario Straordinario dell'Associazione ci piace ricordare lo stage "Arbitro più" che volle organizzare ad Albarella, riservato a 60 arbitri con un'età compresa tra i 18 ed i 22 anni. Molti di loro hanno militato o stanno militando negli Organi Tecnici Nazionali.

**CL**







## Roberto Rosetti nominato Chief Refereeing Officer della UEFA

**R**oberto Rosetti è il nuovo Chief Refereeing Officer della UEFA. In carriera è stato un arbitro internazionale dal 2002 al 2010. Il momento clou è arrivato durante UEFA EURO 2008, dove ha arbitrato la gara di apertura tra Svizzera e Repubblica Ceca, e soprattutto la finale tra Spagna e Germania. Roberto Rosetti, 50 anni, è stato responsabile per l'implementazione del progetto Video Assistant Referees alla recente Coppa del Mondo disputata in Russia. Precedentemente in Italia era stato Responsabile della CAN B e della CAN PRO. Accettando il ruolo di Chief Refereeing Officer, Rosetti assumerà anche la carica di Presidente del Comitato Arbitrale. "Quella di Roberto Rosetti è stata una scelta naturale per la sua grande esperienza - ha commentato Aleksander Čeferin - Sono sicuro che presiederà il Comitato con passione ed entusiasmo". Roberto Rosetti ha assunto questo ruolo succedendo a Pierluigi Collina che, in carica dal 2010, si è infatti dimesso da tale incarico per motivi personali. In questi anni, come ha dichiarato lo stesso sito ufficiale della UEFA, ha raggiunto importanti risultati, tra i quali anche l'istituzione del Centro di Eccellenza Arbitrale (CORE). Durante il suo mandato

sono stati attuati importanti progetti per sviluppare gli standard tecnici, tattici, atletici e nutrizionali. "Desidero ringraziare Pierluigi Collina per l'impegno dimostrato in questi anni e per ciò che ha portato al calcio europeo come Chief Refereeing Officer" ha dichiarato il presidente UEFA Aleksander Čeferin. "È stato un privilegio lavorare con questo ruolo nella UEFA negli ultimi 8 anni - ha detto Collina - Sono molto orgoglioso dei risultati ottenuti insieme ai miei colleghi e al UEFA Referees' Committee. Desidero ringraziare la UEFA per il forte sostegno dato al movimento arbitrale in questi anni e tutti gli ufficiali di gara per il loro pieno impegno". "È un grande onore accettare questo incarico - ha detto Rosetti - La UEFA negli ultimi anni ha aperto la strada allo sviluppo degli arbitri, non vedo l'ora di affrontare questa sfida continuando il lavoro e migliorando sempre di più insieme al presidente, ai miei colleghi arbitri, al Comitato e a tutta l'organizzazione".





## RADUNO CAN A

# Rizzoli: “L’obiettivo del VAR è correggere il ‘chiaro’ errore”

di Paolo Vilardi

Il raduno di inizio campionato di arbitri e assistenti della CAN A si è svolto nella location di sempre, Sportilia, dal 27 luglio all’1 agosto. Argomento cardine è stato il VAR, che in Italia ha da pochi mesi iniziato la sua seconda annata sportiva. Dopo la Stagione d’esordio, quindi, nello stage si è focalizzata l’attenzione su tutti quegli accorgimenti che possano ottimizzare l’utilizzo dello strumento. A tal fine importanti sono state le precisazioni del Responsabile della Commissione, Nicola Rizzoli, e dei Componenti Gabriele Gava e Andrea Stefani, che hanno invitato i presenti, quando impegnati come VAR o AVAR, a ben discernere l’interpretazione degli episodi di gioco da parte dell’arbitro, solitamente da supportare dalla cabina dei monitor, a una situazione oggettiva di errore, il “chiaro errore”, per cui il direttore di gara, su comunicazione dei colleghi, può ricorrere alla revisione in campo.

Sempre per quanto riguarda la Video Assistant Referee, Nicola Rizzoli, ha posto in risalto alcune statistiche molto confortanti della Stagione che ha chiuso i battenti lo scorso giugno, tra cui l’aumento del tempo effettivo di gioco nonostante le pause per

le revisioni e il confronto via auricolare. A riguardo sempre Rizzoli ha detto che “il timing è migliorato, soprattutto nella seconda parte della scorsa annata. Ripartiamo proprio da qui, con l’obiettivo di rendere più uniforme la soglia di intervento, ricordandoci sempre che l’obiettivo di questa Stagione è correggere solo gli errori evidenti, prendendo anche spunto dall’ultimo Mondiale di Russia”.

Gli allenamenti, in tale ottica, non sono stati solo... “atletici”, ma anche mirati ad acquisire dimestichezza con lo strumento. Gran lavoro, pertanto, al simulatore VAR, installato nella cabina dello stadio principale di Sportilia, dove sono state riviste clip delle partite dello scorso campionato su situazioni per cui andava seguito il protocollo della Video Assistant Referee.

In aula, come consuetudine, sono state trattate le varie argomentazioni tecniche, disciplinari e comportamentali. Anche quest’anno arbitri e assistenti sono stati suddivisi in gruppi di lavoro, che hanno dibattuto su un particolare argomento, poi commentati nei giorni successivi dal responsabile del gruppo.

Quindi, riallacciandoci a quanto riferito in apertura,



focus sull'utilizzo del VAR nelle situazioni dubbie, affinché lo strumento non venga inflazionato, con tanto di video test, consistenti nella visione di clip del campionato 2017 – 2018, episodi di gioco per cui i testati dovevano indicare su apposito modulo la decisione tecnica e disciplinare, nonché l'eventuale modalità di utilizzo del VAR.

C'è da porre in risalto la novità assoluta. Quello che si è svolto a fine luglio a Sportilia è stato il primo stage precampionato dove alcune clip sono state commentate in lingua inglese, in ottica futuristica e al passo con i tempi, per i tanti associati internazionali e per quanti sono in procinto di diventarlo.

Durante i lavori c'è stato l'omaggio della platea alla squadra arbitrale reduce dai Mondiali di Russia: Gianluca Rocchi, Massimiliano Irrati, Paolo Valeri, Daniele Orsato, Elenito Di Liberatore e Mauro Tonolini. Tutti hanno raccontato l'avventura dal proprio punto di vista, qualche aneddoto, le emozioni vissute, con tanto di feedback delle loro gare, usati per il perfezionamento tecnico dei presenti in aula, arbitri e assistenti di Serie A e B.

E' intervenuto anche Angelo Pizzi, responsabile del modulo biomedico del Settore Tecnico e dell'AIA e medico sociale di tutta la "squadra" arbitrale di Russia 2018, designato dalla FIFA: "Un'esperienza un po' faticosa dal punto di vista professionale, ma molto entusiasmante e gratificante, anche alla luce dei risultati ottenuti. L'impegno non è mancato, essendo stati presenti 109 tra arbitri e assistenti e 50 persone dello staff, ma si è trattato di infortuni non gravi e recuperati in un breve lasso di tempo".

Significativa la sua metafora: "Il medico sociale è come il VAR, sempre a disposizione e con lo stesso principio: massimo risultato con la minima interferenza".



"Sarà un'altra Stagione di grandi soddisfazioni", ha detto invece ad arbitri e assistenti di Serie A il Presidente dell'AIA Marcello Nicchi, durante il suo saluto di inizio campionato. Un messaggio che sa di carica motivazionale, per un campionato da poco iniziato. Nicchi, con lui il Segretario dell'AIA Francesco Meloni, ha posto in risalto alla platea gli attestati di stima che sono giunti all'Associazione Italiana Arbitri dopo i Mondiali di Russia: "Abbiamo dato insegnamenti 'veri' a tutti, non solo tecnici, ricevendo tante congratulazioni". Questa la sua conclusione: "Sono sicuro che ci farete trascorrere belle domeniche e bei momenti di sport. Vi abbiamo nel cuore e continueremo ad avervi nel cuore, per l'impegno che profondete nel ricambiare in pieno la nostra fiducia".

Concludiamo con il messaggio che Nicola Rizzoli ha rivolto al gruppo per rinfrancare lo spirito di squadra: "La condivisione del successo è il ritorno più appagante della vostra carriera". Ed ancora: "Ognuno deve fare del proprio meglio. Questo deve essere l'obiettivo, per garantire la qualità che il calcio da noi si aspetta".







## RADUNO CAN B

# Morganti: “Tutto l’impegno nell’ultimo step prima della vetta”

di Chiara Perona

**N**ella settimana compresa tra il 30 luglio ed il 4 agosto arbitri ed assistenti in organico CAN B hanno preso parte a Sportilia al primo appuntamento ufficiale della Stagione.

Lo stage precampionato rappresenta per tutte le commissioni un momento fondamentale al fine di porre le basi in vista del campionato alle porte, un’occasione di aggiornamento, confronto e controllo fisico-atletico, volto ad uniformare l’operato di tutti coloro che scenderanno in campo, in particolare dei colleghi provenienti da altro organo tecnico e, anche, da altro ruolo.

Ed infatti, grande attenzione è stata dedicata ai primi anni dalla Commissione presieduta dal Responsabile Mimì Morganti, che, insieme ai suoi Componenti Christian Brighi e alla new entry Riccardo Di Fiore, alla sua prima esperienza dirigenziale dopo un importante trascorso da assistente internazionale, ha improntato diverse sessioni didattiche sulla visione di episodi di gare dirette in Serie C sul finire della passata stagione da parte dei neoimmessi. “Vivete l’approdo in questa commissione come un alpinista vive il raggiungimento del campo base:

sarà un punto di passaggio e, al tempo stesso, il raggiungimento di un obiettivo importante, l’ultimo step prima della vetta. Mettersi in gioco senza timore, sempre rimanendo nel solco tracciato, porta alla crescita come singoli e del gruppo intero” ha sottolineato Morganti.

Proprio nell’ottica della ricerca del miglioramento e dell’uniformità con l’élite costituita dai direttori di gara del massimo campionato, i primi due giorni di raduno sono stati svolti unitamente all’organico CAN A, lavorando specificamente nell’ottica del regolare impiego in qualità di VAR ed AVAR, oltre che di quarti ufficiali, degli arbitri CAN B. A tal proposito un’apposita VAR room è stata predisposta nel centro tecnico di Sportilia al fine di consentire agli arbitri di familiarizzare con il nuovo ed importante strumento, mediante la visione di frammenti di gare, simulando quanto avverrà nel corso delle competizioni ufficiali. In questa fase della preparazione, prima dell’apertura ufficiale del raduno, il Responsabile del Modulo Perfezionamento e Valutazione del Settore Tecnico, Enzo Meli, ha illustrato i contenuti della Circolare 1, il documento annuale afferente le modifiche appor-



tate al Regolamento del Gioco del Calcio.

Dal 1° agosto, presente anche una ristretta rappresentanza arbitrale della federazione libica, che come molte altre realtà calcistiche internazionali ha richiesto il supporto dell'AIA per fornire un input formativo ai propri più validi fischietti, spazio all'apertura ufficiale, con un susseguirsi di attività sul campo ed in aula.

Il primo pensiero, sincero e toccante, è però andato all'indimenticato Stefano Farina, già commissario CAN B, a cui recentemente è stata intitolata l'aula magna del centro tecnico di Sportilia.

Accomodati in aula i 27 arbitri ed i 42 assistenti, la slide di apertura presentava un vero stream of consciousness, un flusso di pensieri, tratto dalle dichiarazioni rese da Stefano nel corso di alcune interviste, che ben si attagliano a cosa significhi vivere l'associazione, intendendo i cambiamenti come opportunità, mantenendo sempre vivi entusiasmo, sana ambizione ed attaccamento al gruppo.

Un momento toccante e fortemente motivazionale per la squadra CAN B, che ha poi iniziato la parte tecnica dello stage sotto la guida della Commissione: DOGSO, SPA, condotta violenta, gravi falli di gioco, cooperazione all'interno del team arbitrale sono solo alcune delle tematiche trattate nel dettaglio da Morganti, che ha più volte sottolineato l'importanza della preparazione alla gara.

"Il briefing ci consente di approcciare con la giusta serenità il match, di trovare la concentrazione che ci farà entrare appieno nel clima della gara. Siete arbitri di grande talento ed esperienza, troverete voi il modo più giusto di condurlo, secondo la vostra sensibilità, in un'ottica di condivisione delle informazioni per il raggiungimento di performance di successo per tutto il team."

Significativi anche gli interventi dei Componenti, con Christian Brighi a portare l'esperienza delle sue oltre 100 presenze in Serie A e Riccardo Di Fiore, che – da subito a proprio agio nella veste di organo tecnico – ha trasmesso preziosi insegnamenti al gruppo degli assistenti.

Particolare attenzione è stata, poi, rivolta alla gestione della comunicazione, sia nel corso dei lavori in aula, che durante gli allenamenti sul campo. Infatti, il professor Lucarelli, insieme allo staff dei preparatori atletici, nel corso delle sedute di allenamento, sempre differenziate a seconda del ruolo, ha dato corso a specifiche simulazioni, mediante l'utilizzo degli auricolari e, per gli assistenti, con esercizi volti a testare la freschezza

atletica e la reattività.

Nell'ultima serata del raduno, sempre molto attesa, la squadra CAN B ha ricevuto la visita del Presidente AIA Marcello Nicchi che, anche in questa occasione, non ha fatto mancare la sua presenza. Con grande carica e la consueta energia, ha spronato tutti i ragazzi a dare il massimo, nella consapevolezza che la compattezza del gruppo riveste fondamentale importanza, anche e soprattutto in una Commissione che designa un campionato importante come la Serie B: "Create feeling con i vostri colleghi e con la vostra Commissione, i problemi si risolvono se si è insieme, se si fa squadra l'uno al fianco dell'altro. L'AIA è un'associazione libera e trasparente, date il massimo per raggiungere la vetta, ma siate attenti ai comportamenti: anche nei momenti di difficoltà, siate sempre rispettosi del gruppo".

Una settimana di lavoro tanto intenso quanto proficuo, che ha evidenziato la preparazione dei singoli e la compattezza di una squadra pronta a dare il meglio sui campi di tutta Italia.







## RADUNO CAN PRO

# Giannoccaro: “La terna arbitrale deve affrontare la gara in simbiosi”

di Simona Tirelli

Il raduno della CAN PRO che si è svolto dal 21 al 26 luglio scorso, ha dato il via alla serie di stage pre-campionato di arbitri ed assistenti inseriti nell'Organo Tecnico Nazionale. Nella consueta e storica location di Sportilia, i convocati si sono ritrovati per sviscerare attentamente aspetti tecnici e per preparare al meglio la nuova stagione 2018/2019 avvalendosi di un'accurata video analisi del Settore Tecnico e della Commissione capitanata da Danilo Giannoccaro. Nella sala conferenze, intitolata a Stefano Farina, il Responsabile CAN PRO ha ufficialmente aperto i lavori, dando il benvenuto a tutti i presenti e presentando dapprima la sua squadra formata dai confermati Paolo Calcagno, Maurizio Ciampi e Renato Faverani, ai quali si è aggiunto il neo componente Antonio Damato. Quest'ultimo ha dichiarato di essere orgoglioso di far parte di questo team in veste di dirigente, (dopo essere passato da poco dal “campo” alla “scrivania”) ringraziando l'AIA di questa opportunità. Altrettanta importanza è stata dedicata alla parte atletica, per un raduno che è risultato molto soddisfacente anche sotto questo punto di vista. “Vi siete preparati al meglio lavorando duramente fin da subito e dimostrando una preparazione atletica encomiabile; sono contento delle risultanze atletiche” - ha commentato Giannoccaro - esortando i presenti

nel continuare a curare tutti i particolari.

La parte tecnica ha visto l'ausilio di filmati esemplificativi, che hanno spaziato da casi di mass confrontation, a condotta violenta, esultanze, falli di gioco, DOGSO, falli di mano, ecc.. dove i concetti di reattività e squadra sono stati alla base di tutti i dibattiti. “Arbitri ed assistenti devono essere tempestivi nel gestire le situazioni, fraporsi fra i calciatori contendenti, se richiesto, ed osservare dal punto di vista migliore, valutando se agire o meno disciplinarmente. Il rapporto arbitro assistente è difatti una cooperazione che non deve mai mancare. Si è una squadra ed in quanto tale si deve rimanere sintonizzati sullo stesso metro sanzionatorio vivendo la partita in simbiosi”.

Il duo Calcagno - Faverani ha più volte rimarcato agli assistenti, vecchi e neo-immessi, che devono dare agli arbitri solo certezze, sottolineando che “certezza” non è sinonimo né di sintomo, né di forte percezione, né di ampia convinzione.

Per avanzare nell'introduzione delle tecnologie, i quiz regolamentari hanno trovato una sperimentazione digitale: arbitri ed assistenti hanno abbandonato “carta e penna” in favore di telecomandi clicker con cui hanno potuto rispondere ai quesiti sottoposti dal Settore Tecnico sul regolamento del gioco del calcio e regolamento associativo.



Di tecnologia ha parlato anche il Presidente dell'Associazione Italiana Arbitri, Marcello Nicchi, salito a Sportilia nel secondo giorno di raduno. "L'AIA è fulcro di un esperimento che ha coinvolto tutto il mondo e, dal quale è impossibile retrocedere". La Stagione da poco conclusa è stata trionfale – ha proseguito Nicchi – dove abbiamo portato avanti un anno innovativo che, tra qualche decina d'anni sarà storia; quella storia che studieranno i futuri arbitri e di cui voi farete parte. "Voi siete i gioielli dell'Associazione e ricordatevi che siete il futuro e non dimenticate che siete il presente."

Gli arbitri sono fantastici, con queste parole Marcello Nicchi ha voluto valorizzare il capitale umano di questa grande famiglia, dove uomini e donne si cimentano con passione, dedizione e sacrificio.

Capitale umano è anche l'espressione sottolineata a più battute da Alfredo Trentalange, responsabile del Settore Tecnico che ha raggiunto i ragazzi e la Commissione della giornata conclusiva del raduno.

"Tecnica, etica ed umanizzazione, dietro ognuno di noi, c'è uno spessore incredibile e molte volte non ci rendiamo realmente conto di ciò che ci è stato regalato: siate quindi generosi e regalate la vostra umanizzazione e il vostro know how".



"Siete una delle parti più formate dal punto di vista tecnico – ha chiosato Trentalange – e le vostre competenze sono da trasmettere a cascata nei CRA e nelle Sezioni, che si aspettano molto da voi anche dal punto di vista umano. Quello che si è concluso è stato un anno difficile, ma avete vinto come squadra, grazie anche all'alta qualità di questa commissione e del lavoro che ogni giorno non solo voi, ma anche tutte le componenti dietro le quinte svolgono meticolosamente".

Di questi giorni trascorsi insieme ad inizio stagione rimarranno sicuramente le emozioni, il team, i legami e la crescita umana, non solo da un punto di vista prettamente arbitrale e sportivo, ma anche e soprattutto come uomini e donne, pronti ad affrontare nuovi scenari e a confrontarsi al meglio per nuove ed avvincenti sfide.

## Stage tecnico-atletico per arbitri e osservatori CAN PRO a Tivoli Terme

A distanza di un mese dal raduno precampionato di Sportilia, gli arbitri della CAN PRO sono tornati a riunirsi per uno stage tecnico-atletico, dal 22 al 24 agosto, a Tivoli Terme (RM). "Nell'arbitraggio moderno ciò che più di ogni altra cosa distingue un arbitro di categoria superiore è la capacità di leggere gli eventi e di adeguare i propri interventi tecnici e disciplinari all'andamento della gara". Con queste parole il Responsabile della CAN PRO Danilo Giannoccaro ha posto l'accento sull'importanza di un'ottimale gestione della gara, precisando che "un arbitro intelligente non aspetta il fischio d'inizio per capire che tipo di partita sarà ma è in grado di percepire gli umori dei calciatori sin dal momento del riscaldamento". Numerosi i filmati proiettati in aula, che hanno dato spunto ad un confronto costruttivo e, soprattutto, fornito ai direttori di gara i criteri per raggiungere la più ampia uniformità tecnica possibile. Nel secondo giorno si sono uniti ai lavori anche gli osservatori arbitrali, ai quali sono state illustrate nel dettaglio la Circolare n°1/2018 e la nuova relazione in vigore dalla presente Stagione Sportiva. Tutti gli arbitri hanno sostenuto lo Yo-Yo Intermittent Recovery Test per verificarne la condizione atletica e sono stati sottoposti ai quiz tecnici alla presenza del Componente del Settore Tecnico Mario Mazzola. Inoltre, si è tenuta una preziosa riunione congiunta tra l'organico della CAN PRO e gli arbitri, gli assistenti e la Commissione della CAN B. "Avete a disposizione dei mezzi e delle tecnologie che noi non avevamo, dovete approfittarne. Non esistono scorciatoie, il lavoro è la strada più breve per arrivare all'obiettivo". Il Responsabile della CAN B Morganti ha così spronato tutti i direttori di gara a dare il massimo, prima di introdurre la tematica centrale della sua lezione tecnica: la collaborazione del quarto ufficiale. "Collaborare significa lavorare nella stessa squadra. Non vuol dire soltanto segnalare un fallo o controllare le panchine ma partecipare alla gara insieme al resto della squadra", ha aggiunto il Responsabile della CAN B, ricordando che "un evento eccezionale può avere una risposta eccezionale, che può provenire anche dal quarto ufficiale, non per forza dall'arbitro centrale o dagli assistenti". Infine, la visita istituzionale del Presidente dell'AIA Marcello Nicchi ha animato la giornata conclusiva del raduno. "Alla luce dell'incertezza più totale da parte delle Leghe sull'inizio dei Campionati mai come stavolta possiamo affermare che il calcio esiste perché ci sono gli arbitri". Con il consueto carisma che lo contraddistingue, Nicchi ha voluto sottolineare come il mondo arbitrale non sia mai stato toccato dalle numerose vicissitudini estive del calcio italiano. "Sono in rapporto continuo con tutte le Commissioni nazionali e so che smaniate dalla voglia di iniziare. D'altronde la classe arbitrale è sempre pronta, preparata e rispettosa delle regole", ha chiosato con orgoglio il Presidente.

LD'I



## RADUNO CAN D

# Trefoloni: “Pensare e vivere ‘per tre’ ogni singola gara”

di Manuela Sciotto

**L**a CAN D, guidata dal Responsabile Matteo Trefoloni, quest’anno si trova ad affrontare un Campionato difficile per la presenza di numerose squadre blasonate. Pertanto, di fondamentale importanza, è stato il raduno precampionato, svoltosi a Sportilia dal 18 al 24 agosto, finalizzato a dare una formazione completa, uniforme e a tutto tondo, non solo dal punto di vista tecnico, ma anche atletico, all’intero organico, suddiviso in tre differenti gruppi di lavoro.

La parte didattico-regolamentare si è svolta nella sala conferenze di Sportilia intitolata a Stefano Farina. Come affermato da Alfredo Trentalange, Responsabile del Settore Tecnico, la formazione si deve fondare su “tecnica, etica, organizzazione e umanizzazione” in quanto “sicuramente si cresce con la didattica, ma soprattutto con il confronto, che, per essere efficace, deve essere costruttivo”. Al fine di un’applicazione uniforme ed univoca del Regolamento, Vincenzo Meli, Responsabile del Modulo Perfezionamento e Valutazione del Settore Tecnico, anche con l’ausilio di filmati, a ciascun gruppo, in modo dettagliato e preciso, ha illustrato le novità introdotte dalla Circolare n. 1, soffermandosi sulla ratio che ha portato alle numerose

modifiche.

Un momento di fondamentale importanza per l’intero organico, è stata la formazione tecnica svoltasi in aula, con il metodo della match analysis, che ha dato la possibilità ai presenti di confrontarsi con la Commissione e di adeguarsi alle linee guida impartite da quest’ultima. Sono stati visti video quiz e posti specifici “focus”, su diverse tematiche; per gli assistenti principalmente sul fuorigioco, per gli arbitri invece, sotto la guida di Domenico Celi, Emilio Ostinelli, Francesco Paolo Saia e Riccardo Tozzi, sul posizionamento statico e dinamico, sul grave fallo di giuoco, sul DOGSO e sul briefing. Inoltre, grazie al sistema “Wyscout”, applicato all’intero organico, si è riusciti a fare didattica ad altissimo livello.

Gli osservatori svolgono un compito importante e nel contempo delicato in quanto non solo sono dei selezionatori, ma anche dei veri e propri formatori. Come affermato da Gianmario Cuttica insieme ai suoi collaboratori, i Componenti Silvia Tea Spinelli e Michele Di Ciommo, gli osservatori necessariamente devono avere la capacità d’individuare quegli arbitri e quegli assistenti che si distinguono dagli altri per determinate qualità, ma devono anche essere capaci, con la passione e la dedizione,





Tecnico, Francesco Milardi, hanno utilizzato strumenti di analisi multidisciplinare della forma fisica mettendo in relazione l'indice di massa corporea (BMI) con i risultati dei test atletici.

L'impegno del Responsabile Matteo Trefoloni e dell'intera Commissione per garantire una formazione completa, uniforme e a tutto tondo ed i risultati raggiunti, sono stati apprezzati dal Presidente dell'AIA Marcello Nicchi durante la visita istituzionale, che ha incoraggiato ed elogiato l'importante lavoro svolto.

di lasciare dei messaggi per far crescere i ragazzi, ponendosi sempre nell'ottica di esultare per un successo, che non sarà il proprio, ma quello della squadra arbitrale.

Durante il raduno, dal Responsabile della Commissione, Matteo Trefoloni, al fine di affrontare al meglio il Campionato, è stato sottolineato come sia gli assistenti sia gli arbitri devono vivere il proprio operato nel senso di squadra, iniziando a pensare in maniera diversa: "quando l'arbitro sbaglia, si perde in tre. Bisogna pensare per tre, vivere per tre, ogni singola gara." Per fare questo è necessario preparare la partita durante la settimana, sia fisicamente che mentalmente.

Dal punto di vista atletico, invece, l'organico, oltre ad essere impegnato nello svolgimento dei test fin dalle prime ore del mattino, è stato sottoposto a sedute specifiche di lavoro.

Gli arbitri, nel corso delle tre giorni di raduno, hanno alternato sedute di allenamento ad alta intensità, con l'obiettivo specifico di migliorare la capacità aerobica, a sedute defaticanti.

Gli assistenti, invece, sotto l'occhio vigile di Giorgio Niccolai, Massimo Biasutto, Stefano Papi, Giancarlo Rubino e Andrea Crispo, hanno compiuto delle simulazioni di gioco con lo scopo di migliorare corsa, postura e modalità di segnalazione.

Al fine di monitorare la performance atletica dell'intero organico, nel corso dell'intera Stagione Sportiva, dal momento che il peso influenza considerevolmente la prestazione durante la gara, i Componenti del modulo biomedico ed atletico, coordinati dal Vice Responsabile dell'area sud del Settore

Il Presidente, inoltre, ha voluto sottolineare come il Comitato Nazionale abbia posto grande attenzione alla crescita dell'arbitro-uomo, oltre che dell'arbitro tecnico "perché ciò che fa la differenza è quell'insieme di valori, doti morali ed umane".

Rivolgendosi agli arbitri: "Andate in campo sereni, quindi tranquilli e non abbiate paura di sbagliare perché ad aspettarvi ci saranno persone e squadre che non attendono altro che arrivi nei loro campi gente pulita con il sorriso addosso". Il Presidente Marcello Nicchi ha poi concluso esortando i ragazzi a raggiungere gli obiettivi che si sono prefissati. Grazie all'importante lavoro di formazione, sia tecnica sia atletica, svolta dal Responsabile della CAN D Matteo Trefoloni e dalla Commissione tutta, l'intero organico scenderà preparato in campo, pronto ad affrontare un Campionato che si preannuncia difficile.







## RADUNO CAI

# Gervasoni: “Emozionatevi e vivrete un’esperienza di alto livello”

di Filippo Faggian

**P**oter partecipare a uno dei consueti raduni di Sportilia significa per gli arbitri italiani essere arrivati a vivere un’esperienza di livello nazionale e la CAI, guidata dal Responsabile Andrea Gervasoni, rappresenta il primo gradino della scalata verso la vetta del calcio.

Dal 25 al 28 agosto scorsi si sono alternati osservatori e arbitri per il consueto raduno di inizio Stagione Sportiva sull’appennino toscano-romagnolo: “Vi è richiesto molto impegno ed è fondamentale coltivare la propria passione: emozionatevi e vivrete un’esperienza di alto livello”, ha detto Andrea Gervasoni, che ha voluto sottolineare a più riprese l’importanza di sapersi lasciare trasportare e guidare con fiducia e serenità. Proprio la serenità è stato uno dei temi approfonditi in sede di raduno: per giungere a decisioni prese serenamente si deve inevitabilmente passare attraverso una preparazione della gara puntuale grazie all’allenamento e allo studio delle squadre. “Mettetevi in gioco e cercate di arrivare nella miglior condizione psico-fisica a fischiare l’inizio della partita”, ha ribadito Gervasoni attraverso

l’illustrazione di diverse clip raccolte durante la scorsa stagione.

Importante il messaggio lanciato agli osservatori: “Siete preziosi per gli arbitri, rappresentate i loro formatori, dovete saper fornire feedback puntuali e precisi perché il confronto post-gara costituisce un momento fondamentale nella crescita tecnica e comportamentale” ha detto Maurizio Viazzi, Coordinatore degli osservatori interregionali.

Proprio agli osservatori ha parlato anche Alfredo Trentalange, Responsabile del Settore Tecnico presente allo stage: “Siate alfiere di quanto apprenderete in questo raduno. Portate la vostra esperienza in Sezione e condividete i concetti tecnici e regolamentari che emergeranno in questi giorni”. La nuova relazione elaborata dal Settore Tecnico è stata oggetto di approfondimento: si conferma la necessità di saper “fotografare” la gara in modo da dare all’Organo Tecnico di competenza informazioni precise sullo stato di forma dell’arbitro per poterlo impiegare nel migliore dei modi.

La concentrazione si attesta tra le doti più impor-



tanti sia per gli osservatori sia per gli arbitri: “Vi chiedo massima attenzione nel corso di tutti i 90 minuti per cercare di non perdere nessun dettaglio e per cogliere tutte le sfumature della gara”, ha detto Andrea Gervasoni a osservatori e fischiotti. Da non trascurare anche i comportamenti da mantenere: “Un arbitro CAI deve assumere un comportamento irreprensibile, deve dare il massimo e divertirsi”, così ha riferito Gervasoni, auspicando atteggiamenti equilibrati e autorevoli per tutta la durata della Stagione sottolineando che ogni arbitro porta sul petto il logo della Federazione e rappresenta l'intera Associazione dentro e fuori dal terreno di gioco. Anche il Presidente Marcello Nicchi ha incontrato gli arbitri della CAI sottolineando il grande lavoro svolto da tutta la Commissione: “Avete a disposizione dirigenti preparati e motivati che sanno trasmettervi strumenti operativi per migliorarvi: autonomamente deciderete voi il vostro futuro in base a quanto metterete in campo”. Grande sprono per gli arbitri CAI: “Nel tempo a vostra disposizione – ha continuato il Presidente Nicchi – dovrete essere in grado di dimostrare il vostro valore e le vostre abilità, mettendo in pratica i consigli e gli insegnamenti ricevuti gara dopo gara, raduno dopo raduno perché rappresentate il futuro dell'Associazione e dovete sognare in grande”. Introdotto e approfondito il tema del “between”, ossia la giusta prospettiva per valutare al meglio ogni situazione tecnica: per potersi trovare al posto giusto nel momento giusto è indispensabile garantirsi una preparazione atletica all'altezza. Ed è proprio grazie alla collaborazione del Modulo Preparazione Atletica del Settore Tecnico e dei preparatori che la Commissione Interregionale ha potuto testare le qualità atle-

tiche degli arbitri attraverso la somministrazione dei consueti test; accanto ad essi, spazio anche per allenamenti e perfezionamenti fisici specifici per migliorare reattività e qualità. “Dovete mettervi in gioco e fare uno step in più ricercando di migliorarvi sia tecnicamente sia athleticamente”, ha esortato il Responsabile della CAI; ha proseguito il discorso Gianluca Cariolato, Coordinatore degli arbitri: “A un arbitro CAI è richiesto qualcosa in più rispetto a quanto fatto sin d'ora, dovete affinare le vostre abilità senza mai smettere di curare la vostra crescita”. Vincenzo Meli, Responsabile del Modulo Perfezionamento e Valutazione del Settore Tecnico, e Antonio Latini, Componente del Settore

Tecnico, hanno curato l'aspetto didattico dapprima approfondendo la Circolare 1 della nuova Stagione e successivamente somministrando i quiz di routine. “Lo studio del Regolamento vi garantisce un background importante e solido: affrontare la gara con la certezza di non essere mai colti impreparati è importante”, ha detto Meli ai presenti. “La vostra prestazione è fatta di dettagli, di preparazione continua, di impegno e generosità – ha detto Andrea Gervasoni analizzando il percorso di un arbitro alla CAI – Partecipate tutti con gli stessi strumenti a una selezione trasparente e che vedrà premiare i migliori: non date mai nulla per scontato perché avete una Commissione che crede in voi e lavora costantemente per farvi crescere”.







## RADUNO CAN 5

# Montesardi: “Commissione coesa e arbitri carichi per la Stagione”

di Lorenzo De Robertis

**S**i è tenuto nella consueta cornice di Sportilia, centro tecnico delle colline forlivesi, il raduno precampionato della CAN 5. Una settimana intensa di lavoro, iniziata il 2 settembre, con l'organico sostanzialmente suddiviso in tre turni. Dapprima gli arbitri che sono ai primi anni alla CAN 5, a seguire quelli con maggiore esperienza e in conclusione gli osservatori arbitrali.

La Commissione, guidata per il terzo anno dall'avvocato brindisino Angelo Montesardi, è responsabile della formazione, della crescita e dell'impiego di un organico decisamente importante per i numeri. Infatti, sono ben 356 gli arbitri a disposizione e 114 gli osservatori arbitrali. Le categorie che vengono designate spaziano dal campionato di C5 di Serie A1, fino alle gare delle fasi nazionali degli allievi. In mezzo, migliaia di partite, panorami e scenari diversi. Livelli di difficoltà agonistica mai omogenei, aspetti territoriali e ambientali sempre complicati da interpretare.

Nel celebrare l'apertura del raduno Montesardi ha dato il benvenuto ai 45 arbitri neo immessi, complimentandosi per i risultati raggiunti, ma al tempo stesso allertandoli sulle difficoltà che da adesso in poi troveranno sulla loro strada.

“Eravate i più bravi nella vostra regione, adesso siete inseriti in un organico importante e dovete trovare in voi la forza di continuare a crescere”.

Appassionato ed emozionante, nella primissima fase del raduno è stato il caloroso saluto che il Responsabile del Settore Tecnico, Alfredo Trentalange, a Sportilia con il suo Vice Area Centro Duccio Baglioni e il Coordinatore del Settore Tecnico Marcello Marcato, per un incontro con i Responsabili del C5 dei vari CRA, ha voluto porgere ai nuovi arbitri. “Ricordatevi sempre del ‘qui ed ora’, siate felici di apprezzare le cose belle, siate capaci di vivere il momento”.

I lavori di aula si sono, nel corso dei tre vari mini raduni, concentrati sugli ambiti regolamentari rilevanti.

Accurate e dettagliate le analisi tecniche condotte con l'utilizzo di una serie di filmati. Importanti i focus condotti dai vari Vice responsabili sull'organizzazione delle trasferte, sui concetti di "Team Arbitrale", sulla necessità di imparare velocemente a "saper fare squadra" e sull'approfondimento delle metodologie da utilizzare per migliorare la comunicazione fra i colleghi che scendono in campo. Apprezzabile il lavoro che la CAN 5 sta portando avanti nel cercare, nei momenti in cui non vengono svolti lavori di aula, di coinvolgere i giovani nella discussione e nell'analisi in gruppi ristretti su tematiche regolamentari. Tale metodologia porta infatti i ragazzi ad aprirsi e a relazionarsi con quelli che magari saranno i colleghi con i quali dovranno dirigere la prossima gara.

Puntuale e prezioso, durante tutti e sei i giorni del raduno, il lavoro svolto dall'intero staff dei preparatori atletici, dei fisioterapisti e dei medici, che hanno seguito lo svolgimento degli allenamenti e delle prove atletiche.

Anche in questo raduno si è confermata la tendenza, oramai degli ultimi cinque anni, al netto miglioramento complessivo delle risultanze dei test atletici. La parte tecnica regolamentare, nonché tutte le fasi di verifica sono state condotte da Francesca Muccardo, Coordinatrice per il Calcio a 5 del Settore Tecnico AIA. Innovative e indubbiamente stimolanti le modalità con cui si è proceduto, per la prima volta a un raduno precampionato, a testare il grado di preparazione tecnica degli arbitri e degli osservatori. È stato utilizzato il metodo dei video test in sostituzione delle canoniche domande testuali. Decisamente buone le risultanze complessive, anche qui a testimonianza del percorso di crescita del gruppo della CAN 5.

Nella giornata in cui gli arbitri più esperti danno il cambio ai colleghi più giovani, l'organico diretto dal Responsabile Angelo Montesardi ha ricevuto la graditissima visita del Presidente della Divisione Calcio a 5 Andrea Montemurro e del Presidente dell'AIA Marcello Nicchi. Nel presentare gli ospiti ai 350 arbitri presenti in aula, Montesardi ha esposto a Montemurro e Nicchi un panorama dell'attività generale che svolge la CAN 5, le categorie designate, la grande mole delle gare da designare ogni settimana e i risultati della scorsa stagione. Montemurro nel suo intervento ha espresso la grande emozione che prova ogni volta che ha l'opportunità di partecipare a un raduno arbitrale. "La crescita del nostro sport passa principalmente dalla crescita della nostra cultura sportiva". Il progetto di Mon-

temurro, quello di diffondere una nuova cultura delle regole, passa necessariamente attraverso "l'operato di voi arbitri, che siete la parte più importante, che contribuite necessariamente al mantenimento delle regole". Nella parte conclusiva del suo intervento ha rivendicato con forza i passi in avanti compiuti dal movimento negli ultimi anni e ha sollecitato una maggiore considerazione nei confronti del Calcio a 5: "Siamo diventati uno degli sport più importanti e popolari in Italia", e annuncia che dall'inizio del prossimo campionato agli arbitri impegnati nella direzione delle gare di Serie A saranno forniti gli auricolari per migliorare la comunicazione fra i componenti dello staff arbitrale.

Il Presidente Nicchi nel corso del suo saluto ha ribadito più volte l'apprezzamento di affetto e stima pronunciate dal Presidente Montemurro, specialmente nella parte in cui si è dichiarato un alleato per combattere a tutti i livelli la violenza. Riferendosi alle prestigiosissime designazioni ricevute negli ultimi tempi dai nostri arbitri internazionali il Presidente Nicchi ha ricordato come "nel mondo del Calcio a 5 c'è tantissima classe, portiamo in giro per il mondo la nostra classe arbitrale". In conclusione ha sollecitato i ragazzi e le ragazze in aula a "essere attenti a vivere la vostra vita, siate felici, cercate le soddisfazioni nei campi da gioco, siate maturi nel gioire e nell'affrontare le sconfitte. La vita a volte, (e qui la voce si rompe nel ricordo di Stefano Farina) è crudele, sappiate sempre essere uomini e donne di valore".

Il lavoro della CAN 5 si è poi spostato nei parquet dei palazzetti di tutta Italia. "Siamo pronti e carichi per iniziare la Stagione – ha detto Montesardi - Ho la fortuna di avere una Commissione coesa e tecnicamente di altissimo livello".

Di questi sei giorni rimarranno le emozioni degli arbitri appena immessi in organico, il saluto inviato a tutti i ragazzi da Massimo Cumbo, ex Responsabile della CAN 5, le parole di affetto che Alfredo Trentalange, Responsabile del Settore tecnico ci ha regalato nel suo saluto nella prima giornata di lavoro. Rimarranno le parole del Presidente dell'AIA Marcello Nicchi. Rimarranno le tensioni, le emozioni nei test atletici, rimarrà la novità dei video test sul Regolamento, rimarrà l'emozionante video di saluto realizzato dai ragazzi giunti al decimo anno, rimarranno gli arbitri della Federazione di San Marino che oramai da alcuni anni partecipano al raduno, rimarrà quel diffuso senso di amicizia e di professionalità che si respira a ogni stage di questa Commissione.



# Mare, sole e pallone

**Caruso: “È stata la Stagione della crescita del nostro movimento”**

di Omar Ruberti

*È cominciata il 10 Marzo a Riccione e si è conclusa il 12 agosto a Catania. Intensa ed emozionante, come sempre, la Stagione 2018 della Commissione Arbitri Beach Soccer che si è caratterizzata come un concentrato di passione ed energia, di velocità e dinamismo. È stato, ancora una volta, puro e semplice calcio. Anche sulla sabbia. Anche sotto il sole cocente.*

“Siamo soddisfatti per l’andamento dei nostri arbitri nella Stagione appena conclusa – ha commentato il Responsabile della CAN BS Marcello Caruso. – Il 2018 ha visto incrementare il numero delle gare, facendo registrare una complessiva crescita dell’Organico. Gli arbitri hanno dimostrato un processo di maturazione significativo che fa ben sperare per il futuro. I nostri ragazzi – ha concluso Caruso – manifestano una grandissima passione per l’arbitraggio perché, come previsto dalle norme di funzionamento, durante la stagione invernale rispondono ai loro CRA di appartenenza. Sono con il fischietto in mano dodici mesi l’anno, ma nonostante questo vorrebbero sempre arbitrare una gara in più”.

Nella Stagione Sportiva 2018 sono state 155 le gare disputate sotto l’egida del Dipartimento Beach Soccer della Lega Nazionale Dilettanti: 45 per ciascun



girone della fase regolare (Centro Nord e Centro Sud), 12 di Play-Off, 42 di Coppa Italia, 7 del Campionato femminile e 3 di Serie B, oltre il match di Supercoppa. Il numero complessivo di gare è aumentato del 16,54% rispetto al 2017, mentre il numero medio di gare dirette da primo e secondo arbitro è aumentato da 8,86 a 10,3 %. La CAN BS ha designato complessivamente 310 arbitri, compresi tra primo e secondo direttore di gara; 7 competizioni hanno reso necessario il terzo ufficiale (Play-Off, Coppa Italia e Supercoppa); 145 i colleghi impegnati nelle funzioni di crono. 111 sono state, invece, le designazioni in favore degli osservatori arbitrali, alle quali vanno aggiunte le 46 degli Organi Tecnici, per un totale di 619 designazioni.



Le statistiche finali narrano di una stagione positiva, preparata con cura fin dalle prime battute. La Commissione, che oltre Caruso è composta da Marco Buscema e Vincenzo Cascone, ha investito molto sulla formazione tecnica, intensa analisi degli episodi, studio specifico delle tattiche e delle caratteristiche delle squadre. Determinate il ruolo del Settore Tecnico Arbitrale che, grazie ai due membri dedicati al Beach Soccer, ha accompagnato la Commissione per tutta la fase precampionato: Fabio Polito, componente del Modulo Perfezionamento tecnico e valutazione tecnica dell'Area Formazione, e Alfredo Balconi, componente del Modulo Regolamento, guida pratica e materiale didattico dell'Area Studio, sono stati riferimento costante per tutta la stagione.

Cinque le tappe della Regular Season: Cagliari, San Benedetto del Tronto (AP), Lignano Sabbiadoro (UD), Bellaria-Igea Marina (RN), Giugliano in Napoli (NA); una di Coppa Italia a Viareggio (LU); le fasi finali con Supercoppa di Lega e Finale Scudetto a Catania. A questi appuntamenti la CAN BS è arrivata dopo aver tenuto a Riccione, il 10 e 11 Marzo, l'annuale Corso di selezione che ha immediatamente segnato un cambio di passo. Su 17 aspiranti provenienti da 7 Regioni d'Italia solo 6 hanno superato con successo le prove per entrare nell'organico CAN BS, composto per la Stagione 2018 da 35 arbitri effettivi e 9 osservatori arbitrali. Ma la Stagione



vera è propria è cominciata, sempre nella località romagnola, esattamente due mesi dopo. Lo stage precampionato, dall'11 al 13 maggio, è stata un full immersion di approfondimento tecnico, in aula e fuori. Non sono mancate le canoniche verifiche atletiche e regolamentari, le visite mediche e i colloqui con la Commissione, la serata di gala con i premi e gli incontri istituzionali con i dirigenti dell'AIA. Il nucleo del raduno, però, è stato un ricco "catalogo" di 270 episodi, tratti da gare della trascorsa Stagione Sportiva, collazionati dalla Commissione e pazientemente analizzati nelle lunghe sedute d'aula: un prezioso strumento a cui si è attinto per approfondire ogni aspetto tecnico e comportamentale. Una scelta rivela vincente che ha premiato il faticoso e certosino lavoro in preparazione al Campionato svolto dalla Commissione.

Il raduno Play-Off di Comiso (RG), svoltosi alla vigilia del match di Supercoppa di Lega e delle Fasi Finali del Campionato, è stato uno stage riservato ai migliori 12 arbitri italiani di Beach Soccer, compresi i 4 internazionali: Giogni Matticoli, Luca Romani, Saverio Bottalico e Alfredo Pavone, tre dei quali, sulla sabbia della Beach Arena dei lidi Plaia di Catania davanti ad oltre mille spettatori, hanno diretto la combattutissima finale tra DomusBet Catania e Happy Car Sambenedettese.

Stagione conclusa, promessa mantenuta. "Ci sarà modo di divertirsi a dovere" aveva assicurato Caruso ad inizio Stagione e così è stato. Perché il Beach Soccer fondamentalmente è questo: divertimento allo stato puro. E la CAN BS lo sa fare molto bene.







# SCEGLI DI AVERE PIÙ SCELTA.

**Scegli di individuare le migliori soluzioni** per ogni tua esigenza, contando sulla personalizzazione e la flessibilità che da sempre ci contraddistinguono.

**Scegli l'affidabilità e la qualità** del servizio unito allo spirito di innovazione.

**Scegli un Gruppo solido e indipendente.**

Scegliere Eurovita significa dare **il giusto valore alle tue prospettive** di investimento, risparmio, previdenza e protezione.

**EUROVITA**  
Valore alle tue prospettive

# Massimo Busacca ospite al raduno del CRA Lombardia

## Il suo messaggio agli arbitri: “Credete in quello che fate”

di Dario D'Onofrio

“Credete in quello che fate ! Lavorate per ottenere risultati e cercate di impressionare i vostri formatori, affinché possano ricordarsi di voi”. Queste sono le parole con cui Massimo Busacca ha voluto aprire il raduno di eccellenza per arbitri ed assistenti del Comitato Regionale Arbitri della Lombardia tenutosi presso la località di Castiglione delle Stiviere (MN) lo scorso 13 ottobre. Massimo Busacca, arbitro svizzero e responsabile del dipartimento arbitrale FIFA, ha voluto fornire indicazioni precise e chiare sullo spostamento migliore da adottare in occasione di azioni di gioco che si sviluppano nel cuore dell'area di rigore, attraverso una esercitazione effettuata in mattinata sul terreno di gioco. La ricerca della posizione ottimale per poter valutare e decidere è sicuramente un elemento chiave per una prestazione di un arbitro. Tanti i temi trattati durante la lezione tecnica tenuta nel pomeriggio, introdotta dal presidente Alessandro Pizzi, che ha sottolineato l'importanza di una giornata di raduno trascorsa con uno dei massimi esponenti del movimento arbitrale europeo ed internazionale. Presente anche per l'occasione il componente del Comitato Nazionale dell'AIA Alberto Zaroli che ha ringraziato l'ospite per il prezioso supporto fornito, invitando i giovani arbitri a mettere in pratica sin da subito i consigli ricevuti per crescere ed ottenere prestazioni arbitrali sempre più esaltanti e convincenti. Busacca, durante il suo intervento, ha posto particolare attenzione sul concetto di leadership che deve caratterizzare la figura dell'arbitro moderno. La centralità dell'arbitro è un mix di tanti elementi: l'energia, associata ad una grande forza interiore importantissima nel saper affrontare i momenti difficili che possono verificarsi durante una carriera e che bisogna essere in grado di superare per poter guardare avanti e raggiungere gli obiettivi prefissati, sempre con positività. Un arbitro responsabile è colui il quale prepara una gara durante la settimana, concentrando la sua attenzione sui dettagli e si prepara mentalmente oltre che atleticamente. L'allenamento infatti, associato ad una corretta alimentazione, è sicuramente un fattore che determina una preparazione responsabile alla gara. Un altro aspetto che caratterizza la figura dell'arbitro è la comunicazione... l'arbitro deve saper vendere nel migliore dei modi una sua de-

cisione e per poterlo fare deve saper comunicare nel modo giusto, saper ammettere i propri errori, essere preparato tecnicamente, essere convincente anche a fronte di una situazione dubbia, oltre che porre particolare attenzione ai comportamenti prima e dopo la gara. Un arbitro deve essere intelligente tatticamente, essere in grado di saper leggere la gara per poter prevenire quelle che posso essere situazioni che potenzialmente potrebbero creare difficoltà. Il coraggio nel dover prendere una decisione non deve mai mancare, perché siamo obbligati a decidere. Non avere mai timore psicologico verso una squadra o un giocatore. Mai lasciarsi intimorire dai fattori esterni, quali ad esempio pubblico, grandi giocatori, grande stadio, oltre che media televisione e giornali. Non deve assolutamente mancare la passione per questo sport che regala tante soddisfazioni a fronte di grandi sacrifici. Un passaggio doveroso e importante, sottolinea Massimo Busacca, deve essere fatto sull'utilizzo del VAR (Video Assistant Referee) introdotta nel calcio con l'obiettivo principale di eliminare i chiari errori che cambiano il risultato finale di una partita. Ormai il calcio è un business, quindi, l'arbitro ha grandi responsabilità perché una singola decisione sbagliata può compromettere l'esito di una gara e le squadre non sono più disposte a perdere per errori arbitrali. Ciò non toglie che l'arbitro sia sempre il primo a decidere e che sia convinto di aver deciso bene, ricorrendo all'utilizzo della tecnologia solo ed esclusivamente in caso di dubbio. A tal proposito, sottolinea il responsabile FIFA, potremmo tranquillamente affermare un giorno: “Thank you technology, but I can do it better than you”.

A conclusione del suo intervento, augurando a tutti un in bocca al lupo per la stagione sportiva, ha voluto sottolineare un ultimo aspetto, ma non per questo meno importante degli altri, cioè l'umiltà con cui si affrontano le situazioni che si presentano durante una carriera arbitrale. “Abbiate l'umiltà di apprendere dagli istruttori tutto quello che di positivo possono trasmettere”.





# Focus sulla nuova relazione degli osservatori a Sportilia

Come ogni inizio Stagione il Settore Tecnico dell'AIA si è radunato a Sportilia, gli scorsi 29 e 30 luglio, per una due giorni di approfondimenti tecnici. A riunirsi, in particolare, è stato il Modulo Regolamento, guida pratica e materiale didattico, e il Modulo Perfezionamento tecnico e valutazione tecnica. Nel corso dei lavori sono state esaminate nuove proposte, didattiche e metodologiche, con riferimento al Corso arbitri e i nuovi video interattivi, vidimati dallo stesso Settore Tecnico e da tutti gli Organi Tecnici Nazionali. Strumenti didattici molto importanti, preparati anche in vista dei primi appuntamenti, i raduni regionali di inizio Stagione. Ma la novità di maggior rilievo è stata l'introduzione della nuova relazione degli osservatori arbitrali, su cui i Componenti del Settore Tecnico si sono ampiamente confrontati a Sportilia, adottata da tutti gli Organi Tecnici, nazionali, regionali e sezionali. Si tratta di un modello più sintetico, con le pagine che da quattro sono passate a due, mirato a esporre i tratti essenziali della visionatura arbitrale, evitando dispersioni e ripetizioni.

Sull'appennino toscano – romagnolo, in concomitanza con gli arbitri e assistenti di Serie A impegnati anch'essi nello stage precampionato, si sono ritrovati il Responsabile Alfredo Trentalange; i suoi Vice Luca Gaggero, Duccio Baglioni e Francesco Milardi; il Coordinatore Marcello Marcato; il segretario Angelo Donisi, i Componenti del Modulo Regolamento, guida pratica e materiale didattico, con il Responsabile Danilo Filacchione; i Componenti del Modulo Perfezionamento tecnico e valutazione tecnica, con il Responsabile Enzo Meli e la Coordinatrice per il Calcio a 5 Francesca Muccardo. Presente altresì Katia Senesi, Responsabile del Progetto Mentor /Talent Program UEFA Convention.

I lavori sono iniziati presso la palestra della struttura ospitante. Dopo l'apertura di raduno del Responsabile Trentalange si è proceduto alla spiegazione della Circolare n. 1, a cura di Enzo Meli. I presenti hanno poi eseguito i video test e svolto i nuovi quiz tecnici, consistenti nella proiezione delle domande e la trasmissione in tempo reale delle



risposte, tra quelle multiple proposte, mediante alcuni trasmettitori consegnati ai presenti, che tra le comodità consentono di stilare subito le risultanze di queste prove. Durante la due giorni, dopo il saluto del Responsabile CAN A Nicola Rizzoli e dei Componenti Gabriele Gava e Andrea Stefani, sono state esposte le risultanze dei cinque gruppi di lavoro, in cui erano stati suddivisi i Componenti in apertura di stage. Ogni raggruppamento si era confrontato sulle linee guida della nuova Stagione e sulle relazioni degli osservatori. Quindi, le relazioni finali nell'assemblea, altro momento di costruttivo confronto e approfondimento. Sono stati infine designati i Componenti per gli imminenti raduni regionali di inizio campionato. La Santa Messa, seguita nella chiesa di Spinello di Santa Sofia, ha concluso lo stage, così commentato da Alfredo Trentalange, rammentando che l'evento si è svolto nella stessa location del ritiro della CAN A: "E' stato un grandissimo privilegio partecipare in contemporanea al raduno della Serie A con dirigenti, arbitri, assistenti e osservatori, in una logica di confronto e reciprocità che ci ha arricchito di idee e di visioni future". Trentalange, reduce dai mondiali di Russia in qualità di Assessor FIFA, Referee Observer UEFA, Match Analyst e Instructor FIFA, ha così concluso: "E' bello vedere formatori dai 30 ai 70 anni parlare la stessa lingua e condividere la stessa passione. Il desiderio di essere modelli positivi per i giovani non ha età".

E sempre a proposito di Mondiali nella serata del primo giorno c'è stato l'incontro con la "squadra" arbitrale di Russia: Gianluca Rocchi, Mauro Tonolini, Elenito Di Liberatore, Daniele Orsato, Massimiliano Irrati e Paolo Valeri. Non è mancato Angelo Pizzi, Responsabile del Modulo Biomedico del Settore Tecnico, medico sociale dell'intero organico arbitrale di Russia 2018. Tutti hanno raccontato le emozioni vissute e vari aneddoti, trasmettendo tanta carica motivazionale.

PV

# Trentalange ai Mentor: “Insegnate ad aprire canali di comunicazione”

di Lorenzo D'Ilario

“I ragazzi che seguirete non riceveranno nulla per privilegio ma soltanto per merito. Sarà il loro impegno, il loro entusiasmo e la loro passione a farli progredire”. Così il Responsabile del Settore Tecnico Alfredo Trentalange ha subito indicato ai 48 Mentor (di cui 20 per il calcio a 5) nominati dal Comitato Nazionale per la presente Stagione il primo messaggio da trasmettere ai propri Talent. Sabato 15 settembre, presso la Sezione di Roma 1 “Generoso Dattilo”, si è svolto un raduno nazionale del Settore Tecnico sul progetto “Mentor & Talent”. Oltre che da Trentalange, nel corso dell'intensa giornata di formazione tecnica, i Mentor sono stati tenuti a rapporto dalla Responsabile “Mentor & Talent Program – UEFA Convention” Katia Senesi e dalla Coordinatrice per il Calcio a 5 del Settore Tecnico Francesca Muccardo. In apertura, un toccante ricordo di Stefano Farina ha scatenato la commozione dei presenti. “Alla base della scelta dei Mentor e dei Talent, oggi l'AIA pone solo ed esclusivamente un principio di meritocrazia: tecnica, etica, umanizzazione ed organizzazione sono gli unici parametri di riferimento” ha proseguito il Responsabile del Settore Tecnico, rallegrandosi per aver raggiunto negli ultimi anni una comunanza di intenti sempre maggiore con i Comitati Regionali e con i Comitati Provinciali di Trento e Bolzano. Gran parte del merito va sicuramente ai vice Responsabili del Settore Tecnico Luca Gaggero (area Nord), Duccio Baglioni (area Centro) e Francesco Milardi (area Sud), che hanno partecipato attivamente ai lavori nell'ambito della discussione collettiva sulla casistica proposta. A conclusione dell'intervento iniziale, Trentalange ha posto l'accento anche sull'importanza della comunicazione: “La vostra missione più importante è quella di insegnare ai ragazzi ad aprire canali di comunicazione: l'arbitro del futuro è colui che vince grazie alla comunicazione”. In seguito ha preso la parola Katia Senesi, che ha illustrato nel dettaglio il programma del progetto “Mentor & Talent” (“l'obiettivo che dobbiamo perseguire è quello di portare ad arbitrare nella categoria più alta possibile gli arbitri più talentuosi”), stimolando un confronto collettivo sull'opportunità - prevista dal protocollo UEFA - di concedere un secondo anno ai Talent

che avranno fornito nel corso della Stagione segnali di miglioramento evidenti. Inoltre, la neo Responsabile del progetto “Mentor & Talent” ha evidenziato come l'attività di mentoring sia stata estesa a partire dalla scorsa Stagione anche agli assistenti arbitrali e come possa rivelarsi un valido strumento per agevolare il passaggio delle donne nelle massime categorie nazionali. Dopo aver mostrato una serie di filmati nazionali relativi a situazioni ed a casistiche di gioco, la Senesi ha caldamente invitato i Mentor a sensibilizzare i propri Talent sul rispetto del codice etico: “In quanto formatori abbiamo il dovere morale di trasmettere ai ragazzi i valori che l'AIA rappresenta non soltanto all'interno del terreno di giuoco ma anche dal punto di vista della sobrietà dei comportamenti pubblici e del corretto utilizzo dei social network”. Nel pomeriggio i Mentor sono stati divisi in due gruppi: da una parte quelli del calcio a 11 hanno proseguito la visione di filmati di casistica insieme ad Alfredo Trentalange e a Katia Senesi, dall'altra parte quelli del calcio a 5 sono stati protagonisti di una riunione tecnica con Francesca Muccardo, che ha impartito le linee guida con riferimento specifico alla crescita dei talenti regionali del futsal. Nel corso del raduno, organizzato come di consueto dal Coordinatore del Settore Tecnico Marcello Marcato, sono intervenuti anche i Responsabili del “Modulo Perfezionamento e Valutazione Tecnica” e del “Modulo Regolamento, guida pratica e materiale didattico”, Vincenzo Meli e Danilo Filacchione, che hanno sottolineato come, insieme alla preparazione atletica, la pietra miliare della crescita di un arbitro risieda proprio nella conoscenza del Regolamento.





# Analisi e confronto a inizio Stagione con i Presidenti CRA/CPA

“Si è trattato di un momento di confronto ed analisi, durante il quale abbiamo affrontato argomenti che saranno oggetto di lavoro durante i prossimi mesi”. Questo il commento del Responsabile del Settore Tecnico Alfredo Trentalange al termine dell’incontro che, prima dei vari raduni nazionali, ha visto riuniti a Roma presso la sede dell’Associazione Italiana Arbitri i 20 Presidenti dei CRA e CPA italiani. A testimoniare l’importanza dell’appuntamento è stata la presenza in aula del Vicepresidente Narciso Pisacreta e di numerosi Componenti del Comitato Nazionale dell’AIA: Michele Conti, Giancarlo Perinello, Stefano Archinà, Umberto Carbonari e Maurizio Gialluisi. In particolare Piacreta ha posto l’attenzione sulla preparazione che deve riguardare gli arbitri in organico, in particolare quelli neo promossi dalle Sezioni “Il lavoro deve riguardare sia la tecnica, alla quale pur prestando sempre grande attenzione non si è mai saturi, sia la sostanza intesa come forza arbitrale” ha detto, complimentandosi poi ringraziato il Settore Tecnico per il lavoro svolto.

“E’ infatti strategico organizzare questo incontro con i Presidenti dei CRA e CPA all’inizio della Stagione Sportiva, prima dell’avvio dei raduni precampionato durante i quali sarà necessario parlare tutti la stessa lingua con medesimo materiale e linee guida – ha aggiunto Trentalange - Abbiamo anche annunciato alcune novità che, a caduta, dovranno essere riportate a livello periferico. Desidero quindi ringraziare il Comitato Nazionale per aver reso possibile questa riunione e per essere presente all’incontro con molti suoi componenti”.

Durante la giornata, secondo il programma curato dal Coordinatore Marcello Marcato, si sono poi susseguiti vari interventi da parte dei rappresentanti del Settore Tecnico. Vincenzo Meli, Responsabile del Modulo

Perfezionamento e Valutazione Tecnica, ha illustrato la Circolare 1 con le novità e le precisazioni regolamentari per la Stagione Sportiva 2018/2019. Duccio Baglioni, Viceresponsabile Centro, ha invece introdotto il tema delle novità che interesseranno le relazioni degli osservatori arbitrali, dalla CAN PRO fino al livello sezionale. Katia Senesi, neo responsabile ‘Mentor & Talent’ ha poi approfondito il progetto e le sue finalità. “E’ importante investire tempo e risorse in quello che può essere considerato il nostro settore giovanile – ha detto – L’individuazione dei Talent deve essere basata sulle caratteristiche naturali delle loro attitudini. I ragazzi saranno monitorati non solo sul terreno di giuoco ma anche sul loro allenamento, in modo da andare a lavorare sulle aree che presentano margini di miglioramento tecnico e tattico. Il lavoro tra i Mentor ed i CRA/CPA deve essere integrato”. Infine i Viceresponsabili Luca Gaggero (Nord) e Francesco Milardi (Sud), hanno coinvolto i presenti nell’analisi di una serie di filmati con casistiche tecniche e disciplinari.

Una giornata quindi intensa, che ha posto le basi per il lavoro dei mesi seguenti. “Riunioni come quella odierna - hanno infatti affermato in chiusura i Presidenti dei CRA e CPA - sono importanti non solo per l’aspetto didattico, ma anche per l’organizzazione della nuova Stagione Sportiva”.

L’impegno del Settore Tecnico proseguirà ora con gli incontri che si terranno con i Responsabili dei vari Organi Tecnici Nazionali, con i responsabili dei CRA e CPA degli osservatori, degli assistenti, dei delegati del calcio a cinque e della preparazione atletica, e con la partecipazione a tutti i raduni nazionali, regionali e sezionali per l’illustrazione della Circolare numero 1.

FM



# “Condivisione e uniformità”, incontro con i Responsabili di settore dei CRA/CPA

**P**arallelemente alla presenza ai raduni di tutte le Commissioni Nazionali, l'impegno estivo del Settore Tecnico è proseguito con gli incontri svolti a Sportilia con i Responsabili dei CRA/CPA degli osservatori, degli assistenti, dei delegati del calcio a cinque e della preparazione atletica.

“Le parole d'ordine sono: condivisione e uniformità - ha detto il Responsabile del Settore Tecnico Alfredo Trentalange - Per crescere e migliorare è fondamentale vivere questi momenti come se fossimo all'interno di uno spogliatoio”. In occasione del raduno della CAN D sono così state organizzate due distinte riunioni, rispettivamente con i Responsabili degli assistenti e dei referenti atletici. All'incontro sugli assistenti sono intervenuti anche il loro Coordinatore nella CAN D Giorgio Niccolai con i Componenti Giancarlo Rubino, Andrea Crispo, Stefano Papi e Massimo Biasutto. Durante l'incontro sono state evidenziate le criticità affrontate nella precedente Stagione con i primi anni. Dal confronto sono quindi emerse le soluzioni comuni che i CRA e CPA dovranno adottare. “In particolare i ragazzi devono essere motivati e coinvolti da chi li guida - ha analizzato Niccolai - Bisogna trasmettere loro la passione per questo ruolo”.

All'incontro sulla preparazione atletica ha visto la presenza in prima persona del Responsabile della CAN D Matteo Trefoloni. “I test a livello nazionale vengono eseguiti nel rispetto molto rigoroso del protocollo - ha detto - pertanto occorre che anche il livello regionali si conformi a tale”.

I lavori si sono svolti sia in aula sia sul terreno di giuoco, dove sono state simulati allenamenti e test atletici. Per un'applicazione uniforme sono state

impartite le linee guida che tutti i Referenti atletici di CRA e CPA dovranno rispettare nel corso della Stagione Sportiva, da trasmettere anche alle Sezioni. In concomitanza con il raduno della CAI si è poi svolto l'incontro con i Responsabili degli osservatori arbitrali che si sono subito confrontati sulla nuova relazione, in cui viene richiesta una migliorata capacità di sintesi con concetti chiari, capacità di comunicazione e abilità nel saper cogliere gli aspetti fondamentali della prestazione. “Il motore di un osservatore deve essere la curiosità” ha detto Alfredo Trentalange. Ai lavori hanno partecipato anche il Responsabile della CAI Andrea Gervasoni ed il Coordinatore degli osservatori Maurizio Viazzi. “L'analisi dell'episodio non deve intimorire l'osservatore - ha detto Gervasoni evidenziando la necessità di approfondire anche i casi più controversi della gara, laddove siano presenti spunti importanti per la crescita dell'arbitro - La trattazione del caso deve essere l'impulso per fornire chiavi di lettura e strumenti pratici per la partita successiva”. “L'AIA investe molto sulla figura dell'OA perché rappresenta un formatore importante nella fase di crescita e di costruzione dell'arbitro” ha aggiunto Viazzi. Infine è stata la volta dell'incontro con i Responsabili periferici del calcio a cinque, che si è ovviamente svolto durante la presenza a Sportilia della CAN 5, con il Responsabile Angelo Montesardi che ha sollecitato i Delegati regionali a continuare a “fornire alla CAN 5 materiale di prim'ordine come si sta facendo da alcuni anni”. Importante il contributo della Coordinatrice del Futsal per il Settore Tecnico Francesca Muccardo, che ha sottolineato le opportunità del progetto Mentor & Talent.



Incontro assistenti

Incontro osservatori

Incontro preparatori atletici

Incontro calcio a 5



## I NUOVI CRA

# Umbria, Luca Ciancaleoni: “Energia, forza interiore, sacrificio”

di Antonio D'Angelo

**L**uca Ciancaleoni, classe 1969, della Sezione di Foligno, è il nuovo Presidente degli arbitri umbri. Insignito recentemente della benemerenza per il percorso tecnico e associativo dopo trenta anni di appartenenza, nelle ultime Stagioni Sportive ha vestito i panni di osservatore arbitrale alla CAN D. È stato arbitro per cinque anni alla CAN C per poi transitare nel ruolo di assistente arbitrale: dalla Stagione 2005/2006 è entrato nell'organico della CAN A-B. Dal 2010/2011 passa alla CAN B dove rimane fino al 2014. La giacchetta nera folignate ha ottenuto 23 designazioni di Serie A, mentre in Serie B è sceso in campo per ben 172 volte. Oltre alle diverse apparizioni in Coppa Italia, vanta due esperienze all'estero, una nel Campionato del Qatar nel 2007, l'altra nella finale di Coppa d'Armenia nel 2009. Terminata la carriera sul campo nel 2014, Luca ha subito ricoperto ruoli di responsabilità sia sezionali sia regionali, dove è stato componente per due Stagioni Sportive come responsabile dell'organico di Prima Categoria e, successivamente, di Promozione. Una carriera intensa di soddisfazione che ora si arricchisce di un nuovo entusiasmante capitolo. Con questa nomina si apre un nuovo ciclo per il Comitato Regionale Arbitri dell'Umbria, una squadra fresca, giovane e pronta a mettere a disposizione dei ragazzi l'esperienza maturata a livello nazionale.

### **Quando e come hai iniziato ad arbitrare che obiettivi ti eri posto ?**

“Ho iniziato per pura curiosità nella Stagione 1989/1990 spinto da un amico che aveva fatto il corso da arbitro nella stagione precedente e che ringrazierò per sempre. Obiettivi particolari non ne avevo, se non quello di misurarmi con una realtà fino a quel momento sconosciuta”.

### **Come riassumeresti la tua carriera arbitrale ?**

“Felicissimo di quello che ho vissuto e come dico sempre ai giovani arbitri, ho dato sempre il massimo nella vita sezionale, nella voglia di apprendere, nel confronto con persone più esperte, negli allenamenti, nella conoscenza del Regolamento, in partita. Sono stato a posto con me stesso e quando un arbitro sta a posto con se stesso, sta a posto con tutti”.



### **L'esperienza più gratificante da arbitro ?**

“Viene da sé rispondere l'esordio in Serie A, ma anche le intere quattro Stagioni Sportive dal 2010 al 2014 a disposizione della CAN B sono state intense, ricche di soddisfazioni e soprattutto molto divertenti”.

### **Cosa vuol dire per te essere Presidente del CRA Umbria ?**

“Si tratta di un incarico di grande responsabilità e aspettative. Insieme con tutti i Componenti del Comitato, mi sto impegnando al massimo per mettere a disposizione l'esperienza e la passione per essere all'altezza della grande fiducia che mi è stata data”.

### **Quali obiettivi ti sei posto come CRA ?**

“Il must dei raduni fatti a inizio settembre è stato “rispettare per essere rispettati”. Punterò molto su questo aspetto, perché insieme all'umiltà, ritengo siano concetti fondamentali per la crescita di un giovane arbitro. Ho parlato anche della centralità della figura dell'arbitro, che deve avere la giusta energia, forza interiore per affrontare e superare le difficoltà, sacrificio, guardare avanti sempre con pensieri positivi”.

### **Come descrivi le due diverse esperienze prima sul campo e poi come dirigente ?**

“Da arbitro prima e poi da assistente arbitrale ero meticoloso nella preparazione della singola gara, dall'aspetto atletico a quello tecnico nello studio delle tattiche di gioco. Da dirigente, oltre ad avere capacità organizzative, bisogna ben capire le peculiarità di ogni arbitro per far ottenere a ognuno il proprio massimo”.

# Basilicata, Enzo Gallipoli: “Il giusto mix è divertimento e passione”

di Leonardo Mastrodomenico

**A**ttaccamento all'Associazione, passione per l'arbitraggio, voglia di condividere le proprie conoscenze ed esperienze sono sicuramente elementi che non mancano a Enzo Gallipoli, nuovo condottiero del Comitato Regionale Arbitri della Basilicata. Si tratta di un Funzionario INPS, presso la sede di Matera, che ha ricoperto fino ad aprile 2017 il ruolo di Responsabile delle prestazioni a sostegno del reddito.

Enzo vanta una storia associativa ultra quarantennale, con molti ruoli sia tecnici che dirigenziali ricoperti. Divenne arbitro mediante il Corso indetto dalla Sezione di Matera nell'annata sportiva 1977/1978, con Presidente di Sezione Peppino Di Palo. Sezione che ancora oggi lo vede protagonista in tutte le riunioni tecniche e non solo, dove riesce a trasferire, con la sua maturità ed il suo carisma, messaggi cardini per l'arbitraggio ai giovani fischietti della città dei Sassi.

La carriera arbitrale del neo CRA lucano ha avuto una sostanziale svolta nella Stagione Sportiva 1984/1985, quando per motivi di limite di età nel ruolo di arbitro effettivo, è stato costretto a transitare nel ruolo di assistente arbitrale. Scelta alquanto produttiva e azzeccata da parte di Enzo, in quanto in un solo anno è riuscito a transitare, sotto la guida dell'allora Presidente regionale Gabriele Loffredo, a livello nazionale. L'esperienza in CAN D lo ha visto protagonista sin da subito. La dedizione, l'impegno, l'allenamento e lo studio del regolamento lo portarono in quattro anni al salto di categoria, precisamente nell'annata sportiva 1989/1990. La permanenza in CAN C (ora CAN PRO) ha avuto durata pari a 5 anni, dove numerosissimi sono stati i match di rilievo, nei quali ha saputo distinguersi. In questi anni di permanenza nella suddetta categoria, i Commissari, nonché i maestri, per Enzo sono stati Gonella, Agnolin e Benedetti.

La Stagione successiva è stata contraddistinta dal passaggio nel ruolo di osservatore arbitrale, ruolo con il quale Enzo ha instaurato un feeling notevole sin da subito e che lo ha portato al passaggio, nella Stagione 2000/2001, alla CAN D.

Il passaggio dalla CAN D alla CAN PRO è avvenuto



anche in questo ruolo, precisamente nella Stagione Sportiva 2005/2006. A distanza di un solo anno dalla dimissione per limite di permanenza nel ruolo, avvenuta nel 2010, Enzo è stato nominato, dall'allora CRA Basilicata Michele Di Ciommo, Componente regionale, in qualità di responsabile degli osservatori arbitrali. Ruolo che lo ha accompagnato fino alla nomina avvenuta lo scorso 3 luglio.

Cambio della presidenza, ma non della mentalità dell'AIA lucana: “Date il massimo in ogni prestazione, perché, ricordate, nessuno vi regalerà nulla, ogni singolo vostro successo sarà dato dal lavoro quotidiano e soprattutto dal sacrificio”; queste le parole di Enzo al suo primo raduno in veste di Presidente CRA. Raduno mediante il quale è stato molto apprezzato dalla compagine arbitrale lucana, in quanto non ha lasciato nulla al caso.

Di particolare interesse per il nuovo CRA la professionalità con il quale si approccia ad una gara, partendo dal martedì, giorno dell'arrivo della designazione, fino ad arrivare all'uscita degli spogliatoi la domenica, dopo la gara. “Tutte le volte che indossate questa amata divisa ricordatevi sempre che non rappresentate soltanto la vostra persona, bensì ogni singolo associato che quotidianamente lavora per la crescita dell'associazione stessa”, ha ricordato Enzo ai suoi giovani arbitri nella due giorni di stage pre-campionato. “Il mix necessario per svolgere qualsiasi ruolo / incarico nella nostra associazione è composto da divertimento e da passione. Elementi che mi hanno accompagnato per tutto il cammino e che spero accompagneranno ogni singolo associato lucano per tutta la permanenza in questa magnifica Associazione”.



# Erika Stefani: “Siete una realtà laboriosa e con un forte spirito associazionista”

## Il ministro degli affari regionali al Raduno della Sezione di Vicenza

di Filippo Faggian e Andrea Galvanin

**E**vento unico e senza alcun precedente storico l'incontro degli arbitri della Sezione di Vicenza con il Ministro degli affari regionali e delle autonomie Erika Stefani; vetrina non solo per la compagine vicentina, ma anche per tutto il movimento arbitrale italiano. “Confesso che sto conoscendo un modo di fare sport e associazionismo veramente intrigante e particolare – ha detto - Mondo che conoscevo poco e vedevo dall'esterno, più che altro per racconti portati da amici vostri associati, e che piano piano sta attraendo la mia curiosità. Voi come noi politici svolgete un ruolo delicato che per quanto bene venga svolto, sarà sempre oggetto di critiche: sono veramente contenta di conoscere una realtà laboriosa, semplice, serena e con un forte spirito associazionista, che svolge nel rispetto delle regole un importante servizio per la nostra società e il mondo sportivo”.

Ancora, davanti ad una numerosa platea, il Ministro non ha mancato di evidenziare ed apprezzare il ruolo che l'Associazione Italiana Arbitri riveste per l'intera società, non solo sportiva “In un momento in cui sono in crisi valori fondamentali della nostra società e dove le regole non sempre vengono rispettate – ha analizzato il Ministro - riconosco alla vostra categoria il merito di elevarsi a garante delle



regole nelle competizioni sportive calcistiche dai massimi livelli nazionali siano alla periferie e dove sono a conoscenza, ahimè, che qualche volta vi sono anche dei deprecabili episodi di violenza verso giovani ragazzi. Tuttavia noto che il coraggio non vi manca e che siete in grado di auto-organizzarvi creando eventi associativi veramente interessanti e meritevoli di attenzione. Pertanto da appassionata sportiva non posso che farvi un grande in bocca al lupo, augurandovi buon lavoro per l'intera Stagione Sportiva, estendendolo ai vostri vertici associativi sia regionali sia nazionali”.

La visita dell'illustre ospite si è conclusa con la consegna di un presente da parte del Consiglio Direttivo Sezionale: una divisa arbitrale “E” un onore ricevere questa divisa che tra l'altro mi affascina molto ed è ancora più emozionante riceverla direttamente dai vertici associativi provinciali e nella Città di Montecchio Maggiore – ha commentato Erika Stefani - unico Comune veneto che con i suoi 30 impianti e le 60 società è stato più volte premiato (anni 2014 e 2015) come città europea dello sport, con riconoscimento assegnato dal Parlamento di Bruxelles”.

# La comunità dell'Ecuador alla scoperta del mondo arbitrale ligure

di Anna Vitiello

La comunità dell'Ecuador conta nella città di Genova molti emigrati che ormai risiedono nel capoluogo ligure da alcuni decenni. Grazie al Console Martha Fierro Baquero, campionessa mondiale e vice campionessa olimpica di scacchi, il Consolato ha avviato un progetto per avvicinare ed integrare a pieno regime i cittadini ecuadoregni al mondo sportivo. Nell'elenco degli sport, dove sono state premiate le persone che maggiormente si sono distinte, mancava la figura dell'arbitro di calcio. Tutto è iniziato grazie al Presidente del Comitato Regionale Arbitri della Liguria Fabio Vicinanza che, contattato dal Consolato, ha subito risposto alla richiesta di potersi avvicinare al mondo arbitrale da parte della comunità: "Il Comitato Regionale è stato contattato a seguito del progetto del Consolato per l'integrazione dei cittadini ecuadoregni nel mondo dello sport e soprattutto nella nostra Associazione – ha detto Vicinanza - Dopo un primo incontro avvenuto in Consolato, comprese le iniziali necessità paventate dal Console, ho messo in contatto direttamente le parti con la Sezione di Genova territorialmente competente al fine di poter avviare concretamente il progetto". Due sono stati gli incontri organizzati presso i locali della Sezione di Genova, dove il Segretario Claudio Prastaro e l'arbitro effettivo Francesco Burlando sono stati i relatori ed i padroni di casa insieme al Presidente Roberto Romeo. Due serate dove è stato spiegato agli ospiti presenti il ruolo dell'arbitro e come si struttura l'Associazione Italiana Arbitri. Sono stati trasmessi vari video su episodi e decisioni arbitrali per far comprendere come il ruolo del direttore di gara non sempre sia facile. Il funzio-



nario del Consolato, il dott. Duque, ha portato i saluti della Consolle ed ha ringraziato la Sezione per l'ospitalità. "Guardando le immagini credo di aver compreso l'importanza del vostro ruolo e la difficoltà che hanno gli arbitri sul terreno di giuoco ed adesso guardo il vostro mondo con occhi diversi", queste le sue impressioni. Anche i partecipanti hanno avuto il sentore di quanto sia importante il ruolo del direttore di gara e di quanta passione e sacrificio ci voglia per intraprendere questo sport. Alla prima sera ha partecipato all'incontro il giovane arbitro effettivo appartenente al Comitato Regionale Ligure Edwin Meza, ecuadoregno e residente a Genova da alcuni anni: "Non potevo mancare a questo evento e far vedere come questo sport sia bello ed intenso da vivere e che è possibile per tutti loro partecipare al prossimo corso". Nella seconda serata d'incontro Francesco Burlando ha approfondito maggiormente gli aspetti che un arbitro deve curare e far crescere per poter ambire alla cima della piramide arbitrale. "È stato interessante poter far conoscere il nostro mondo a questi ragazzi e spero proprio di vedere alcuni di loro al nostro prossimo corso arbitri", queste le parole di un soddisfatto Claudio Prastaro. La Sezione di Genova ha voluto poi omaggiare il Console Martha Fierro Baquero di una maglietta con la stampa del logo della Sezione, consegnata al funzionario Duque in sua rappresentanza. Il Presidente Roberto Romeo ha consegnato il gradito omaggio ed ha espresso i suoi ringraziamenti: "Ringrazio il Presidente Fabio Vicinanza per averci dato la possibilità di poter organizzare questi incontri dove abbiamo cercato di far conoscere il ruolo dell'arbitro a questi ragazzi. Inoltre ringrazio il Console Martha Fierro Baquero che da grande sportiva quale è ha voluto avvicinare la sua comunità al mondo del calcio in tutte le sue componenti. Aspettiamo con piacere di vedere al nuovo corso arbitri i ragazzi presenti agli incontri e nuovi altri aspiranti per accrescere ancora di più la nostra Associazione".





# Due i raduni precampionato “interregionali” di associati dell’Organo Tecnico Sezionale

## L’esperienza da... nazionali di arbitri alle prime armi

I raduni sezionali, in particolare quelli di inizio Campionato, essendo il primo appuntamento tecnico stagionale rappresentano un momento molto importante di confronto, di ritrovo, di integrazione delle nuove leve con i più veterani. Gli stage dove, invece, si riuniscono più Sezioni della stessa regione, oltre ad avere questa funzione cimentano vincoli di amicizia e associativi tra ragazzi provenienti da realtà diverse.

Questo genere di ritiri sono stati diversi anche quest’anno in Italia, ma con tanto di merito agli organizzatori preme mettere in risalto le Sezioni che si sono riunite con consorelle di altre regioni. Si tratta di arbitri che già alle prime armi hanno viaggiato, sono andati fuori regione e si sono confrontati con colleghi provenienti da altre parti d’Italia. Non è azzardato il paragone con la CAI, il primo Organo Tecnico che accomuna associati provenienti da ogni parte della Penisola. Un’esperienza, quindi, a tutti gli effetti da... nazionali!

I raduni “interregionali”, l’aggettivo sembra appropriato, in questo inizio dei campionati sono stati due in Italia. Il primo a Isernia, dove lo scorso 8 e 9 settembre si sono riuniti la Sezione locale e Frattamaggiore. “Questo raduno congiunto è stato sicuramente un’occasione di crescita per i nostri ragazzi, che hanno potuto arricchire il loro bagaglio tecnico e associativo, partecipando ad un evento storico – ha spiegato il presidente dell’AIA di Isernia, Mimmo De Falco – sia per la nostra Sezione che per quella di Frattamaggiore”. Gli ha fatto eco il Presidente di Frattamaggiore, Michele Affinito: “La cooperazione si basa sulla profonda convinzione che nessuno riesce ad arrivare alla meta se non ci arrivano tutti. Frattamaggiore e Isernia hanno dimostrato di riuscire a lavorare in team, dividendo i compiti per moltiplicare il successo”. In Calabria, in quel di Sellia Marina, gli scorsi 29 e 30 settembre addirittura sono state tre le Sezioni a riunirsi: Catanzaro e le siciliane Marsala e



Trapani. Questo il commento di Franco Falvo, il Presidente della prima, quella ospitante: “E’ stato un raduno dall’alto valore simbolico soprattutto per aver dato l’opportunità ai giovani arbitri appartenenti all’OTS di poter fare un’esperienza alle prime armi di scala nazionale. Dopo la bellissima esperienza fatta in terra di Sicilia in quella di Erice della scorsa Stagione, in cui gli arbitri della Sezione di Catanzaro sono stati ospitati presso le famiglie degli associati di Trapani e Marsala, quest’anno gli stessi hanno ricambiato la visita e quindi allocati presso le famiglie degli associati di Catanzaro, con la finalità di cimentare l’alto valore dell’amicizia e dell’associazionismo allo stato puro”. Questo è invece il pensiero di Girolamo Poma, Presidente di Trapani: “La sinergia con le quali si condividono obiettivi comuni non ha confini e riduce le distanze geografiche. La terra di Calabria ci ha accolto splendidamente e non solo sotto l’aspetto logistico. Gli importanti contenuti tecnici ed associativi, ma soprattutto umani, hanno reso una due giorni speciale che i ragazzi hanno molto apprezzato. Per loro attraversare lo Stretto per un incontro tra arbitri, non è stato come la classica gita scolastica, bensì molto di più e lo hanno ribadito e condiviso in sede di riunione tecnica, raccontando alla platea della bellissima esperienza vissuta a Sellia Marina”. Infine il commento del Presidente della Sezione di Marsala, Biagio Ghirlando: “E’ stata un’occasione unica in un contesto originale ed esclusivo in cui tutti i partecipanti si sono sentiti importanti e nello stesso tempo attenti ai dettagli e alla qualità degli argomenti trattati abilmente e in modo didattico dai relatori. In tale contesto i nostri arbitri, trovatisi a proprio agio, al loro rientro a casa, parlando con amici e conoscenti del raduno, si sono trasformati in motore propulsivo per un’ampia divulgazione pubblicitaria dei luoghi visitati, contribuendo positivamente allo sviluppo turistico del posto e delle attività propedeutiche allo sviluppo economico ed occupazionale non solo della città che ospita l’evento, ma, un veicolo pubblicitario per ogni zona del nostro bel paese, ‘L’Italia’”.



PV

# L'esperienza di Aydin Vahabov in terra di Francia

## Il giovane associato ha preso parte a un incontro con l'ex internazionale Vautrot



**A**ydin Vahabov, giovane arbitro della Sezione di Saronno, quest'estate ha avuto l'opportunità di partecipare ad un incontro con l'ex arbitro internazionale francese Michel Vautrot. L'occasione è stato un viaggio a Parigi, dove il fischietto lombardo si era recato per motivi di studio. Di seguito il racconto della sua esperienza:

*Lo scorso 12 luglio ho avuto l'onore di assistere ad una lezione tecnica tenuta da Michel Vautrot, uno dei più grandi arbitri della storia del calcio francese ed attualmente osservatore UEFA.*

*Durante la mia permanenza a Parigi per motivi di studio, si stava svolgendo un importante torneo di calcio giovanile internazionale, denominato "Paris World Games". Ricevuta notizia della presenza di Vautrot all'evento, ne ho quindi approfittato e ho contattato uno degli organizzatori. Dopo un primo incontro in cui ho parlato della mia attività di arbitro in Italia, pochi giorni dopo sono stato invitato ad una conferenza di Vautrot.*

*In sala c'erano arbitri giovani provenienti da tantissimi paesi, tant'è vero che la lezione è stata tenuta totalmente in inglese. Michel ha esordito affermando che il calcio è vissuto in modo differente in ogni parte del mondo, è universale solo perché ci sono sempre due squadre, un pallone, l'arbitro e gli assistenti, ma la cosa che cambia è la*

*mentalità con cui ci si approccia nelle varie nazioni. La lezione è stata interessante in quanto, ogni consiglio che ci veniva dato era accompagnato da un aneddoto. Vautrot ci ha voluto in particolare spiegare la sua filosofia di vita ed arbitrale: "Small details make a big difference", ossia "Curate tutti i dettagli sia dentro che fuori dal campo".*

*Inoltre ha soffermato il suo intervento sull'aspetto personalità, precisando come sia difficile cambiarla da un giorno all'altro e si può migliorarla soltanto con l'esperienza. Ha anche affermato: "Non siete arbitri per gli osservatori ma per il calcio, siate più naturali possibili e non cambiate personalità in base all'osservatore che valuterà la vostra prestazione in quella partita." Infine ha motivato e spiegato cos'è stato l'arbitraggio per lui: "E' coraggioso fare gli arbitri...quando prendete una giusta decisione le persone diranno che è normale, perché è il nostro lavoro, ma quando prendete una fantastica decisione che alle persone non piace sarete odiati da tutti! Non è facile, ma fantastico essere arbitri!"*

*Ha concluso invitando i colleghi presenti a non abbassare mai la testa ed a guardare sempre negli occhi i giocatori. Ciò non vuol dire essere dittatori e arroganti in partita, ma significa esprimere il proprio orgoglio nel fare l'arbitro.*

*Ritengo sia stata questa un'esperienza ottima e motivante, che mi ha dato l'opportunità di cogliere importanti aspetti utili al mio percorso di crescita come arbitro e che sicuramente metterò in pratica sin da subito.*



# Gli arbitri di Castelfranco Veneto in campo per l'autismo

di Filippo Faggian

**N**on solo formazione tecnica, allenamenti e partite per gli arbitri della Sezione di Castelfranco Veneto: da anni ormai è attiva un'azione di solidarietà che coinvolge anche l'aspetto civico e sociale. L'iniziativa prende il nome di "Arbitri per i ragazzi della Casa Gialla" e si compone di una serie di iniziative che hanno visto la Sezione castellana protagonista anche in quest'annata sportiva sin dal raduno di inizio stagione ospitato presso il Centro "La Maggiolina" di Castello di Godego (TV).

"Questa è la vostra seconda casa" ha detto agli arbitri castellani Franco Bizzotto, ex arbitro di Serie C, già Presidente della Sezione di Castelfranco Veneto ed ora Responsabile del progetto "La casa gialla" dando il benvenuto ai ritrovati arbitri: il centro, in attesa di diventare anche istituzionalmente un centro diurno per adulti con disturbo pervasivo dello sviluppo e autismo, persegue l'obiettivo di dare dignità ai propri ospiti offrendo loro un lavoro che favorisce la crescita individuale, la loro autonomia lavorativa e quindi la prospettiva di un futuro di vita indipendente. In questo si integra la sensibilità della Sezione di Castelfranco Veneto che ha voluto supportare le attività attraverso iniziative concrete negli ultimi mesi programmando interventi anche nel corso della stagione.

"L'obiettivo è duplice: sicuramente è importante sostenere le attività del centro, ma non bisogna trascurare l'importanza di sensibilizzare gli associati mettendoli a contatto con una realtà diversa dalla loro, ma quanto mai attiva e socialmente da prendere in considerazione" ha detto Giambattista Pivato, Presidente della Sezione castellana. La struttura mette da tempo a disposizione degli arbitri spazi idonei alla

formazione tecnica: "Ricambiamo con gli strumenti che abbiamo la vostra attenzione e la vostra sensibilità" ha ribadito Franco Bizzotto.

L'autismo rappresenta una realtà ben descritta dal Responsabile Franco Bizzotto: "La società moderna deve accettare e deve dare spazio per la diversità e soprattutto per la neurodiversità"; per non fermarsi alle apparenze, per poter capire e comprendere a pieno questo tipo di disturbo è importante vivere l'autismo dall'interno condividendo esperienze e non fermandosi all'esteriorità. In quest'ottica si inserisce l'esperienza degli arbitri di Castelfranco che a più riprese e ormai da anni sono vicini a questa realtà. Una realtà sociale che vede molti ragazzi accolti in una casa con annesso ettaro di terreno, un'area recintata dove possono svolgere un lavoro in sicurezza, autonomia e responsabilità e dove trovano l'ambiente adatto ad attivare espressività, iniziativa e partecipazione alle proposte (laboratorio di produzione di orticole e successiva preparazione e distribuzione di ortaggi, marmellate, biscotti, oggettistica).

In concreto, oltre ai vari raduni ospitati da tempo presso la struttura, la Sezione di Castelfranco ha previsto anche di svolgere svariate riunioni ed incontri tecnici presso gli spazi messi a disposizione: "Per il centro è importante avere visibilità: la vicinanza degli arbitri ci garantisce di essere conosciuti anche al di fuori dei consueti confini" ha detto Franco Bizzotto. Nel corso della stagione sono già state previste e programmate attività che mirano alla pubblicizzazione del centro supportandolo e sostenendolo: "Dietro ad una struttura come la nostra c'è un lavoro costante che professionisti portano avanti quotidianamente" ha spiegato Franco Bizzotto "Lavorare a contatto con questo tipo di problematiche è un po' come arbitrare: la concentrazione deve essere sempre massima, servono nervi saldi e bisogna lasciarsi coinvolgere, vivere la 'gara'".

Uno dei temi affrontati maggiormente è stato quello della consapevolezza: essa infatti è lo strumento per poter costruire una relazione con una persona autistica che ha difficoltà con tutto ciò che è simbolico; le relazioni sociali, leggere le facce e i sentimenti rappresentano tappe complesse. Proprio in tema di consapevolezza e a sottolineare la grande vicinanza





della Sezione con il centro, da quest'anno gli arbitri castellani indosseranno una speciale maglietta: "E' stata studiata e prodotta una apposita maglia da riscaldamento per le gare a livello sezionale" ha spiegato il Presidente della Sezione di Castelfranco Giambattista Pivato "A partire da questa stagione sportiva lo stemma della Casa Gialla sarà indossato nella fase del pre-gara a testimonianza dell'attenzione sociale della Sezione e del legame sincero e proficuo che si attesta e si consolida periodicamente". Anche a livello regionale c'è stato modo di raccogliere la vicinanza delle istituzioni arbitrali: il Presidente regionale Dino Tommasi ha infatti organizzato nei mesi scorsi una visita al Centro "La Maggiolina". Accompagnato da tutti i Componenti del Cra Veneto e dai 18 Presidenti di Sezione, Dino Tommasi ha saputo coniugare tematiche tecniche e associative con aspetti e riflessioni sociali: particolarmente apprezzata l'atmosfera e la location informale e familiare. "Grazie alla vostra presenza, alla collaborazione in atto e a quanto state facendo per questi ragazzi, sarà più facile far capire anche al di fuori il gran lavoro di questa comunità" ha detto Franco Bizzotto che ha spiegato che l'attenzione che la Sezione di Castelfranco garantisce al Centro è come benzina



per il motore che fa funzionare l'intera struttura. "Un ringraziamento speciale va al Presidente sezionale Giambattista Pivato col quale abbiamo avviato questa collaborazione e che sta sempre più prendendo vigore grazie allo spirito di iniziativa ed alla sensibilità che ci accomuna" ha sottolineato il Responsabile del Progetto a testimonianza di una proficua attività di collaborazione che vede scendere in campo gli arbitri della Sezione di Castelfranco per l'autismo.

## L'ultimo saluto a tre giovani associati

Quest'estate, in poco più di un mese, la famiglia degli arbitri italiani ha dovuto affrontare tre gravi lutti che hanno riguardato giovanissimi associati. Una prova molto dura, ma in occasione della quale è stato dimostrato il sentimento di gruppo che unisce tutti gli associati dell'AIA.

Un abbraccio va alle famiglie di **Alessandro Moretti (17 anni - Sezione di Viterbo)**, **Giordano Aresu (25 anni - Sezione di Tortoli)** e **Matteo Morselli (18 anni - Sezione di Imperia)**.



Alessandro Moretti



Giordano Aresu



Matteo Morselli

# RefereeRUN, al via la quarta Stagione

## Un calendario ricco di conferme e novità

La RefereeRUN lancia la sua quarta edizione. Dopo l'entusiasmo seminato da nord a sud nelle precedenti stagioni, il Campionato Italiano di corsa su strada sulla distanza dei 10 km riservato agli associati AIA-FIGC torna a riempire i calendari degli arbitri-podisti. Le novità dell'edizione 2018/2019 sono state presentate dal Responsabile Eventi dell'Associazione Alessandro Paone in occasione dell'Assemblea organizzativa e tecnica dei Presidenti di Sezione tenutasi a Grosseto all'inizio di ottobre. "Tante le novità che coinvolgeranno gli atleti-arbitri – ha detto Paone parlando ai 209 Presidenti di tutta Italia – ma anche molte le conferme come la partnership con la FIDAL (Federazione Italiana di Atletica Leggera) che ci supporterà ed assisterà nell'organizzazione e nella gestione della manifestazione". L'accordo con FIDAL prevede, tra l'altro, anche la possibilità di iscriversi direttamente alla FIDAL tramite la sottoscrizione della RunCard AIA.

Ad ogni associato che prenderà parte ad almeno una gara verrà consegnata la maglia tecnica ufficiale di questa edizione realizzata da AIA, FIDAL e RunCard in esclusiva per gli arbitri italiani. Il format del campionato RefereeRUN per la stagione 2018/2019 prevede cinque tappe sparse su tutto il territorio italiano; tra queste vi sono conferme e nuove location.

La prima gara in programma è quella di **Verona**, promossa dalla locale Sezione intitolata ad Umberto Sinico e dal Comitato Regionale Arbitri Veneto, e si svolgerà **domenica 18 novembre 2018** nell'ambito della manifestazione "Last10 - Verona Marathon". **L'ultimo dell'anno** la RefereeRUN fa tappa fissa nella **Capitale**: l'evento "We Run Rome" by Atleticom è l'appuntamento di coloro che non vogliono aspettare sul divano la notte di San Silvestro o che cercano l'occasione per tornare nella Città eterna. L'organizzazione è affidata alla Sezione di Roma 1 "Generoso Dattilo" e al CRA Lazio.

Toccherà a **Bergamo** ospitare la prima novità del calendario di corsa su strada: il **3 febbraio 2019** la "Città dei Mille", grazie alla disponibilità del CRA



Lombardia e della Sezione di Bergamo "Merelli-Magni", accoglierà la carovana di fischietti con la passione per la corsa che si cimenteranno in un nuovo percorso in partnership con la "10 dei Mille – Bergamo CityRUN".

Il **7 Aprile 2019** si torna a Salerno: all'interno della VI edizione della manifestazione "Salerno Corre" gli atleti-arbitri rinnovano la presenza nella Città delle luminarie grazie all'impegno del CRA Campania e della Sezione di **Salerno**.

A chiudere il Campionato nel giorno della Festa della Repubblica la tappa marchigiana di **Porto San Giorgio (FM)**, gara organizzata dal CRA Marche e dalla Sezione di Fermo nell'ambito della manifestazione "Run&Smile" del **2 giugno 2019**.

In attesa del Campionato, la stagione effettiva della RefereeRUN è stata anticipata da due appuntamenti speciali che lo scorso 22 e 23 settembre hanno avuto come scenario Roma e il suo affascinante centro storico. Il Miglio di Roma, corsa di velocità sulla distanza dei 1609 metri di percorso allestito da Piazza Venezia a Piazza del Popolo, e la Rome Half Marathon Via Pacis, pari a 21,097 chilometri, sono servite da prova generale per arbitri, nuovi e veterani, in veste di corridori.

Gli atleti interessati potranno avvalersi della collaborazione di CRA e Sezioni organizzatrici per l'iscrizione ai singoli eventi di cui comunque verrà data informativa tramite il sito web dell'AIA [www.aia-figc.it](http://www.aia-figc.it) e attraverso gli altri mezzi di comunicazione dell'Associazione. Tutti gli atleti possono partecipare indipendentemente ad una o più gare.

## Tappe della RefereeRUN 2018/2019:

### **Domenica 18/11/2018 a Verona:**

manifestazione "Last10 - Verona Marathon"  
iscrizioni aperte collegandosi al sito [Errore](#).  
Riferimento a collegamento ipertestuale non  
valido.

Organizzazione: CRA Veneto e Sezione di Verona

### **Domenica 31/12/2018 a Roma:**

evento "We Run Rome" by Atleticom  
iscrizioni aperte collegandosi al sito [Errore](#).  
Riferimento a collegamento ipertestuale non  
valido.

Organizzazione: CRA Lazio e Sezione di Roma1

### **Domenica 03/02/2019 a Bergamo:**

organizzata dal CRA Lombardia e Sezione di  
Bergamo  
in partnership con la "10 dei Mille – Bergamo  
CityRUN"

### **Domenica 07/04/2019 a Salerno:**

all'interno della VI edizione della gara Salerno  
Corre

Organizzazione: CRA Campania e Sezione di  
Salerno

### **Domenica 02/06/2019 a Porto San Giorgio (FM):**

organizzata dal CRA Marche e Sezione di Fermo  
con la manifestazione "Run&Smile".

Per richiesta o informazioni potete scrivere a  
[refereerun@aia-figc.it](mailto:refereerun@aia-figc.it)  
o consultare il sito web dell'AIA [www.aia-figc.it](http://www.aia-figc.it)

La classifica finale verrà determinata sommando i migliori tre tempi impiegati nel percorrere le diverse tappe. La graduatoria finale terrà conto delle seguenti categorie: maschile Under 30 anni; maschile 30- 44 anni; maschile Over45; Femminile – Unica. In ogni tappa saranno premiati i primi tre classificati di ogni categoria; a Fermo il primo e la prima assoluti in graduatoria saranno proclamati Campioni Italiani AIA di corsa su strada.

Che aspettate? Indossate le scarpe buone e buona corsa a tutti!

## I 62 anni di tessera di Francesco Ghirardello

La Sezione di Merano ha potuto festeggiare, con infinito orgoglio, i 62 anni di tessera, dell' associato più anziano dell' Alto Adige, Francesco Ghirardello.

Presenti alla serata la cara e inseparabile moglie, il Presidente del Comitato Provinciale Arbitri Rosario Lerro, il Presidente di Sezione Michele Volpato, l'Arbitro Benemerito Michele Tocoli, i componenti del Consiglio direttivo Sezionale e gli associati. Aspirante arbitro il 15 maggio 1955, assume la qualifica di arbitro nel 1957. Nel 1967 approda alla CAN/AB nel 1967, categoria che nel 1983 ha raggiunto anche come commissario. In carriera ha ricevuto anche il premio "Mauro" come miglior arbitro CASP ed ha diretto anche la finale italiana della "Coppa De Martino". Presidente della Sezione di Merano dal 1968 al 1974, ha poi ricoperto la carica di Responsabile per il Trentino Alto Adige della Scuola Arbitrale e Componente della Commissione del Centro Studi e Documentazione dell'AIA. E' stato inoltre Referente regionale per la Rivista "l'Arbitro" e Componente della Commissione di Disciplina Regionale dal 1994 al 1997. "Stasera mi sembra di essere tornato a casa – ha detto Francesco durante la festa - ricordo gli inizi eravamo un gruppo di arbitri 'malati di arbitraggio', ricordo ancora il giovanissimo Bazzoli, amico di mio figlio, che un giorno venne a casa mia dicendomi che era un po' stanco di non giocare con frequenza nella sua squadra di hockey. Il mio consiglio fu quello di venire a fare l'arbitro, perché avrebbe avuto enormi soddisfazioni. E così è stato!". Ha preso poi la parola il Presidente Lerro "Per me è un onore essere qui, mi hai visto crescere, mi ricordo quando ero Segretario della Sezione di Merano, ci sentivamo molto spesso telefonicamente e mi ha sempre dato utili consigli, sei una delle figure più importanti della storia della Sezione di Merano".

La serata si è poi conclusa con un brindisi e la consegna a Francesco della Pergamena del Centenario dell' Associazione.

*Dario Merante*





# Dalle scarpe coi tacchetti a quelle col tacco delle ragazze più belle

## Sabina Defilippi nella semifinale di Miss Mondo Italia

di Alessandro De Lucia

**S**abina Defilippi, 16 anni, oltrepadana di Re-davalle, studentessa presso il Liceo sportivo di Voghera. Ex calciatrice ed ora arbitro di calcio. Dolce d'aspetto e al tempo stesso grintosa e determinata. Ma le sorprese non finiscono qui: anche Miss e modella. Alterna con disinvoltura gli scarpini da calcio con i tacchetti e le scarpe con il tacco. Dai campi di calcio della provincia di Pavia alla semifinale di Miss Mondo Italia 2018 fino al sogno di diventare medico.

### **Sabina, cosa ti ha spinto a far parte dell'AIA?**

Ho giocato a calcio per 4 anni con i maschi nella squadra Giovanissimi del mio paese. Ma non essendo possibile per regolamento, per una ragazza, giocare nelle squadre maschili a partire dalla categoria Allievi ed essendo le società di Calcio femminile troppo lontane da dove abito, ho dovuto appendere gli scarpini al chiodo.

### **Come sei venuta a conoscenza del corso arbitri?**

Frequentando il liceo sportivo sono venuta a conoscenza che presso la Sezione di Voghera c'era la possibilità di frequentare il corso per diventare arbitro. Il campo mi mancava terribilmente e allora ho deciso di provare questa esperienza. Ed è stato subito amore: il profumo che si respira in campo ti resta dentro anche se in un ruolo diverso come quello dell'arbitro.

### **Cosa rappresenta per te la Sezione?**

La Sezione è un ambiente sano che mi dà la possibilità di imparare cose nuove ogni volta che la frequento. In campo poi ogni partita è diversa dalla precedente e contribuisce sempre più ad accrescere la mia esperienza arbitrale, formandomi tecnicamente e caratterialmente. In Sezione ho avuto il piacere di conoscere altri ragazzi e ragazze che come me si sono appassionati dall'attività arbitrale. Tutti i colleghi arbitri sono diventati per me una seconda



famiglia, sempre pronti a consigliarmi e aiutarmi nel momento del bisogno.

### **Ti sei già posta un obiettivo oppure vorresti affrontare questa esperienza anno per anno?**

Non voglio che rimanga un'esperienza fine a sé stessa, sono ambiziosa e voglio portarla fino alla fine, o meglio fin dove mi sarà concesso arrivare; mi piacerebbe arrivare al massimo delle categorie riservate alle ragazze, e se fosse possibile andare anche oltre !

### **C'è un arbitro professionista che hai preso come esempio o a cui ti ispiri?**

Assolutamente sì. Essendo nata nel 2002, non ho avuto modo di vedere arbitrare Pierluigi Collina, ma da quanto mi è stato raccontato e da sue partite viste in televisione, incarna la figura dell'arbitro di grande personalità ed ascendente sui calciatori. Nicola Rizzoli è stato un altro grande arbitro di personalità a cui ispirarsi. Devo dire che da giovane arbitro ho grande stima di tutti i colleghi che settimanalmente dirigono gare e fanno grandi sacrifici per allenarsi, studiare e lavorare.

### **Cosa significa per una ragazza scendere in campo per far rispettare le regole e per far**

### **accettare le proprie decisioni a 22 calciatori e a persone adulte che siedono sulle panchine?**

Per una ragazza tutto questo è sempre complesso, perché anche se la società attuale si è evoluta in questo senso e ci sono molte donne arbitro, devi sempre dimostrare di essere capace e professionale al pari dei colleghi di sesso maschile. Personalmente nelle gare arbitrate fino ad ora non ho mai avuto problemi. Noi ragazze sappiamo farci rispettare, l'importante è assumere le decisioni con convinzione e trasmettere sicurezza; bisogna essere consapevoli che comunque si può sbagliare e se succede, occorre saper accettare le critiche e continuare a svolgere al meglio il proprio incarico.

### **In che momento hai scoperto di aver sviluppato interesse per l'arbitraggio e come l'hai vissuta nella tua compagnia di amici, solitamente interessati al calcio da "tifosi" o da "giocatori"?**

L'interesse per l'arbitraggio mi è venuto per la mancanza del terreno di giuoco. Non potendo più scendere in campo come calciatrice, ho pensato a questa soluzione alternativa. Gli amici all'inizio mi prendevano un po' in giro, soprattutto perché la maggior parte di loro giocava a calcio, ma dopo avermi vista in campo sono diventati i miei primi sostenitori.

### **Come ha preso la tua famiglia la scelta di diventare arbitro ?**

La mia famiglia ha preso la scelta in modo positivo. All'inizio mio padre era un po' scettico, ma dopo esser venuto a vedermi ha cambiato velocemente idea. Mia mamma invece mi segue sempre in ogni partita che dirigo. Per loro conta che io sia contenta e che ovviamente faccia al meglio quello che ho scelto di fare.

### **Sappiamo che oltre alla tua passione per l'arbitraggio hai quella per le passerelle: vuoi parlarcene?**

Mi sono avvicinata al mondo delle sfilate quasi per caso: ero in un bar quando una signora mi propose di partecipare ad un concorso di moda. Sul momento ero un po' scettica, ma dopo aver partecipato e vinto la kermesse finale, che si è tenuta in Spagna, mi sono appassionata. In seguito ho partecipato anche alla finale italiana di Miss Mondo, piazzandomi prima per la Lombardia e arrivando alla finale nazionale, tenutasi a Gallipoli. Grazie a questi concorsi ho avuto modo di girare l'Italia e di andare anche all'estero, togliendomi tante soddisfazioni. Satisfazioni che mi piacerebbe ottenere anche nell'arbitraggio.

Questa nuova esperienza è cominciata quasi contemporaneamente con l'arbitraggio: sono due mondi molto diversi ma che hanno in comune più di quanto si pensi: sia in campo che sulla passerella acquisisci sicurezza, cresce l'autostima e, per chi come me era molto timida e chiusa in sé stessa, è stata una grande occasione. Poi riesco a gestire entrambe le cose senza trascurare la scuola, che per me è molto importante.

### **Parlaci della tua prima partita: che cosa ti aspettavi, che sensazioni hai provato?**

La prima partita ero semplicemente terrorizzata e avevo paura di sbagliare tutto. Fortunatamente la partita è andata abbastanza bene. Avendo giocato a calcio capivo quali erano le dinamiche del campo e questo mi ha aiutata molto. Inoltre la presenza del tutor mi è stata molto d'aiuto. Dopo i primi minuti di panico, al primo fallo fischiato mi sono tranquillizzata e ho pensato solo a fare del mio meglio. Al termine ero felice e soddisfatta per aver portato a termine il primo compito che mi era stato assegnato.

### **Cosa vorresti fare finita la scuola?**

Terminata la scuola vorrei diventare medico; io sono diabetica e vorrei contribuire ad aiutare le persone come me che tutti i giorni devono curarsi, facendosi forza anche quando il proprio corpo non ce la fa.



# L'AIA al passo con l'innovazione e la trasformazione digitale

di Davide Saglietti\*

**S**e provassimo a chiedere ad un qualunque tifoso di calcio a cosa pensa in un discorso relativo agli arbitri ed alla tecnologia, sicuramente risponderebbe il VAR, la Goal-Line Technology, gli auricolari od al massimo le bandierine elettroniche.

Per chi, invece, vive il mondo arbitrale dal di dentro, ancor più quelli che lavorano per il funzionamento delle varie sezioni, la tecnologia vissuta ogni giorno è rappresentata da Sinfonia4You, che dal dicembre 2012 (Agosto 2011 per la parte anagrafica) raccoglie in sé tutti gli aspetti della vita associativa, tecnica ed amministrativa del nostro ambiente. Il progetto, sviluppato interamente e gratuitamente dal Servizio Informatico e Statistico, ha soppiantato il "vecchio" Sinfonia in uso fin dal 1991 e si amplia ogni anno di nuove funzionalità per rispondere alle sempre maggiori richieste provenienti dall'interno o dall'esterno della nostra Associazione. Come è facile intuire, l'aumento degli utenti, delle funzionalità, ma soprattutto del volume di dati richiedono potenze di calcolo sempre maggiori. Basti pensare che, alla data in cui scriviamo, il numero delle designazioni gestite è di oltre 5.600.000 e i documenti caricati sono più di 1.500.000 per uno spazio occupato che supera i 300 GB. Oltre a questo, le connessioni sempre più

veloci degli utenti devono essere controbilanciate da tempi di risposta dei server sempre minori, in modo da non sovraccaricare i sistemi.

Per venire incontro a tutte queste necessità, la Commissione Informatica e Statistica ha iniziato nel 2017 lo studio delle possibili soluzioni da adottare nel rispetto delle normative, il GDPR su tutte, ed in piena collaborazione con il Comitato Nazionale che ha sempre dimostrato grande attenzione al tema. La scelta finale è stata quella di trasferire i server presso un datacenter in cloud (nel caso specifico quelli di Amazon, ndr): questa soluzione garantirà una maggiore sicurezza, potenza ed affidabilità, senza tralasciare il fatto che permetterà anche di ampliare la potenza di calcolo in base alle esigenze, in maniera molto più semplice rispetto a quello che richiederebbe una installazione locale.

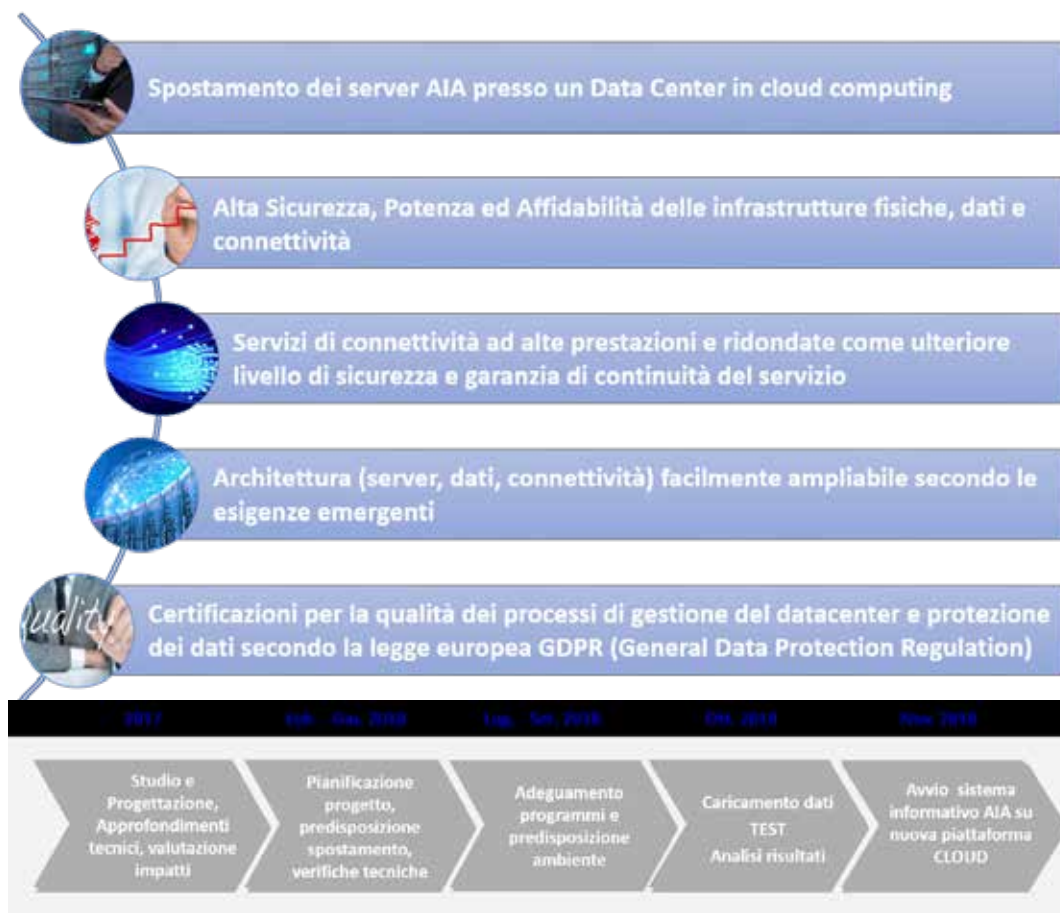
Le attività preparatorie sono ormai in fase conclusiva: nella serata del 26 Ottobre prossimo saranno coinvolte tutte le strutture periferiche (CRA e Sezioni) che vorranno collaborare per un test massivo per verificare l'affidabilità e la potenza dei sistemi, simulando il normale utilizzo di Sinfonia4You per le attività quotidiane, dalle designazioni alla parte amministrativa. Se, come ci si augura, tutto andrà per il meglio, il sistema sarà poi migrato tra il 20 ed il 25 novembre, periodo in cui sarà inibito l'utilizzo del sistema da parte di tutte le strutture e degli associati, in modo da permettere il trasferimento dei dati e l'effettiva messa in funzione della nuova piattaforma.

Terminata la fase di migrazione, le attività su cui ci si concentrerà saranno molteplici: prima di tutto il consolidamento dei sistemi in termini di sicurezza ed operatività, il miglioramento delle funzionalità esistenti in particolar modo per gli amministratori che usano quotidianamente il portale, i nuovi sviluppi come il referto di gara per arbitro ed osservatore e l'innovazione per rendere il sistema fruibile da un numero sempre maggiore di dispositivi.



\* **Componente Commissione Informatica e Statistica**





## Commissione Esperti Legali La squadra che tutela gli associati

di *Alessandro Girolami*

**T**ra le Commissioni che compongono l'Associazione Italiana Arbitri, quella degli Esperti Legali è probabilmente tra le meno conosciute. Eppure quest'Organo svolge funzioni importanti non solo a livello centrale, ma anche a livello periferico per tutti gli arbitri che compongono la base dell'AIA. La Commissione è composta da associati con competenze in materia giuridica (attualmente avvocati, magistrati e un questore) che vengono nominati dal Comitato Nazionale su proposta del Presidente dell'AIA.

È presieduta da un Responsabile, che dalla Stagione Sportiva 2014-2015 è l'Avv. Valerio Di Stasio della Sezione di Nocera Inferiore, ed è formata attualmente da 10 Componenti Nazionali, un Segretario e dai Referenti regionali, uno presso ogni Comitato Regionale/Provinciale.

La Commissione Esperti Legali svolge una funzione consultiva e di studio al servizio dell'AIA e dei singoli associati per questioni che riguardano la comprensione, l'interpretazione, l'applicazione ed eventualmente la modifica dei Regolamenti associa-

tivi, oltre che l'analisi di tutte le norme direttamente o indirettamente attinenti all'attività arbitrale.

La Commissione coordina inoltre il servizio di consulenza e di assistenza legale gratuita in favore degli associati che sono vittime di violenza o di altri atti lesivi nell'ambito dell'attività arbitrale.

Il fenomeno della violenza sui terreni di gioco continua purtroppo ad esistere, soprattutto in alcune Regioni, nonostante le molte iniziative adottate negli ultimi anni a tutela delle ragazze e dei ragazzi che settimanalmente calcano i terreni di gioco d'Italia (come, ad esempio, la creazione dell'Osservatorio per la violenza sugli arbitri).

L'AIA appronta, quindi, molte forme di tutela degli associati al fine di ridurre il più possibile questo fenomeno. E tra di esse rientra, certamente, anche l'assistenza legale.

In questo senso la Commissione predispose ed aggiorna periodicamente un elenco, diviso per Regioni, di associati iscritti agli Ordini degli Avvocati che aderiscono al servizio di assistenza legale.

Pertanto, ogni qual volta un associato subisca violenza nell'esercizio della propria attività, potrà adire le vie legali nei confronti della persona ritenuta responsabile, facendosi assistere gratuitamente da un avvocato-associato che è iscritto nell'elenco e che aderisce quindi a questo servizio.

In ogni caso, per promuovere qualsiasi azione

legale l'associato dovrà essere sempre preventivamente autorizzato dal Presidente dell'AIA in caso di condotta lesiva da parte di soggetti non tesserati (come, ad esempio, persone tra il pubblico), oppure essere autorizzato dalla FIGC nel caso in cui la condotta provenga da soggetti tesserati FIGC, come giocatori, allenatori o dirigenti.

La Commissione, inoltre, cura ed aggiorna il Massimario delle decisioni degli Organi di Giustizia dell'AIA (Commissione di Disciplina d'Appello, Commissione di Disciplina Nazionale, e Commissioni di Disciplina Regionali) e studia la normativa e le decisioni degli Organi di Giustizia della FIGC (come il Tribunale Federale Nazionale e la Corte Federale d'Appello).

I Referenti regionali, oltre a coordinare gli avvocati-associati della propria Regione, pubblicizzano l'attività della Commissione recandosi periodicamente presso le Sezioni del proprio territorio allo scopo di far conoscere un servizio che può essere utile a tutti i livelli, e che può andare dalla semplice consulenza fino ad un'assistenza legale vera e propria in caso di necessità.

La Commissione Esperti Legali non è, quindi, solo uno strumento riservato agli Organi Centrali e Direttivi dell'AIA, ma anche e soprattutto una risorsa per tutti gli associati che vogliono ricevere supporto e tutela legale, o anche, semplicemente, conoscere meglio a livello normativo la vita dell'Associazione.



Valerio Di Stasio

# Cento anni con il tricolore sempre nel cuore

## Giacomo Raimondo, decano della Sezione di Genova e la sorpresa della figlia con la complicità dell'AIA

**M**ercoledì 10 Ottobre, a Genova allo stadio di Marassi, si è giocata l'amichevole della Nazionale Italiana contro la squadra dell'Ucraina. Una serata all'insegna della solidarietà verso il capoluogo ligure fortemente colpito dopo il crollo del Ponte Morandi lo scorso Agosto. Lo stadio era pieno di ragazzi delle giovanili delle tante squadre di calcio della città, che hanno assistito alla gara degli Azzurri. Tra i tanti ragazzi era presente il più "ragazzo" di tutti, il decano della Sezione di Genova l'arbitro benemerito Giacomo Raimondo. Una sorpresa, che gli ha organizzato la figlia per esaudire un desiderio del papà. "Mio padre desiderava da tanto poter assistere ad una partita della Nazionale Italiana di calcio, ma in passato tra un problema e l'altro non era mai riuscito ad andare. Allora ho pensato che sarebbe stata un'esperienza alla quale non doveva rinunciare", queste le parole della figlia Maria Grazia. Così ha contattato il Presidente di Sezione Roberto Romeo per informarsi su come poter avere il biglietto per la partita. Il Presidente Romeo si è attivato tramite il Coordinatore del Settore Tecnico Marcello Marcato che è riuscito a fare stampare un permesso di accesso allo stadio con ingresso preferenziale per Raimondo. Quando si è trovato allo stadio non ci poteva credere, tutto si sarebbe aspettato uscendo da casa, tranne di andare a vedere la Nazionale di calcio. Al momento dell'inno d'Italia c'è stata molta emozione e la mano sul petto ha sprigionato un grande senso dell'onore: "Poter sentire il nostro inno italiano così vicino ai giocatori è stato davvero molto bello", così Raimondo ci ha raccontato. Ma l'aspetto che più gli è piaciuto è stato stare in mezzo a tanti giovani: "Questi ragazzini mi fanno sentire giovane e pieno di energia, finalmente ho potuto vedere la mia Nazionale dal vivo e realizzare un sogno che avevo nel cassetto. Grazie di cuore a mia figlia che ha permesso tutto questo e grazie davvero tanto al Presidente Roberto Romeo che si è prodigato per farmi venire allo stadio". "Anche se è un centenario, Raimondo ha l'entusiasmo di un ragazzino e la passione che un arbitro dovrebbe continuare sempre ad avere. È stato

un piacere contribuire a realizzare questo suo sogno" questo il pensiero del Presidente Roberto Romeo. Giacomo ha voluto trasmetterci anche un messaggio: "I ragazzi ed i tifosi non devono mai smettere di sostenere la Nostra Nazionale perché resta e resterà la massima espressione del calcio italiano. E gli arbitri devono sempre scendere in campo pensando di essere come la Nazionale, un fiore all'occhiello per tutto il mondo calcistico".

AV





# Il riconoscimento di alcune emozioni e la loro gestione

di Eva Iorio\*

In un precedente articolo dal titolo Neurobiologia e Cervello Emotivo, avevo parlato della divisione fatta da **Paul Ekman** psicologo statunitense che le ha divise in due tipi *emozioni primarie e secondarie, soffermandomi su quelle primarie.*

*In questo articolo parlerò delle emozioni secondarie* cioè quelle emozioni che originano dalla combinazione delle emozioni primarie e si sviluppano con la crescita dell'individuo e con l'interazione sociale.

Esse sono:

- **allegria**, sentimento di piena e viva soddisfazione dell'animo;
- **invidia**, stato emozionale in cui un soggetto sente un forte desiderio di avere ciò che l'altro possiede;
- **vergogna**, reazione emotiva che si prova in conseguenza alla trasgressione di regole sociali;
- **ansia**, reazione emotiva dovuta al prefigurarsi di un pericolo ipotetico, futuro e distante;
- **rassegnazione**, disposizione d'animo di chi accetta pazientemente un dolore, una sfortuna;
- **gelosia**, stato emotivo che deriva dalla paura di perdere qualcosa che appartiene già al soggetto;
- **speranza**, tendenza a ritenere che fenomeni o eventi siano gestibili e controllabili e quindi indirizzabili verso esiti sperati come migliori;
- **perdono**, sostituzione delle emozioni negative che seguono un'offesa percepita (es. rabbia, paura) con delle emozioni positive (es. empatia, compassione);
- **offesa**, danno morale che si arreca a una persona con atti o con parole;
- **nostalgia**, stato di malessere causato da un acuto desiderio di un luogo lontano, di una cosa o di una persona assente o perduta, di una situazione finita che si vorrebbe rivivere;
- **rimorso**, stato di pena o turbamento psicologico sperimentato da chi ritiene di aver tenuto comportamenti o azioni contrari al proprio codice morale;
- **delusione**, stato d'animo di tristezza provocato dalla constatazione che le aspettative, le speranze coltivate non hanno riscontro nella realtà.

Quindi, le emozioni secondarie sono delle emozioni più complesse e hanno bisogno di più elementi esterni o pensieri eterogenei per essere attivate. Le emozioni complesse autoconsapevoli secondo (Lewis 1971) sono:

- **IMBARAZZO** (situazioni di inadeguatezza a livello di sé corporeo, sbadataggini cognitive, perdita di controllo, difetti di look, scarsa sensibilità emotiva, inadeguatezza comportamentale)
- **COLPA E VERGOGNA** (reazioni emotive alla trasgressione di regole sociali nella relazione, conseguenze sul sé e sull'altro)
- **TIMIDEZZA** (propensione a provare molta paura di persone e situazioni non familiari, tendenza ad evitarle e a inibirsi)
- **ORGOGGIO** (soddisfazione per il successo attribuito al proprio merito)
- **DISPREZZO** (svalutazione dell'altro da sé, per senso di superiorità)

I livelli di organizzazione e consapevolezza delle emozioni passano secondo (Lane e Schwartz, 1987) attraverso cinque processi:

- 1) **sensu motorio** (emozioni percepite come sensazioni corporee e visibili attraverso l'espressione facciale),
- 2) **recitativo sensu motorio** (vissuto delle sensazioni corporee e poi delle tendenze all'azione),
- 3) **preoperatorio** (vissuto psicologico unidimensionale con descrittori verbali stereotipati),
- 4) **operatorio concreto** (consapevolezza rudimentale emozioni miste e esperienze complesse e differenziate),
- 5) **operatorio formale** (piena consapevolezza emozioni complesse, distinzioni sfumate e comprensione dell'emozione complessa negli altri).

Il RICONOSCIMENTO DELLE EMOZIONI è un processo complesso e per lo più automatico, che si basa sull'espressione facciale, l'intonazione della voce e gli elementi prosodici del linguaggio, movi-



menti corporei, gesti e posture (indizi non verbali). Le parole delle emozioni hanno un significato standard nel vocabolario, ma spesso presentano relatività culturale anche fra gruppi di parlanti la stessa lingua, con variazioni che dipendono dal lessico familiare. L'uso delle parole delle emozioni è di particolare importanza per descrivere ciò che accade interiormente negli incontri relazionali, a livello di vissuto soggettivo.

Le emozioni nella conoscenza di sé e dell'altro le possiamo cogliere nelle relazioni interpersonali, oltre al corretto **riconoscimento delle emozioni** altrui, è utile la **consapevolezza di sé, delle proprie caratteristiche di personalità e delle situazioni in cui si tende a manifestare certe risposte emozionali**. Le **relazioni affettive** sono anche l'occasione per approfondire la conoscenza di sé e delle proprie emozioni, allo scopo di controllarle ed utilizzarle in positivo.

Per esempio, divenire consapevoli del proprio modo

abituale di esprimere la **COLLERA** (esplosiva, passiva auto-accusatoria, assertiva) permette di sviluppare uno stile relazionale non reattivo di fronte ai comportamenti indesiderabili degli altri e di affermare meglio le proprie posizioni.

Gestire le emozioni al meglio è possibile attraverso allenamento dell'intelligenza emotiva "quella capacità di motivare se stessi e di persistere nel perseguire un obiettivo nonostante la frustrazione, di controllare gli impulsi e rimandare la gratificazione, di modulare i propri stati d'animo, evitando che la sofferenza ci impedisca di pensare; e, ancora, la capacità di essere empatici e di sperare" così la definiva lo psicologo statunitense **Daniel Goleman**. Obiettivo dell'allenamento di questa forma di intelligenza è agire sulla conoscenza delle proprie emozioni, sul controllo delle emozioni, sulla motivazione di se stessi, sul riconoscimento delle emozioni altrui e sulla gestione delle relazioni.

*\*psicologa dello sport*

# L'importanza del giusto recupero e del riposo nell'attività sportiva

di Angelo Pizzi\*

**È** conoscenza generale e dato ormai consolidato che, per una performance ottimale, la pratica della attività sportiva non possa prescindere da un adeguato e congruo periodo di riposo e questo concetto, indipendentemente dalla attività sportiva praticata, riconosce le proprie basi nella fisiologia dello sport, che ricorda come i substrati energetici utilizzati dall'organismo durante il lavoro muscolare si ripristinano in maniera quasi esclusiva durante il riposo.

L'energia a disposizione per svolgere una prestazione sportiva, qualunque essa sia, deriva da molti nutrienti, che possono essere distinti in principi calorici (grassi, proteine e carboidrati) e non calorici (Sali minerali, vitamine e acqua): essi vengono però utilizzati in modo e percentuale diversi a seconda del tipo di sforzo praticato o come si usa dire in fisiologia sportiva, in base al consumo massimo di ossigeno. Maggiore è l'utilizzo di ossigeno durante l'impegno fisico, maggiore è il consumo di carboidrati, minore è il consumo di ossigeno, maggiore è l'utilizzo dei grassi (le proteine a scopo energetico hanno scarso valore se non in particolari condizioni), quindi come si può vedere i legami tra substrati energetici, alimentazione e riposo sono molto stretti.

Fattori fondamentali del successo nella performance sportiva sono quindi, oltre al corretto bilanciamento tra allenamento e recupero, anche una corretta alimentazione ed un giusto e congruo periodo di riposo. Il concetto di riposo, ampio da un punto di vista biochimico, va distinto da quello di recupero, poiché gli effetti vantaggiosi di un buon recupero, riguardano non solo l'apparato osteo-muscolo-scheletrico, ma anche il sistema nervoso centrale. Nel caso di atleti professionisti, il bisogno di sonno può variare, rispetto alla media. Questo perché allenamenti quotidiani ed intensi, sottopongono il corpo a sforzi prolungati ed il sonno diventa fondamentale per aiutare la rigenerazione di organi e tessuti provati dall'attività fisica intensa.

Sono molte le ricerche che dimostrano come l'attività fisica aiuti a migliorare la propria idea di sé,



favorendo l'allontanamento dei pensieri negativi e lasciando il posto a uno stato di benessere. Tutto ciò avviene grazie a sofisticati meccanismi chimici ed enzimatici che, durante lo sport, il nostro organismo mette in atto e per mezzo dei quali si liberano le endorfine, sostanze euforizzanti, che hanno la stessa efficacia dei farmaci antidepressivi. A questa specifica caratteristica è doveroso illustrarne un'altra altrettanto importante ai fini di un buon sonno: la maggiore ossigenazione dei tessuti in genere, e cerebrale in particolare. La dimostrazione scientifica di entrambi questi benefici per riuscire a ottenere una buona qualità del sonno l'ha fornita l'Università di Stanford, studiando 40 persone dai 50 ai 70 anni insonni cronici. Sottoposti a un programma di allenamento regolare in base alle proprie capacità fisiche, per un totale di 3 ore settimanali, al termine della sperimentazione, hanno evidenziato netti miglioramenti sia nella durata, sia nella qualità del riposo. Mentre prima della ricerca il loro tempo medio di sonno a notte era di 4-6 ore e il tempo di addormentamento di 25-30 minuti, dopo sei mesi di trattamento "sportivo" hanno mi-



giorato in media la durata di 45 minuti e la fase di addormentamento ridotta a non più di 15 minuti. Secondo Plutarco “ il riposo è il condimento che rende dolce il lavoro” : tale aspetto si rivela particolarmente utile in tutti quegli sport che richiedono grande concentrazione sia negli allenamenti che in gara. Durante il riposo c'è il reintegro delle riserve energetiche consumate durante l'esercizio fisico e che sono necessarie per una buona ripresa della attività sportiva e lavorativa ( sono note esperienze soprattutto giapponesi che prevedono il riposo del lavoratore in riservati spazi adeguati, in modo tale da aumentare la loro produttività). Un riposo soddisfacente, adeguato per qualità e quantità, migliora quindi la qualità della vita anche quella sportiva, garantendo quell'equilibrio biochimico interno che controlla gli stati emotivi, l'umore e lo stress a cui molti sportivi, specie quelli di top level, sono oggi sottoposti.

Il sonno viene solitamente definito come “lo stato di riposo contrapposto alla veglia durante il quale l'organismo recupera energia”. Questo è indispensabile per qualsiasi individuo ed è funzionale alla rigenerazione fisica (Fase NREM) e cerebrale (Fase REM). Una domanda che sorge spontanea è quella relativa alle ore di sonno per notte: di quante ore abbiamo bisogno affinché il nostro corpo sia effettivamente riposato? Come possiamo capire se dormiamo a sufficienza? Si stima che il numero delle ore di sonno ottimali sia tra 7 e 9, considerando però come sia importante mantenere le stesse abitudini sull'ora di addormentamento e su quella di risveglio. Una eccezione a questo numero è rappresentata da atleti di alta performance che praticano attività di endurance: se siete appassionati di numeri, una formula ritenuta utile per calcolare le ore di sonno, nel caso di maratoneti, biatleti, triatleti e chiunque pratici discipline sportive di endurance è la seguente :  $8 + (\text{numero km settimanali}/50) \times 0,5$  . In pratica, se ad esempio si corre per 150 km a settimana:  $8 + (150/50) \times 0,5 = 9,5$  ore di sonno giornalieri consigliate. Per 200 km di corsa settimanali:  $8 + (200/50) \times 0,5 = 10$  ore di sonno giornalieri consigliate. Seguendo questa formula, ogni 50 km di corsa settimanale in più (o in meno) si aggiungono (o si tolgono) 30 minuti alle ore di sonno quotidiane consigliate.

Che un buon sonno sia importante per la prestazione atletica è convinzione anche di molti addetti ai lavori; ne è un buon esempio il fatto che diversi team statunitensi dell'NBA (basket) e dell'NHL (hockey) hanno inserito nei propri staff una nuova figura, il cosiddetto sleep coach (esperto del son-



Un esempio di actigrafo

no); lo sleep coach, grazie all'aiuto di vari esami, fra cui monitorare le 24 ore con uno “studio actigrafico” (una metodica che consente un monitoraggio prolungato della condizione di movimento/veglia e di marcata riduzione di movimento/sonno con un particolare strumento da polso detto actigrafo da indossare al polso 24 ore su 24, che rappresenta un indice abbastanza oggettivo del ritmo sonno-veglia, studiando il sonno del soggetto nella sua quotidianità), è in grado di correlare i dati ottenuti con quelli delle prestazioni sportive e di suggerire una formula personalizzata a ogni atleta monitorato. Attenzione però: praticare un'intensa attività sportiva poco prima di addormentarsi non favorisce un buon addormentamento, ma anzi può provocare insonnia. Durante l'attività fisica, infatti, l'organismo produce adrenalina che il corpo impiega diverse ore per smaltire. È dunque normale non avere sonno e sentirsi attivi subito dopo una attività sportiva di un certo impegno o ancora di più dopo una gara: per questo tra la fine della stessa e il sonno dovrebbero passare almeno quattro ore. Un aiuto in questi casi può venire anche dai rimedi naturali: gli integratori di melatonina, assunti finito lo sport, possono facilitare un sonno rigenerante anche dopo un'attività fisica protratta in serata e poiché l'assenza della luce stimola l'epifisi a produrre la melatonina, dormire in un ambiente al buio completo può certo favorire tale secrezione. Alla luce di queste considerazioni, il consiglio generale per lo sportivo a tutti i livelli, anche solo della domenica, è quello di considerare il giusto e necessario riposo dopo una gara, senza permettere che lo “svago” ( anche alimentare...) post possa sottrarre la dovuta energia e i dovuti tempi di ripristino. Ciò che non ha mai riposo non può durare a lungo.

**\*Responsabile Modulo BioMedico  
Settore Tecnico Arbitrale  
FIFA Medical Referees Departement**

# L'Abilità di ripetere Accelerazioni ad alta intensità: evidenze e proposte di allenamento

di Carlo Castagna\*

## Introduzione

Nel corso della partita l'arbitro effettua circa 1300 cambi di attività a varia intensità (Castagna, Abt, & D'Ottavio, 2007). Particolarmente importanti dal punto di vista fisiologico risultano le attività svolte ad alta intensità, solitamente intese come frazioni di gara effettuate a velocità superiori o pari a 15 km·h<sup>-1</sup>. Queste possono corrispondere al 10-20% della distanza totale di gioco (Weston et al., 2012). Fortunatamente l'attività di gara è di tipo intermittente e quindi risulta più facile adattarsi alle fasi ad alta intensità che risultano raramente superiori ai 40m (Weston et al., 2012). Il progresso tecnologico ha consentito, grazie alla tecnologia GPS e alla video match analysis computerizzata una ampia raccolta di dati di gioco, tra cui, con diverso grado di accuratezza, le accelerazioni e decelerazioni. Le fasi di accelerazione sono molto dispendiose dal punto di vista energetico e nel corso della partita si caratterizzano in repentini cambi di ritmo spesso da velocità molto basse o da fermo. Dal punto di vista quantitativo vengono considerate accelerazioni ad alta intensità quelle fasi di gioco che coinvolgono variazioni di velocità pari o superiori a 2.5 m·s<sup>-2</sup>. Analisi tuttora in corso, effettuate grazie alla disponibilità delle ditte STATS e K-Sport, hanno evidenziato un decremento medio delle fasi accelerative svolte ad alta intensità al progredire del tempo di gioco (per frazioni di 60s). Questo profilo sembra

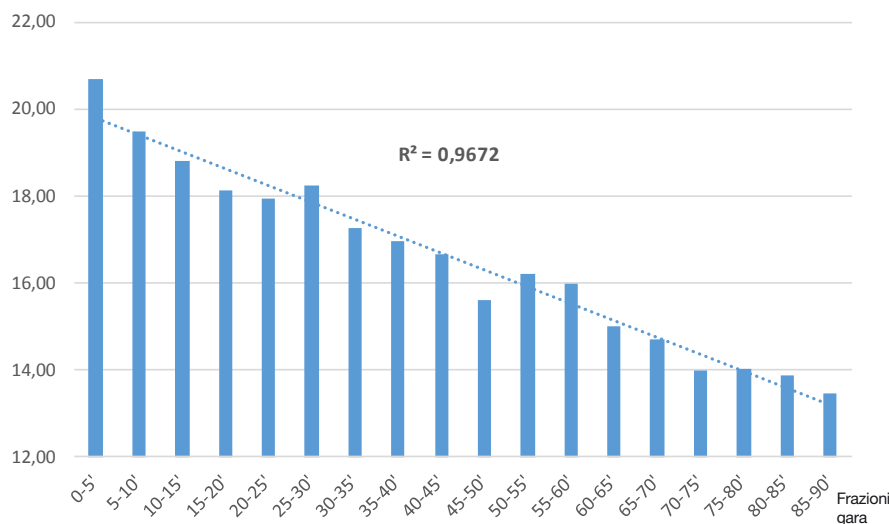
essere indipendente dal livello competitivo e presenta variazioni individuali, ovvero in alcuni arbitri il decremento non si evince (media di 15 partite per arbitro). Uno studio recentemente condotto dalla componente metodologica del Settore Tecnico AIA sulla prestazione arbitrale regionale, ha evidenziato un importante decremento della capacità di accelerazione nel corso della partita (vedi figure 1-2). Questo decremento risulta nel profilo sovrapponibile a quello rilevato nel corso del campionato di Serie A nei nostri arbitri di elite (Campionato 2017-18, analisi di 380 partite). Sebbene non sia facile stabilire l'esatto determinismo di questa evidente diminuzione della distanza realizzata con accelerazioni a media e ad alta intensità, risulta logico considerare in questo contesto la componente neuromuscolare della fatica (Castagna et al., 2007). Dal punto di vista metodologico è pertanto razionale pensare ad esercitazioni di allenamento in grado di migliorare l'abilità di reiterate nel tempo (nella gara) sprint attuati con importanti accelerazioni.

## Metodologia

Dato per scontato che l'arbitro debba avere una solidissima base aerobica ad alta intensità (elevate prestazioni nello Yo-Yo Intermittent recovery test, YYIR1), l'abilità di ripetere sprint (Repeated Sprint Ability, RSA) e di effettuare sprint prolungati (Sprint Endurance, SE) devono avere un posto privilegiato nell'allenamento del moderno arbitro di calcio per quanto sopra

esposto (Weston et al., 2012). L'RSA risulta una prestazione complessa in cui, con variazioni individuali, intervengono sia la componente aerobica che quelle anaerobica e neuromuscolare. Date le particolarità del profilo delle accelerazioni ad alta e media intensità nel corso della partita (progressivo calo), un incremento dell'abilità nel reiterate elevati gradienti di potenza nel corso del tempo può essere ottenuto curando nelle esercitazioni di RSA le fasi iniziali (in cui si vince l'inerzia del proprio corpo)

Fig. 1 Profilo Gara delle Accelerazioni a Media Intensità



degli sprint da effettuarsi. È bene dire che nell'allenamento per la RSA ogni sprint dovrebbe essere effettuato con uno sforzo pressoché massimale di modo da sollecitare i necessari adattamenti e che il recupero tra le ripetizioni non dovrebbe essere completo (solitamente non superiore ai 30 secondi). Una esercitazione che potrebbe risultare (a secondo dei casi) efficace per lo sviluppo della RSA e della associata abilità di reiterare elevate accelerazioni in maniera funzionale è costituita dalla corsa libera per il campo (5 minuti) durante la quale l'arbitro alterna sprint di 3-5 secondi a recupero attivo (jogging, 2 della scala di Borg) della durata di 25-30 secondi. Dal punto di vista pratico l'esercitazione proposta può essere effettuata, una volta ben riscaldati, effettuando uno sprint di 3-5s ripartendo ogni 30s, recuperando in maniera attiva, come sopra indicato, per i rimanenti 27-25s che risultano dalla differenza tra il tempo di sprint e la ripartenza appunto ogni 30s. Nel caso si voglia ulteriormente sollecitare la componente accelerativa e quindi la sua stabilità nel tempo, si può prevedere ad ogni sprint una partenza rigorosamente da fermo. Per far questo prima del successivo sprint l'arbitro, nel corso dell'esercitazione di 5 min, osserverà una breve pausa (1s) in modo da garantire una partenza senza slancio e quindi sollecitante maggiormente le componenti dell'accelerazione (vincere l'inerzia del proprio corpo per raggiungere la massima velocità). L'RSA drill dovrebbe prevedere da 2 a 6 frazioni di 5' intramezzate da recuperi (camminando o jogging secondo le condizioni) della durata di 3-5' minuti. È utile ricordare che l'allenamento aerobico costituisce un elemento essenziale per la costruzione funzionale dell'RSA in quanto promuove il rapido ripristino delle componenti fisiologiche che sostengono la prestazione di sprint (neuromuscolari e metaboliche). L'esercitazione o sue variazioni possono essere ripetute 1-2 volte alla settimana nel corso del campionato, tenendo conto della distanza temporale dalla partita. In questo caso, in base al proprio stato di forma, queste esercitazioni dovrebbero essere distanti dalla partita almeno 48 ore (sia successivamente che precedentemente alla gara). Considerazioni una pratica consapevole

I programmi di allenamento sono indicazioni di massima e

quindi vanno sempre adattati al soggetto. I principi della progressività del carico e dell'alternanza tra impegno e recupero sono comunque da tenere presenti. La pratica dell'allenamento ha una forte componente empirica e quindi spesso data la sua complessità si procede per prove ed errori. Pertanto l'esperienza unita ad una approfondita conoscenza della scienza applicata all'allenamento risultano di grande aiuto.

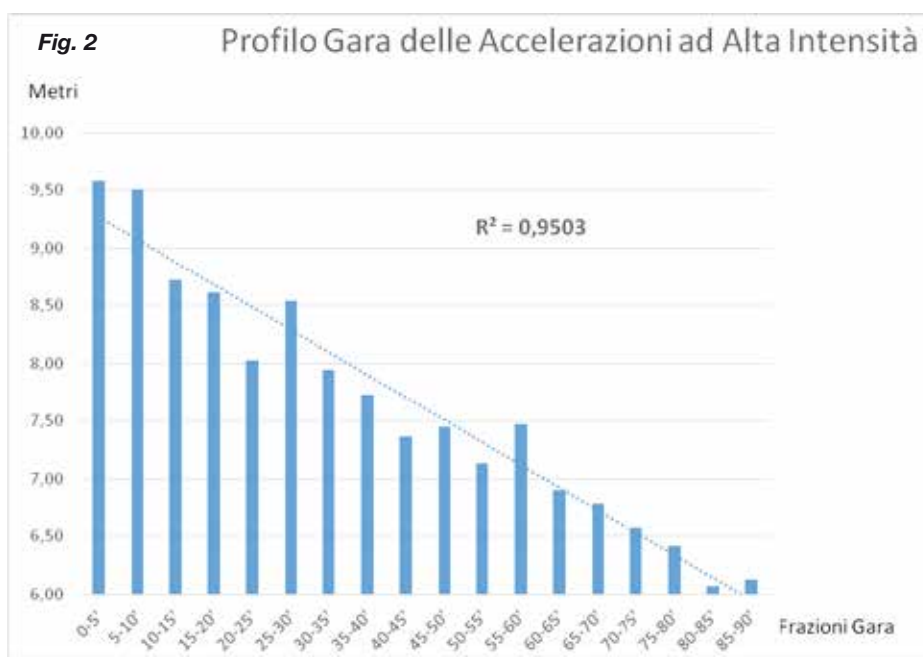
Figura 1. Variazione della percorrenza (metri) mediante accelerazioni reiterate a media intensità nel corso di partite di Eccellenza (n=86). Risulta evidente un progressivo calo della percorrenza media nel corso della gara.

Figura 2. Variazione della percorrenza (metri) mediante accelerazioni reiterate ad alta intensità nel corso di partite di Eccellenza (n=86). Risulta evidente un progressivo calo della percorrenza media nel corso della gara. Le fasi accelerative in questa categoria sono molto brevi 1-3m.

### Bibliografia

- Castagna, C., Abt, G., & D'Ottavio, S. (2007). Physiological aspects of soccer refereeing performance and training. *Sports Med*, 37(7), 625-646.
- Weston, M., Castagna, C., Impellizzeri, F. M., Bizzini, M., Williams, A. M., & Gregson, W. (2012). Science and medicine applied to soccer refereeing: an update. *Sports Med*, 42(7), 615-631. doi:10.2165/11632360-000000000-00000

\* **Settore Tecnico AIA, Metodologo dell'allenamento**







# SCEGLI DI AVERE PIÙ SCELTA.

**Scegli di individuare le migliori soluzioni** per ogni tua esigenza, contando sulla personalizzazione e la flessibilità che da sempre ci contraddistinguono.

**Scegli l'affidabilità e la qualità** del servizio unito allo spirito di innovazione.

**Scegli un Gruppo solido e indipendente.**

Scegliere Eurovita significa dare **il giusto valore alle tue prospettive** di investimento, risparmio, previdenza e protezione.

**EUROVITA**  
Valore alle tue prospettive