

Stage GN – Riccione 25-26 Ottobre 2014

«La Marcia»





IL GIUDICE DI MARCIA NON VA IN CAMPO CON L'IDEA DI SQUALIFICARE AD OGNI COSTO.

VA IN CAMPO PER FAR RISPETTARE CON SERENITA' E BUONA FEDE LA REGOLA CHE RIGUARDA LA MARCIA.

REGOLA 230

LA MARCIA

La marcia è una progressione di passi eseguiti in modo tale che l'atleta mantenga il contatto con il terreno, senza che si verifichi una perdita di contatto visibile **(ALL'OCCHIO UMANO)**.

La gamba avanzante deve essere tesa (cioè non piegata al ginocchio) dal momento del primo contatto con il terreno sino alla posizione verticale.



GIUDIZIO

La marcia è una disciplina **ATIPICA** dell' Atletica Leggera

Il giudice è chiamato ad esprimere un giudizio su un gesto atletico che si compie

- Il giudizio è personale e quindi soggettivo
- Il giudice di marcia fa parte di una giuria
- Il giudizio finale è dato dalla risultante dei giudizi degli altri giudici della giuria

Il giudizio **SOGGETTIVO** del giudice diventa giudizio **OGGETTIVO** della giuria

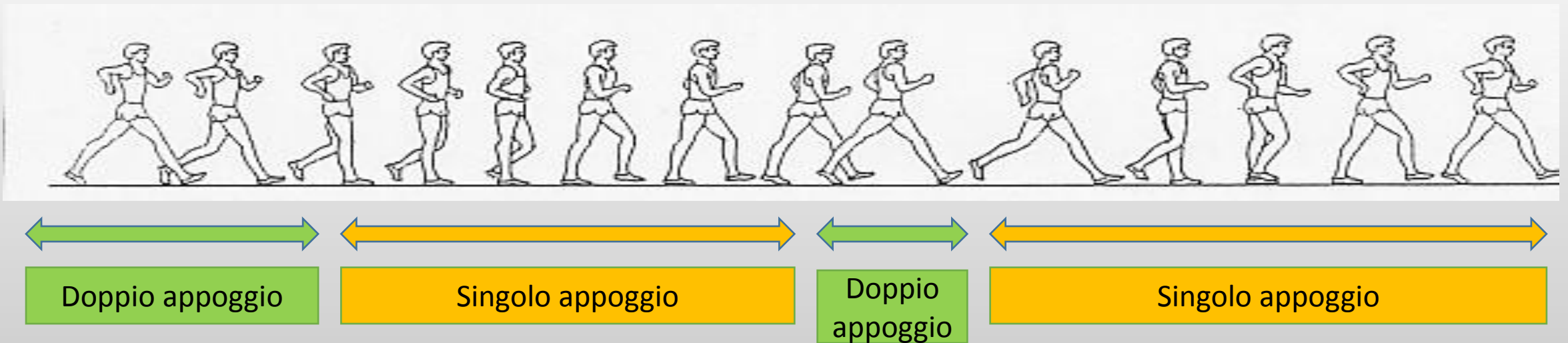
IL PASSO

La marcia agonistica è una progressione di passi eseguiti nel rispetto del regolamento

La marcia è l'**espressione atletica della deambulazione** e il passo ne rappresenta il mezzo di espressione dei fattori dinamici e funzionali

Dall'analisi di essi il giudice trae gli elementi necessari per verificare **la regolarità** del gesto atletico , che riguarda i due cardini della **regola 230** :

1. continuo contatto con il terreno
2. gamba avanzante bloccata al ginocchio dal momento del primo contatto con il terreno fino al raggiungimento della posizione verticale



TRAZIONE

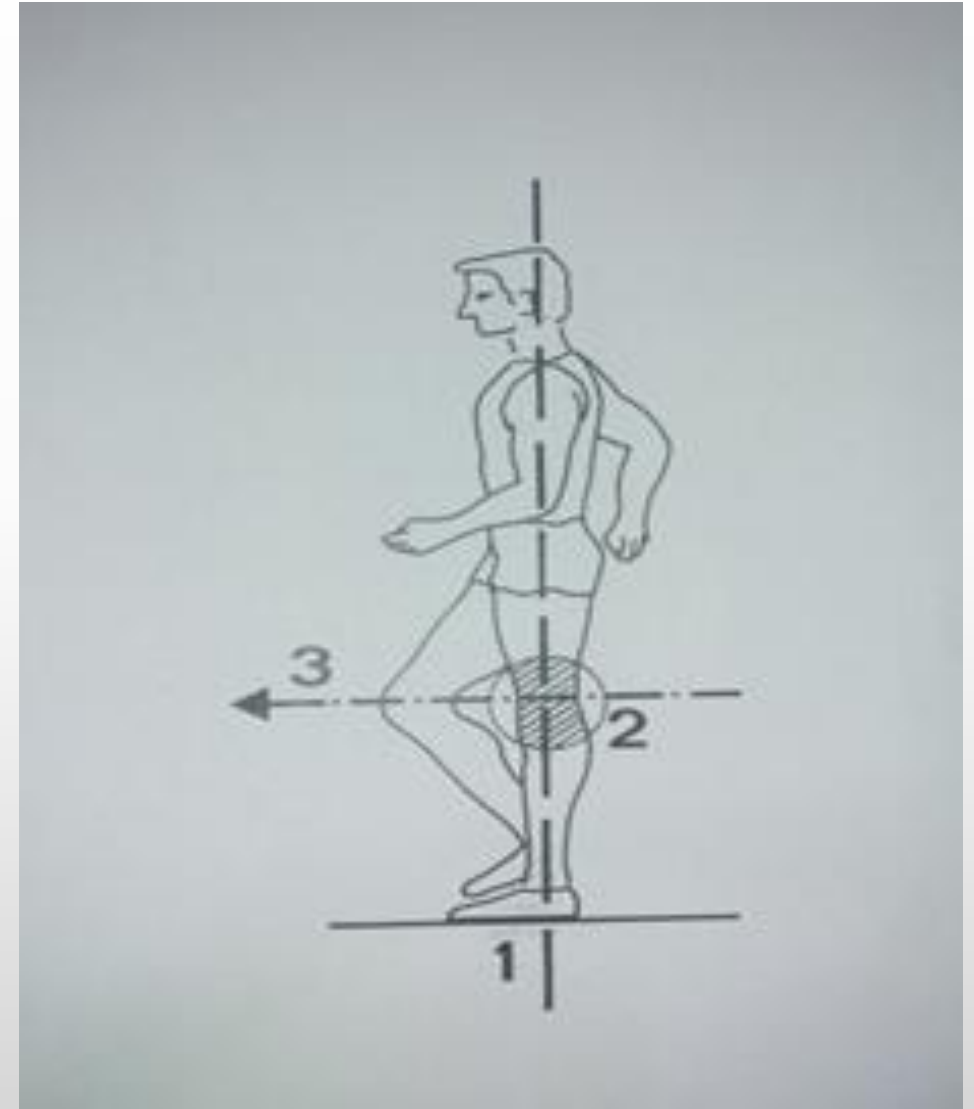
- E' un'azione che avviene nella parte anteriore del corpo
- La sua funzione è quella di traslare il corpo in avanti
- Inizia al termine del **doppio appoggio**
- Termina nel momento della **fase neutra**

La trazione è una fase fondamentale della marcia, in quanto consente il contatto continuo con il terreno



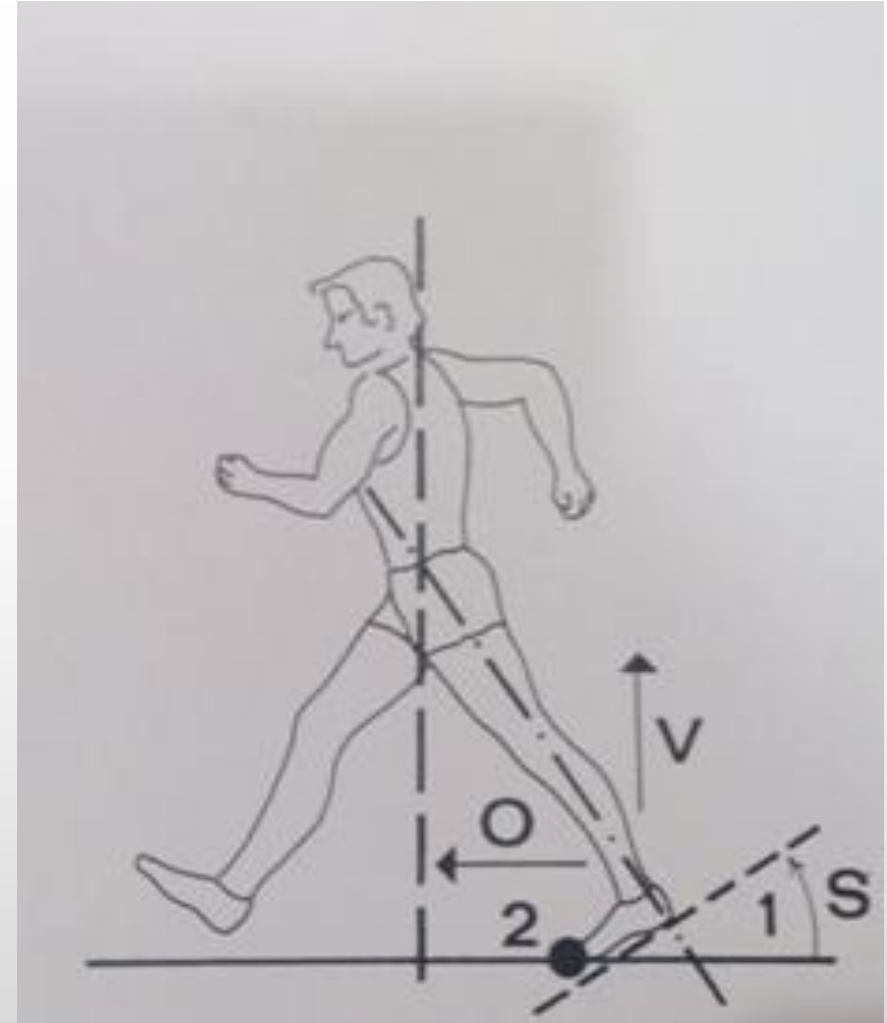
FASE NEUTRA

- E 'una fase intermedia tra la trazione e la spinta
- Si verifica quando il piede dell'arto avanzante poggia sul terreno con l'intera pianta, la gamba è perfettamente verticale bloccata al ginocchio, e l'altro arto è in fase di oscillazione
- Inizia quando termina la fase di **trazione**
- Finisce quando inizia la fase di **spinta**



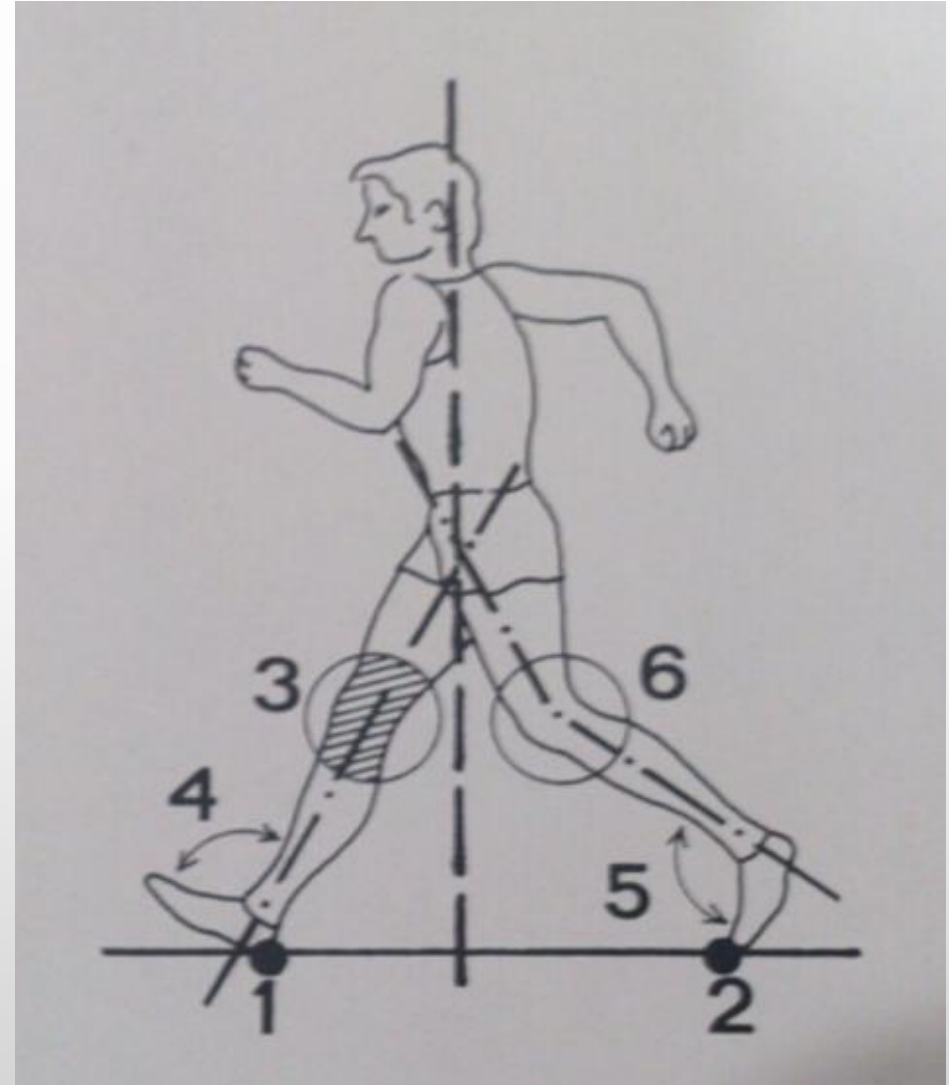
SPINTA

- E' un'azione che avviene nella parte posteriore del corpo
- La sua funzione è quella di dare un impulso in avanti al corpo
- Inizia al termine della **fase neutra**
- Termina nel momento del **doppio appoggio**



DOPPIO APPOGGIO

- E' la fase più significativa della marcia
- E' il momento in cui entrambi gli arti inferiori sono a contatto con il suolo
- E' la posizione che **garantisce** il contatto continuo con il suolo
- Rappresenta la massima ampiezza del passo
- Inizia quando il piede posteriore **termina la spinta** e il piede anteriore **contatta il suolo con il tallone**
- Termina quando il piede anteriore inizia la **trazione** e l'altra gamba inizia l'**oscillazione** in avanti



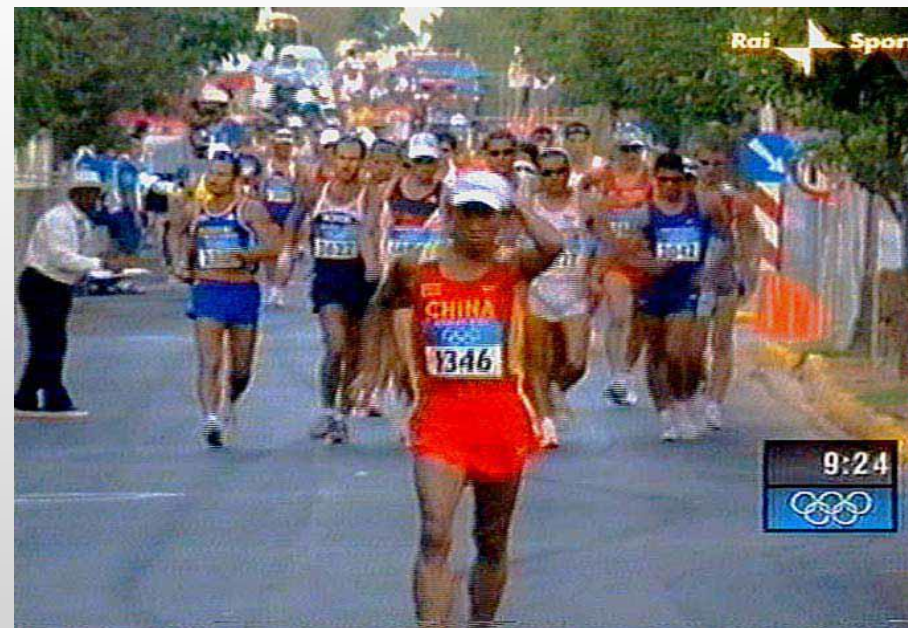
POSIZIONE DEL GIUDICE

Il giudice di marcia deve collocarsi nella posizione che gli consente la migliore visione degli atleti

- Nelle gare su pista, transitando gli atleti in prima corsia, il giudice stazionerà sulle corsie esterne
- Nelle gare su strada ,il giudice si posizionerà nel posto che gli consentirà la migliore visione degli atleti
- L'atleta deve essere controllato quando è in posizione di profilo e transita nello spazio compreso in un angolo di 45° davanti al giudice
- L'atleta non va giudicato né quando è in posizione frontale né quando è di spalle

MOMENTI E LUOGHI IN CUI IL GIUDICE DOVRÀ AGIRE CON PARTICOLARE ATTENZIONE:

- Subito dopo la partenza
- Durante il sorpasso di un altro atleta
- Durante lo sprint all'arrivo
- In mezzo al gruppo
- Nei giri di boa
- Nei tratti in pendenza
- Nelle curve brusche
- Nei punti di ristoro e spugnaggio



COSA DEVE O NON DEVE FARE IL GIUDICE DI MARCIA

Il Giudice:

- In caso di dubbio deve dare il beneficio all'atleta
- Non deve pensare che essere un buon giudice significhi assegnare un alto numero di richiami e di ammonizioni
- Quando è convinto della propria opinione deve agire immediatamente
- Nel momento del richiamo deve assicurarsi che l'atleta abbia visto chiaramente il segnale
- Non deve giudicare da un veicolo in movimento, né distendersi sulla pista o sulla strada
- Non deve farsi influenzare da opinioni e commenti esterni
- Deve tenere presente che quello che fa oggi un atleta può non farlo domani . Se un atleta viene squalificato ciò non deve creare pregiudizi o condizionamenti nella gara successiva. **OGNI GARA FA STORIA A SE'.**
- Durante la gara non deve discutere con altri giudici, ma agire autonomamente
- Non deve parlare con atleti e chiunque altro
- Non deve rincorrere gli atleti
- Deve compilare in maniera completa i biglietti delle ammonizioni per non creare problemi al tavolo del recorder e perdite di tempo
- Deve agire con la massima professionalità, imparzialità e buona fede

IL GIUDICE DI MARCIA (Walking Judge)

Agisce con :

1. **SICUREZZA** (convinto delle proprie opinioni)
2. **DETERMINAZIONE** (senza timore di prendere decisioni)
3. **TEMPESTIVITÀ** (velocità nelle decisioni senza perdite di tempo)

RICHIAMO (caution)

- Quando il giudice di marcia è completamente certo che un atleta stia marciando scorrettamente adotta il provvedimento del **RICHIAMO**
- si avvicina all'atleta, ne chiama il numero, e gli mostra in maniera chiara la paletta gialla con il simbolo dell' infrazione
- Annota il provvedimento sul modello riepilogativo indicando il numero dell'atleta , il simbolo dell'infrazione e l'ora
- Il giudice di marcia non può richiamare l'atleta una seconda volta per la stessa infrazione



AMMONIZIONE

(warning)

- Dopo che l'atleta ha avuto un richiamo e continua a marciare scorrettamente, il giudice di marcia compila il biglietto dell' **AMMONIZIONE**
- Il biglietto dell'ammonizione va **COMPILATO COMPLETAMENTE** in ogni sua parte e mandato rapidamente al tavolo del recorder
- Tutte le ammonizioni saranno ripotate sul tabellone
- Dopo aver ricevuto tre ammonizioni da tre giudici diversi , l'atleta viene squalificato dal giudice capo, o dal giudice assistente, con la paletta rossa
- Il giudice capo (o il suo assistente) si avvicina all'atleta , ne chiama il numero, e gli mostra la paletta rossa
- Nelle gare in pista , l'atleta squalificato deve lasciare subito la pista
- Nelle gare su strada l'atleta si toglie il numero e lascia il percorso



IL GIUDICE CAPO **(the chief judge)**

Se il giudice capo non è stato preventivamente nominato, i giudici di marcia designati lo nominano a loro volta

Il giudice capo:

1. Assegna ad ogni giudice un numero e la posizione da tenere sulla pista o sulla strada
2. Discute delle problematiche e del genere della gara da controllare
3. Fa sincronizzare gli orologi sullo stesso orario
4. Controlla che tutti i giudici abbiano il materiale completo:
 - biglietti di ammonizione
 - modelli riepilogativi (mod. 33)
 - palette
 - fasce
 - elenco dei partenti
 - mappa del percorso

5. Squalifica l'atleta dopo aver controllato con il recorder che:

- le tre ammonizioni sono arrivate da tre giudici diversi
- le tre ammonizioni sono per lo stesso atleta

6. Tiene una riunione , post-gara, con i giudici di marcia per discutere ed analizzare la gara appena conclusa

Il giudice capo ha la facoltà di squalificare negli ultimi 100 m , sia in pista che su strada, un atleta scorretto anche se lo stesso non ha ricevuto , durante la gara, nessun richiamo e nessuna ammonizione

Aspetta che l'atleta superi l'arrivo e poi gli notifica la squalifica

Al termine della gara il giudice capo controlla e firma il Summary e il mod.34

SEGRETARIO (recorder)

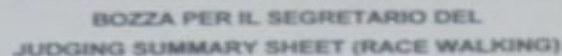
- Il recorder è un assistente del giudice capo
- Il recorder deve essere un giudice affidabile

COMPITI DURANTE LA GARA

- Raccoglie tutti i biglietti delle ammonizioni , controlla che siano compilati regolarmente e completamente
- Rimanda indietro, al giudice interessato, il biglietto incompleto
- Registra i biglietti delle ammonizioni sul Summary
- Comunica all'addetto al tabellone i dati delle ammonizioni: numero dell'atleta , il genere delle ammonizioni
- Avverte il giudice capo quando ci sono a carico di un atleta tre ammonizioni di tre giudici diversi

COMPITI AL TERMINE DELLA GARA

- Raccoglie tutti i modelli riepilogativi (Mod.33) dei giudici della giuria e li consegna al giudice capo insieme a tutti i biglietti delle ammonizioni
- Controlla e firma il Summary e lo consegna al giudice capo
- Compila il mod.34 , lo controlla insieme al giudice capo, e lo consegna all'Arbitro della giuria Arrivo



Mod. 34

DATA

ORA FINE GARA

PETTORALE DEGLI ATLETI CHE HANNO RICEVUTO PROPOSTE DI SQUALIFICA E SQUALICHE PER MANCATO RISPETTO DELLA REGOLA 230.3.a / 230.6.a (indicare l'ora di squalifica nella sola casella di riferimento della regola)

Il Giudice Capo

Il Segretario

LONG-DURATION TREATMENT

TABELLONE

(warning posting board)

- Lo scopo del tabellone è quello di informare gli atleti del numero delle ammonizioni ricevute
- È formato da quattro colonne; nella prima vengono riportati i numeri degli atleti ; nella seconda, terza e quarta le ammonizioni ricevute
- I numeri degli atleti sul tabellone, possono essere messi:
 1. tutti quanti in maniera progressiva
 2. quelli degli atleti che via via vengono ammoniti

L'ADDETTO AL TABELLONE

(the warning posting board operator)

- Come il recorder ,deve essere un giudice affidabile
- È in stretto collegamento con il recorder
- Deve riportare a fianco del numero dell'atleta interessato il simbolo dell'infrazione commessa: sbloccaggio o sospensione. Questa operazione va eseguita con chiarezza e rapidità

IL PERCORSO

(The course)

Il successo di ogni competizione di marcia dipende in gran parte dalla scelta e dalla misurazione del percorso

GARE SU PISTA

- INDOOR = lunghezza pista 200 m
- OUTDOOR = lunghezza pista 400 m

GARE SU STRADA

10 Km = 1 Km - 1,5/2 Km

20 Km = 2 Km - 2,5 Km

50 Km = 2 Km - 2,5 Km

GARE SU STRADA

Gare in linea, Gare su circuiti stradali, Gare su circuiti andata/ritorno,
Partenza dentro lo stadio - circuito stradale - arrivo dentro lo stadio

IL PERCORSO DEVE ESSERE

- Asfaltato, con fondo senza avvallamenti o altre irregolarità
- Pianeggiante
- Chiuso al traffico veicolare
- Opportunamente transennato

Lungo il percorso dovrà esserci spazio per :

- Postazione medica
- Rifornimenti e spugnaggi
- Postazione recorder e tabellone
- Cronometristi
- Contagiri
- Giudici
- Pit lane, quando prevista

LA PARTENZA (The start)



- Nelle gare di marcia la partenza viene data con un colpo di pistola dopo i consueti comandi usati per le gare di distanza superiore ai 400 m. : « ai vostri posti» e colpo di pistola
- Quando gli atleti sono molti, vengono sparati colpi di pistola a 5 minuti , a 3 minuti e ad 1 minuto dalla partenza

ACQUA, SPUGNAGGIO, RIFORNIMENTI

(Drinking, Sponging, Refreshment Stations)

- Acqua e altre bevande consentite saranno messe a disposizione alla partenza e all'arrivo
- Nelle gare da 5 a 10 Km vanno preparati punti di spugnaggio e distribuzione di acqua a intervalli appropriati, se le condizioni climatiche lo richiedono
- Nelle gare superiori a 10 Km vanno predisposti punti di rifornimento ad ogni giro, oltre a punti di spugnaggio e distribuzione di acqua in relazione alle condizioni climatiche
- I rifornimenti possono essere preparati dal Comitato Organizzatore o dagli stessi atleti
- I rifornimenti, posti in maniera facilmente accessibile, possono essere presi dagli stessi atleti o consegnati dal personale autorizzato, non più di due persone dietro ad ogni tavolo
- In nessun caso gli addetti ai rifornimenti possono entrare nel percorso o correre a fianco degli atleti
- Gli atleti che si riforniscono o prendono acqua in punti non ufficiali sono passibili di squalifica da parte dell' Arbitro

SICUREZZA

(Security)

Il Comitato Organizzatore di una gara di marcia deve garantire la sicurezza di tutti i partecipanti

In particolare

- Nelle gare su strada i circuiti debbono essere completamente chiusi al traffico veicolare
- La partenza e l'arrivo devono essere programmati con la luce del giorno
- Non è considerata assistenza una visita medica durante una gara fatta da un medico incaricato (Safety Judge) identificabile da un bracciale o altro segnale specifico
- Un atleta deve ritirarsi immediatamente se questo gli viene ordinato dal Delegato Medico (Safety Judge)

RIUNIONE TECNICA

(Technical meeting)

Il giorno prima della gara (o delle gare) avrà luogo la Riunione Tecnica presieduta dal Delegato Tecnico, per affrontare tutti gli aspetti tecnici della competizione con il seguente

ORDINE DEL GIORNO

1. Benvenuto

2. Presentazione dei giudici della competizione

3. L' AREA DI PARTENZA

- Zona di riscaldamento
- Camera d'appello
- Posizione della squadra

4. IL PERCORSO

- Mappa
- Caratteristiche
- Lunghezza
- Posti di ristoro/spugnaggio
- Rifornimenti

5. L'AREA DI ARRIVO

- Procedure, dopo l'arrivo, per i primi tre classificati di ogni prova
- Interviste per stampa /TV
- Cerimonia di premiazione
- Controllo antidoping
- Tabellone delle ammonizioni
- Contagiri
- Punteggi

6. Servizio medico

8. Servizio trasporti

7. Pettorali, tipo e distribuzione

9. Varie

10. Domande

PIT LANE

- Ideata dalla Commissione Mondiale della Marcia, è stata approvata dal Consiglio IAAF
- Dopo un periodo di sperimentazione, dal 2014 è diventata ufficiale e fa parte del regolamento della Marcia
- Il suo obiettivo è quello di ridurre, se non eliminare del tutto, le squalifiche nel settore giovanile
- Può essere utilizzata sia nelle gare su pista che in quelle su strada

FUNZIONAMENTO DELLA PIT LANE

Quando un atleta riceve **TRE** proposte di squalifica, invece di essere squalificato, verrà fermato per:

60 secondi nelle gare fino a 5 Km

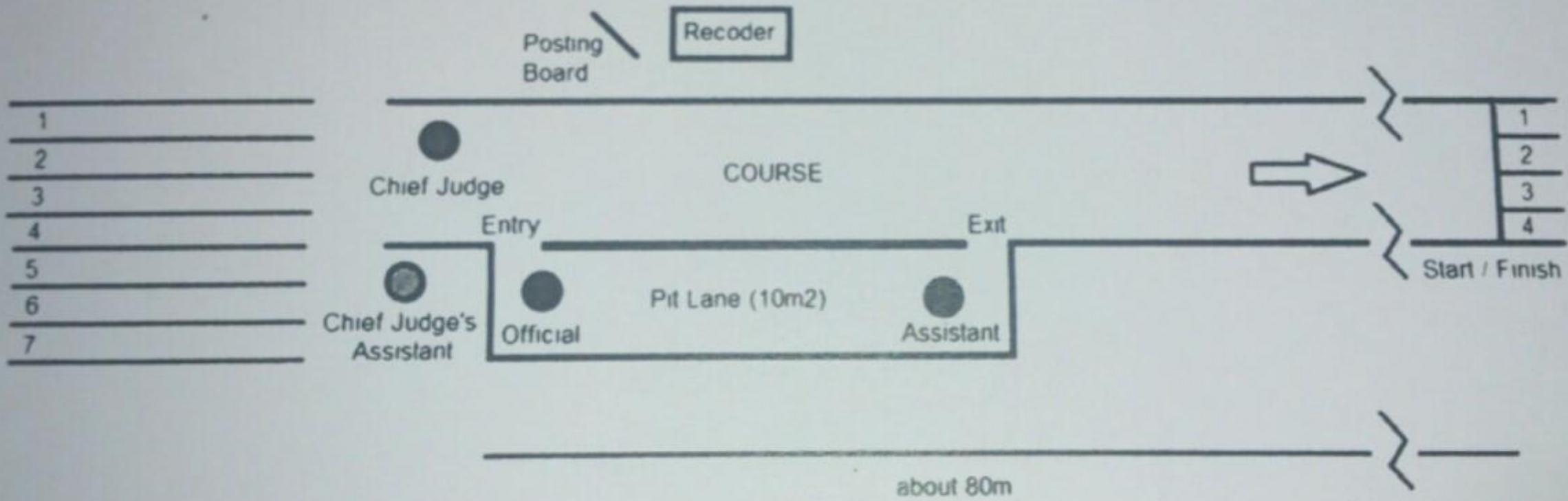
120 secondi nelle gare fino a 10 Km

Tali penalità sono da scontare nella **Penalty Area** da cui uscirà per continuare la gara

Nel caso riceva una **QUARTA** proposta di squalifica, da un quarto giudice diverso, sarà squalificato

1. Se un atleta riceve **quattro o più** proposte di squalifica, non sarà fermato nella Penalty Area, ma sarà squalificato direttamente
2. Se un atleta riceve la **terza** proposta di squalifica nel finale della gara, quando non è più possibile notificargli lo STOP nella Penalty Area, terminerà la gara, ma il suo tempo ufficiale sarà penalizzato di 60 /120 secondi
3. Il giudice Capo mantiene il suo potere di squalifica diretta negli ultimi 100 m. della gara

Esempio di allestimento per una gara su pista



AMMONIZIONI

PIT
LANE

N°	1	2	3	4
----	---	---	---	---

AMMONIZIONI

PIT
LANE
O

N°	1	2	3	4
----	---	---	---	---

PIT LANE STOP

PENALITA'

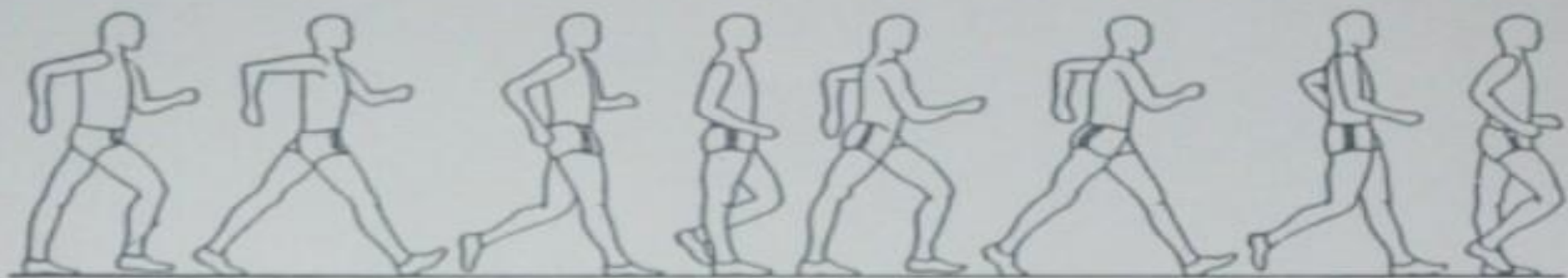
60"

120''

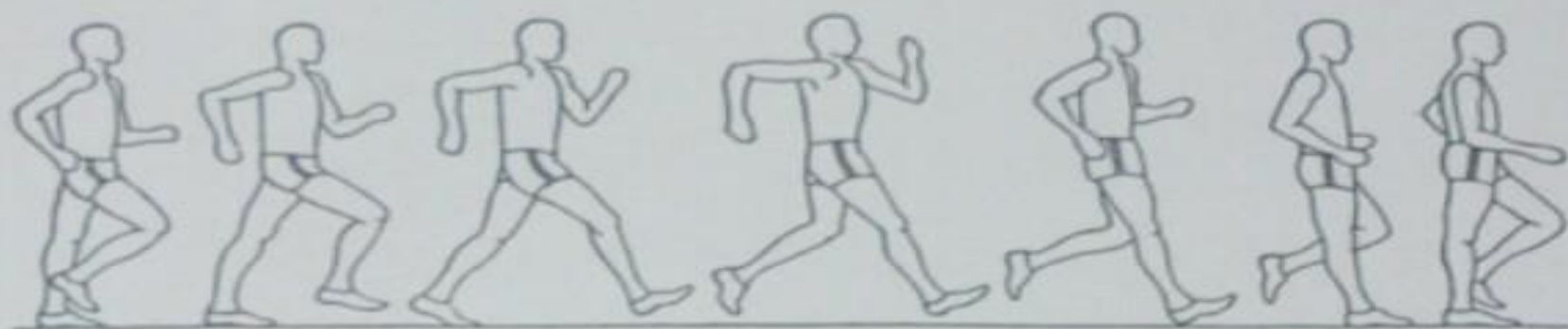
N

ORA ENTRATA

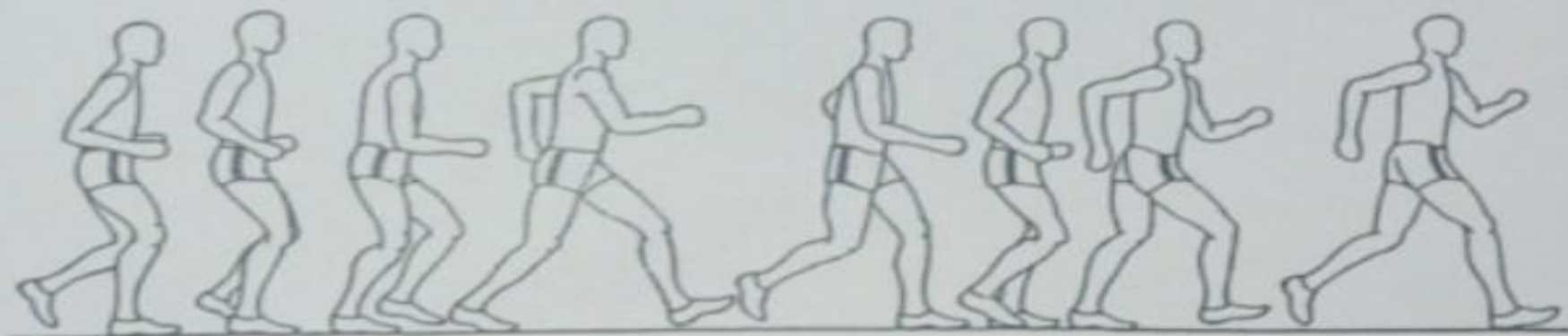
ORA USCITA[illegible]



CORRECT TECHNIQUE



LOSS OF CONTACT



BENT KNEE

IL GIUDICE DI MARCIA , COME L' ATLETA, SI FORMA PROGRESSIVAMENTE

- L' atleta comincia da ragazzo e attraverso le varie categorie giovanili e poi assolute acquisisce la completa maturazione
- Il giudice di marcia inizia il suo iter nei corsi di specializzazione e, via via nel tempo, con la pratica e l'esperienza raggiunge la completa preparazione
- Il giudice di marcia sarà tanto più preparato quanto più saprà calarsi nella realtà della gara da gestire

Grazie dell'attenzione

