

# LA MARCIA



*A Pino Dordoni*

*Grandissimo marciatore  
e maestro di vita, amico  
di tutti noi.*

### **RINGRAZIAMENTI**

La Commissione Giudici di Marcia ringrazia per il coordinamento ricevuto, il contributo ed il materiale forniti:

1. **DAMILANO Maurizio:** Chairman del Walking Committee della IAAF
2. **VISINI Vittorio:** Capo Settore Tecnico Marcia della FIDAL
3. **DAMILANO Sandro:** Settore Tecnico Marcia della FIDAL, e Direttore della Scuola di Marcia di Saluzzo
4. **LA TORRE Antonio:** Settore Tecnico Marcia della FIDAL, e Docente presso la Facoltà di Scienze Motorie dell'Università di Milano
5. **SALADIE LAFUENTE Luis:** Componente del Walking Committee della IAAF
6. **HOGA Koji & AE Michiyoshi:** Istituto di Sport e Scienze di Aomori & Università di Tsukuba in Giappone

I loro contributi verranno debitamente citati nel prosieguo

### SOMMARIO

L'attuale regola 230 .....	Pag. 4
I punti cardine dell'attuale regola 230.....	Pag. 7
<b>Parte prima: Il giudizio</b> .....	Pag. 10
Interpretazione della regola (parte prima).....	Pag. 10
Come si interviene verso l'atleta.....	Pag. 11
Quando si verifica lo sbloccaggio.....	Pag. 14
Quando si verifica la sospensione.....	Pag. 15
Gli interventi del giudice .....	Pag. 16
Analisi sulla visibilità della sospensione .....	Pag. 19
Analisi sulla visibilità e sull'angolazione dello sbloccaggio.....	Pag. 21
Interpretazione della regola (parte seconda) .....	Pag. 22
<b>Parte seconda: Il percorso tecnico</b> .....	Pag. 28
Perché è necessaria una corretta tecnica di marcia .....	Pag. 29
Tecnica della marcia .....	Pag. 30
Sequenza del passo e movimenti primari .....	Pag. 31
Fase di singolo appoggio .....	Pag. 33
Fase di doppio appoggio.....	Pag. 36
Movimenti secondari .....	Pag. 38
Come il tecnico si deve porre rispetto alla tecnica e rispetto alla regola .....	Pag. 43
La figura ed il ruolo del giudice nel miglioramento del giudizio .....	Pag. 45
<b>Parte terza: La gestione della gara</b> .....	Pag. 48
Il team della Giuria di Marcia .....	Pag. 49
Il ruolo del Giudice Capo .....	Pag. 50
Il ruolo dei Giudici di Marcia.....	Pag. 52
Il ruolo dell'Assistente al Giudice Capo.....	Pag. 53
Il ruolo del Segretario ("Recorder") .....	Pag. 53
Il ruolo dell'Addetto al Tabellone delle Ammonizioni.....	Pag. 54
Modulistica attualmente in uso.....	Pag. 54
I percorsi nelle gare di marcia.....	Pag. 58
La comunicazione nelle gare di marcia.....	Pag. 68
<b>Parte quarta: La valutazione del giudizio</b> .....	Pag. 77
I dati analizzati: elementi oggettivi .....	Pag. 78
Gli indici conseguenti .....	Pag. 78
Il concetto di "Consistency" .....	Pag. 79
La valorizzazione media e l'interpretazione degli indici .....	Pag. 80
L'applicazione pratica nell'analisi delle gare internazionali.....	Pag. 83
<b>Parte quinta: Conclusioni</b> .....	Pag. 85
Cosa possiamo fare per migliorare .....	Pag. 85
Obiettivo finale .....	Pag. 90

### Sezione VII del Regolamento Tecnico Internazionale GARE DI MARCIA

#### Giudice Capo

#### REGOLA 230 La Marcia

#### Definizione di Marcia

1. 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.

#### Il giudizio

2. (a) I Giudici di Marcia designati in servizio nomineranno un Giudice Capo, se nessuno è stato nominato preventivamente.

(b) Tutti i Giudici di Marcia operano secondo la capacità individuale ed i loro giudizi devono essere basati sull'osservazione fatta con l'occhio umano.

(c) Nelle competizioni tenute sotto la regola IAAF 1(a), tutti i Giudici di Marcia impiegati devono appartenere al ruolo Internazionale dei Giudici di Marcia. Nelle competizioni tenute sotto la regola IAAF 1 (b) e (c), tutti i Giudici di Marcia impiegati devono appartenere al ruolo di Area o Internazionale dei Giudici di Marcia.

(d) Per le gare su strada dovrebbero essere normalmente impiegati da sei a nove Giudici di Marcia compreso il Giudice Capo.

(e) Per le gare su pista dovrebbero essere normalmente impiegati sei Giudici di Marcia, compreso il Giudice Capo.

(f) Nelle competizioni tenute sotto la regola IAAF 1(a) non può operare più di un Giudice dello stesso paese.

3. (a) Nelle competizioni tenute sotto la regola 1(a), (b), (c) e (d), il Giudice Capo ha il potere di squalificare un atleta all'interno dello stadio, quando la gara finisce nello stadio, o negli ultimi 100 metri di percorso, se la gara ha luogo solo su pista o solo su strada, quando il suo modo di marciare manca chiaramente di rispettare il sopra citato punto 1, senza alcun riguardo al numero delle precedenti ammonizioni che il Giudice capo abbia ricevuto per quell'atleta. Ad un atleta che viene squalificato dal Giudice Capo in queste circostanze sarà concesso di portare a termine la gara.

(b) Il Giudice Capo opererà come il supervisore ufficiale della competizione, e agirà come un Giudice solo nella particolare situazione specificata nel sopraccitato paragrafo (a), nelle competizioni tenute sotto la regola IAAF 1(a), (b), (c) e (d). Nelle competizioni tenute sotto la regola IAAF 1(a), (b) e (c), possono essere nominati un massimo di due Assistenti del Giudice Capo. Gli Assistenti del Giudice Capo devono operare solamente per la notifica delle squalifiche e non devono operare come Giudici di Marcia.

(c) Per tutte le competizioni tenute sotto la regola IAAF 1(a), (b) e (c) devono essere nominati un Giudice addetto al Tabellone delle Ammonizioni ed un Segretario del Giudice Capo.

#### Richiami

4. I concorrenti possono essere richiamati quando, per il loro modo di procedere, sono in procinto di cessare di rispettare la regola 230 paragrafo 1 di cui sopra, mostrando loro una palette gialla con il simbolo dell'infrazione su ogni lato. Tuttavia essi non possono ricevere un secondo richiamo da parte dello stesso Giudice per la stessa infrazione. Dopo aver richiamato un atleta il Giudice informerà il

## Commissione Giudici Marcia e Settore Tecnico Marcia

Giudice Capo di questo suo provvedimento al termine della gara.

simbolo di ciascuna infrazione deve anche essere indicato sul tabellone delle Ammonizioni.

### Ammonizioni

5. Quando un Giudice osserva un atleta che non rispetta la regola 230 paragrafo 1 di cui sopra, ponendo in essere una visibile perdita di contatto e/o uno sbloccaggio del ginocchio durante qualsiasi parte della gara, il Giudice dovrà segnalare l'ammonizione inviandola al Giudice Capo.

(e) Per tutte le competizioni tenute sotto la regola IAAF 1(a), i Giudici devono usare dei sistemi portatili computerizzati, con capacità di trasmissione, allo scopo di comunicare tutte le Ammonizioni al Segretario ed ai Tabelloni delle Ammonizioni..

### La partenza

### Squalifica

6. (a) Quando, relativamente allo stesso atleta, tre Ammonizioni da tre Giudici diversi vengono inviate al Giudice Capo, l'atleta è squalificato e gli sarà data notifica della sua squalifica dal Giudice Capo o dall'Assistente del Giudice Capo che gli mostreranno una palette rossa. La mancanza della notifica della squalifica non può essere motivo di reinserimento dell'atleta squalificato.

7. Le gare devono essere fatte partire con un colpo di pistola. Debbono essere usati i comandi e le procedure per le gare di distanza maggiore di 400m (Regola 162.3). Nelle gare in cui vi è un grande numero di partecipanti, deve essere dato un segnale cinque minuti prima della partenza della gara e, se necessario, successivi avvertimenti.

### Sicurezza e Servizio Medico

- (b) In tutte le competizioni, sia direttamente controllate dalla IAAF o aventi luogo con il permesso della IAAF, in nessuna circostanza le ammonizioni di due Giudici della stessa nazionalità potranno contare per la squalifica di un atleta.
- (c) Nelle gare su pista, un atleta squalificato dovrà immediatamente lasciare la pista e, nelle gare su strada, dovrà, immediatamente dopo esser stato squalificato, togliersi i numeri di gara che indossa e lasciare il percorso. Ogni atleta squalificato che si astiene dal lasciare il percorso o la pista può essere passibile di ulteriori provvedimenti disciplinari in accordo con le regole IAAF 22.1(f) e 145.2.
- (d) Uno o più Tabelloni delle Ammonizioni devono essere piazzati sul percorso e vicino alla linea di arrivo per tenere gli atleti informati circa il numero delle Ammonizioni che sono state inviate al Giudice Capo per ciascun atleta. Il

8. (a) Gli organizzatori delle gare di Marcia devono garantire la sicurezza di tutti i concorrenti e dei Giudici. Nelle competizioni tenute sotto la regola IAAF 1(a), (b) e (c), il Comitato Organizzatore deve assicurare che le strade utilizzate per la gara siano chiuse al traffico motorizzato in tutte le direzioni.

(b) Nelle competizioni tenute sotto la regola IAAF 1(a), (b) e (c), le gare devono essere programmate in modo tale che la partenza e l'arrivo avvengano con la luce del giorno.

(c) Non sarà considerata assistenza una visita d'urgenza durante lo svolgimento di una gara da parte di personale medico appositamente incaricato e chiaramente identificato dal Comitato Organizzatore per mezzo di bracciali, giacche o altri simili strumenti identificativi.

(d) Un atleta deve ritirarsi immediatamente dalla gara se ciò gli viene comandato dal Delegato Medico o da un membro del

collegio medico ufficialmente designato.

### **Distribuzione di acqua potabile/ Punti di spugnaggio e punti di rifornimento**

9. (a) Acqua ed altre bevande saranno messe a disposizione alla partenza ed all'arrivo di tutte le gare.

(b) In tutte le gare fino a 10 km. inclusi, devono essere predisposti punti di spugnaggio e di distribuzione di acqua potabile ad intervalli idonei, se le condizioni atmosferiche lo richiedono.

(c) Per tutte le gare più lunghe di 10 km., devono essere predisposti punti di rifornimento ogni giro. In aggiunta, punti di spugnaggio e di distribuzione di sola acqua potabile devono essere predisposti approssimativamente a metà strada fra i punti di rifornimento e più frequentemente se le condizioni atmosferiche lo richiedono.

(d) I rifornimenti, che possono essere preparati sia dal Comitato Organizzatore che direttamente dall'atleta stesso, devono essere posizionati nei punti predisposti, in modo da essere facilmente accessibili agli atleti, o consegnati agli stessi da personale autorizzato.

(e) Un atleta che si rifornisce in un punto diverso da quelli stabiliti, si rende passibile di squalifica da parte dell'Arbitro.

(f) Nelle competizioni tenute sotto la regola IAAF 1(a), (b) e (c), un massimo di due incaricati per nazione può stazionare contemporaneamente dietro il tavolo del rifornimento. Per nessuna ragione un incaricato può correre al fianco dell'atleta mentre questi si sta rifornendo.

più corto di 2 km. e non più lungo di 2.5 km. Per tutte le altre competizioni, il circuito dovrà essere non più corto di 1 km. e non più lungo di 2.5 km. Per le gare che iniziano e finiscono nello stadio, il circuito dovrebbe essere situato il più vicino possibile allo stadio.

(b) I percorsi stradali devono essere misurati come previsto dalla regola IAAF 240.3.

### **Condotta di gara**

11. Nelle gare di 20 e più chilometri, un atleta può lasciare il percorso o la pista con il permesso e sotto il controllo di un giudice, a condizione che in conseguenza di questo, non percorra una distanza inferiore a quella stabilita.

12. Se l'Arbitro si persuade, dal rapporto di un Giudice o di un Giudice ai Controlli o in qualsiasi altra maniera che un atleta ha abbandonato il percorso segnalato ed in relazione a ciò ha percorso una distanza inferiore a quella stabilita dovrà squalificarlo.

### **Percorsi su strada**

10. (a) Per le competizioni tenute sotto la regola IAAF 1.1(a) il circuito dovrà essere non

### I punti cardine dell'attuale Regola 230

L'obiettivo fondamentale che ci si pone con una corretta conoscenza della Regola, è quello di avere un "chiaro ed elevato grado di sapere" di quanto sopra indicato.

Canoni fondamentali sui quali si basa la regola:

- ♦ La sua definizione
- ♦ I due fondamentali errori tecnici, sui quali si tornerà sia in sede di interpretazione del giudizio, sia quando si esaminerà il percorso tecnico

#### ⇒ La definizione e gli errori tecnici

Nella determinazione della definizione di marcia vengono presi in considerazione i due canoni fondamentali:

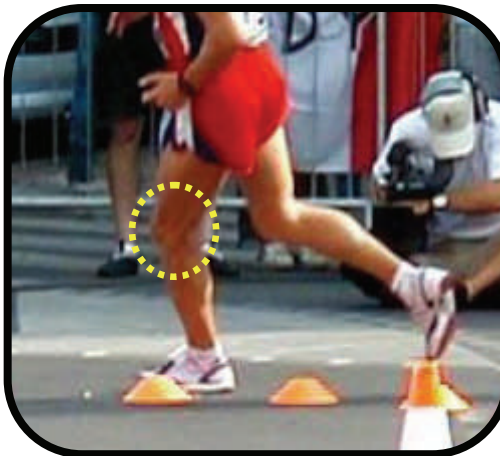


⇒ La continuità di contatto con il terreno;

⇒ Errore fondamentale: sospensione

⇒ Il bloccaggio del ginocchio fin dal primo impatto con il terreno

⇒ Errore fondamentale: sbloccaggio



### ⇒ **La composizione del corpo giudicante**

Vengono illustrati:

1. Composizione numerica della giuria e modalità del giudizio;
2. Nomina a poteri del Giudice capo
3. Assistenti del Giudice capo (Deputy)
4. Segretario (Recorder)

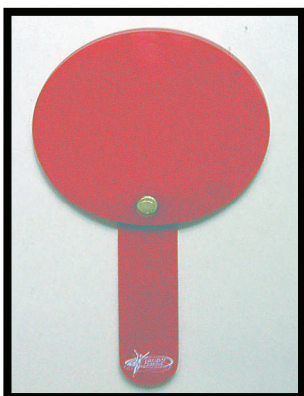
### ⇒ **Il richiamo all'atleta**

Vengono illustrati:

1. Quando un concorrente può subire un richiamo;
2. Notifica del richiamo



### ⇒ **L'ammonizione e la squalifica**

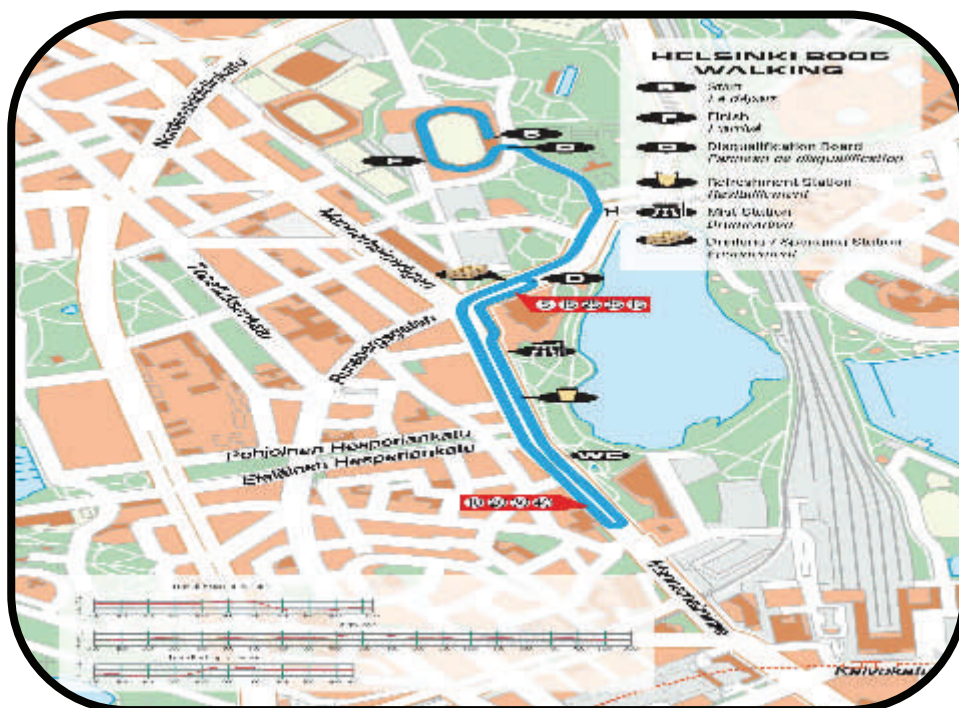


Vengono illustrati:

1. Quando un concorrente subisce una proposta di squalifica
2. Quando un concorrente viene squalificato
3. Tempi e modalità della squalifica
4. Comportamento del concorrente squalificato
5. Informativa agli atleti (Tabellone delle Ammonizioni)

### ⇒ Altri punti tratti dalla regola

1. Modalità organizzative della partenza
2. Obblighi dell'Organizzazione circa la sicurezza ed il servizio medico
3. Modalità organizzative dei punti di rifornimento e di spugnaggio
4. I percorsi
5. La condotta di gara



*Helsinki 2005 – Percorso dei Campionati Mondiali*

### Commento alla Regola 230

Vale la pena segnalare la peculiarità della regola 230, unica in tutto il Regolamento Tecnico Internazionale a contenere tutti gli aspetti regolamentari, di controllo sullo svolgimento di una gara, in tal caso di una gara di marcia.

Infatti la Regola 230 comprende sia le modalità della partenza, dei percorsi, dei rifornimenti, della sicurezza e del servizio medico oltre, naturalmente, di tutto quanto attiene al giudizio.

Si ricorda che nel RTI esistono altre regole i cui contenuti interessano le gare di marcia.

### Parte prima: Il Giudizio

Come tutte le leggi e le regole, che sempre necessitano delle interpretazioni, anche quelle della marcia non fanno eccezione a questo principio.

Si è voluto qui di seguito presentare, con commenti, quanto è stato il frutto di recenti incontri, anche internazionali, sul tema.



#### ⇒ Interpretazione della regola (parte prima)



Il principale obiettivo di questa sezione è quello di:

1. Essere capaci di reagire appropriatamente ad una situazione inusuale
2. Essere capaci di interpretare le regole nello “spirito del loro significato”

*Deve essere chiaro a tutti che quanto indicato qui a fianco, come “fattori esterni”, ha un ruolo rilevante del modo in cui il giudice deve porsi mentalmente rispetto alla gara che si prepara a giudicare.*



#### Da che cosa può dipendere l'interpretazione della regola

La Regola 230 è sostanzialmente chiara, ma la sua applicazione può dipendere da **fattori esterni**:

- ✦ Tipologia del percorso
- ✦ Tipo di manifestazione
  - Individuale: Campionati Mondiali, Olimpiadi
  - Per team: Coppa del Mondo o altro
- ✦ Interpretazione della gara da parte dell'atleta
- ✦ Condizioni meteorologiche

### Come si interviene verso l'atleta



### Fattori discriminanti e interventi

- Se, quando, e quale è il messaggio del richiamo al concorrente (**"caution"**)
  - Richiamo per **"sospensione"**
  - Richiamo per **"sbloccaggio del ginocchio"**
- Se e quando intervenire con l'ammonizione (**"red card"**)
  - Ammonizione per **"sospensione"**
  - Ammonizione per **"sbloccaggio del ginocchio"**

#### Messaggio del Richiamo ("Caution")

Con il richiamo, il messaggio che si vuole dare all'atleta è:

1. Ti sto guardando, ma per me qualche cosa nel tuo modo di progredire non mi convince.
2. Non me la sento, ora di ammonirti (proporre la tua squalifica), ma sono sicuro che, se vai avanti così, prima o poi dovrò prendere una decisione che non potrà essere a tuo favore. Il simbolo che ti faccio vedere significa che ho dei dubbi su quella fase del tuo passo.
3. Regolati tu: se vuoi rischiare, fallo, ma sii cosciente delle conseguenze.

#### Messaggio dell'Ammonizione ("Red card")

Con l'ammonizione, il messaggio che si vuole dare all'atleta è:

1. Ti avevo già prima invitato a correggerti, ma non lo hai fatto. Ora, dopo averti rivisto, sono convinto che non marci secondo la regola.
2. Sono convinto che ne trai vantaggio su altri, e sulla gara in se stessa, anche e solo magari in termini di minor fatica o minor costo energetico.
3. Pertanto ti ammonisco, ed affinché tu ne venga a conoscenza e ne sappia anche il motivo (da 1.1.2006), informo chi è al tabellone delle ammonizioni di indicartelo (bollino rosso). Ma non devi per ora sapere da quale giudice, perché, siccome io, dopo che ti ho ammonito, non posso fare più nulla verso di te, lo potrai sapere solo dopo la gara leggendo assieme al tuo tecnico il "summary" della gara.
4. Traina tu le conseguenze, se ne vedi una o due.

Un famoso ex atleta messicano aveva questa logica: "Es mejor morir delante que vivir detras" (Meglio morire davanti che vivere in fondo alla gara). Devi scegliere tu, atleta, e gli strumenti che hai a disposizione per questa tua scelta sono: Richiamo "Caution", Ammonizione "Red Card" sul Tabellone delle Squalifiche.

Chiariamoci con un esempio



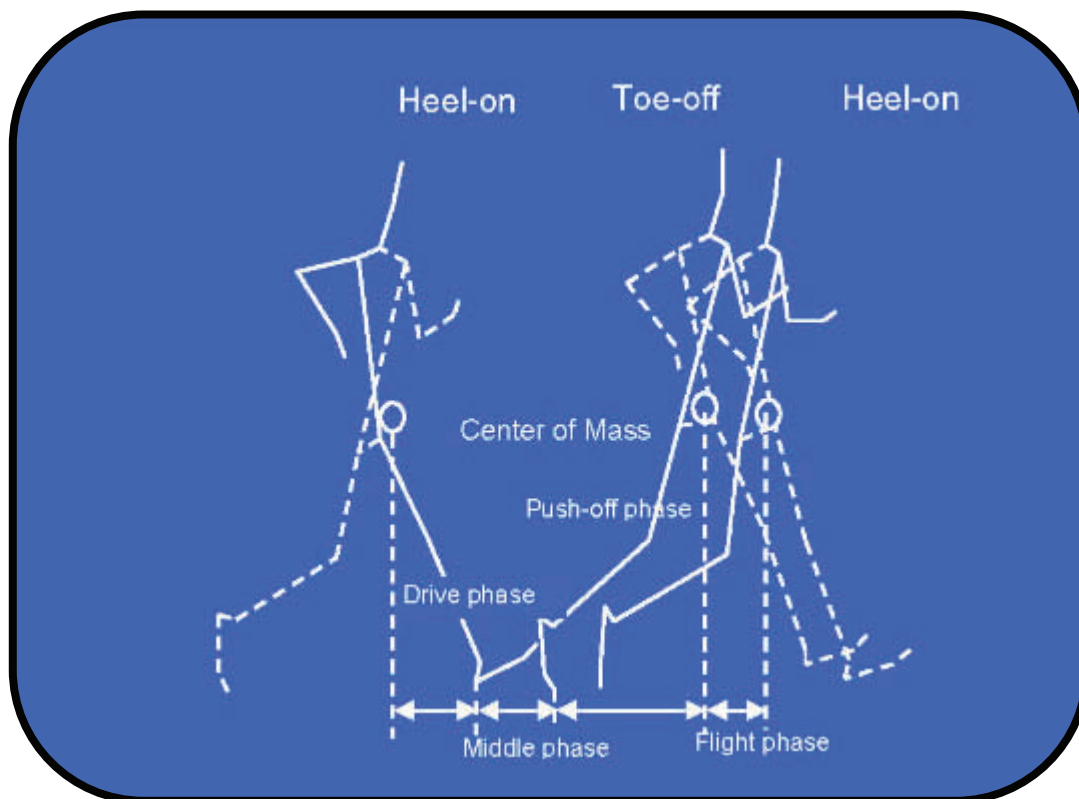
Ci si ponga questa domanda: il gesto indicato a sinistra è un gesto sanzionabile o no, e se è sanzionabile, lo è con un richiamo (paletta gialla) o con un'ammonizione ("Red Card") ?

Ci si ponga analogamente la stessa domanda per il gesto indicato a destra e si cerchi di darsi la risposta prima di proseguire nella lettura.

Prima di entrare nel merito delle motivazioni che devono spingere i giudici ad utilizzare uno strumento anziché l'altro osserviamo le seguenti situazioni di analisi.

La documentazione è stata fornita dai ricercatori di biomeccanica delle Università di Aomori e di Tsukuba in Giappone (Koji HOGA e Michiyoshi AE)

La seguente diapositiva rappresenta in maniera molto schematica, la progressione di un passo.



### Legenda

- ⇒ **Heel-on:** attacco del tallone al suolo (gamba destra, se la riga è continua, gamba sinistra se la riga è tratteggiata)
- ⇒ **Toe-off:** stacco della punta del piede dal suolo della gamba destra (perché si tratta della riga continua)
- ⇒ **Drive phase:** fase di appoggio anteriore
- ⇒ **Push-off phase:** fase di appoggio posteriore e spinta
- ⇒ **Middle phase:** fase di rullata
- ⇒ **Flight phase:** fase di volo
- ⇒ **Center of mass:** baricentro di gravità del corpo

### Quando si verifica lo sbloccaggio



Figura 1



Figura 2

#### Caratteristiche sintomatiche dello sbloccaggio del ginocchio

- ⇒ Velocità nell'estensione angolare del ginocchio (asse Femore-Tibia/Perone) prima dell'attacco del tallone al suolo: una lenta estensione provoca un angolo come questo indicato nella figura 1
- ⇒ Flessione del ginocchio dopo l'attacco al suolo e fino all'estensione verticale della gamba portante: come indicato nella figura 2

Entrambi questi comportamenti sono sanzionabili.

#### Principale ragione dell'errore:

Come conseguenza di una limitata torsione delle anche, l'asse "femore-ginocchio-tibia" non può avere una totale estensione.

Questo rende chiaro ed evidente, dal primo contatto con il suolo fino alla posizione verticale, un angolo fra il ginocchio e le altre parti della gamba.

### Quando si verifica la sospensione

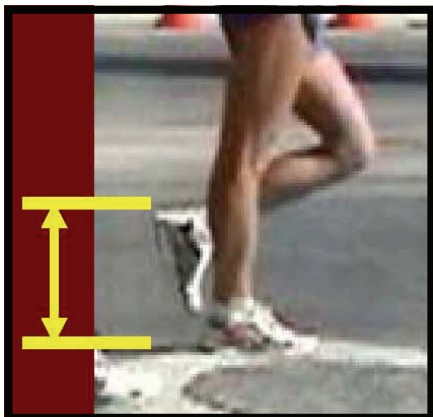


Figura 1

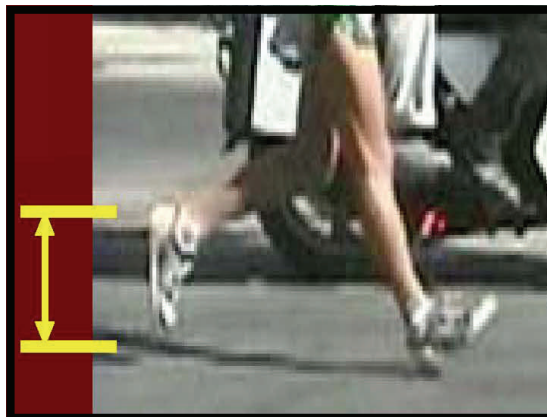


Figura 2

### Caratteristiche sintomatiche della sospensione

- ⇒ Elevata altezza dal suolo del tallone della gamba oscillante durante la fase di appoggio singolo sulla verticale (vedi Figura 1).
- ⇒ Elevata altezza dal suolo del tallone della gamba posteriore al momento del contatto al suolo della gamba avanzante (vedi Figura 2).



Figura 3

### Principale ragione dell'errore:

Trasformazione della spinta della gamba posteriore in un avanzamento non orizzontale.

Questo errore impedisce al marciatore una azione lineare e lo porta ad avere dei piccoli balzi con un conseguente eccessivo innalzamento del centro di gravità del corpo (vedi Figura 3).

### Gli interventi del Giudice

#### ⇒ Il Richiamo ("Caution" - Paletta gialla)



#### Ragioni e scopo del richiamo

- ⇒ Consentire all'atleta di correggersi
- ⇒ E' l'unico aiuto consentito
- ⇒ Occorre però che sia "tecnicamente corretto e correttamente presentato" nonché "percepito positivamente dall'atleta"

Affinché questo avvenga dipende anche dalla:

- ◆ Tempestività dell'intervento
- ◆ Dalla decisione espressa nell'atto della segnalazione del richiamo

#### Posso o devo richiamare un'atleta ?

Le scuole di pensiero sono diverse: a favore del richiamo (Italia, Spagna, Cina, Russia, Giappone), sostanzialmente contrari (paesi anglosassoni, Australia in particolare) assieme a tutti coloro che sostengono il concetto che il richiamo a volte crea confusione e viene interpretato come "primo momento di errore" anziché come "momento prima che si verifichi l'errore".

Non esiste un manuale sul posso o devo. E' la nostra sensibilità in gioco, il nostro approccio alla gara, la nostra cultura e filosofia, i nostri dubbi e le nostre certezze, ... in fondo il nostro coraggio.

Il richiamo ci mette di fronte all'atleta "immediatamente", l'ammonizione ci mette di fronte alle nostre responsabilità "dopo la gara" (assieme ad altri, se c'è stata la squalifica).

Ma appunto in questa solitudine coraggiosa nell'alzare quella paletta (corretta e non sbagliata) si estrinseca il maggiore aiuto che si possa dare all'atleta.


Deve essere fatto con convinzione, senza paura. Se l'atleta percepisce un dubbio nel nostro richiamo non ne tiene conto. Il messaggio deve essere forte: "Attento ti sto controllando, sto sciogliendo i miei dubbi verso il tuo modo di progredire.

Tienine conto !".

### ⇒ L'Ammonizione ("Red Card")

Deve rappresentare la naturale e doverosa reazione al continuato protrarsi di un errore. Ne costituiscono la base della decisione:

1. L'assoluta certezza
2. La tempestività della decisione rispetto al verificarsi dell'errore

Judge's Red Card	
Distance:	20 km.
Men/Women	Men
Judge's No.:	1
Bib Number	212
Reason:	<div><div>⌚</div><div>19</div><div>34</div></div>
Judge's Signature:	

#### Presupposti dell'ammonizione

1. L'errore deve essere "assolutamente visibile dall'occhio umano";
2. L'errore deve avere una "ragionevole continuità" (non due o tre passi);
3. L'atleta deve trarne un "vantaggio".

#### Punti cardine affinché ci sia il presupposto dell'ammonizione.

Per quanto concerne la regola è sufficiente l'assoluta visibilità da parte del giudice. Ovviamente ciò deve essere visibile senza alcun supporto tecnico (dall'occhio umano).

Sta sempre più prendendo consistenza, a livello internazionale, nei seminari e nei colloqui fra i giudici, il concetto della "ragionevole continuità": un giro di boa a ginocchio sbloccato, occasionalmente una volta, può non essere sanzionabile (e non lo dovrebbe essere), lo stesso giro di boa a ginocchio sbloccato sempre, va sanzionato immediatamente, e senza dubbi di sorta.

Altro concetto che sta prendendo consistenza è quello del vantaggio che l'atleta ne possa trarre. Questo vantaggio va però inteso in modo lato, nel senso che si deve tradurre (e quindi considerare) non solo in termini metrici, ma anche in termini di minor fatica, di minor consumo energetico, e quindi di "danno indiretto" nei confronti dell'altro atleta, il quale per mantenere la medesima andatura correttamente, deve spendere di più.

Relativamente alla gestione delle "Red Cards" si noti infine come deve avvenire la corretta compilazione del modulo di ammonizione: uno per atleta, chiaramente leggibile, firmato, con l'ora chiaramente compilata; la "Red Card" va fatta recapitare con la massima sollecitudine al Segretario/Recorder per il suo inserimento sul Tabellone delle Ammonizioni.



### Richiamo & Ammonizione

✦ Se siamo sicuri dell'errore bisogna dare la **"red card" (ammonizione)**

**ma**

✦ Dobbiamo considerare la nostra **"ammonizione"** come quella che determina la squalifica dell'atleta (3°)

✦ Significa, cioè, che **l'ammonizione** deve essere:

- **"l'ultima decisione finale"**
- non la **"prima istintiva reazione"** del giudice all'errore

### Il concetto della "certezza" dell'errore da parte del giudice.

La linea guida deve essere la seguente: ora sono sicuro che tu atleta stia continuando a sbagliare, e che attraverso questo modo di progredire tu ne tragga un indubbio vantaggio, nei termini spiegati in precedenza. Bene, per questi fatti ho deciso che, per quanto mi riguarda, tu non devi restare più in gara. Se fossi un giudice "unico" ti "squalificherei", ma dato che non lo sono "scrivo la mia ammonizione" e mi comporto come se tu fossi già squalificato (per me tu non sei più in gara, cioè non ti guardo più).

Nella mia mente però prima di scrivere la mia "ammonizione" (anche se data presto nel corso della gara) la considererò come se fosse la terza che tu riceverai, quella cioè che ti toglierà dalla gara. E' chiaro che questo è un profondo "momento di riflessione" sulla mia certezza, che deve essere assoluta. D'altra parte non può essere diversamente, e questa certezza devo essermela formata in tempi ragionevolmente brevi, dopo aver cercato di aiutarti con i richiami a far sì che tu ti corregga (non devo essere istintivo). E' altrettanto chiaro che, una volta che ti ho aiutato e tu non hai capito, o non hai voluto capire, non posso fare altro (concetto della decisione finale) che dire: ora basta.

### Il percorso logico dell'ammonizione ("Red Card"):

Razionale: devo fare tutto il ragionamento sopra indicato

Veloce: devo fare questo ragionamento senza aspettare la fine della gara. Chi marcia male, di solito, non lo fa solamente negli ultimi momenti della gara.

Ponderato: devo tener conto della tipologia della gara, degli atleti che gareggiano, se ci sono titoli o premi in palio e di tutto quello che la ragionevolezza mi impone.

Concetto della razionalità: è chiaro a tutti che se, a seguito dei richiami per aiutarti, tu atleta continui nell'andatura che mi lasciava quell'alone di dubbio (e che non mi faceva decidere), debbo "razionalmente" trarne una conclusione. La discriminante è data dal fatto che tu ne stia traendo un beneficio, e la continuità di questo beneficio che io giudice percepisco fa sì che il mio iniziale dubbio, si trasformi (principio della reazione) doverosamente in una certezza: da cui ne deriva l'ammonizione.

Concetto della velocità: è altrettanto chiaro a tutti, che prima agisco meglio è. Ma questo "prima agisco" deve essere inteso rispetto al momento in cui io giudice mi sono formato la mia idea di certezza. Lo stesso atleta visto in due gare diverse, ed interpretate da lui diversamente, può venir da me ammonito con tempistiche diametralmente opposte.

Esempio: un atleta marcia non correttamente e si trova una volta chiaramente in testa alla gara fin dall'inizio, mentre un'altra sempre in mezzo ad altri, i quali, in quanto a scorrettezze, probabilmente sono peggiori di lui. E' evidente, da queste due situazioni completamente differenti, che, nella seconda, io giudice mi concentri verso i peggiori e quindi mi accorga dei suoi errori solo in tempo successivo rispetto a quello in cui avrei reagito nella prima situazione. L'importante è che quando me ne sia accorto agisca subito.

Concetto della ponderazione: devo essere certo nel mio animo al di là di ogni ragionevole dubbio. Questo non significa che debba negare l'evidenza, né che io debba essere o un "buono" o un "killer".

Questo significa che certi tipi di gestualità non possono non essere visti e percepiti come errati. Sono questi i gesti che la ragione (razionalità) mi dice di sanzionare velocemente.

### ⇒ **Analisi sulla visibilità della sospensione**

Vengono presentati in forma tabellare (Figura 1) ed in forma grafica (Figura 2) studi svolti dai ricercatori giapponesi (Hoga e Ae) sulla visibilità della sospensione. Tali studi sono stati effettuati ai Giochi Olimpici di Atene su atleti di elevato livello. Le conclusioni sono di facile intuizione.

# Analisi della sospensione (Atene 2004)

Atleti	Tizio		Caio		Sempronio	
Km. di gara	Al 6 Km.		Al 10 Km.		Al 14 Km.	
Velocità (Km./h)	15,39		15,41		15,42	
Frequenza (Passi/min.)	200		200		200	
Tempo passo (sec.)	0,30	100%	0,30	100%	0,30	100%
Tempo appoggio (sec.)	0,29	97%	0,29	97%	0,25	83%
Tempo volo (sec.)	0,01	3%	0,01	3%	0,05	17%
Lunghezza passo (m.)	1,28	100%	1,28	100%	1,28	100%
Appoggio anteriore (m.)	0,34	26%	0,34	26%	0,26	20%
Fase neutra (m.)	0,35	27%	0,35	27%	0,30	23%
Spinta (m.)	0,51	40%	0,51	40%	0,43	34%
Fase di volo (m.)	0,09	7%	0,09	7%	0,29	23%

Figura 1

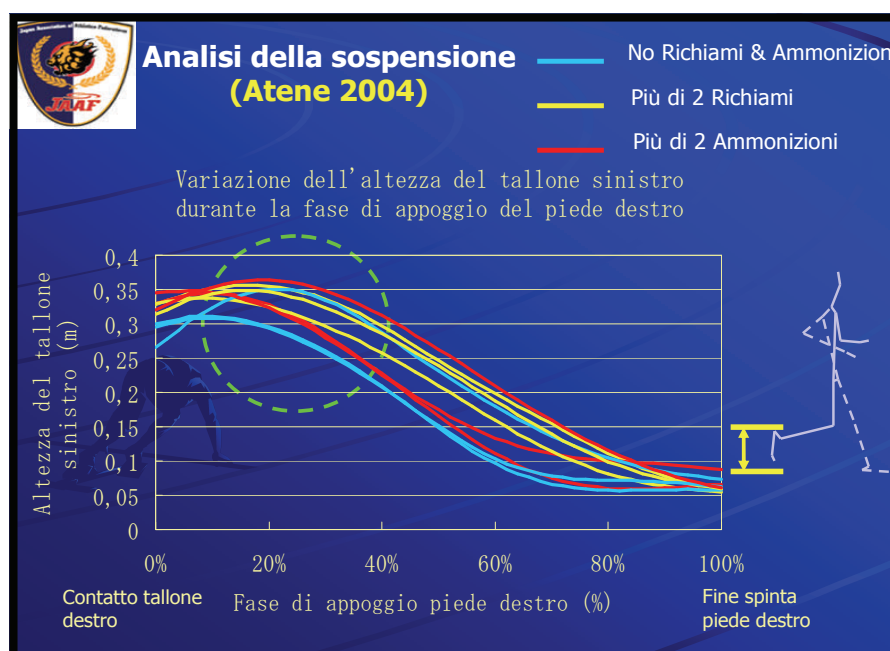


Figura 2

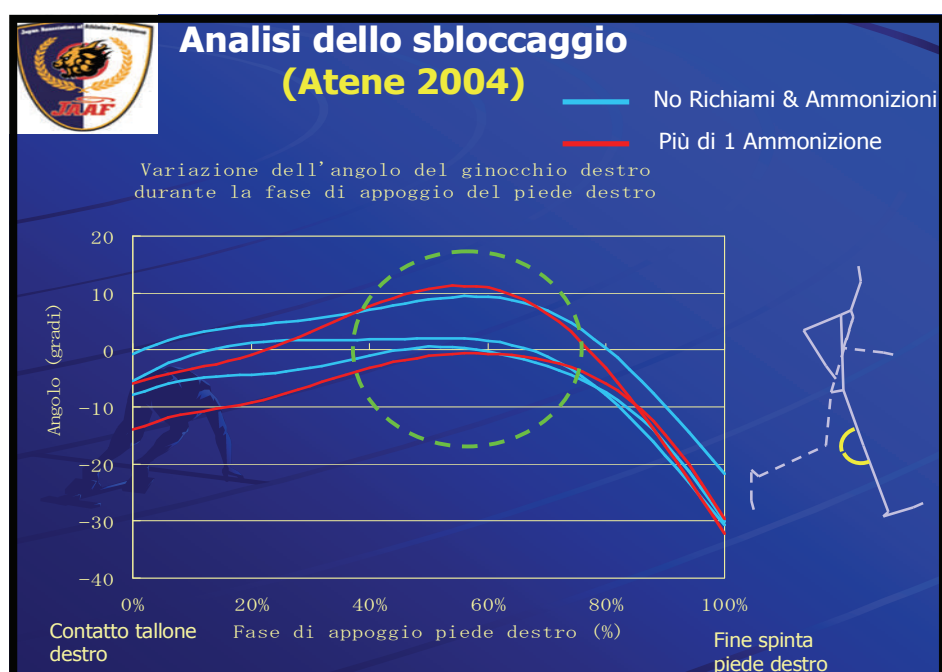
Solamente per facilitare la comprensione della Figura 2, si aggiunge che, mediamente, la lunghezza del piede dell'atleta, comprensivo di scarpetta è di cm. 30.

L'area cerchiata in verde rappresenta la "fase di appoggio anteriore" durante la quale i ricercatori hanno misurato l'altezza del tallone dell'altro piede dal suolo (altezza dalla quale, si ricorda, va dedotta la lunghezza del piede).

Risulta fin troppo evidente che un appoggio anteriore di elevata durata, correlato ad una fase di spinta molto prolungata, riduce al minimo (e sotto i limiti della visibilità umana) la conseguente eventuale fase di volo (vedi Figura 1).

### ⇒ **Analisi sulla visibilità e sull'angolazione dello sbloccaggio**

Vengono presentati in forma grafica gli analoghi studi svolti dai ricercatori giapponesi (Hoga e Ae) sulla visibilità e sull'angolo dello sbloccaggio.



L'area cerchiata in verde rappresenta il limite massimo della "fase di appoggio anteriore" fino alla quale il ginocchio deve stare esteso (e cioè l'angolo supplementare all'asse "femore-tibia-perone" deve essere inferiore o uguale a 0°).

Nel diagramma si nota che certi atleti riescono a farlo molto bene fin dal primo impatto con il suolo (angoli inferiori a 0°), mentre altri presentano angolature anche superiori ai 10°.

E' chiaramente visibile anche un evidente errore di giudizio su un atleta sanzionato (in rosso) che, però, mai presenta un angolo superiore a 0°.

### ⇒ Interpretazione della regola (parte seconda)

Vengono qui di seguito analizzate, con l'ausilio di alcune fotografie, quali sono:

- ♦ Le aree di corretto posizionamento del giudice sul percorso
- ♦ Le aree chiave di pericolo nelle quali l'atleta può facilmente incorrere in infrazioni

Le stesse sono esaustive di ogni commento.

#### **Corretta posizione del giudice ed aree chiave di pericolo**

Deve essere quella che presenti una chiara visione delle gambe degli atleti in gara.

1. **Su pista**: nelle corsie esterne dove il cordolo sopraelevato interno alla pista non blocca la vista dei piedi dell'atleta



### 2. Su strada:

- ♦ Dove si possa chiaramente vedere il contatto con la superficie del manto stradale
- ♦ Guardare l'atleta da una angolazione di 45° quando avanza di fronte al giudice



### 3. Durante l'accelerazione alla partenza:



4. **Mentre l'atleta sorpassa un altro concorrente:**



5. **Durante lo sprint finale:**



6. Mentre un atleta marcia coperto nel mezzo di un gruppo:



7. Durante i giri di boa e/o le parti di percorso strette



### 8. Nelle parti di percorso in:



**Salita**



**Discesa**





**Curve molto strette  
nel percorso**

**Aree di spugnaggio e  
rifornimento**



Si desidera ricordare che ci sono ancora delle situazioni alle quali occorre prestare particolare attenzione, che sono:

**Altre situazioni di particolare difficoltà**

- Elevato numero di atleti in gara
- Gare miste (uomini e donne)
- Gare con diverse categorie di atleti (seniores e juniores)
- Tratto di strada dal circuito allo stadio, se l'arrivo è allo stadio
- Ultimo giro nelle gare in pista



### **Parte seconda: Il percorso tecnico**

La descrizione presentata in questo del percorso tecnico è stata integralmente tratta dai lavori effettuati per conto della IAAF, dai componenti del Settore Tecnico della marcia italiana (coordinatore Vittorio Visini):

1. Sandro Damilano
2. Antonio La Torre

A questi lavori si rimanda per una eventuale integrale consultazione.

I testi sono per alcune parti di Antonio La Torre, per altre, di Maurizio Damilano.



*"Il gesto sportivo dei marciatori è un passo leggero, ma vigoroso che identifica chiaramente l'estrema armonia, ma anche la fatica e la sofferenza, di uno sport che richiama suggestioni uniche, che vive da sempre per le strade, tra la gente e ne racconta la storia ed i suoi mutamenti".*



Dall'esame di quanto seguirà ci si pone il seguente fondamentale obiettivo



1. Conoscere e capire il modello tecnico di base della marcia;
2. Conoscere e capire le varie fasi del passo;
3. Saper riconoscere gli errori nelle varie fasi;
4. Saper riconoscere le cause e gli effetti.

### **Perché è necessaria una corretta tecnica di marcia ?**

Riportiamo di seguito le motivazioni espresse da due importanti punti di vista:

#### ***(Antonio La Torre — Punto di vista del tecnico)***

In considerazione del fatto che la marcia è una disciplina tecnica:

1. La conoscenza di una corretta tecnica di marcia è un fondamentale pre-requisito per sviluppare ed ottenere una performance di alto livello;
2. Una corretta tecnica di marcia permette di integrare aspetti fisiologici e costo energetico (quella che viene chiamata: "*marcia economica*")

#### ***(Maurizio Damilano — Punto di vista dell'ex atleta)***

La marcia è una disciplina tecnica.

1. La conoscenza di una corretta tecnica di marcia indispensabile per ottenere un gesto che rispetti i canoni definiti dalla regola IAAF 230 e capace di garantire una performance di alto livello.
2. Presupposto per una buona tecnica di marcia è lo sviluppo di un passo che, attraverso un avanzamento orizzontale, permetta al marciatore di procedere linearmente e rapidamente.

Sostanzialmente i principali concetti da coniugare assieme sono:

- ⇒ **Rispetto della regola**
- ⇒ **Performance di alto livello**
- ⇒ **Avanzamento rapido e lineare**
- ⇒ **Costo energetico**

Una tecnica inefficiente, e che quindi non coniuga assieme tutti questi fattori, dipende da:

- ⇒ Scarsa coordinazione neuromuscolare
- ⇒ Predominanza di zone muscolari (squilibri muscolari); causano inefficacia
- ⇒ Inadeguata flessibilità

**Il tutto si ripercuote su una azione biomeccanicamente svantaggiosa**

### La tecnica della marcia



I movimenti che determinano la tecnica di marcia si distinguono in:

1. Principali
2. Secondari



*Figura 1*



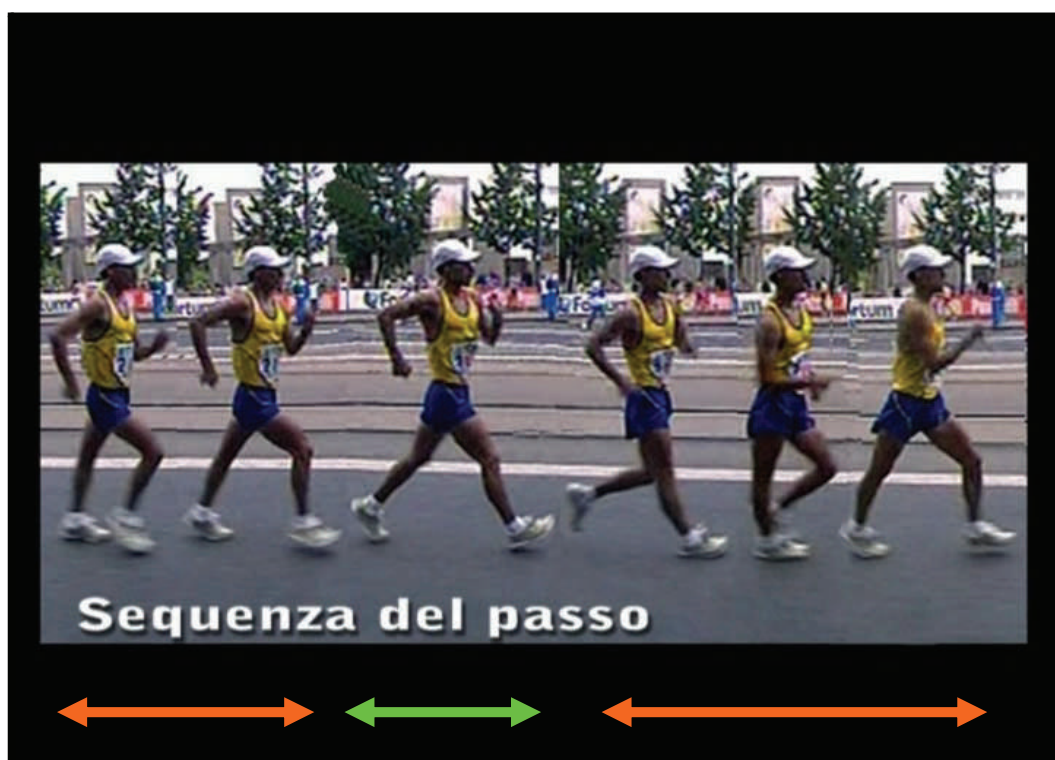
*Figura 2*

I primi vengono eseguiti dagli arti inferiori con l'ausilio del bacino ed hanno il compito di generare la traslocazione del corpo (Figure 1 e 2)

I secondi sono eseguiti dal tronco e dagli arti superiori ed hanno la funzione di compensare ed equilibrare i precedenti.



### Sequenza del passo e movimenti primari



Singolo Appoggio

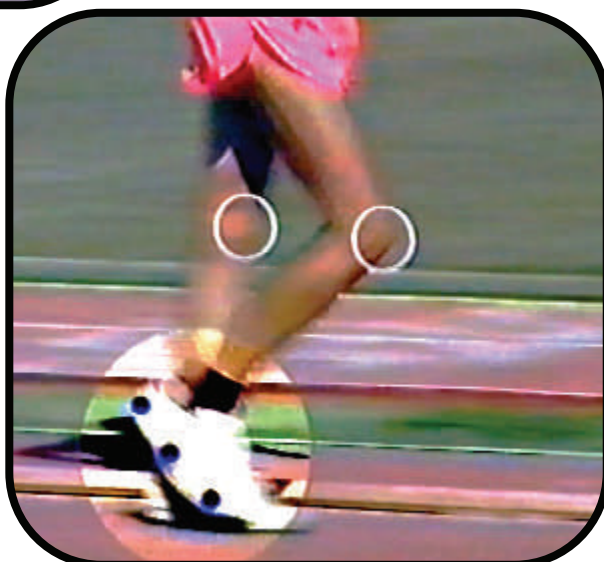
Doppio Appoggio

Singolo Appoggio

Osserviamo la stessa sequenza con l'ausilio di evidenziazioni sul movimento delle ginocchia e della pianta del piede.



1



2



3

### Fase di singolo appoggio

#### ⇒ L'appoggio anteriore



Scopo e funzione	Maggiori caratteristiche e focalizzazione delle osservazioni
<ul style="list-style-type: none"><li>◆ Assorbire il peso del corpo al contatto a terra del piede, con una minima perdita di velocità orizzontale</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>◆ Delicato, ma ben visibile, impatto al suolo del tallone, con la gamba completamente estesa</li><li>◆ Rullata del piede fino alla sua massima estremità.</li><li>◆ L'appoggio anteriore inizia con il contatto del tallone della gamba avanzante e termina quando la gamba è sulla verticale, sotto il centro di gravità.</li><li>◆ Rapido doppio appoggio quando il piede portante tocca terra proprio prima che il piede posteriore si distacchi dal suolo.</li></ul>

### ⇒ La fase neutra di singolo appoggio



1. Nella fase neutra dell'appoggio singolo l'arto inferiore a contatto con il terreno deve essere completamente esteso.
2. L'estensione, secondo il regolamento, va mantenuta, dal momento del contatto del tallone con il suolo (appoggio anteriore) sino al momento di passaggio sulla verticale.
3. Al fine di rendere l'azione più efficace l'estensione dovrebbe possibilmente essere mantenuta sino al termine della fase di spinta.

### ⇒ La fase di appoggio posteriore e spinta



1

2



## Commissione Giudici Marcia e Settore Tecnico Marcia

Scopo e funzione	Maggiori caratteristiche e focalizzazione delle osservazioni
♦ Produzione di una maggiore accelerazione	Intensivo e progressivo movimento di rullata sino al limite estremo del piede di supporto.
♦ Produzione di una forza di spinta per continuare la locomozione	<ul style="list-style-type: none"><li>Intensiva azione di spinta del piede di supporto con una energica flessione plantare.</li><li>♦ Spinta solo quando il corpo <b><u>incrocia la posizione verticale</u></b></li><li>♦ La gamba d'appoggio deve restare estesa dalla verticale alla fine dello stacco del tallone</li><li>♦ Una completa spinta trasmette più velocità e lunghezza del passo</li><li>♦ L'azione delle gambe deve essere supportata da una armonica azione delle braccia, delle anche e del tronco</li></ul>

L'insieme di queste fasi si può riassumere sotto un unico nome di:

### ⇒ **La fase oscillante**



1. Caratterizzata da un non eccessivo richiamo del ginocchio verso l'alto, in modo che il piede avanzi, mantenendosi piuttosto rasente al suolo.
2. E il ginocchio, nella fase più elevata del suo avanzamento, si trovi all'incirca allineato all'altezza del ginocchio della gamba in posizione di appoggio singolo. La fase oscillante termina nel momento di contatto con il terreno che deve avvenire con il tallone e a gamba completamente estesa.

### Fase di doppio appoggio

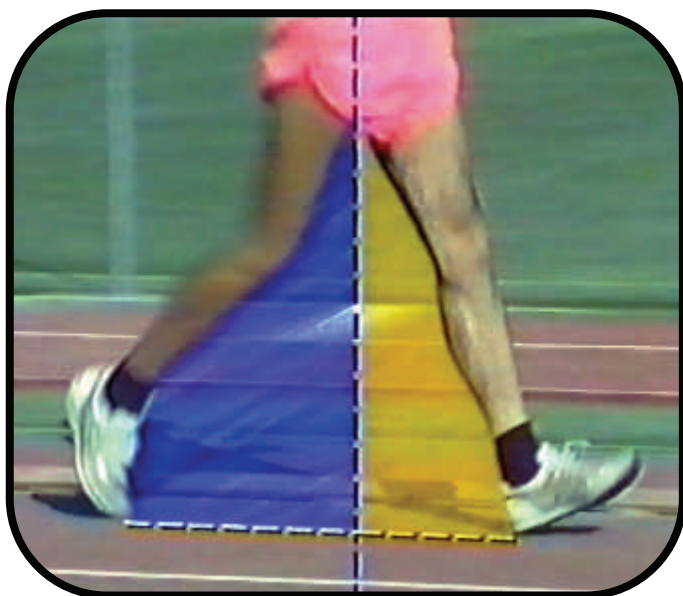


E' il momento in cui entrambi i piedi sono a contatto con il suolo.

In questa posizione si rileva la lunghezza del passo che va dal tallone del piede anteriore alla punta del piede posteriore.

La sua durata è una funzione dipendente dalla velocità, spesso è assai ridotta, riconducibile a pochi millesimi di secondo.





In questa fase, tracciando una linea ipotetica che divide il corpo in due parti, si deve registrare un maggior angolo di spinta della gamba posteriore, rispetto a quello della gamba anteriore.

Ciò permette una fase di spinta più lunga ed una minor frenata al momento dell'attacco.

### Scopo e funzione

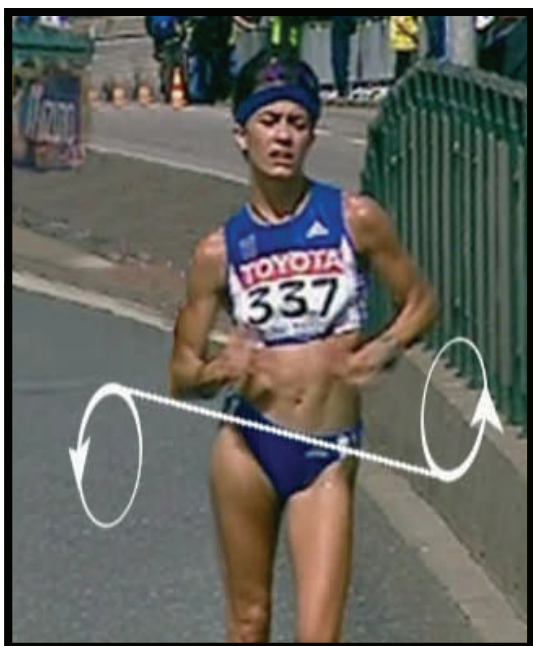
### Maggiori caratteristiche e focalizzazione delle osservazioni

- ♦ Legare la fase finale della spinta con il contatto con il terreno del piede portante minimizzando la perdita di velocità: la parte del passo che inizia dalla spinta deve essere incrementata
  - ♦ Attenersi al disposto della regola circa il continuo contatto con il suolo
- Entrambe le gambe a contatto con il suolo
- Spalle ed asse delle anche sono in rotazione una rispetto all'altra. Ricordarsi che questa rotazione non deve essere esagerata.
- ♦ Intensiva (ma non esagerata) azione delle braccia

### Movimenti secondari

#### ⇒ L'azione delle anche

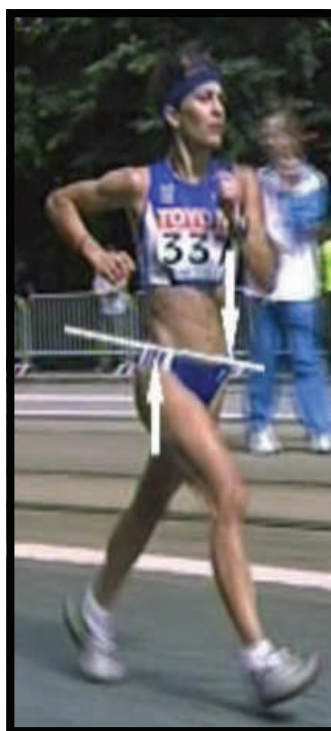
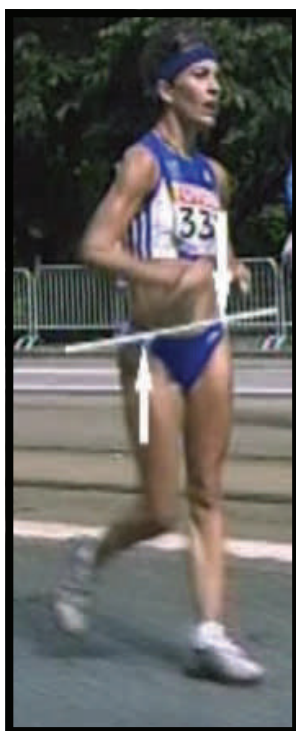
L'andatura del marciatore è caratterizzata dal movimento delle anche.



L'azione delle anche è necessaria per ridurre l'innalzamento ed abbassamento del centro di gravità ad ogni passo, e rendere possibile un lineare avanzamento orizzontale.

Le anche, nel loro completo ciclo di movimento, svolgono un'azione circolare di 360° che è indispensabile ed importantissima per permettere al marciatore di avanzare in modo fluido e poco dispendioso.

Il movimento delle anche risulta, quindi, essere determinante per un'efficace azione di spinta ed un corretto gesto di marcia.

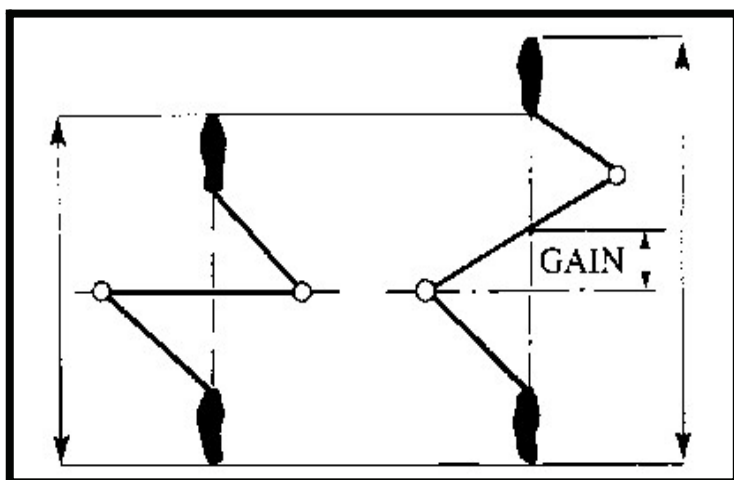


## Commissione Giudici Marcia e Settore Tecnico Marcia

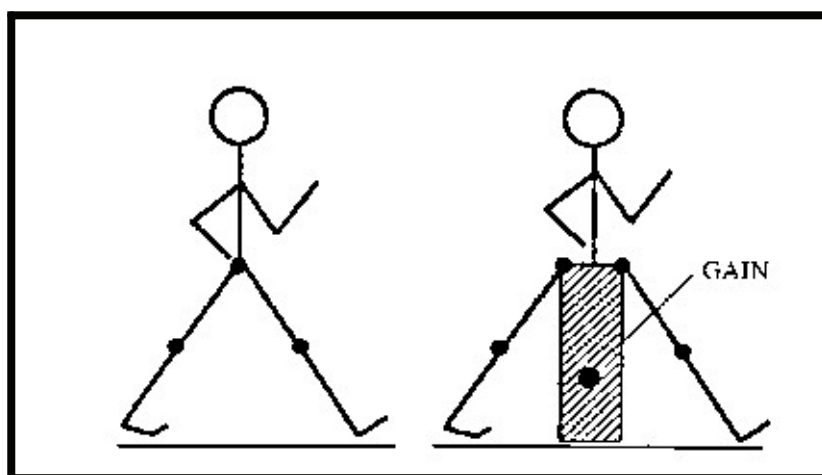
Una corretta azione del movimento delle anche si traduce, a seguito del ridotto scostamento del centro di gravità del corpo (che dovrebbe mantenersi allo stesso livello), in un passo nel quale diviene possibile un prolungamento della spinta posteriore.

Ciò comporta anche un guadagno in termini di lunghezza del passo ad ogni passo stesso.

I due grafici seguenti rendono evidente l'area di maggior lunghezza.

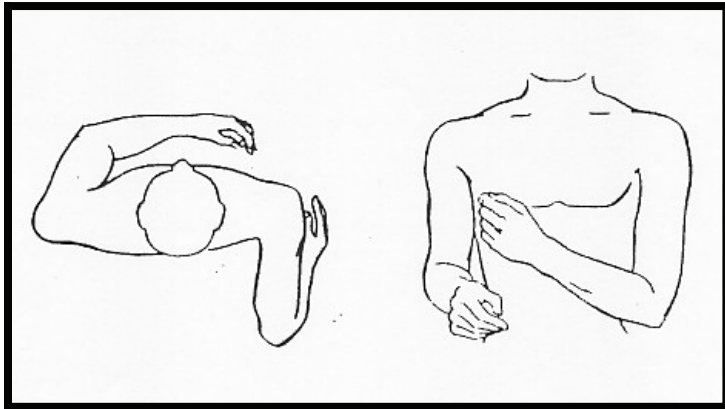


*Vista dall'alto*

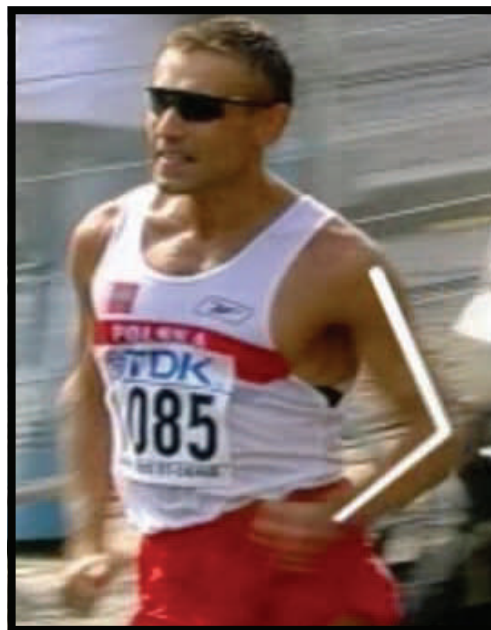
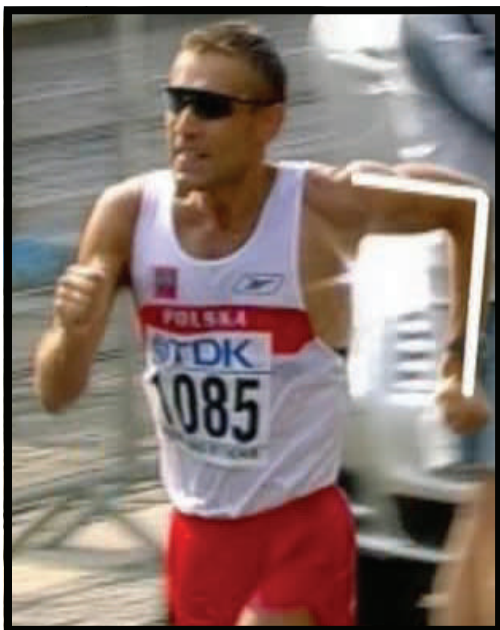


*Vista laterale*

### ⇒ Il movimento delle braccia



E' un movimento di supporto, di bilanciamento, per mantenere ed aiutare la locomozione.



Deve essere sincrono al passo risultando armonico e gli arti si pongono in atteggiamento flessa al gomito che deve essere mantenuto costante.

Le spalle devono essere sempre rilassate, così da facilitare l'ampio e fluido movimento della braccia.

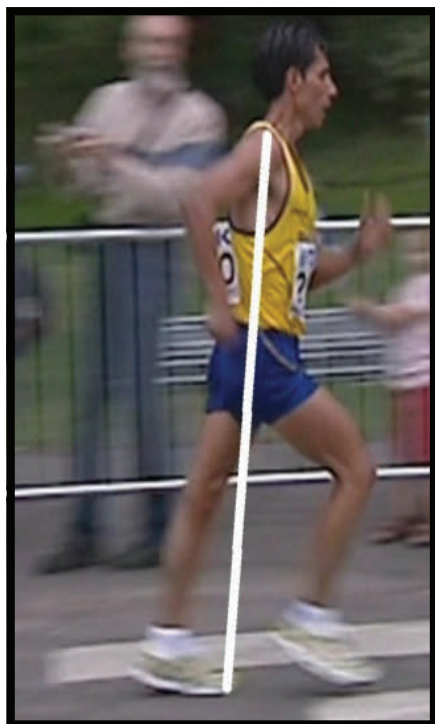
### ⇒ Il posizionamento del tronco



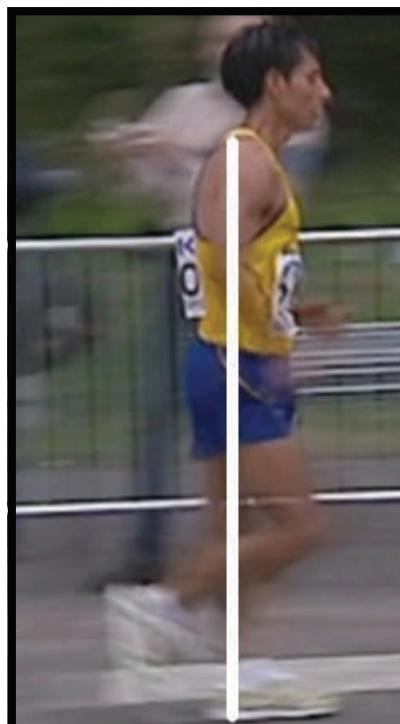
Il tronco è ben eretto, ma non rigido (Figura 1), così da rendere economico il movimento, ed assume una leggerissima inclinazione avanzata (Figura 2), ma non spezzata al bacino, per tutta la durata della spinta, mentre è verticale durante il singolo appoggio (Figura 3).

Anche la posizione del collo e della testa deve risultare naturale e decontratta così da evitare ogni qual sorta di irrigidimento nei movimenti di spalle e braccia.

*Figura 1*



*Figura 2*



*Figura 3*

### ⇒ Il posizionamento dei piedi

Le seguenti due diapositive illustrano in maniera auto-esplicativa il posizionamento dei piedi.



Scorretto e corretto modo di progressione dei piedi nella marcia.

Vista posteriore:

1. Contatto al suolo
2. Fine spinta

Vista dall'alto:

Guadagno in centimetri di un corretto posizionamento del piede, rispetto ad uno scorretto.



A conclusione di questa analisi delle varie fasi del passo, ci preme puntualizzare che la tecnica non è da confondersi con lo stile che si sviluppa invece in rapporto ai requisiti fisiologici, neurofisiologici, antropometrici, coordinativi e biomeccanici dell'atleta.

Il lavoro tecnico-stilistico si effettua attraverso il controllo dell'azione in movimento e l'ausilio di specifici esercizi.

### **Come il tecnico si deve porre rispetto alla tecnica e rispetto alla regola**

#### ⇒ **Cause ed effetti dell'inefficienza tecnica**

1. Alzare molto il ginocchio, ha come risultato una riduzione della capacità di avanzamento "radente" (mantenimento della velocità orizzontale);
2. L'inclinazione indietro del tronco porta ad accorciare la lunghezza del passo;
3. Spezzare la linea "**tronco-bacino-arto di spinta**" causa una perdita di velocità e di controllo dell'appropriata azione tecnica, impedisce un'armonica azione delle anche e del mantenimento dell'avanzamento (spinta) orizzontale;
4. L'oscillazione laterale delle anche causa una riduzione della lunghezza del passo;
5. Spalle alte e contratte portano ad un passo rimbalzante e ad una perdita di contatto;
6. Passi molto corti sono causati da un'anticipata conclusione della fase di spinta. L'effetto si manifesta con un'accentuata fase di volo.

#### ⇒ **Suggerimenti pratici per allenatori**

1. Un marciatore non può allenarsi da solo senza una guida tecnica di un allenatore;
2. Gli allenatori devono dare indicazioni tecniche semplici;
3. Usare linguaggi facilmente comprensibili;
4. Perseguire la correzione di un errore per volta;
5. Usare supporti audiovisivi come ulteriore ausilio per correggere e rafforzare l'apprendimento dell'azione tecnica.

### ⇒ Messaggi da ricordare (per allenatori e giudici)

Le due figure seguenti riepilogano i messaggi più importanti che un tecnico, ma anche un giudice devono ricordare.




### Messaggi da ricordare (1)



- ✦ Continuo contatto con il terreno
- ✦ Doppio appoggio chiaramente visibile (all'occhio umano)
- ✦ Gamba avanzante tesa dal momento del primo contatto con il terreno, fase prolungata anche dopo il raggiungimento della posizione verticale.
- ✦ Enfatizzare l'azione di spinta
- ✦ Passi radenti
- ✦ Giusta ampiezza (in relazione alle dimensioni antropometriche, alla velocità, alla "maturità" tecnica)
- ✦ Movimenti armonici di braccia, spalle e tronco

Figura 1

Figura 2



### Messaggi da ricordare (2)



- ✦ Rotazione armoniosa delle anche
- ✦ Tronco eretto (non rigido)
- ✦ Posizione rilassata della testa
- ✦ La gamba avanzante deve contattare il terreno non troppo oltre la proiezione perpendicolare del centro di gravità
- ✦ Il piede avanzante deve rullare progressivamente sul terreno
- ✦ Completa e prolungata azione di spinta

### **La figura ed il ruolo del giudice nel miglioramento del giudizio**

⇒ **E' possibile migliorare il giudizio ?**

***Si, ma dobbiamo considerare il marciatore  
al centro di tutto il mondo della marcia***



**E' l'atleta il cuore pulsante di tutto il mondo della marcia.** L'errore più grande che si possa fare è il non tenerne conto.

Non si può, non si deve (e si vorrebbe anche aggiungere: non si vuole) però considerare come cuore pulsante, l'atleta che disperatamente persegue la sua prestazione, indipendentemente dal valore della stessa, con tecniche non conformi ai canoni della regola.

Lo si deve aiutare a migliorare: **questo significa "porlo al centro del mondo della marcia".**

E' necessario considerare il lavoro suo e del suo tecnico per far sì che migliori, è necessario considerare le difficoltà che giornalmente trova, e molte altre cose. Questo non significa permissivismo; questo significa che ci si deve formare un bagaglio culturale completo di tutti i tipi di esperienza.

Nella figura seguente viene rappresentato un ciclo senza il quale non si riuscirà a dominare e risolvere le inevitabili situazioni di crisi e di attrito, che sono tipiche di questo settore.



*La comune esperienza, le comuni conoscenze, la fiducia reciproca debbono prevalere su ogni sorte di polemica per quella che da una parte possa essere ritenuta una squalifica ingiusta, mentre dall'altra, invece, considerata più che doverosa.*

### ⇒ Le comuni conoscenze tecniche

Atleti, tecnici e giudici debbono essere perfettamente consci di quelle che sono le più frequenti situazioni di correttezza ed errore nell'interpretazione del gesto tecnico, che devono essere comunemente accettate come tali.

Ne elenchiamo alcune a titolo esemplificativo e non esaustivo:



**Contatto con  
il terreno**

***Attacco della  
gamba avanzante***



***Oscillazione della  
gamba avanzante***



***Spinta della  
gamba posteriore***



### **Parte terza: La gestione della gara**



L'identificazione dei doveri di chi sia preposto a qualsivoglia ruolo nella gestione della gara:

- ⇒ Prima
- ⇒ Durante
- ⇒ Dopo la gara stessa

Nell'affrontare le problematiche inerenti la “gestione di una gara di marcia” occorre avere ben chiari i momenti nei quali tale gestione si svolge:

- ⇒ una fase pre - gara
- ⇒ durante la competizione
- ⇒ dopo la competizione

Nell'affrontare i successivi temi è opportuno quindi individuare a quali di questi momenti occorre fare riferimento.

Risulterà quindi chiaro come una fase preparatoria, correttamente e tempestivamente affrontata, di tutto il complesso organizzativo, possa incidere positivamente sullo stesso svolgimento della gara, che così potrà proseguire senza intoppi, senza aggiustamenti dell'ultima ora. Si fa riferimento:

- alla preparazione del circuito di gara
- al corretto posizionamento del tabellone per le proposte di squalifica e relativa posizione del Segretario del Giudice Capo
- alla preparazione delle postazioni di rifornimento e spugnaggio
- all'organizzazione della Giuria addetta al contagiri e relativa segnalazione ai concorrenti
- all'organizzazione della stessa Giuria Marcia
- al servizio raccolta dei cartellini rossi delle ammonizioni, ai sistemi di collegamento tra Giudice Capo, Segretario e Deputy o Assistente al Giudice Capo

### ⇒ **Il team della Giuria di marcia**

La regola 230, come abbiamo visto prevede le seguenti figure:

1. Il Giudice Capo
2. I Giudici di Marcia
3. Gli Assistenti (Deputy) del Giudice Capo (fino ad un massimo di due)
4. Il Segretario/Recorder (fino ad un massimo di due)
5. Gli Assistenti al Tabellone delle Ammonizioni

Se qui è evidenziata la composizione “massima” di una Giuria, è opportuno segnalare anche la composizione che si ritiene corretta per le gare nazionali che svolgono sul nostro territorio:

#### Competizioni su pista:

- ♦ 1 Giudice Capo
- ♦ 4 Giudici di marcia
- ♦ 1 Segretario

#### Competizioni su strada:

- ♦ 1 Giudice Capo
- ♦ 6 Giudici di marcia
- ♦ 1 Segretario
- ♦ 1 Assistente del Giudice Capo
- ♦ 1 Addetto al tabellone squalifiche

E' evidente sottolineare come particolari caratteristiche di una gara (alto numero di partecipanti, percorso in circuito, ecc.) possano consigliare un ampliamento dei numeri sopra indicati.

### ⇒ **Il ruolo del Giudice Capo**

Nel ruolo del Giudice Capo il **concetto di preparazione** (il periodo pre - gara di cui in premessa) diventa fondamentale.

Occorre disporre di una corretta mappa del percorso, meglio se corredata dal certificato ufficiale di misurazione del percorso.

Con tale mappa occorre, preferibilmente nei giorni precedenti la gara, effettuare un sopralluogo del percorso avendo cura di prendere nota di:

- ♦ Senso di marcia (possibilmente rispettando il senso antiorario, lo stesso utilizzato in pista);
- ♦ Linea di partenza e di arrivo;
- ♦ Se trattasi di percorso in circuito o di andata/ritorno sulla stessa strada;
- ♦ Larghezza del percorso;
- ♦ Giri di boa;
- ♦ Aree di rifornimento e spugnaggio;
- ♦ Caratteristiche del manto stradale;
- ♦ Tratti in salita e/o discesa;
- ♦ Identificare i punti di posizionamento del Segretario e del Tabellone delle Ammonizioni.

Occorrerà poi concordare con l'Organizzazione e gli altri Settori della Giuria:

- ♦ Il posizionamento della Giuria arrivi e degli addetti ai contagi;
- ♦ Le modalità di raccolta delle "Red Cards" delle Ammonizioni;
- ♦ Le modalità di segnalazione dei giri ai doppiati;
- ♦ La sistemazione dei servizi igienici sul percorso.

Risulterà inoltre opportuno verificare:

- ♦ Che sia disponibile tutto il carteggio necessario alla Giuria Marcia, al Segretario, oltre alle palette gialle ed i bracciali per i Giudici di Marcia;
- ♦ Che sia stato preparato il materiale necessario all'addetto al Tabellone Ammonizioni (fogli già predisposti, pennarelli colore nero a punta larga per scrivere i numeri, adesivi per segnalare le proposte, predisposti con il segno dell'infrazione)
- ♦ Che sia stato previsto un tavolo e relative sedie per il Segretario, ombrellone o gazebo per la copertura, fogli di nailon trasparenti per coprire in caso di pioggia il Tabellone delle Ammonizioni;
- ♦ Che sia stato previsto l'allacciamento alla corrente elettrica se si procede con Notebook e/o Computer richiedenti tale allacciamento.

## Commissione Giudici di Marcia e Settore Tecnico Marcia

---

Il Giudice Capo dovrà inoltre convocare la riunione pre - gara per la quale si richiede la presenza oltre che dei componenti la Giuria Marcia, anche dell'Arbitro della Gara e, se possibile, anche di un rappresentante dell'Organizzazione.

Se presenti sul posto eventuali Delegati Tecnici e/o membri della Commissione Marcia, debbono essere invitati a parteciparvi.

Si dovrà inoltre assicurare della disponibilità di un locale per l'incontro post gara, nel corso del quale verrà distribuito (o almeno discusso) il "summary" della gara medesima ed i provvedimenti che sono stati presi dal Giudice Capo.

Nell'incontro pre - gara il Giudice Capo:

1. Assegnerà ad ogni Giudice di Marcia il proprio numero (in caso di più gare è opportuno mantenere sempre lo stesso numero pur variando eventualmente posizione sul percorso).
2. In caso di gara in cui le condizioni del percorso non siano omogenee per l'osservazione degli atleti da parte di tutti i componenti la Giuria di Marcia, può essere prevista una movimentazione durante il corso della gara stessa.
3. Darà ad ogni Giudice di Marcia tutto il materiale e le disposizioni sul suo posizionamento sul percorso e sulle eventuali modalità di movimento da una posizione ad un'altra, nonché tutte le altre informazioni sulle caratteristiche della competizione.
4. Darà tutte le informazioni riguardo le modalità di raccolta delle Ammonizioni, e all'Assistente, le disposizioni sulla trasmissione dei dati per la tempestiva e corretta comunicazione delle squalifiche agli atleti.

### ⇒ Il ruolo del Giudice di Marcia

Ricade sul Giudice di Marcia l'onere pesante del "giudicare", e cioè:

1. L'individuazione dell'errore;
2. Il saper scegliere fino a che punto poter intervenire con il Richiamo ("Caution");
3. La decisione sul se, e quando intervenire, con l'Ammonizione, avendo sempre ben chiaro come l'Ammonizione deve rappresentare l'atto definitivo, determinante per la squalifica.

Viene inoltre richiesto al Giudice di Marcia:

1. Un corretto comportamento nei confronti di atleti, tecnici, dirigenti e colleghi giudici
2. La massima diligenza ed attenzione nella compilazione delle Ammonizioni ("Red Cards") e nei documenti riepilogativi della gara
3. La partecipazione attiva ai momenti di incontro pre - gara e post - gara.



Si desidera qui ricordare che il Richiamo ("Caution") deve essere fatto quando il Giudice ritiene che **"l'atleta sia in procinto di infrangere la regola, ma non l'abbia ancora infranta"**, mentre l'Ammonizione ("Red Card") è lo strumento da utilizzare quando il Giudice è convinto che **"l'atleta abbia già infranto la regola"**.

<b>Judge's Red Card</b>	
	
Distance:	<b>20 km.</b>
Men/Women	<b>Men</b>
Judge's No.:	<b>1</b>
Bib Number	<b>212</b>
Reason:	 <b>19</b> <b>34</b>
<small>(the time when he/she crossed)</small>	 Hour Minute
Judge's Signature:	



Corretta compilazione della Ammonizione ("Red Card") in ogni sua parte.

### ⇒ **Il ruolo dell'Assistente al Giudice Capo**

Ruolo questo da attivare esclusivamente nelle gare su strada, onde consentire una tempestiva comunicazione all'atleta della avvenuta squalifica.

E' opportuno che questo compito venga affidato ad un Giudice di Marcia al quale sono richiesti molta attenzione e garbo. Tale compito dipende in particolare dal sistema di collegamento con il Segretario, da attuare con radio ricetrasmittenti o con telefoni cellulari.

Sistemi questi da provare sempre prima della gara, stante le problematiche che il percorso potrebbe presentare evidenziando difficoltà di collegamento in particolari zone.

### ⇒ **Il ruolo del Segretario ("Recorder")**

Ruolo, questo del Segretario ("Recorder"), sempre più importante e forse determinante in gare complesse quali sono manifestazioni con alto numero di partecipanti, od altre con contemporaneo svolgimento di più competizioni su distanze diversificate (uomini e donne, differenti categorie).

Al Segretario ("Recorder") viene richiesto:

1. Massima diligenza nel gestire e registrare tutte le Ammonizioni (**purché correttamente compilate**) sull'apposito modulo (Summary e/o Draft Summary).
2. Estrema lucidità, particolarmente nella fase ultima della gara, quando pervengono al suo tavolo la maggior parte delle Ammonizioni. Infatti, in tale fase occorre saper distinguere immediatamente la situazione urgente e delicata (tre Ammonizioni "Red Cards"), da quelle di minor rilevanza.
3. Tempestività nei rapporti con il Giudice Capo e l'Assistente del Giudice Capo nella comunicazione delle squalifiche.
4. Di sovrintendere inoltre, essendone responsabile, alla gestione del Tabellone delle Ammonizioni che deve controllare sia sempre corrispondente al Draft del Summary a sue mani.

### ⇒ **Il ruolo dell'Addetto al Tabellone delle Ammonizioni**

Suo compito è la gestione (talvolta anche la preparazione) del Tabellone delle Ammonizioni.

Vale qui la pena di sottolineare come sia preferibile che i numeri di gara degli atleti siano preventivamente elencati sul tabellone con duplice vantaggio:

1. Per l'atleta, quello di conoscere preventivamente la posizione cui rivolgere la propria attenzione;
2. Per l'Addetto al Tabellone, quello di procedere con maggiore velocità nella segnalazione delle ammonizioni, oggi ancora più laboriosa dovendosi indicare anche il segno dell'infrazione ( "sbloccaggio del ginocchio" o "sospensione").

### ⇒ **Modulistica attualmente in uso**

La modulistica utilizzata è stata per molto tempo un fattore di disomogeneità, sia a livello nazionale, che a livello internazionale.

Il nuovo Walking Committee della IAAF ha dato un forte impulso alla standardizzazione, anche allo scopo di utilizzare, in tutte le parti del mondo del materiale facilmente producibile e stampabile con dei Notebooks portatili.


In Italia questa opportunità è stata colta adeguandosi a tale sistema, pertanto i modelli che qui vengono indicati sono quelli attualmente in uso a livello internazionale; eventuali modifiche venissero decise attraverso il Walking Committee dovrebbero venir immediatamente recepite.

L'attuale modulistica è scaricabile dal sito Web del GGG.

## Riassunto del Giudice di Marcia

- ### **Ammonizione ("Red Card")**

1. Viene qui presentato il modello internazionale che viene utilizzato quando il sistema informatico viene gestito dalla Seiko, allo scopo di facilitarne l'input.
2. In Italia, non avendo manifestazioni che si avvalgono del sistema Seiko, il nostro modello prevede il numero del giudice spostato all'ultima riga.

	<h2 style="margin: 0;">RW JUDGE RECORD</h2>
-------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------

Bib N°	Caution		Red Card	
	< or ~	Time	< or ~	Time

Bib N°	Caution		Red Card	
	< or ~	Time	< or ~	Time

Judge N°	Signature
----------	-----------

Event :
---------

Distance :
------------

Date & Place :
-------------------

[illegible]

1. Lo scopo principale è quello di annotare velocemente durante la gara, **quando i richiami non sono parte integrante del lavoro svolto dal Segretario**, le sole Ammonizioni che vengono inviate dai singoli giudici.
2. Anche in questo caso lo standard adottato è stato quello di 15 righe, simile al "Summary", sempre allo scopo di facilitarne l'uso.



## Commissione Giudici di Marcia e Settore Tecnico Marcia

DATE		EVENT		CHIEF JUDGE'S NAME																							
6 August 2005		IAAF World Championships Helsinki 2005 - 20 km Men		Candido VELEZ (PUR)																							
Judge's Name	Nicola MAGGIO (ITA)	Ann-Tien GUTTUSROD (NOR)	Rolf MÜLLER (GER)	Dolores ROJAS (ESP)	Anne FRÖBERG (FIN)	S. VEGTATHAN (MAS)	Jill HUXLEY (AUS)	Yan WANG (CHN)	Chief Judge	DO notification	CHECK OF	CAUTIONS AND DISQUALIFICATIONS															
Number	1	2	3	4	5	6	7	8																			
Athlete's Number	Caution	RC	Caution	RC	Caution	RC	Caution	RC	Caution	RC	Caution	RC	Caution	RC	Offence & Time	Time	2	1	RC								
23					19,11												1	1	0								
35	19,26				18,55	19,26											1	1	1								
78			19,00		19,17			19,39	18,58	19,06							2	2	1								
80			19,18	19,35			19,02	19,09	19,24	19,28				19,39		19,39	3	0	4								
105																	0	0	0								
149	19,01							20,04									2	0	0								
156	18,54	19,19			18,55	19,04	19,11	18,58	19,08							19,22	4	0	3								
158							18,47	19,37									3	0	0								
163							19,28										3	0	0								
210									19,25								3	0	0								
212	19,26	19,24	19,40		19,10	19,48	19,31	19,35	19,31	19,39	19,45					19,48	7	0	4								
218	19,00	19,13			18,47		18,47	19,06	19,09			18,58	19,09	18,50		19,15	5	1	3								
224								19,47						19,40			2	0	0								
227									19,35								1	0	0								
240	19,25						19,40		19,48		19,39						4	0	0								
CHECK PAGE	4	2	3	2	1	1	5	1	3	7	0	3	8	1	2	6	0	2	1	0	1	7	0	2	40	5	17
CHECK TOTAL	4	2	3	2	1	1	5	1	3	7	0	3	8	1	2	6	0	2	1	0	1	7	0	2	40	5	17
ASSISTANTS TO CHIEF JUDGE NAME										RECORDERS NAME																	
Janusz KRYNICKI (POL)										Peter MARLOW (GBR)																	
Maris PETERSON (RUS)										Luis SALADIE (ESP)																	

### Summary della gara

E' il documento riepilogativo nel quale vengono annotate:

- ⇒ Le Ammonizioni pervenute dopo essere state controllate con quelle già registrate sul Draft;
- ⇒ I Richiami, effettuati da ogni singolo Giudice, e da lui registrati sul suo Foglio Ricapitolativo dei giudizi.

Tale documento, **assume la fondamentale valenza, anche tecnica**, attraverso una sua attenta lettura, di illustrare come l'atleta ha interpretato la gara (e come il Giudice ha recepito questa interpretazione).



A partire dal 2003 (Campionati Mondiali di Parigi) è stato deciso di distribuirlo, attraverso il Centro di Informazione Tecnica a chiunque ne facesse richiesta allo scopo di rendere trasparente l'operato della Giuria; quelli delle gare delle Olimpiadi di Atene sono stati espressamente richiesti, ed inviati, al Comitato Olimpico Internazionale.

In Italia, dal 2005, viene considerato un allegato ai risultati, ed alcuni giorni dopo la gara, pubblicato sul sito Web della FIDAL/GGG, a disposizione di tutti.

L'analisi seguente lo illustrerà nei minimi dettagli.

1. Conoscere la corretta preparazione delle differenti gare di marcia;
2. Conoscere le procedure di misurazione dei percorsi su strada.





### Selezione del percorso

*Non deve avere alto grado di ripidità specialmente nelle sezioni ondulate*  
*Il manto della superficie stradale deve essere liscio*  
Localizzato al massimo ad 1 Km. dallo stadio

Percorso ad anello	Percorso avanti-indietro
✦ Elimina la necessità di curve strette	✦ Facile da gestire per gli organizzatori
✦ Meno monotono per gli atleti	✦ Migliore per Media-TV
✦ Presenta meno opportunità di vista per i Giudici	✦ Migliore per i Giudici
	✦ Strade abbastanza larghe per prevenire curve strette

Si ricorda che:

1. La lunghezza minima e massima del percorso di una gara di marcia sono espressamente previste dalla Regola 230.10 (a)
2. I criteri di misurazione di una gara su strada (e quindi anche di quelle di marcia) sono previsti dalla Regola 230.10 (b), con un esplicito richiamo alla Regola 240.3

Vale qui la pena soffermarsi sull'importanza determinante di una scelta di un percorso rispetto ad un altro: sia per la ricerca della migliore performance dell'atleta, sia per un sicuro e costante controllo da parte della giuria.

Sulla lunghezza del percorso la Regola è certa (minimo 2 km massimo 2,5 km).

L'esperienza insegna che la soluzione della lunghezza di 2 km risulta più conveniente, consentendo un controllo costante da parte del concorrente (ed anche del tecnico) sulla propria velocità. Inoltre, rispetto a quello di 2,5 km., viene incontro anche a problemi organizzativi (viabilità, chiusura traffico ecc.)

Sulla scelta poi "circuito ad anello" o "percorso andata e ritorno", stante una sufficiente larghezza della strada, il secondo è certamente quello da preferire.

Relativamente alla certezza della misurazione, in ogni caso non può essere inferiore alla distanza ufficiale della gara, ed il massimo coefficiente di tolleranza accettabile in eccesso non deve essere superiore allo 0,1% (m. 1000: massimo accettabile m. 1001).



Rimane ovvio, che in caso di "percorso andata e ritorno" la carreggiata deve avere un'opportuna divisione (ad esempio con dei coni).

La larghezza ottimale della carreggiata dovrebbe aggirarsi attorno a m. 9, per ogni senso di marcia. In tal modo vengono garantiti:

- ⇒ Lo spazio per il sorpasso di atleti anche in gruppo;
- ⇒ La visibilità dei giudici da una corretta angolazione.



## Commissione Giudici di Marcia e Settore Tecnico Marcia

Occorrerà porre particolare attenzione ai seguenti punti:

### ♦ Giri di boa



**Adeguate**

**Non  
adeguate**

Un giro di boa troppo stretto, induce facilmente, anche un atleta molto esperto, ad un'azione non corretta con conseguente sbloccaggio del ginocchio.



### ♦ **Aree di spugnaggio e rifornimento**

Da sempre queste aree risultano fonte di problemi, e ciò dipende dalla loro articolazione.

Si riporta di seguito i principali criteri che sovrintendono alla loro organizzazione.

Se il percorso di gara è di 2 km la distanza tra l'area rifornimenti e quella dello spugnaggio sarà di circa 1 km.

Nell'area rifornimenti i tavoli relativi ai "rifornimenti personali" precedono sempre quelli approntati dall'organizzazione.

I tavoli, di altezza di almeno m. 1, devono essere posti distanti l'uno dall'altro (non meno di 4/5 metri) onde consentire agli atleti un facile recupero del rifornimento; il numero dei tavoli dovrà essere calcolato sul numero degli atleti partecipanti e/o delle Società o Paesi rappresentati.

Vale qui la pena di sottolineare che, mentre per i rifornimenti personali è prevista la consegna da parte di un addetto (non più di due per ogni Paese e/o Società), per quelli messi a disposizione dall'organizzazione e per lo spugnaggio è l'atleta che deve attivarsi per recuperare il rifornimento o la spugna.

Per quanto attiene lo spugnaggio, è opportuno sottolineare che non si debba mai riciclare le spugne, cioè quelle utilizzate vanno raccolte e poste in appositi contenitori dell'immondizia. Tale servizio è molto importante anche per mantenere libero il percorso di gara.

Va ricordato che, in ogni caso, alla partenza ed all'arrivo debbono essere sempre disponibili per gli atleti acqua ed altre opportune bevande.

Si segnala infine, che l'atleta che raccoglie il rifornimento da un posto diverso da quello previsto, è passibile di squalifica da parte dell'Arbitro della gara.

E' questa un'area a rischio che il Giudice di Marcia deve controllare per quanto riguarda la regolarità nell'andatura degli atleti, mentre la parte relativa al corretto svolgimento delle operazioni è compito di altri Giudici a ciò incaricati dall'Arbitro.



**Adeguate**

**Non  
adeguata**

Un'area di rifornimento dovrebbe normalmente prevedere:

1. Più ampiezza della sede stradale;
2. Più spazio tra i singoli tavoli.



### ♦ Area per il servizio dei contagiri

Il servizio contagiri è fondamentale per il successo di una gara di marcia. Giova ricordare che, normalmente, il servizio contagiri deve essere localizzato poco prima (circa 50 metri) della linea di arrivo.



Ogni "Addetto al Contagiri" (come previsto dalla Regola 131.1 e 131.2) dovrà controllare al massimo sei atleti (meglio se della stessa nazionalità, nelle gare internazionali, o della stessa Società in quelle nazionali) cosicché sia più facile la loro identificazione.

Dovrà venir registrato, su un apposito modello, il tempo cumulativo ad ogni singolo giro.

E' questo uno dei servizi più "sensibili", per non dire pericolosi, di una gara di marcia, particolarmente su distanze lunghe e comunque quando si verificano distanze consistenti tra i primi e gli ultimi concorrenti.

Sebbene non sia previsto dalla Regola, è prassi l'utilizzo della figura di un "Coordinatore degli Addetti ai Contagiri" ogni cinque Addetti allo scopo di facilitare l'individuazione e la comunicazione agli atleti.

Va qui detto che tale metodologia non la si improvvisa e per la sua attuazione occorre una buona preparazione.

## Commissione Giudici di Marcia e Settore Tecnico Marcia

Si ribadisce qui la norma che prevede la segnalazione, con la campana, dell'ultimo giro a tutti i concorrenti, mentre la segnalazione dei giri mancanti ai doppiati potrà essere fatta mostrando un cartello con il numero. Tale sistema è doveroso per le gare internazionali stante la difficoltà della lingua.

L'esperienza insegna che è sempre opportuno attivarsi anche con sistemi aggiuntivi di controllo quali possono essere:

1. Una coppia che riporti tutti i singoli passaggi (cronologico)
2. La registrazione video (frontale) di tutti i passaggi.

### ♦ **Aree per i tempi parziali al chilometraggio intermedio**

L'uso di un Transponder Timing System approvato dalla IAAF facilita, in maniera assoluta, il rilevamento e l'informazione del tempo parziale all'atleta.

Giova ricordare che la Regola 165.24 prevede tale sistema di cronometraggio, a certe condizioni, anche per il risultato finale della gara.

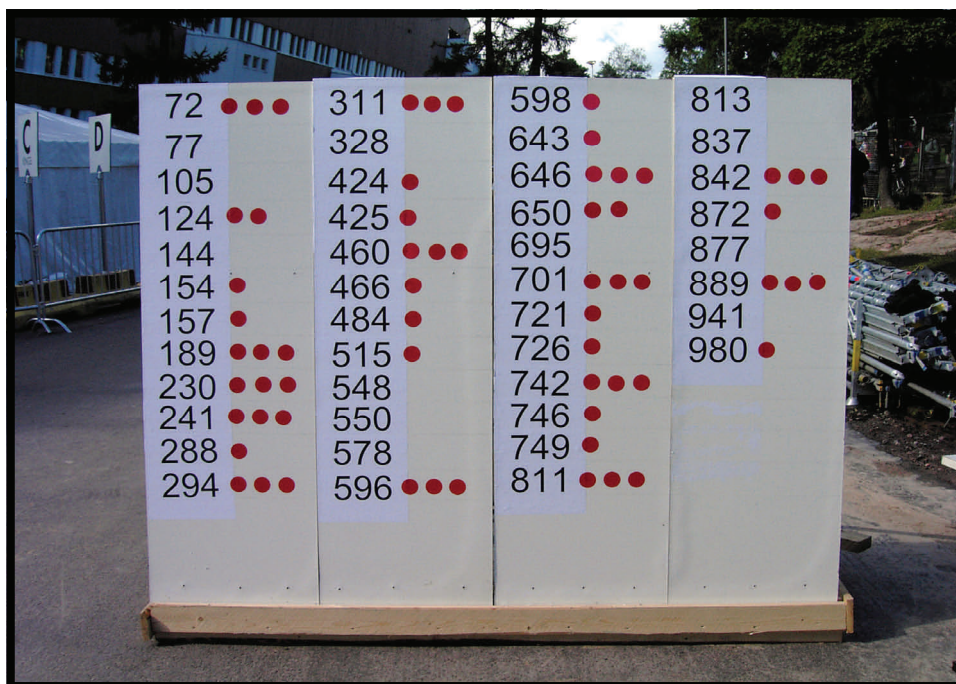
Nella foto seguente viene illustrato il materiale utilizzato per un corretto uso del Transponder Timing System ad un passaggio intermedio di un percorso di una gara di marcia su strada.



*Il Transponder Timing System utilizzato nella foto è quello della Winning Time*

### ♦ Area per il Segretario ed il Tabellone delle Ammonizioni

Il Tabellone delle Ammonizioni normalmente viene predisposto in maniera manuale.



A partire dal 1.1.2006 sul Tabellone delle Ammonizioni debbono venir indicati non solo il numero delle Ammonizione, ma anche la loro tipologia. Il Tabellone di cui alla figura precedente si presenterebbe quindi nella maniera seguente.



## Commissione Giudici di Marcia e Settore Tecnico Marcia

Generalmente, nelle gare di marcia di elevato livello il Tabellone delle Ammonizioni viene utilizzato in maniera elettronica.

Ci si limita, in questa, fase a presentarne uno; si tratterà più a fondo la materia quando si parlerà di sistema integrato di comunicazione fra i Giudici ed il Segretario ("Recorder").



Vale solamente la pena di ricordare che, in caso di uso di un Tabellone delle Ammonizioni elettronico, in ogni caso è bene approntarne uno di "back - up" manuale.

### ⇒ La comunicazione nelle gare di marcia

Le maggiori problematiche che si sono avute negli anni passati nelle gare di marcia, anche di importante livello, sono, nella maggior parte dei casi da attribuirsi a carenze nel sistema di comunicazione tra il Giudice di Marcia ed il Segretario ("Recorder").

Nelle grandi manifestazioni internazionali, da tempo, è in uso un sistema di comunicazione integrato elettronico, utilizzato per la prima volta nel 2001 ai Campionati Mondiali di Edmonton.

In questa sezione verranno illustrati gli attuali sistemi in uso, le peculiarità di ogni sistema ed infine verrà illustrato il sistema tradizionale manuale da usare nelle gare nelle quali non sia previsto il sistema elettronico.

#### ♦ Filosofia di un sistema elettronico

Le esigenze sono quelle indicate nella figura seguente, alle quali si aggiungono i concetti più importanti della:

1. **Tempestività della comunicazione, il che significa operatività in tempo reale;**
2. **Sicurezza estrema sul trasferimento dell'informazione;**
3. **Certezza di non avere alcun tipo di interferenza esterna.**



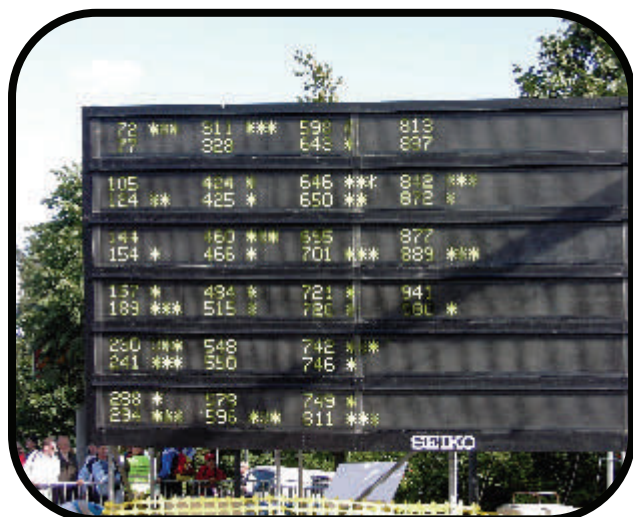
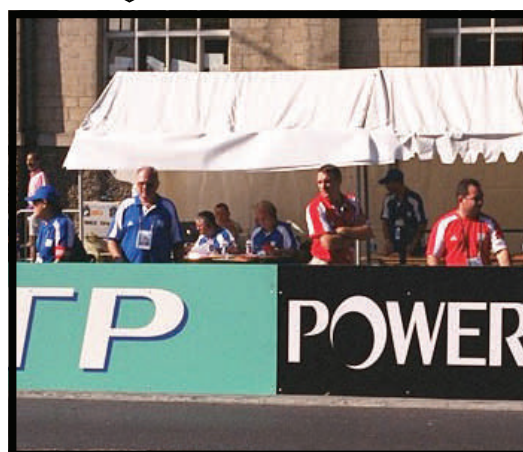
### Filosofia del sistema

- ✦ Rendere sempre più ravvicinati i tempi fra la decisione della **"Red Card"** e la registrazione sul **Tabellone delle Ammonizioni**
- ✦ Di conseguenza anche rendere più tempestivo il momento della squalifica, correlato alla **terza "Red Card"**
- ✦ Rendere trasparente e sempre più tempestiva verso l'atleta l'informazione di modo che possa eventualmente gestire al meglio la sua gara
- ✦ Consentire ai tecnici di conoscere in tempo reale la valutazione della Giuria sull'atleta
- ✦ Assicurare ai "Media-TV" ed al pubblico le notizie tecniche sull'andamento della gara

## Commissione Giudici di Marcia e Settore Tecnico Marcia

### ♦ Sistema Seiko (con cavi)

Judge's Red Card	
Distance:	20 km.
Men/Women	Men
Judge's No.:	1
Bib Number	212
Reason:	19 34
Judge's Signature:	



Il funzionamento del sistema è molto semplice e viene qui di seguito schematizzato:

1. Il Giudice di Marcia compila normalmente l'Ammonizione ("Red Card");
2. Questa viene passata ad un operatore;
3. Digitazione dell'informazione in un terminale portatile;
4. Comunicazione in tempo reale al tavolo della Segreteria, con conseguente stampa di una copia della "Red Card" per il successivo controllo e inserimento da parte del Recorder nel Draft/Summary;
5. Contestuale segnalazione accanto al numero del relativo atleta di un asterisco che indica il numero di ammonizioni ricevute.

Componenti del sistema:

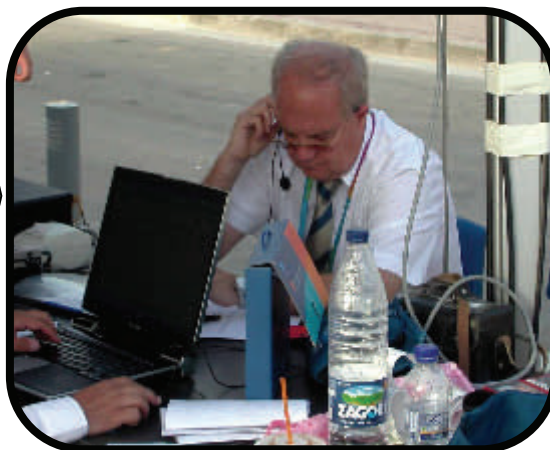
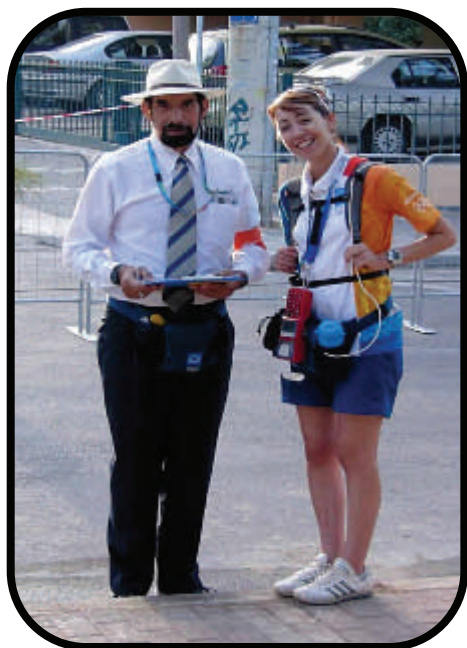
- a. Otto terminali portatili collegati sequenzialmente fra loro e, per ultimo, al computer del Recorder che funge da server e collettore dei dati
- b. Un tabellone elettronico
- c. Una stampante di "Red Cards"
- d. Un computer utilizzato come server e collettore dei dati

Essendo stato il primo sistema in uso, nonché quello al momento più utilizzato se ne conoscono i pro ed i contro:

- ♦ La possibilità di avere una stampa immediata della Ammonizione ("Red Card"), da poter controllare, con quella originale scritta dal Giudice, immediatamente dopo il suo ricevimento, rappresenta un punto a favore;
- ♦ Il collegamento dei terminali fra loro via cavo in posizione fissa, con il relativo operatore, rappresenta un punto a sfavore per il Giudice che tende ad operare sempre vicino al terminale piuttosto che spostarsi nella parte di percorso a lui assegnata;
- ♦ Le connessioni dei cavi, appoggiate al terreno, a volte risentono di fattori esterni quali: pioggia insistente, (che, inumidendo i contatti, rende inutilizzabile uno o più terminali) e/o rottura di un cavo che produce lo stesso effetto, rappresentano un punto a sfavore;
- ♦ Nonostante questi punti a sfavore l'affidabilità del sistema è alta;
- ♦ Sono stati standardizzate, sulla base del "data entry" da parte dell'operatore nel relativo terminale, le "Red Cards", allo scopo di agevolarne l'immissione quando il Sistema Seiko viene utilizzato.

## Commissione Giudici di Marcia e Settore Tecnico Marcia

### ♦ Sistema Swatch (wireless della Swiss Timing)



E' il sistema che è stato utilizzato per la prima volta ai Giochi Olimpici di Atene e per gli stessi sviluppato.

Rispetto a quello della Seiko presenta le seguenti differenze:

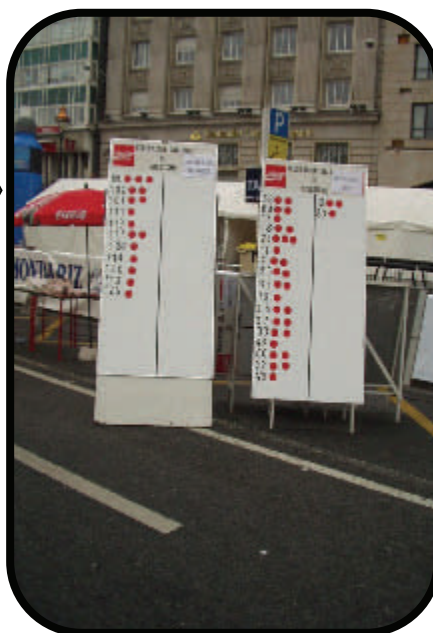
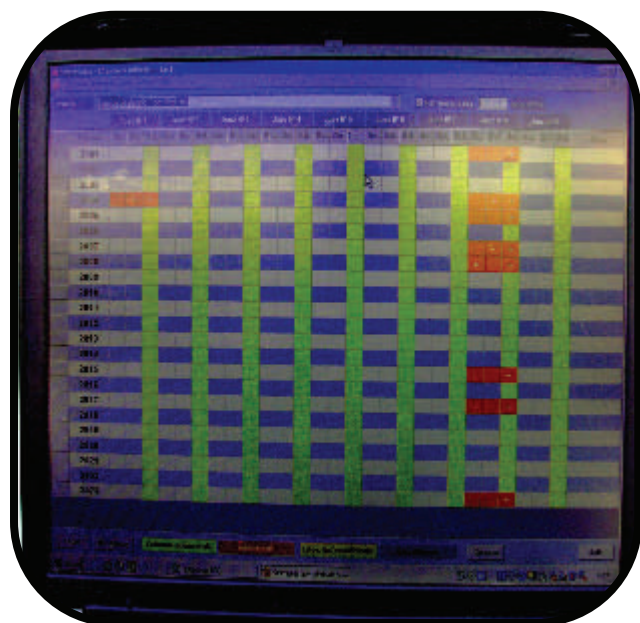
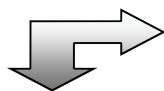
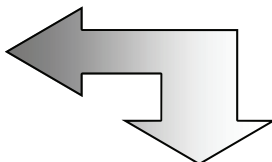
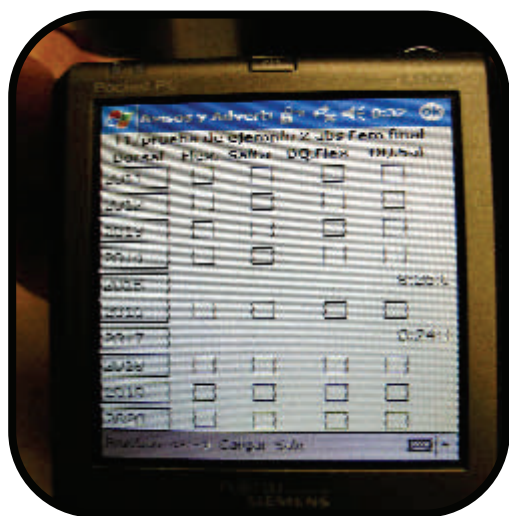
1. Collegamenti con il Segretario via radio e non via cavo
2. Dettaglio di stampa di controllo dell'Ammonizione solo sul terminale del Giudice di Marcia e non presso il server del Segretario
3. Funzionalità di due Tabelloni delle Ammonizioni, di cui uno sul circuito e l'altro posto prima dell'ingresso allo stadio.

L'uso, limitato alle sole tre gare dei Giochi Olimpici di Atene, ne ha evidenziato i seguenti punti a favore ed a sfavore

- ♦ Essendo il sistema basato su collegamenti via radio e dovendo trasmettere quindi su frequenze, necessita di frequenze dedicate. In certi particolari momenti le frequenze dedicate del sistema passano in secondo piano rispetto ad altre di carattere più importante (sicurezza, televisive) e, pertanto, di conseguenza il sistema presenta dei picchi di caduta;
- ♦ La possibilità del Giudice di Marcia di muoversi liberamente lungo il percorso, senza obbligo alcuno, rappresenta un punto a favore;
- ♦ La necessità del Giudice di Marcia di doversi accertare, prima dell'invio del dato, sul suo esatto input (essendo possibile la sua eventuale correzione solo attraverso una comunicazione radio fuori sistema, che comporta grosse difficoltà) rappresenta un punto a sfavore, in quanto lo distoglie in quel momento dalla sua attività primaria: il giudizio;
- ♦ L'apparire dell'informazione on-line direttamente sui due tabelloni (quello sul circuito e quello all'ingresso dello stadio) rappresenta un punto a favore, in particolare per gli atleti, che riescono a vedere aggiornata, fino all'ultimo, la loro situazione di gara con riferimento all'ultimo giudice incontrato sul percorso;
- ♦ L'assenza di una stampa della "Red Card" presso il Segretario ("Recorder") ne complica il lavoro di controllo con quelle originali che comunque pervengono alla segreteria; praticamente necessitano, in questo caso, sempre due Recorder: uno che si concentri sul server collettore di dati, l'altro sul controllo del draft con le "Red Cards" originali. Questo lavoro diviene tanto più importante nei particolari momenti nei quali, per quanto indicato al primo punto, il sistema presenta dei picchi di caduta e nella parte finale della gara.

## Commissione Giudici di Marcia e Settore Tecnico Marcia

### ♦ Sistema misto della RFEA (wireless)



E' un sistema misto sviluppato, nell'ambito di un progetto di informatizzazione di tutte le gare dell'atletica, dalla Real Federacion Espanola de Atletismo, e testato per la prima volta ai Campionati Spagnoli di Marcia su strada del 2005 nonché successivamente utilizzato ai Giochi del Mediterraneo di Almeria del 2005.

Componenti del sistema:

- a. Otto comuni mini computer portatili, con installato lo specifico software, prodotto dai collaboratori della RFEA;
- b. Molteplici antenne sul percorso in punti chiave allo scopo di garantire la trasmissibilità dei dati;
- c. Server collettore di dati presso il Recorder con lo schema del "Summary";
- d. Mini computer del Giudice Capo con possibilità di vedere in tempo reale gli stessi dati del Recorder;
- e. Uso di uno, o più, Tabelloni delle Ammonizioni da gestire manualmente, secondo tradizione.

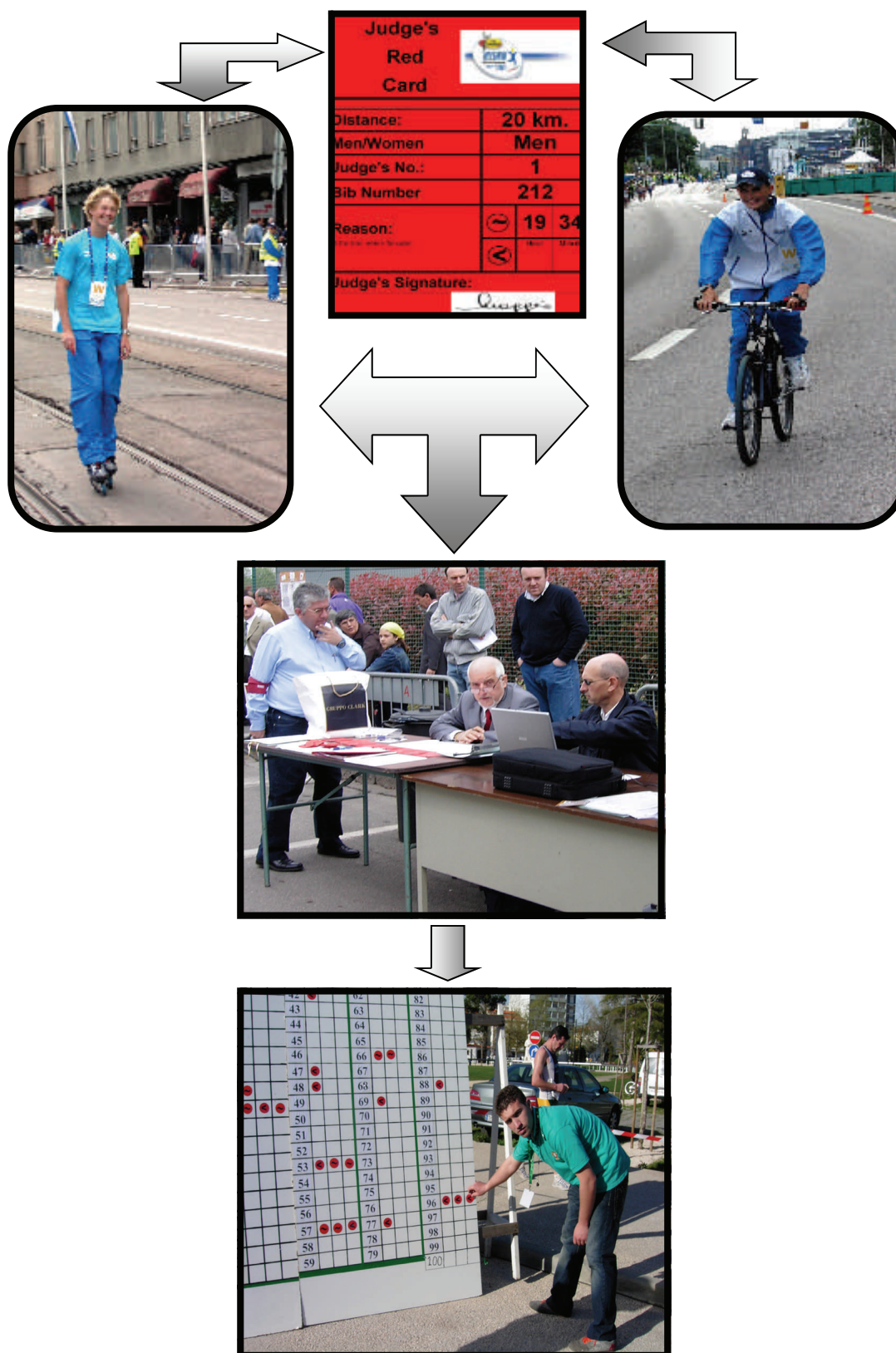
Essendo il sistema ancora in fase di sviluppo ed implementazione, non ci si può ancora esprimere sui fattori positivi e/o negativi.

Certo che, se la sua implementazione consentisse di avere anche il Tabellone delle Ammonizioni in tempo reale, il suo utilizzo consentirebbe di fatto l'eliminazione della "Red Card", che con questo sistema non necessita di essere prodotta.

A fine gara viene prodotto in forma automatica anche il "Summary".

## Commissione Giudici di Marcia e Settore Tecnico Marcia

### ♦ Sistema tradizionale



## Commissione Giudici di Marcia e Settore Tecnico Marcia

La raccolta delle Ammonizioni da ogni singolo Giudice di Marcia avviene in maniera tradizionale con l'utilizzo di:

1. Biciclette
2. Skaters

Le Ammonizioni pervengono al Segretario ("Recorder"), il quale dopo gli opportuni controlli, sotto la sua responsabilità, le fa apporre sul Tabellone delle Ammonizioni.

Vale qui solo la pena di ricordare come la situazione ottimale sia la seguente:

- a. Ogni giudice sia dotato di un ciclista (o di uno skater);
- b. Siano previsti dall'Organizzazione uno o due ciclisti che girino in continuità sul percorso per la raccolta delle eventuali Ammonizioni da quei Giudici di Marcia che, momentaneamente, siano senza il ciclista dedicato;
- c. Il numero minimo di ciclisti/skaters che debbono operare in una gara non può essere inferiore alla metà dei Giudici di Marcia.



### **Parte quarta: La valutazione del giudizio**

Come in tutte le discipline soggette alla valutazione umana, la domanda fondamentale che normalmente ci si pone, dopo una gara di marcia, è la seguente: "è stata giudicata bene?".

Non esiste un criterio assoluto di certezza sulla valutazione sia del giudice, sia della gara in se stessa.

Una dedicata e peculiare applicazione statistica di approfondimento, può, in questi casi, essere di valido supporto, con l'obiettivo di:

1. Analizzare le gare svoltesi;
2. Cercare di utilizzare queste analisi allo scopo di migliorare il funzionamento futuro delle Giurie.

La Commissione Giudici di Marcia, sulla base di quanto, a suo tempo, era stato un disegno richiesto dalla IAAF, ha elaborato un sistema, che non vuole essere la "verità assoluta", ma che certamente ha il pregio, data la sua continuità nel tempo, e la raccolta dei dati sottostanti (che continuerà anche nel futuro) di segnare un punto di partenza e di confronto su questo spinosissimo tema.

*Ad onor del vero si desidera qui segnalare che analoghi, o simili, sistemi sono stati elaborati in altri Paesi (ne citiamo, perché ne siamo a conoscenza, quello elaborato dalla Spagna e quello della Repubblica Ceca); non sappiamo però se la raccolta dei dati sottostanti è continua nel tempo o se tale sistema si limita all'esame di ogni singola gara, fine a se stessa.*

### ⇒ **I dati analizzati: elementi oggettivi**

Sono stati individuati alcuni elementi oggettivi, di facile misurazione, che sono stati analizzati nel tempo, sotto forma di coefficienti:

1. Numero delle Ammonizioni ("Red Cards") inviate dal singolo Giudice e che hanno contribuito alla squalifica di atleti;
2. Numero delle Ammonizioni ("Red Cards") ricevute in totale dal Recorder, per quella specifica gara, dal singolo Giudice;
3. Numero dei Richiami ("Cautions") comminati dal singolo Giudice.

### ⇒ **Gli indici conseguenti**

- a. Rapporto percentuale tra (1) ed il numero totale degli atleti squalificati in quella specifica gara. Questo indice che varia (da 0 a 100) indica con evidenza l'omogeneità del singolo Giudice con gli altri colleghi della Giuria.

Si obietta, a questo punto, molto facilmente che tanto più alto è il numero delle Ammonizioni inviate dal singolo Giudice, tanto più alta è la possibilità che la sua percentuale di cui ad (a) si attesti a valori elevati.

Il compito primario del Giudice è quello di "giudicare", non quello di "elevare il suo indice valutativo".

Come correttivo a quanto sopra si è quindi preso in considerazione il seguente indice:

- b. Rapporto percentuale tra (1) e (2). Questo indice (variabile anch'esso da 0 a 100) ha lo specifico scopo di mitigare l'effetto di un numero elevato di Ammonizioni da parte di un singolo Giudice rispetto a quello degli altri colleghi.

La somma di questi due indici percentuali, nel suo valore assoluto, viene rappresentare un numero che è stato chiamato

### **Indice di valutazione tecnica del singolo giudice**

il quale altro non rappresenta che la traduzione in termini numerici dell'operato del Giudice rispetto a quella specifica gara, per quanto concerne il suo apporto alle eventuali squalifiche della gara medesima.

- c. Rapporto percentuale tra (1) e (3). Questo indice che varia (da 0 a 100) indica come il singolo Giudice ha interpretato la gara. Per spiegarci meglio indica la percentuale di quanti "Richiami" si sono, nel corso della gara, trasformati in "Ammonizioni", e:
- ⇒ Se visto dal punto di vista del Giudice: quanto egli sia stato convincente con i suoi "Richiami";
  - ⇒ Se visto dal punto di vista dell'Atleta: quanto egli abbia recepito, e se ne abbia tenuto conto, dei messaggi ricevuti, attraverso i "Richiami" da quel singolo Giudice.

Si desidera ricordare, se ve ne fosse bisogno, che la bravura di un buon Giudice non sta in quanti concorrenti lui ammonisce, ma in quanti riesce ad aiutare a terminare la gara, con un adeguato uso del "Richiamo", prima che, e senza che l'atleta infranga la regola.

La stratificazione nel tempo dei valori assunti dal precedente "indice di valutazione tecnica", e la sua media, ponderata con altri parametri e/o valori oggettivi della gara, quali:

- La difficoltà teorica della gara in se stessa
- Il numero degli atleti alla partenza
- Lo svolgimento della gara su strada o su pista

offre un primo coefficiente di valorizzazione del singolo Giudice.

### ⇒ **Il concetto di "consistency"**

Con questo termine si vuole indicare il grado di "omogeneità" dell'intera Giuria rispetto a quella singola gara.

E' evidente che l'operato di una Giuria nella quale singoli componenti abbiano raggiunto coefficienti di valorizzazione molto alti, ed altri coefficienti di valorizzazione molto bassi, è completamente diverso da quello di una Giuria i cui componenti tutti si siano attestati vicino a valori elevati, ed ancora più diverso da quello i cui componenti si siano attestati vicino a valori molto bassi.

Diversi possono essere i criteri tecnico/matematici per misurare la "consistency", e in molti seminari sulla marcia si cerca di dare una soluzione univoca alla misurazione di questo valore; alcuni si spingono anche alla considerazione della tipologia dell'errore (sospensione o sbloccaggio) quale elemento di misurazione.

In questi casi parametri troppo sofisticati e difficili non aiutano, in quanto risultano di difficile comprensione anche agli addetti ai lavori.

## Commissione Giudici di Marcia e Settore Tecnico Marcia

---

Da parte nostra si è voluto seguire un **criterio molto semplice, ma efficace**, messo a punto con gli amici Giudici di Marcia della Polonia, spinti a questa ricerca dal pluricampione olimpico Robert Korzeniowski.

$$\text{Consistency} = \frac{\text{Numero totale degli squalificati} \times 3}{\text{Totale delle Ammonizioni di tutti i giudici}}$$

Si è partiti dal fatto che necessitano tre Ammonizioni per la squalifica di un atleta, di conseguenza il valore assunto dalla formula sopra indicata può essere semplicemente considerato un valore numerico che misura il comportamento omogeneo della Giuria, nella sua globalità, rispetto a quella specifica gara.

*I valori che esso può assumere variano teoricamente da:*

- ⇒ *Un massimo di 1, nel caso in cui tutti i Giudici avessero dato le loro Ammonizioni a tutti gli atleti poi squalificati;*
- ⇒ *Un minimo di 0, nel caso in cui tutti i Giudici avessero disperso le loro Ammonizioni su atleti differenti, e quindi non ci fossero state squalifiche.*

### ⇒ **La valorizzazione media e l'interpretazione degli indici**

Si è voluto dare un'impronta di valorizzazione a tutte queste variabili, rispondendo a questa domanda: come si muovono questi valori a livello internazionale ?

Lo si è fatto con l'aiuto di un laureando della facoltà di Scienze Motorie dell'Università di Milano, Francesco Casanova, allievo del Prof. Antonio La Torre, il quale, in una specifica tesi di laurea ha analizzato tutti i dati delle più importanti gare internazionali dal 1990 fino al 2004.

Le conclusioni cui è arrivato sono state accolte come parametro di confronto dei valori che assumono gli indici oggetto di esame, nelle gare che normalmente si svolgono nel territorio.

Non si esclude una futura nuova taratura dei parametri di confronto, se le conseguenti analisi medie continue facessero ravvisare tale necessità.

### ♦ Indice di valutazione tecnica

Il suo valore teorico varia fra un minimo di 0 ed un massimo di 200, in quanto somma di due variabili da 0 a 100. La classificazione che è stata fatta è la seguente

1. **Ottimo** è considerato un valore superiore a 160
2. **Buono** è considerato un valore compreso tra 130 e 159
3. **Normale** è considerato un valore compreso tra 100 e 129
4. **Scarso** è considerato un valore inferiore a 100

### ♦ Indice di Ammonizioni/Richiami

1. **Ottimo** è considerato un valore inferiore a 40
2. **Buono** è considerato un valore compreso tra 55 e 40
3. **Normale** è considerato un valore compreso tra 99 e 56
4. **Scarso** è considerato un valore superiore a 100

Se il fine è quello di aiutare l'atleta a terminare la gara, prima che esso abbia infranto la regola, è evidente che tanto è più basso questo rapporto, tanto più l'atleta ha tratto beneficio dai Richiami del Giudice.

Valori superiori a 100 si registrano quando c'è l'attitudine del Giudice di Marcia all'invio diretto di Ammonizioni (essendo egli assolutamente certo della non conformità del gesto dell'atleta al disposto della regola 230) senza il preventivo uso dello strumento del Richiamo.

In questi casi specifici l'atleta viene a conoscere la sua situazione tecnica solamente osservando il Tabellone delle Ammonizioni.

### ♦ Indice di "Consistency"

Seguendo i criteri indicati in precedenza riguardo al "concetto di consistency" si può dire che:

1. **Ottimo** è considerato un valore superiore a 0,60
2. **Buono** è considerato un valore compreso tra 0,50 e 0,60
3. **Normale** è considerato un valore compreso tra 0,275 e 0,49
4. **Scarso** è considerato un valore inferiore a 0,275

## Commissione Giudici di Marcia e Settore Tecnico Marcia

Si vuole qui solamente rappresentare, per una più facile intuizione il modello che viene utilizzato a tale scopo.

Modello di valutazione tecnica dei giudici in gare su strada (8 giudici)											
Giudici & Coefficienti	1	2	3	4	5	6	7	8	Totale	DQ (squalifiche)	
50 M	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
20 W	2	2	1	4	4	5	4	5	27	2	2
20 M	6	8	7	6	9	13	8	8	65	8	8
10 W	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
5 W	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Tot. Ammonizioni (Red Cards)</b>	<b>8</b>	<b>10</b>	<b>8</b>	<b>10</b>	<b>13</b>	<b>18</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>92</b>	<b>10</b>	
50 M	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
20 W	3	6	5	8	12	8	8	3	53	3	3
20 M	7	8	9	17	18	10	15	2	86	2	2
10 W	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
5 W	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Tot. Richiami (Cautions)</b>	<b>10</b>	<b>14</b>	<b>14</b>	<b>25</b>	<b>30</b>	<b>18</b>	<b>23</b>	<b>5</b>	<b>139</b>		
50 M (squalificati)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
20 W (squalificati)	1	2	1	1	2	1	0	2	10	1	1
20 M (squalificati)	3	6	5	4	5	4	1	4	32	3	3
10 W (squalificati)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
5 W (squalificati)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Tot. Ammonizioni (Red cards) DQ</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>6</b>	<b>5</b>	<b>7</b>	<b>5</b>	<b>1</b>	<b>6</b>			
<b>A = (RCdq/DQ) = IAAF 1st ratio</b>	<b>40%</b>	<b>80%</b>	<b>60%</b>	<b>50%</b>	<b>70%</b>	<b>50%</b>	<b>10%</b>	<b>60%</b>			
<b>B = (RCdq/RC)</b>	<b>50%</b>	<b>80%</b>	<b>75%</b>	<b>50%</b>	<b>54%</b>	<b>28%</b>	<b>8%</b>	<b>46%</b>			
<b>Total = (A+B)</b>	<b>90</b>	<b>160</b>	<b>135</b>	<b>100</b>	<b>124</b>	<b>78</b>	<b>18</b>	<b>106</b>			

Evaluation of judges team									
Media del punteggio dei giudici								101	GOOD
Deviazione standard del punteggio dei giudici								46	SUFFICIENT
Coefficiente di "Consistency"								0,33	NORMAL
% Red Cards/Cautions								66%	INADEQUATE
	INADEQUATE	INADEQUATE	NORMAL	EXCELLENT	GOOD	INADEQUATE	GOOD	INADEQUATE	

Sesto San Giovanni - 1 maggio 2006

### ♦ Valore della gara

E' rappresentato, in maniera abbastanza chiara, dal prodotto della media "dell'indice di valutazione tecnica del singolo giudice" per "l'indice di consistency".

Tanto più è alto tanto meglio la gara è stata giudicata.

Fortunatamente non di frequente, ci si è trovati di fronte a valori di "consistency" elevati, ma con media di punteggio dei giudici molto bassa, il che porta alla logica conclusione che quella Giuria non è stata all'altezza di quella gara, oppure la stessa le è sfuggita di mano.

Per contro dei valori di "consistency" elevati, ma con media di punteggio dei giudici elevata, denota una forte padronanza della Giuria in quella gara: il giudizio e l'impatto sul mondo esterno non potrà essere stato che positivo.

### ♦ La gara ideale cui tendere

A conclusione di questo percorso sulla valutazione del giudice si desiderano indicare quelli che possono essere considerati i "parametri" di una ipotetica "gara ideale".

1. Indice di "Consistency" maggiore di 0,60
2. Indice medio di valutazione tecnica dei componenti la giuria superiore a 160
3. Indice Ammonizioni/Richiami ("Red Cards"/"Cautions") inferiore a 40

Questa ipotetica gara, se mai potesse venir giudicata, avrebbe, con i valori indicati sopra:

1. Una giuria altamente qualificata individualmente;
2. Una giuria nella sua globalità altamente omogenea nel giudizio della gara;
3. Una giuria che ha cercato la "prevenzione" piuttosto che la "repressione".

Dal punto di vista degli atleti, le eventuali squalifiche comminate rappresenterebbero:

1. Un numero correlato a quelle di effettiva necessità;
2. Una decisione estremamente ponderata, ancorché in certi casi presa in tempi rapidi;
3. La tutela degli atleti con marcia tecnicamente migliore rispetto a quelli con marcia irregolare.

### ⇒ L'applicazione pratica nell'analisi delle gare internazionali

Allo scopo di dare un supporto su cui effettuare delle riflessioni su quanto indicato nel "percorso valutativo" si presentano, nella tabella seguente, le risultanze delle più importanti gare internazionali (quelle previste dalla IAAF nella Regola 1a, b, c).

***Il lettore potrà riflettere, e cercare di individuare tra queste la più vicina alla "gara ideale", tenendo però conto delle seguenti variabili:***

- a. I "World Junior" si svolgono su pista con due gare, le altre manifestazioni su strada si compongono tutte di tre gare salvo quanto indicato al seguente punto b);***
- b. Nelle "World Cups", a partire dal 2004, sono compresi anche gli Junior uomini e donne per un totale di 5 gare.***

## Commissione Giudici di Marcia e Settore Tecnico Marcia

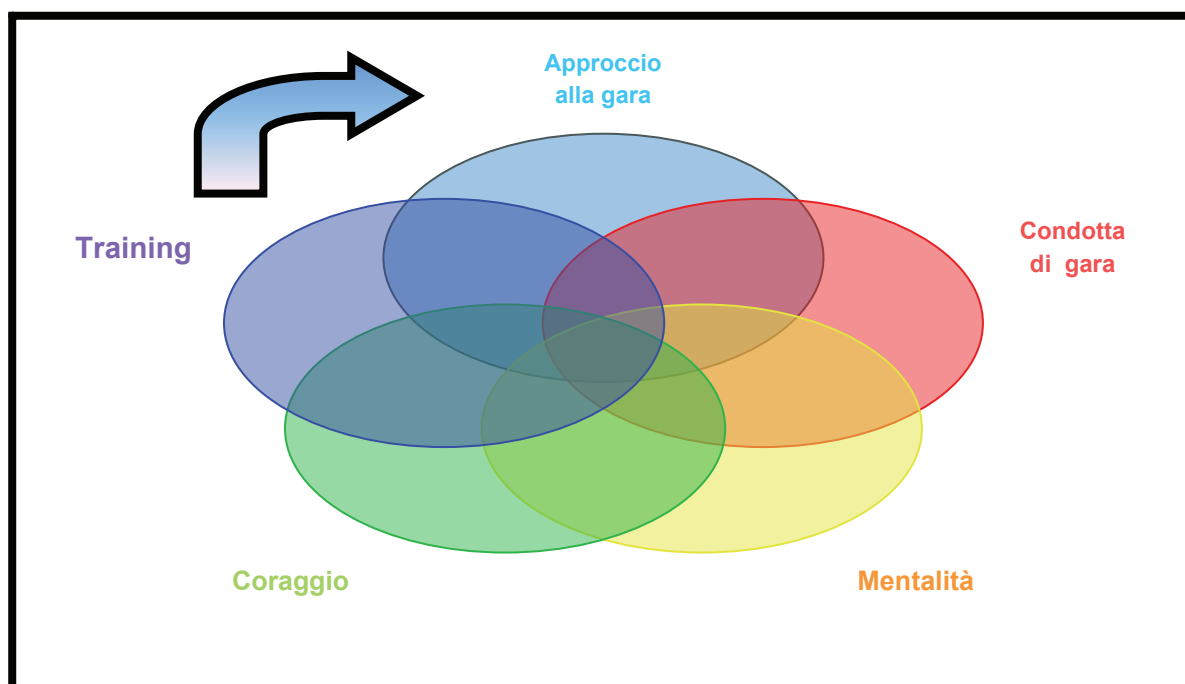
	Total Red Card	Total DQ	Cautions ~	Cautions <	Total Cautions	% RC/Cautions	Average Judges' points	Coefficient Consistency
<b>Olympic Games</b>								
Sydney 2000	132	14	142	150	292	45%	78,12	0,32
Athens 2004	111	10	187	91	278	40%	59,79	0,27
Beijing 2008	108	10	148	109	257	42%	69,08	0,28
Sub Total	351	34	477	350	827	42%	69,00	0,29
<b>World Championships</b>								
Edmonton 2001	160	34	157	126	283	57%	109,21	0,64
Paris 2003	173	33	156	120	276	63%	108,61	0,57
Helsinki 2005	154	28	239	94	333	46%	104,24	0,55
Osaka 2007	130	20	186	112	298	44%	88,01	0,46
Sub Total	617	115	738	452	1.190	52%	102,52	0,56
<b>World Cups</b>								
Torino 2002	243	33	188	241	429	57%	83,31	0,41
Naumburg 2004	279	37	246	153	399	70%	81,84	0,40
La Coruna 2006	247	30	313	141	454	54%	79,22	0,36
Cheboksary 2008	243	26	200	224	424	57%	74,36	0,32
Sub Total	1.012	126	947	759	1.706	59%	79,68	0,37
<b>World Youth</b>								
Ostrava 2007	31	2	55	45	100	31%	104,29	0,19
Sub Total	31	2	55	45	100	31%	104,29	0,19
<b>World Junior</b>								
Kingston 2002	39	5	25	61	86	45%	99,16	0,38
Grosseto 2004	31	3	62	34	96	32%	89,40	0,29
Beijing 2006	48	5	50	28	78	62%	108,99	0,31
Bydgoszcz 2008	53	6	43	46	89	60%	99,13	0,34
Sub Total	171	19	137	123	260	66%	99,17	0,33
<b>European Championships</b>								
Munich 2002	110	19	121	113	234	47%	92,42	0,52
Goteborg 2006	50	5	64	77	141	35%	81,12	0,30
Sub Total	160	24	185	190	375	43%	86,77	0,45
<b>Total</b>	<b>2.342</b>	<b>320</b>	<b>2.539</b>	<b>1.919</b>	<b>4.458</b>	<b>53%</b>	<b>92,15</b>	<b>0,41</b>
<i>Old Panel (until 2002)</i>	684	105	633	691	1.324	52%	92,44	0,46
<i>New Panel (post 2002)</i>	1.658	215	1.906	1.228	3.134	53%	90,64	0,39
	<b>2.342</b>	<b>320</b>	<b>2.539</b>	<b>1.919</b>	<b>4.458</b>	<b>53%</b>	<b>92,15</b>	<b>0,41</b>

### **Parte quinta: Conclusioni**

Alla fine di questa illustrazione di quello che volutamente è stato chiamato un "Percorso attraverso la specialità più medagliata dell'Atletica Leggera Italiana" si è voluto richiamare in forma riassuntiva quelli che, d'accordo con il Settore Tecnico, paiono essere i punti fondamentali attraverso i quali può e deve passare il grande obiettivo futuro

#### ***Cosa possiamo fare per migliorare ?***

Il miglioramento necessariamente deve passare attraverso un confronto continuo fra Tecnici e Giudici e deve toccare i seguenti punti



Analizziamoli qui di seguito

### ⇒ **Training**

#### **Giudice**

1. Osservare quante più gare possibili;
2. Visionare gli atleti anche durante i loro allenamenti;
3. Esercitarsi con l'ausilio di strumenti audiovisivi.

#### **Tecnico**

1. Effettuare esercizi specialistici di tecnica in allenamento alla presenza del giudice;
2. Sottoporre gli atleti, in alcune gare, al giudizio di giurie di paesi diversi.

#### **Congiuntamente**

1. Discutere francamente, durante l'allenamento, sulla bontà o meno di un determinato gesto tecnico;
2. Rivisitare la gara con l'ausilio audiovisivo;
3. Recepire le reciproche osservazioni e riflettere sulla loro possibile correttezza: non esiste sviluppo senza confronto !

### ⇒ **Approccio alla gara**

#### **Giudice**

1. Ricordarsi che si opera per far rispettare le regole e non per misurarsi sul numero delle Ammonizioni date e/o atleti squalificati;
2. Agire con lo strumento del Richiamo in maniera tempestiva, decisa e corretta;
3. Valutare sempre la gara per la sua reale importanza;
4. Dare un consono peso alle differenti categorie, in particolare a quelle giovanili.

#### **Tecnico**

1. Non pretendere di ottenere, in ogni caso dall'atleta, tempi che si sa a priori non possa valere in quello specifico periodo;
2. Accettare il giudice come colui che collabora con te e ti informa se la strada da te intrapresa sia quella giusta;
3. Ricordare sempre che il giudice non ha particolari interessi su specifici ordini di arrivo.

### ⇒ Condotta di gara

#### Giudice

1. Ricordarsi di improntare la propria condotta ai seguenti principi:
  - a. Analogia
  - b. Prassi
  - c. Elasticità
  - d. Equità
2. Ricordarsi di improntare la propria condotta, nel reclutamento giovanile ai seguenti principi:
  - a. Opportunità
  - b. Prudenza
  - c. Tolleranza

#### Tecnico

1. Se l'atleta riceve richiami cercare di aiutarlo a correggere l'errore;
2. Evitare di spronare l'atleta a superare altri concorrenti se sul "Tabellone delle Ammonizioni" esistono già delle segnalazioni;
3. Chiedere sempre all'atleta quanti "Richiami" ha ricevuto e ragionare sul rapporto "Richiami"- "Tabellone delle Ammonizioni".

*I principi sopra elencati ed ai quali dovrebbe improntarsi l'attività del giudice possono essere definiti come "fonti sussidiarie della regola".*

*Se ne esaminano brevemente i concetti che si desiderano esprimere:*

- ♦ Analogia: si può definire come quel processo razionale e veloce che consente di operare come altri in situazioni simili hanno già fatto, e con risultati positivi per il singolo caso concreto;
- ♦ Prassi: si può definire come quel modo generale di comportamento del giudice nel singolo caso concreto (analogia consuetudinaria);
- ♦ Elasticità: la regola, "rigida ed immutabile" nei suoi principi basilari, si presenta come "duttile e flessibile" nelle sue applicazioni dimostrando una notevole adattabilità alle diverse circostanze di luogo, di tempo e di persone;
- ♦ Equità: il giudice dovrebbe tener conto di tutto ciò che la ragione suggerisce e consente per evitare l'estremo rigore (Ammonizione "Red Card"), cercando di mirare alla correzione dell'atleta. E', ovviamente, il principio più difficile da applicare nello svolgimento dell'attività giudicante.
- ♦ Opportunità: mai dimenticare che, nel settore giovanile, il fine primario è il reclutamento;
- ♦ Prudenza: ricordare che il giovane percepisce l'attività del giudice in maniera psicologicamente molto più devastante di quanto non la percepisca l'atleta adulto;
- ♦ Tolleranza: non significa certamente "permissivismo" nei confronti del giovane, bensì esaminare le situazioni per il loro reale valore e dare dei pesi "relativamente" negativi a particolari situazioni "contra regulam", se non sono in chiaro danneggiamento altrui.

### ⇒ Mentalità

#### Giudice

1. Non avere troppi "dubbi": la decisione sull'invio della "Red Card" deve essere rapida;
2. Per contro, non avere troppe "certezze": la squalifica non deve rappresentare la "prima istintiva reazione", ma "la decisione finale" del giudice quale conseguenza al continuo errore tecnico dell'atleta
3. Ricordare che il processo decisionale deve essere:
  - a. Razionale
  - b. Veloce
  - c. Ponderato

#### Tecnico

1. Non considerare il giudice come un nemico da sconfiggere;
2. Accettarne serenamente le decisioni, anche se, al momento, non condivisibili;
3. Esaminare i "Summary" della gara per trarne quelle conseguenze anche di tipo tecnico che la loro attenta lettura mette in evidenza.

### ⇒ Coraggio

#### Giudice

1. Non lasciarsi influenzare da nomi più o meno roboanti né a livello nazionale, né a livello locale;
2. Valutare e decidere anche sui "danni indiretti" (vedi pag. 17)
3. **La centralità nel giudizio è data dalla tutela del corretto atleta: decidere sempre in tal senso.**

#### Tecnico

1. Avere il coraggio di dire al proprio atleta che, *anche per il tecnico*, la sua marcia non è conforme ai canoni della regola;
2. Avere il coraggio di fargli perdere delle posizioni, se le condizioni lo necessitano, piuttosto che farlo incorrere nel rischio di subire una squalifica.

### **Congiuntamente**

Ricordare che sia il tecnico che il giudice sono al servizio della specialità e che l'attore principale (l'atleta) va tutelato nella sua marcia corretta, qualsiasi sia il colore della sua maglietta.

*Se questi punti potranno essere in futuro totalmente condivisi e se su gli stessi la convergenza sarà univoca, allora il miglioramento nel giudizio e nella tecnica diverrà patrimonio comune.*

### **Obiettivo finale**

Tutto questo percorso attraverso regola, tecnica, gestione della gara e valutazione del giudizio si pone come obiettivo finale il miglioramento continuo del

- ♦ Giudice
- ♦ Tecnico
- ♦ Atleta

di modo che in tutti i maggiori eventi di marcia si possa avere la tranquillità e la serenità di poter dire che sono state fatte

***giuste squalifiche***



***in tempi veloci***



### **Commissione Marcia GGG**

Vacchi Lamberto (coordinatore)  
Ciurli Luca  
De Lazzari Mauro  
Maggio Nicola

### **Settore Tecnico Marcia**

Visini Vittorio (capo settore)  
Damilano Sandro  
La Torre Antonio