MAGAZINE ALLEN@TORE.net
N.45 SETTEMBRE 2007
RIVISTA ELETTRONICA DELLA CASA EDITRICE WWW.ALLENATORE.NET
REG. TRIBUNALE DI LUCCA N° 785 DEL 15/07/03
DIRETTORE RESPONSABILE: FERRARI FABRIZIO
COORDINATORE TECNICO: LUCCHESI MASSIMO
SEDE VIA E.FRANCALANCI 418 – 55050 BOZZANO (LU)
TEL. 0584 976585 - FAX 0584 977273

articolo 1

REDAZIONALE

I 35° gradi di Domenica Ventisei Agosto confermano che sarà…un "caldo" Campionato.

A cura di ***ROBERTO BONACINI***

La presentazione del palinsesto mensile.

E si…il titolo non sbaglia.

Domenica ventisei Agosto, preceduta dagli anticipi del Sabato, è proprio iniziata una "calda" stagione calcistica.

E da questa prima giornata, già ricca di spunti e di analisi, prende il via un Campionato quanto mai interessante.

Un torneo con le "grandi" in cerca di conferme, con le "meno grandi" in cerca di sorprese e con il ritorno prestigioso nella massima serie di Juventus, Genoa e Napoli.

Che volere di più?

Assolutamente niente di più…solo calcio…quello vero…inteso come gioco-giocare al pallone…e con questa speranza, noi di Allenatore.net, Vi auguriamo una BUONA VISIONE.

Ed ora il commento, l'impressione o le prime sensazioni sulla prima giornata, rilasciate da alcuni tecnici che ringrazio sinceramente per il loro contributo.

In questa prima giornata mi hanno favorevolmente impressionato formazioni quali la Roma, la Fiorentina, l'Udinese che saranno, con Milan ed Inter le squadre da battere. Mi sembrano queste le compagini più propositive che con il loro bel gioco coniugheranno collettivo e abilità individuali. Un pensiero anche ai giocatori e quindi

un elogio per Montolivo ed Aquilani ed anche per altri giovani futuri campioni che, in questa stagione, faranno parlare sportivi e addetti ai lavori.

Mister Cristian Danisi

La prima giornata del campionato di serie A ha portato alla ribalta le cosiddette grandi come Milan, Roma e la rientrante Juventus. Potrebbe fare "scalpore" il pareggio casalingo dell'Inter al "Meazza" contro l'Udinese, ma in realtà si è trattato di una sorpresa relativa; da sempre le squadre provinciali tendono a partire, nelle primissime partite di campionato, con una “marcia in più” (pochi anni fa Juventus-Chievo valeva il primo posto di classifica nel primo mese di partite). Non è un caso pertanto che Udinese, Cagliari, Reggina ed Atalanta o Parma e Catania abbiano già mosso la classifica, così come lo stesso Torino a Roma contro la Lazio. Squadra quest’ultima da applaudire per l’entrata nelle magnifiche trentadue della Champions League. Coppa a parte, merita comunque precisare che in realtà occorreranno ancore tre o quattro giornate per vedere la fisionomia regolare della classifica, e poi, come spesso capita, la lotta sarà tra le grandi potenze e si potrà parlare di vere sorprese solo per le squadre classificate intorno al quarto o quinto posto.

Mister Massimo Bertini

Il campionato è iniziato ed ha già rivelato quelle che saranno le favorite del torneo. Al di là delle vere difficoltà della partita con il Livorno, si è capito che la Juve ha voluto dare subito, e in maniera lapalissiana, il suo segnale: “sono tornata per vincere”. Delle papabili per la lotta di vertice hanno cominciato bene, oltre alla “vecchia signora”, anche il Milan, la Roma e la Fiorentina. I rossoneri hanno sofferto poco a Marassi, infliggendo un rotondo 3 a 0 ad un Genoa che non può stare almeno attualmente sul livello dei rossoneri. La Roma ha dimostrato di essere una bella squadra, forse la più bella di questo inizio (vincendo benissimo a Palermo), anche se è ancora troppo presto però per dire se i giallorossi, quest’anno, siano da considerare una delle formazioni da battere. Una squadra comunque, quella capitolina, che ha inserito nel proprio impianto di gioco alcuni calciatori di buon livello, come, in particolare, il minuscolo Giuly, giocatore di grande qualità. Un discorso a parte merita l’Inter. I nerazzurri hanno nell’Udinese la loro “bestia nera”, l’unica squadra che non sono riusciti a battere nemmeno l’anno scorso. Nella formazione nerazzurra si è notato troppa lentezza, giocatori in affanno e amnesie varie come quella di J. Cesar; la squadra di Mancini si riprenderà comunque sicuramente da questo mezzo passo falso. Altre vittorie importanti sono state quelle di Sampdoria e Cagliari. I blucerchiati, avendo degli attaccanti del calibro di Caracciolo, Bellucci, Bonazzoli, Montella e Cassano, se riusciranno a ritornare ai livelli di un tempo, saranno una squadra che sicuramente si giocherà l’Europa. Il Cagliari, che ha vinto a Napoli, ha avuto un buon inizio cercando così di far dimenticare in fretta i partenti Suazo ed Esposito. Oltre a quello dell’Inter, ci sono stati tre altri pareggi: sul campo della Lazio il Torino ha ben esordito, mettendo in mostra il giovane Vailatti che ha dimostrato di essere più che una promessa; da segnalare uno splendido gol di Rosina. Per terminare questa breve analisi, l’Atalanta ha raggiunto il pareggio su un rigore discusso a Reggio Calabria e a Parma un buon Catania ha messo in mostra un certo Morimoto capace di fare cose davvero interessanti. E’ stato un discreto inizio con 32 gol, alcuni dei quali bellissimi, ma con una nota negativa: mi riferisco al comportamento poco ortodosso di Baldini nei confronti di Di Carlo che, anche se poi sono arrivate le scuse da parte

dell'allenatore Catanese nei confronti della società e di tutti coloro che hanno assistito al fattaccio, è sicuramente un segnale per dire a tutti, indistintamente, di darsi una calmata per non rivedere più in futuro episodi di questo tipo.

Mister Amedeo Cassia

Cari amici e colleghi è ripreso il campionato più bello e polemico del vecchio continente. Aspetti negativi a parte (a Genova niente tifosi milanisti per il ritorno in serie A della squadra ligure, partite con inizio alle 15,00 e caldo torrido a spese dello spettacolo, errori arbitrali che obbligheranno Collina ad un duro lavoro), parliamo, invece, noi che amiamo la tattica e la tecnica, di calcio giocato. Sabato Lazio-Torino 2-2 e Juventus-Livorno 5-1 hanno aperto le danze e allietato gli amanti del gol. Rosina ha impreziosito la partita dell'Olimpico con un gesto tecnico di altissima qualità; la Juve si è "disfatta" del Livorno nel momento in cui i toscani sono calati, consentendo alla "vecchia signora" di imporre la sua maggiore qualità tecnica. La Domenica, il Milan campione d'Europa ha messo in chiaro ad una neo promossa "chi comanda" a certi livelli; il Genoa dimostra di essere buona squadra, con buona organizzazione tattica e idee sul piano strategico, ma paga però il gap tecnico che la separa dai campioni d'Europa. In Inter-Udinese la squadra milanese parte forte andando già, dopo nove minuti, a rete; successivamente, anche tenendo conto dell'errore di Julio Cesar (espulsione e squadra in dieci), l'Udinese cerca di fare la sua partita, arrivando al pareggio, ma poi quasi mai impensierendo la retroguardia neroazzura. In Fiorentina-Empoli i viola ripartono da dove avevano lasciato la scorsa stagione, con un Toni in meno ma con un trio offensivo, Pazzini, Mutu, Montolivo di estremo valore; la squadra gigliata fatica all'inizio per merito di un Empoli che fa barriera a centrocampo, raddoppia sugli avversari e rischia poco. Nella ripresa però, due regali Empolesi permettono ai viola di passare e confermare il vantaggio e ad un Montolivo, invidioso di Rosina, di imitarlo e forse superarlo con uno dei gesti tecnici più belli di questa prima giornata. I blu toscani di Cagni comunque dimostrano che quando cominciano ad osare diventano molto pericolosi. I sardi, in Napoli-Cagliari, rovinano la festa di ritorno ai campani; la squadra di Gianpaolo sembra squadra vera, ben disposta per ordine, intelligenza e raziocinio; una compagine dove il peso del lavoro ricade su tutto il collettivo in parti uguali. Il Napoli in questo match improvvisa la difesa, e pur mettendo in campo nuovi acquisti e giovani promettenti, nulla può contro la squadra isolana. In Reggina-Atalanta la squadra calabrese cerca di imporre il proprio gioco riuscendoci però solo a fase alterne e non impegnando più di tanto l'estremo difensore bergamasco; il tutto grazie comunque ad un Atalanta sempre ben ordinata in tutti i reparti. In Siena-Sampdoria la squadra locale è sembrata brutta e vulnerabile, entrando in partita solo nella ripresa (passando dal 4-3-3 al 4-4-2); la squadra di Mazzari si dimostra invece equilibrata e fantasiosa: pochi rischi presi e buone trame di gioco. Il Parma contro il Catania costruisce tanto e spreca ancora di più dimostrando comunque di essere formazione votata allo spettacolo; il Catania capitalizza invece, al massimo, due delle tre occasioni avute, dimostrando grande cinismo. E per finire il posticipo Palermo-Roma; nel primo esame di campionato la squadra della capitale passa a pieni voti; dopo la Supercoppa un altro importante successo; la Roma del primo tempo da spettacolo mentre nella seconda frazione di gioco, come già successo a Milano, il calo di energie fisiche, costringe la squadra di Spaletti ad abbassare il ritmo, a stringere i denti e a buttare qualche pallone in tribuna. Totti e compagni sembrano comunque maturi per la conquista di nuovi e ambiziosi obiettivi. Il Palermo

del primo tempo appare lento, compassato ed impreciso in difesa; nella seconda frazione però alza il baricentro e diventa, grazie anche all'alto numero di uomini offensivi inseriti, notevolmente più aggressivo.

Mister Emanuele Aquilani

Tre…due…uno…via!!! Parte la stagione 2007/2008 con le gioie, le soddisfazioni, le delusioni e gli episodi particolari come il calcio di Baldini a Di Carlo (un comportamento evitabile visti già gli episodi spiacevoli della scorsa stagione da parte dei tifosi del Catania). Passando al calcio giocato la prima di campionato ha evidenziato in particolare il lavoro effettuato fino ad ora dai singoli allenatori; i giocatori, individualmente, sono invece, in questo periodo, ancora mediamente meno brillanti per quanto riguarda la reattività ed intensità di gioco (causa il lavoro della preparazione atletica). E anche proprio per questi motivi nascono i colpi di scena, i risultati inaspettati e le prime problematiche sui movimenti in campo. Analizziamo comunque brevemente ogni singola partita in modo da valutare il lavoro effettuato dai tecnici, dai preparatori e dalle Società per quanto riguarda gli acquisti. LAZIO TORINO 2 – 2: risultato giusto e convincente per entrambe le squadre; la Lazio ha effettuato una campagna acquisti priva di colpi di mercato (solo Scaloni), e nonostante i preliminari della Champions League ha proposto un buon gioco; l'esigua rosa e i vari impegni alla lunga potrebbero diventare però un problema. Il Torino, la squadra che più ha comprato sul mercato, deve ancora trovare le geometrie del gioco; i tanti innesti si vedono e le difficoltà da un punto di vista organizzativo ci sono. Bjelanovic, Ventola, Corini, Grella, Di Michele e gli ormai imminenti Motta e Recoba daranno vita ad un ottimo Toro che può aspirare ad effettuare un campionato ad alti livelli, il tutto sotto la guida del tenace Novellino. JUVENTUS LIVORNO 5 – 1: la Juventus è tornata e si è subito messa in mostra; cinque reti all'attivo contro un Livorno che è rimasto combattivo sino al rigore; vi sono al momento molti problemi di organizzazione del gioco, la difesa non si muove in maniera compatta e perde troppo facilmente le marcature, mentre il centrocampo, nonostante i cinque gol degli attaccanti, fatica ad impostare il gioco. Gli acquisti di Grygera, Criscito, Andrade, Tiago, Iaquinta, Almiron e Noverino rinforzano poco una squadra che ritorna in A e che vuole come obiettivo la Champions League. Il Livorno invece ridisegna la parte offensiva; Tavano, Tistan, Giannichedda e Filippini sono gli acquisti di rilievo che devono rimpiazzare il bomber Lucarelli. In questa gara purtroppo sono mancati gli atteggiamenti da grande squadra, ovvero non mollare mai!!! Sul 2 a 0 la partita poteva ancora essere giocata alla pari. FIORENTINA EMPOLI 3 – 1: bella e spumeggiante la gara con una Fiorentina che sembra non aver sentito la mancanza di Toni, e degli acquisti Semioli, Vieri e Cacia, grazie ad un super Pazzini già collaudato dalla precedente stagione. Partita giocata ad alti livelli con ottima intensità e buone manovre. Una squadra solida che darà soddisfazioni ai tifosi. L'empoli sembra essere ancora ai box di partenza; gara sottotono contro un avversario ben organizzato in campo. Gli acquisti di Marchisio e Giacomazzi aiutano una squadra rodata, ma per ora Cagni deve lavorare sodo. GENOA MILAN 0 – 3: perfetto il Milan; annienta un buon Genoa grazie al fatto di essere, la squadra di Ancelotti, quella al momento più in forma. E' rimasta praticamente quella della scorsa stagione con gli "unici" acquisti di Emerson e della scommessa Pato. Il Mister avrà il problema della gestione delle partite, veramente tante visto che deve giocare anche l'intercontinentale. Il Genoa ritorna in A ma la difficoltà di adattarsi alla massima serie è evidente; gli acquisti di Borriello e Papa Waigo danno "man forte" alla

fase offensiva ma reputo che l'obiettivo primario sarà la salvezza. INTER UDINESE 1 – 1: eccola la sorpresa della giornata, il pareggio casalingo della squadra del "Mancio", inaspettato visto il potenziale di una squadra rimasta ferma sulle gambe e con poche e scarse idee in fase di costruzione del gioco. Gli acquisti di Suazo e Chivu sono dei "toccasana" a completamento di una rosa che risulta la migliore del campionato. L'Udinese ottiene un ottimo punto, già grintosa e briosa con la coppia offensiva Quagliarella-Floro Flores. Non si poteva iniziare meglio ma Marino dovrà anche testare il nuovo portiere Handanovic. Per ora buona la prima!!! NAPOLI CAGLIARI 0 – 2: ecco il ritorno alla massima serie dalla Società che ha i tifosi più appassionati e partecipi. Peccato per il brutto debutto, complice anche la sfortuna (palo di Hamsik). Lavezzi e Gargano sembrano promettere bene ma la strada per la salvezza è lunga. Il Cagliari perde Suazo e si ritrova a dominare una partita non facile. Due reti all'attivo con una squadra pressoché nuova (Acquafresca, Matri, Fini, Foggia, Parola e Conti) ma che col modulo 4-4-2 esprime al meglio il gioco in campo. PARMA CATANIA 2 – 2: primo tempo dalle forti emozioni, poi la stanchezza si fa sentire per le squadre e per i tecnici. Il 4-2-3-1 del Catania si contrappone al 4-3-3 del Parma che schiera come acquisto Reginaldo. In ogni caso due compagini che cambiando poco rispetto la scorsa stagione, con un gioco già collaudato, ben coadiuvato dai tecnici. SIENA SAMPDORIA 1- 2: ottima prestazione della Sampdoria che con il ritorno dell'attaccante Montella riparte a volare; la vera novità è l'acquisto di Cassano che susciterà interesse fuori e dentro lo spogliatoio. La prestazione della squadra è stata buona anche se il caldo a segnato il ritmo di gioco. Il Siena di Mandolini, partito col 4-3-3 trova molte difficoltà nel gioco; il tecnico ha sicuramente molto da lavorare per portare la squadra alla salvezza. Notizia positiva è il prestito del giovane De Ceglie proveniente dalla Juventus. PALERMO ROMA 0 – 2: nonostante le assenze e la recente preparazione precampionato, la Roma gioca proprio un bel calcio, con passaggi corti e precisi e con improvvisi capovolgimenti di gioco. L'acquisto di Giuly è perfetto; il francese si è inserito alla grande nel modulo di Spalletti. Se continua con questa grinta e organizzazione, la squadra della capitale, sarà sicuramente una delle squadre favorite alla corsa per lo scudetto. Il Palermo è stato bravo e sfortunato; due pali gli hanno negato due reti ma contro una Roma così ben organizzata non è facile realizzare. La squadra è parsa tonica a tratti, con momenti di grande gioco e altri di appannamento. In ogni caso Colantuono può stare tranquillo; appena Miccoli sarà in forma la sua squadra potra prendere il volo. Mi appresto a concludere questa analisi dicendo che per lo scudetto ci sarà sicuramente una corsa a tre con Roma, Milan e Inter su tutte. Per la Champions lotta aperta con Fiorentina, Palermo e Juventus. La rivelazione del campionato potrebbe essere il Torino mentre la Lazio dovrà sforzarsi molto per rimanere tra le grandi. Per la salvezza "bagarre" tra Napoli, Cagliari, Siena, Parma, Catania e Genoa.

Mister Alessandro Giuliano

La prima giornata di serie A ha confermato, tranne per la piccola battuta d'arresto dell'Inter, che ha pareggiato in casa con l'Udinese, che il campionato sarà una lotta a quattro squadre per la vittoria finale: l'Inter appunto, la Roma, il Milan e la Juventus. L'Inter dispone sicuramente della rosa più importante, sia a livello quantitativo che qualitativo, unita alla convinzione data dalla recente vittoria del campionato. La Roma ha allungato la rosa inserendo giocatori di qualità e di esperienza internazionale, con l'obiettivo di superare il limite degli ultimi due anni (non avere "riserve" all'altezza dei

titolari). Il Milan, che rappresenta la squadra dalla maggiore personalità nazionale e internazionale, ha cambiato pochissimo ma resta una delle favorite principali grazie anche alla capacità di non fallire negli appuntamenti importanti. La Juve, dopo l'anno di serie B, ha cambiato molto, soprattutto in mezzo al campo, formando una squadra di buona qualità che avrà motivazioni da vendere e voglia enorme di riscatto. I quattro posti di Champions League sembrano assegnati, con le uniche alternative valide che sembrano essere la Lazio, squadra molto ben organizzata e allenata da Delio Rossi, e la Fiorentina, ricca di ottimi giocatori di prospettiva. Un gradino sotto, per la zona Uefa, il Palermo, la Sampdoria e l'Udinese, mentre le restanti squadre lotteranno per non retrocedere.

Mister Marco Ceccomori

Finalmente è iniziato...Sabato 25 e Domenica 26 agosto ha preso il via il campionato di calcio di serie A, dando subito le prime indicazioni. Sabato, nei primi anticipi (Lazio-Torino e Juventus-Livorno), si è notata tutta la rabbia e la valenza atletica e tecnica della Juve, pronta a rifilare cinque gol, tre dei quali fatti dal "bomber" francese Trezeguet (quello dei gestacci ai dirigenti della Juve all'ultima di campionato) al povero Livorno che riesce ad opporsi solo nel primo tempo. Nell'altro anticipo la Lazio, forse con la testa già al delicato incontro di Martedì in Champions, incappa in un pari con il buon Torino di Novellino (gran gol del giovane Rosina), squadra, il Toro, che darà fastidio a molti avversari. Veniamo alla Domenica. La naturale favorita per il titolo, l'Inter, pareggia in dieci uomini contro l'Udinese del bravo Marino, dimostrando alcune lacune in difesa e una negativa condizione atletica. Mister Mancini tuona altri rinforzi…incredibile per una rosa già di livello "stratosferico"! Per il resto si è visto il solito Milan, veramente in forma che fa sperare nella Supercoppa Europea e che rifila tre gol al Genoa, svegliandolo dal ritorno in serie A. Un'altra squadra che si risveglia da un sogno è il Napoli che perde malamente in casa dal Cagliari di Giampaolo…si proprio dal tecnico tanto bravo al quale fino a poco tempo fa non era consentito sedere in panchina. La Fiorentina di Prandelli, squadra che gioca a memoria, fa vedere a tutta Italia i suoi bravissimi gioielli, Pazzini e Montolivo, anche nella speranza che il CT Donadoni se ne accorga. Il posticipo serale regala una splendida partita tra Palermo e Roma in una gara di velocità, tecnica eccelsa e imprevedibilità in attacco. La Roma con il suo potenziale offensivo e soprattutto con due grandissimi centrocampisti, De Rossi e Aquilani, gioca molto bene, risentendo solo di un piccolo calo nel secondo tempo. Il Palermo con Amauri e Miccoli cerca in tutti i modi di pareggiare la partita ma, anche per sfortuna, fallisce l'obiettivo. Indipendentemente da questo primo incontro, comunque, il Palermo di Colantuono sarà protagonista in questo campionato. Permettetemi di concludere questo commento alla prima giornata con due considerazioni che vanno oltre il calcio. A Genoa per paura di disordini, per i rancori per la morte di un tifoso genoano risalente a 12 anni fa, è stato proibito lo stadio ai tifosi del Milan…a Parma il "bravo" Baldini perde la pazienza e rifila, atto di violenza non giustificabile, un calcione al collega Di Carlo. Mi chiedo: ma questo è calcio? Questi episodi fanno parte dello mondo sportivo? Assolutamente no! Da questa prima giornata usciamo pertanto, e purtroppo, un po' sconfitti e delusi, perché non possiamo dire ai nostri figli che questo è anche calcio...

Mister Paolo Zarzana

A seguire il palinsesto mensile…buona lettura e buon lavoro a tutti.◆

Art. n° 1	REDAZIONALE	I 35° gradi di Domenica Ventisei Agosto confermano che sarà…un "caldo" Campionato.	La presentazione del palinsesto mensile.	Bonacini Roberto
Art. n° 2	ALIMENTAZIONE	L'alimentazione del calciatore dilettante.	Pratici consigli da seguire da coloro che praticano lo sport dilettantistico.	De Joannon Umberto
Art. n° 3	ALIMENTAZIONE	L'alimentazione pre-partita.	Come una corretta alimentazione pre-gara va seguita già dalla sera prima dell'evento, per essere poi completata nel giorno stesso della competizione.	De Joannon Umberto
Art. n° 4	PSICOLOGIA & CALCIO	L'importanza del gruppo-squadra.	Considerazioni ed appunti personali sul gruppo-squadra di Mister Guido Battilani, allenatore della G.s. Bagnolese partecipante al Campionato di Eccellenza Regionale dell'Emilia Romagna.	Bonacini Roberto Battilani Guido
Art. n° 5	SETTORE GIOVANILE	Un miracolo chiamato Empoli.	Come un "miracolo" sia alla fin fine frutto di programmazione, di lavoro, di entusiasmo e di attaccamento alla maglia, pensando sempre che il primo obiettivo è costruire l'uomo, solida base su cui, poi, creare il calciatore, l'allenatore o il dirigente.	Innocenti Andrea
Art. n° 6	PREPARAZIONE	La pianificazione della stagione per una squadra di Eccellenza.	Esempio di pianificazione della stagione calcistica utilizzato da Mister Guido Battilani, allenatore della G.s. Bagnolese partecipante al Campionato di Eccellenza Regionale dell'Emilia Romagna.	Bonacini Roberto Battilani Guido
Art. n° 7	ESERCITAZIONI	Come lavorare, già dalla fase di riscaldamento, sull'obiettivo tecnico della seduta: lo smarcamento.	Migliorare lo smarcamento: le esercitazioni e le partitelle da utilizzare, già dall'inizio dell'allenamento (come riscaldamento), per perseguire l'obiettivo.	Tossani Michele
Art. n° 8	INTERVISTA	Intervista a Moreno Greco, tecnico che nel Campionato 2006/2007 è subentrato alla guida del Novara Calcio in Serie C1.	Prendere la guida di una squadra a Campionato in corso: la metodologia di allenamento e l'organizzazione del lavoro esposta da Mister Moreno Greco, riferita, in particolar modo, allo svolgimento della settimana tipo.	Peccati Gabriele
Art. n° 9	SETTORE GIOVANILE	Il gioco a zona: principi e didattica per il Settore Giovanile (parte prima).	Come sviluppare una progressione didattica per l'insegnamento del sistema difensivo a zona nel Settore Giovanile.	Pagan Andrea
Art. n° 10	PSICOLOGIA & CALCIO	L'allenatore: obiettivi e qualità per avere successo.	La definizione, l'importanza e il piano d'azione da attuare per il raggiungimento degli obiettivi.	Tavoletti Stefano

Art. n° 11	PREPARAZIONE	Il programma mensile per l'allenamento di una squadra di Giovanissimi.	Programma, carichi ed esercitazioni per ottimizzare la preparazione fisica durante il mesociclo standard.	Bucci Massimo
Art. n° 12	PREPARAZIONE	Il programma mensile per l'allenamento di una squadra di Allievi.	Programma, carichi ed esercitazioni per ottimizzare la preparazione fisica durante il mesociclo standard.	Castagnetti Alessandro
Art. n° 13	PREPARAZIONE	Il programma mensile per l'allenamento di una squadra di CND.	Programma, carichi ed esercitazioni per ottimizzare la preparazione fisica durante il mesociclo standard.	Chiodo David
Art. n° 14	PREPARAZIONE	Il programma mensile per l'allenamento di una squadra di Eccellenza/Promozione/Juniores.	Programma, carichi ed esercitazioni per ottimizzare la preparazione fisica, durante il mesociclo standard, sia per la Categoria Eccellenza, sia, adattandolo, per la Categoria Promozione e Juniores.	Castagnetti Alessandro
Art. n° 15	PREPARAZIONE	Il programma mensile per l'allenamento di una squadra di Prima/Seconda Categoria.	Programma, carichi ed esercitazioni per ottimizzare la preparazione fisica durante il mesociclo standard.	Chiodo David
Art. n° 16	PREPARAZIONE	La pedana giroscopica come alternativa al lavoro propriocettivo.	Caratteristiche e confronto con le pedane propriocettive tradizionali.	Stracquadaneo Giuseppe Maria
Art. n° 17 **ON LINE DAL 10/09**	MODULI E SCHEMI	Risolvere il problema: come attaccare un avversario schierato con il 4-3-3 che si difende con il pressing ultraoffensivo.	Modulo, dislocazione, movimenti e flussi di gioco per superare il pressing ultraoffensivo di una squadra che adotta il 4-3-3 attaccando la profondità.	Ceccomori Marco
Art. n° 18 **ON LINE DAL 17/09**	MODULI E SCHEMI	Contrapposizione tattica: 4-3-3 contro 4-3-3.	Come contrapporre il 4-3-3 al 4-3-3 nelle due fasi di gioco.	Prestigiacomo Luca
Art. n° 19 **ON LINE DAL 17/09**	MODULI E SCHEMI	Contrapposizione tattica: 4-3-3 contro 4-4-2.	Come contrapporre il 4-3-3 al 4-4-2 nelle due fasi di gioco.	Prestigiacomo Luca
Art. n° 20 **ON LINE DAL 24/09**	PREPARAZIONE	Il monitoraggio del calciatore con "Kino".	La partita del Giovedì.	Bonocore Giovanni
Art. n° 21 **ON LINE DAL 24/09**	IL NUMERO UNO	Come valutare la gara del portiere.	Le schede e la metodologia di lavoro per valutare i nostri numero uno.	Rapacioli Claudio