



FEDERAZIONE ITALIANA GIUOCO CALCIO  
SETTORE GIOVANILE E SCOLASTICO  
Via Po, 36 - 00198 - ROMA

# 18° E 19° ALLENAMENTO CFT

STAGIONE 2021-2022  
28 MARZO - 4 APRILE 2022

VERSIONE PER ALLENATORI, DIRIGENTI, GENITORI



# STRUTTURA DELL'ALLENAMENTO



90 minuti



48 giocatori

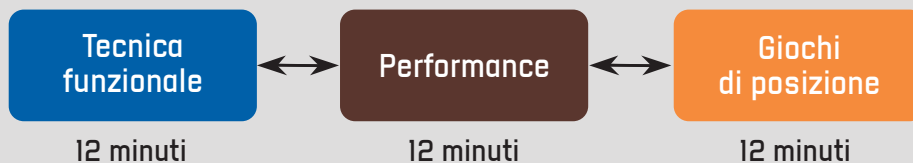
28 Marzo U14/U15  
4 Aprile U13

Pre-allenamento

Attivazione portieri

24 minuti

## FASE 1: STAZIONI 1, 2, 3



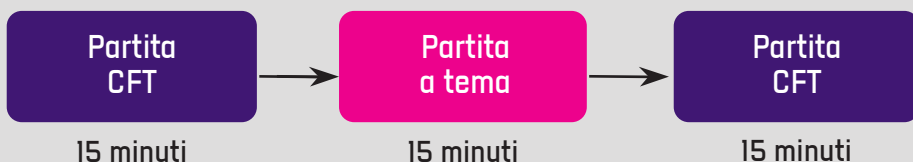
Stazione 1 12 minuti

Stazione 2 12 minuti

Stazione 3 12 minuti

Pausa 4 minuti

## FASE 2: STAZIONI 4, 5, 6



La sequenza delle 3 partite si svolge in modalità random

Stazione 4 15 minuti

Stazione 5 15 minuti

Stazione 6 15 minuti

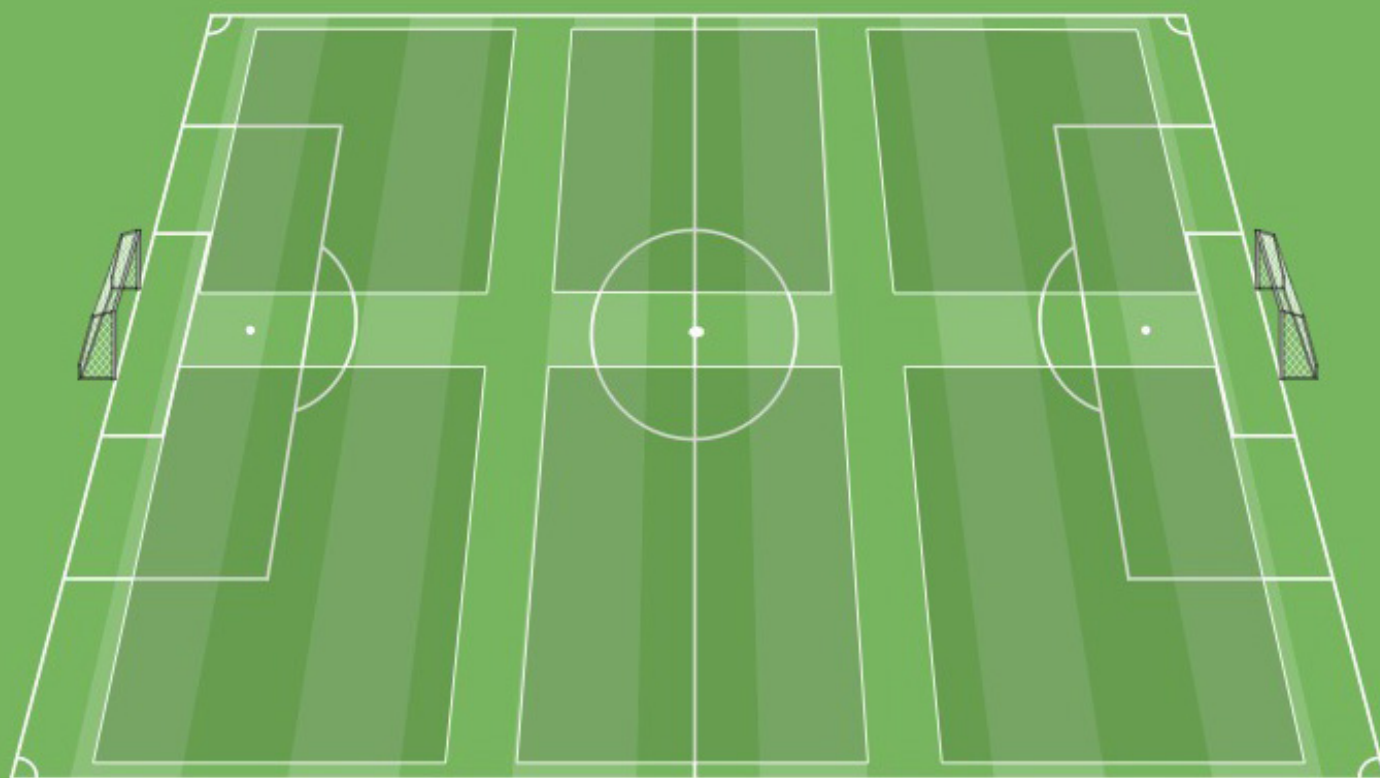
Attivazione portieri: 3 stazioni da 8 minuti ciascuna.

### Riunione post allenamento: “La Tecnica Funzionale propedeutica al Calcio a 5”

Abbiamo capito quali sono le caratteristiche che identificano una proposta di Tecnica Funzionale per il Calcio a 5 rispetto al Calcio a 11? Qual è stato il livello di comprensione dei giocatori rispetto alle combinazioni previste dalla proposta? Ci sono state delle complessità riscontrate durante la conduzione degli allenatori o nello svolgimento dell'attività da parte dei ragazzi? Se sì, quali? Come possiamo migliorare la trasmissione dei contenuti propedeutici del Calcio a 5 durante la prossima seduta CFT nella quale verranno proposti?



## FASE 1 - ORGANIZZAZIONE DEL CAMPO



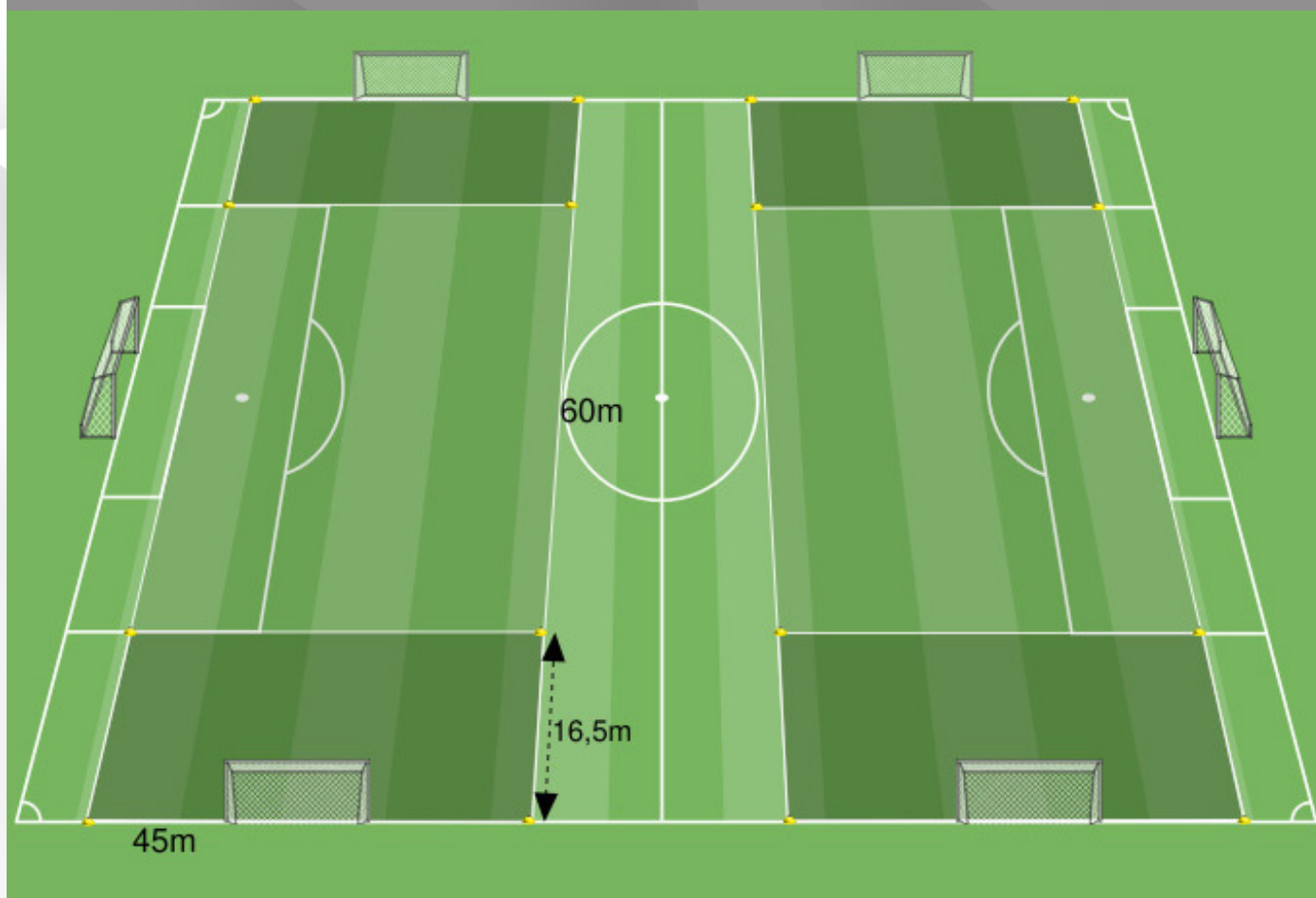
### ORGANIZZAZIONE DELLA FASE 1

| GENERALI         | SINGOLO CAMPO      |              |
|------------------|--------------------|--------------|
| 2 Campi di gioco | Tecnica funzionale | 18×24 metri  |
| 2 Campi di gioco | Performance        | 20×20 metri  |
| 2 Campi di gioco | Gioco di posizione | non definito |

### INFORMAZIONI AGGIUNTIVE

|                             |                                 |
|-----------------------------|---------------------------------|
| Giocatori per singolo campo | 8                               |
| Sequenza stazioni           | randomizzata                    |
| Durata singola stazione     | 12 minuti                       |
| Attivazione portieri        | 3 stazioni da 8 minuti ciascuna |

## FASE 2 - ORGANIZZAZIONE DEL CAMPO



### ORGANIZZAZIONE DELLA FASE 2

| GENERALI                    | SINGOLO CAMPO                |             |
|-----------------------------|------------------------------|-------------|
| 2 Campi di gioco            | Partita a Tema / Partita CFT | 45×60 metri |
| INFORMAZIONI AGGIUNTIVE     |                              |             |
| Giocatori per singolo campo | 24                           |             |
| Durata singola stazione     | 15 minuti                    |             |
| Modalità di gioco           | 9 contro 9                   |             |

## ATTIVAZIONE TECNICA PORTIERI



Obiettivo:  
Tecnica di parata



24 minuti

### Prima proposta

8 minuti

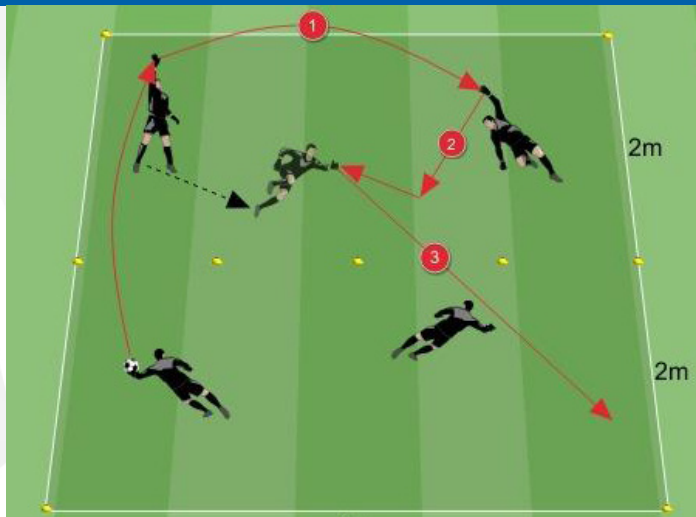
#### 1 - Globale/esplorativo

##### Descrizione

Suddividere un quadrato di lato 4 metri in 2 metà. 2 portieri si posizionano all'interno di ognuna delle metà campo. Si effettua un'attività di "Mano-tennis" suddivisa su 2 turni di 4 minuti ciascuna. Non è prevista la presenza di una rete che divide le due metà campo. Se il numero dei portieri non permette lo svolgimento 2 contro 2 adattare le numeriche ai portieri presenti (le dimensioni del campo vanno adattate al numero dei partecipanti).

##### Regole

- I punti si realizzano secondo le seguenti modalità:
  - riuscendo a far rimbalzare per 2 volte il pallone all'interno del campo avversario;
  - nel caso in cui la squadra avversaria commetta un'infrangimento di gioco rispetto alle regole presentate in seguito;
  - se la palla indirizzata dalla squadra avversaria termina a terra al di fuori della propria metà campo senza prima un contatto da parte di un componente della squadra che difende.
- Durante il gioco, per entrare in contatto con la palla, non è consentito l'utilizzo dei piedi.
- È obbligatorio effettuare 3 tocchi prima di indirizzare la palla nella metà campo avversaria.
- È obbligatorio far eseguire un rimbalzo alla palla prima di indirizzarla nel campo avversario.
- Non è consentito trattenere la palla in mano.
- Non è consentito utilizzare simultaneamente entrambe le mani.
- Al termine del primo turno le squadre vanno cambiate.



#### Comportamenti privilegiati

- Leggere correttamente le traiettorie della palla posizionandosi anticipatamente in modo proficuo per la ricezione della stessa.
- Reagire rapidamente alle azioni degli avversari ed alle intenzioni di gioco dei propri compagni muovendosi rapidamente in campo.

### Seconda proposta

8 minuti

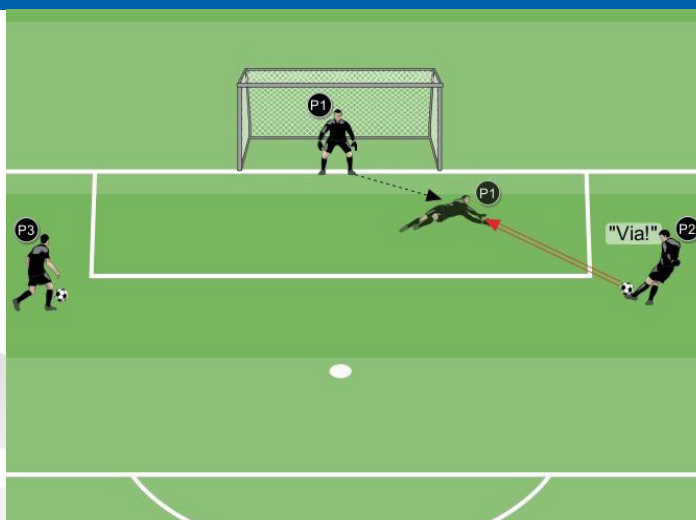
#### 2 - Analitico

##### Descrizione

P1 si posiziona al centro della porta. P2 e P3 si posizionano in diagonale, all'esterno dell'area del portiere, con un pallone a testa. Si esegue un'esercitazione di spostamento e presa di posizione.

##### Regole

- P1, al comando vocale di un compagno (P2 e P3) si sposta rapidamente di fronte a lui ed effettua una presa su di un tiro rasoterra.
- Dopo 2 spostamenti i ruoli di gioco si invertono.
- Lo spostamento da una posizione all'altra deve essere eseguita attraverso una corsa incrociata: portando avanti all'altro il piede opposto rispetto alla direzione di corsa.



### Comportamenti privilegiati

- Gli spostamenti devono essere rapidi ed effettuati con i piedi radenti al suolo.
- Assumere una corretta postura d'attesa (gambe semi flesse e braccia in avanti).

## Terza proposta

🕒 8 minuti

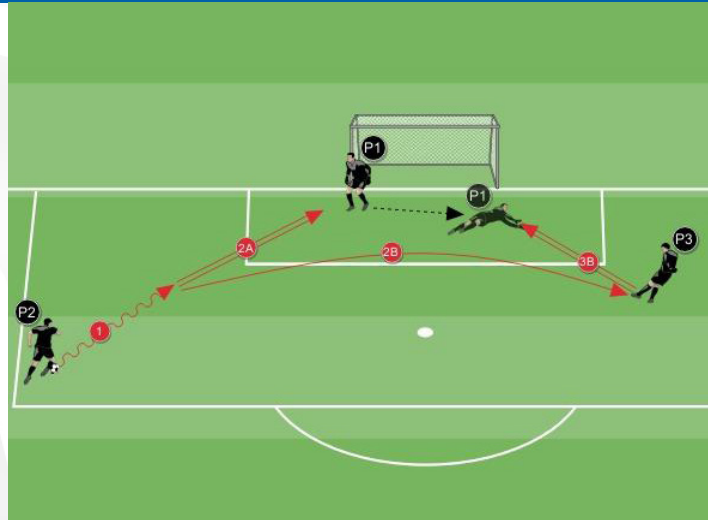
### 3 - Situazionale

#### Descrizione

P1 si posiziona al centro della porta. P2 e P3 si collocano all'interno dell'area di rigore, in diagonale rispetto alla posizione di P1, come da disegno. Si esegue una situazione di spostamento e presa di posizione su di una conclusione casuale.

#### Regole

- P2 conduce il pallone e può scegliere se tirare in porta oppure effettuare una finta di tiro e realizzare un cross per P3 che ricevuta palla, la controlla e calcia in porta.
- P1 si orienta inizialmente a contrastare l'azione di P2. Se P2 decide di crossare a P3, P1 si sposta prendendo posizione di fronte all'altro compagno.
- Dopo ogni azione si invertono i ruoli dei giocatori coinvolti nell'attività.
- Dopo 4 minuti di gioco si cambia il lato dal quale inizia l'azione.



### Comportamenti privilegiati

- La corsa incrociata di P1 viene eseguita rapidamente e con i piedi radenti al terreno.
- P1 si fa trovare già in posizione di attesa sulla conclusione di P3.

## COMBINAZIONI A 2 (CALCIO A 5)



12 minuti



18×18 metri



8 giocatori

## Chiavi della conduzione

Riconosciamo la direzione di gioco!



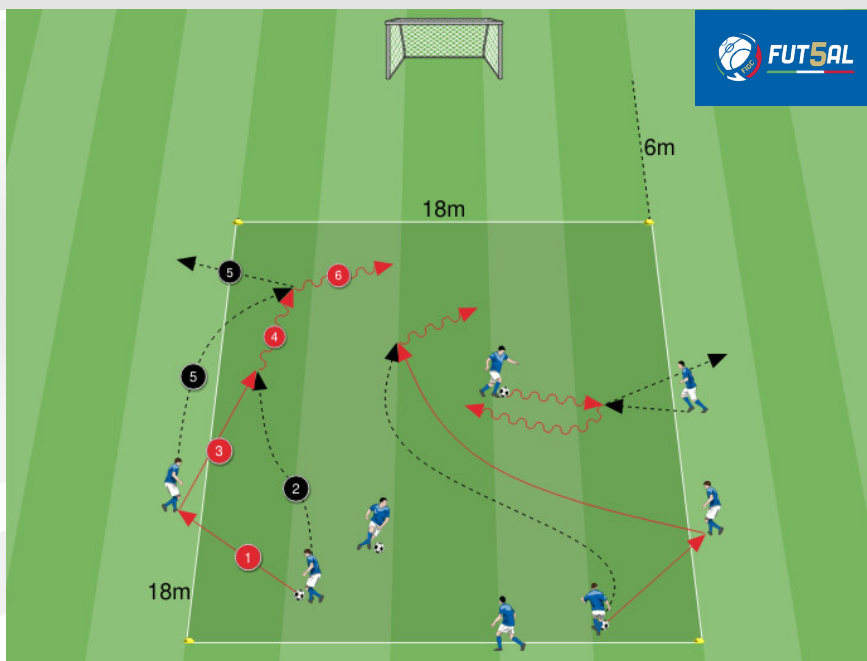
Ridurre tempi tecnici

## Descrizione

L'esercizio viene svolto utilizzando un quadrato di lato 18m. A 6 metri da uno dei lati del campo di gioco si colloca una porta (4×2 metri). Nell'attività sono coinvolti 8 giocatori: 4 all'interno del quadrato (in possesso di una palla ciascuno) e 4 all'esterno dello stesso (senza pallone). Si svolge una proposta di tecnica funzionale volta alla sperimentazione di 3 diverse combinazioni (proprie del Calcio a 5) tra coppie di giocatori: movimento in parallela; movimento in diagonale; incrocio.

**Alcune caratteristiche della proposta pratica che la rendono peculiare per il Calcio a 5:**

- Dinamiche che coinvolgono meno di 4 giocatori contemporaneamente.
- Presenza della porta che orienta sempre la direzione della combinazione.
- Terminologia specifica delle combinazioni del Calcio a 5.
- Dimensioni del campo ridotte.



## Regole

- I giocatori all'interno del quadrato conducono palla liberamente all'interno dello spazio di gioco prima di ricercare una collaborazione tecnica con uno dei giocatori sui lati del quadrato.
- I movimenti e le scelte dei giocatori hanno come riferimento direzionale la porta posizionata all'esterno del quadrato. Ogni combinazione va quindi eseguita in funzione della porta.
- In seguito ad una serie di combinazioni realizzate in modo corretto l'allenatore può premiare un giocatore chiamandolo per nome. La chiamata consente al giocatore di andare a finalizzare verso la porta in seguito alla successiva combinazione realizzata con un compagno.
- Le "combinazioni a 2" da sperimentare durante l'attività sono:
  - Movimento in parallela
  - Movimento in diagonale
  - Incrocio.
- Nel gioco del Calcio a 5 è molto importante effettuare, (al fine di eludere una marcatura avversaria), un movimento di smarcamento prima della ricezione del pallone. Attraverso il "Contro-movimento" è infatti possibile guadagnare spazio nei confronti del difendente per poter ricevere la palla dal proprio compagno con una pressione inferiore. Al fine di eseguire correttamente l'azione di contro-movimento è necessario spostarsi in una direzione per poi invertire repentinamente il senso di corsa. L'azione di contro-movimento va quindi eseguita dal giocatore all'interno del campo prima di dare inizio ad ogni "combinazione a 2" prevista nella proposta.
- Nella prima parte dell'attività si predilige la libera scoperta, lasciando ai giocatori la possibilità di creare e sperimentare soluzioni, direzioni e tempi di gioco nelle 3 combinazioni proposte. Successivamente l'allenatore indica quali combinazioni prediligere, alternandole o facendole svolgere in modo esclusivo.
- Rotazione dei ruoli di gioco:
  - In seguito allo svolgimento di un movimento in parallela o in diagonale, i 2 giocatori sono liberi di scambiarsi il ruolo di gioco (dentro o fuori dal quadrato). La scelta viene fatta dal giocatore all'interno del quadrato, se questo desidera cambiare il ruolo

ferma il pallone e lo lascia a disponibilità del compagno con il quale ha appena realizzato una 2 combinazioni.

- In seguito ad un movimento di incrocio i giocatori si scambiano normalmente il ruolo di gioco.

### Note

- La scelta delle collaborazioni nel Calcio a 5 viene molto influenzata dalla distanza che intercorre tra i due compagni che eseguono l'azione. È comune infatti, nel caso in cui la collaborazione fosse in spazi molto ridotti, eseguire delle parallele, in spazi più larghi delle diagonali.

### Comportamenti privilegiati

- Riconoscere rapidamente, attraverso le modalità e la direzione di corsa dei compagni, quale delle 3 collaborazioni attuare.
- Orientare il primo controllo palla in direzione della porta.



## PROTEGGO O CONQUISTO PALLA CONTRASTANDO



Schemi motori di base



12 minuti



20×20 metri



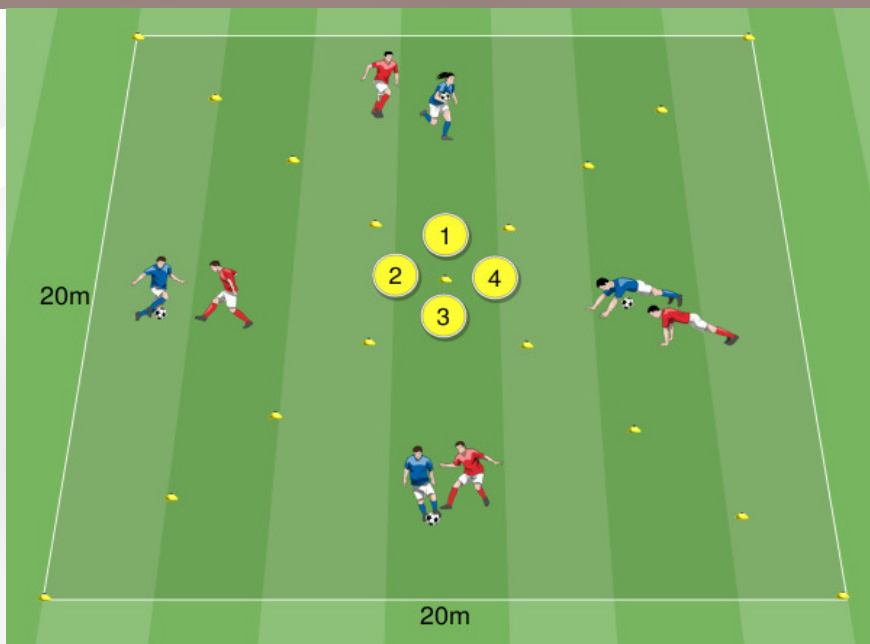
8 giocatori

### Descrizione

I giocatori si dispongono a coppie con un pallone, all'interno dei 4 spazi triangolari. L'obiettivo dell'esercitazione è di proteggere o rubare palla contrastando l'avversario. A turno, per 30 secondi, i giocatori devono mantenere il possesso palla o conquistarla all'interno della propria area, con le seguenti modalità:

- nello spazio 1 tenendola in mano e conquistandola con le mani;
- nello spazio 2 usando solo il piede destro e conquistandola con i piedi;
- nello spazio 3 usando solo il piede sinistro e conquistandola con i piedi;
- nello spazio 4 muovendola con mani o piedi appoggiati a terra, e conquistandola con le mani.

Se la palla viene presa va restituita e il gioco riprende con le stesse modalità fino al termine del tempo. Al termine del turno si invertono i ruoli e, passato il minuto, i giocatori cambieranno stazione e avversario. Vince chi ha riconquistato più palloni alla fine dei 4 minuti.



### Regole

- **3 FASI da 4':**
  - **Fase Esplorativa** (gioco proposto)
  - **Fase Didattica: PROGRESSIONE SULLA SPINTA**
    - I giocatori si dispongono a coppie nello spazio a disposizione, ed eseguono le seguenti proposte, ciascuna per un minuto.
      1. Didattica del piegamento a terra (Push up).
      2. Da in piedi, spinte laterali del compagno (spalla contro spalla), per 20 secondi. (Dx e sx).
      3. Da in piedi spinte frontali del compagno per 30 secondi (chi resiste alla spinta lo fa appoggiando le mani sulle spalle del compagno).
  - **Fase Situazionale** (stesso gioco della fase esplorativa)

### Comportamenti privilegiati

- Ogni spinta deve prevedere un'azione combinata di tutto il corpo.
- Ogni azione di contrasto deve partire da terra.
- L'utilizzo degli arti superiori sia in fase di protezione palla che di spinta permette una maggiore efficacia nella situazione di gioco.

## Ambito DOMINIO DEL GIOCO

## Contenitore GIOCO DI POSIZIONE

### LATO DEBOLE



12 minuti



non definito



8 giocatori

#### Chiavi della conduzione

Come creiamo la superiorità numerica?



Ricerca punto superiorità

#### Descrizione

I giocatori si dividono in 2 squadre di 3 giocatori ciascuna, altri 2 giocatori ricoprono il ruolo di esterni collocandosi inizialmente ai lati del campo di gioco. Vengono delimitate 2 linee (di lunghezza 14 metri) a 16 metri di distanza l'una dall'altra. L'attività consiste in un gioco di posizione 5 contro 3 nel quale, per totalizzare un punto, la palla deve essere condotta oltre la linea difesa dalla squadra avversaria.

#### Regole

- La squadra in possesso di palla realizza un punto se riesce a condurla oltre la linea difesa dalla squadra avversaria. Il punto può essere realizzato solo attraversando la linea all'interno dei 2 delimitatori che ne definiscono la lunghezza. In caso di attraversamento esterno alla linea, la palla non si considera in gioco e l'azione viene interrotta, in questo caso il gioco riprende sempre con un possesso della squadra a difesa della linea attaccata.
- I 2 giocatori esterni:
  - Giocano sempre con la squadra in possesso di palla.
  - Si identificano dagli altri giocatori vestendo una casacca di colore diverso.
  - Possono realizzare un punto anche attraverso un inserimento (ricevendo quindi un passaggio oltre la linea da attaccare).
  - Si muovono liberamente all'interno del campo cercando tuttavia di rappresentare il più possibile un riferimento esterno per i propri compagni.
  - Possono usare tutta l'ampiezza necessaria allo sviluppo dell'azione, il campo non ha limiti laterali.
  - Vengono cambiati ogni 3 minuti di gioco permettendo così a tutti i partecipanti di svolgere questo ruolo.
- La squadra in non possesso palla può cercare di recuperarla anche oltre la sua linea di difesa (qualora questa non sia ancora stata controllata dagli avversari).



#### Comportamenti privilegiati

- Orientare il gioco per creare delle zone di campo nella quale la propria squadra può trovarsi in superiorità numerica o posizionale.
- Scalare rapidamente in caso di cambio di gioco da parte degli avversari riuscendo a coprire la linea da difendere.

#### Comportamenti privilegiati del portiere impiegato come giocatore di movimento

- Dimostrare un'elevata capacità di visione periferica riconoscendo lo sviluppo più efficace dell'azione di gioco anche lontano dal punto di svolgimento.
- Individuare le modalità più efficaci per cambiare gioco in modo rapido, ad esempio: protezione della palla e calcio (quando sotto pressione avversaria); passaggio a sostegno e cambio di gioco; finta di passaggio in appoggio da un alto e apertura sul lato debole avversario.



Ambito  
GARAContenitore  
PARTITA 9 CONTRO 9

## PARTITA CFT 9 CONTRO 9



15 minuti



45×60 metri



6×2 metri



18 giocatori

## Chiavi della conduzione

Come/Quando attacchiamo/difendiamo la profondità?



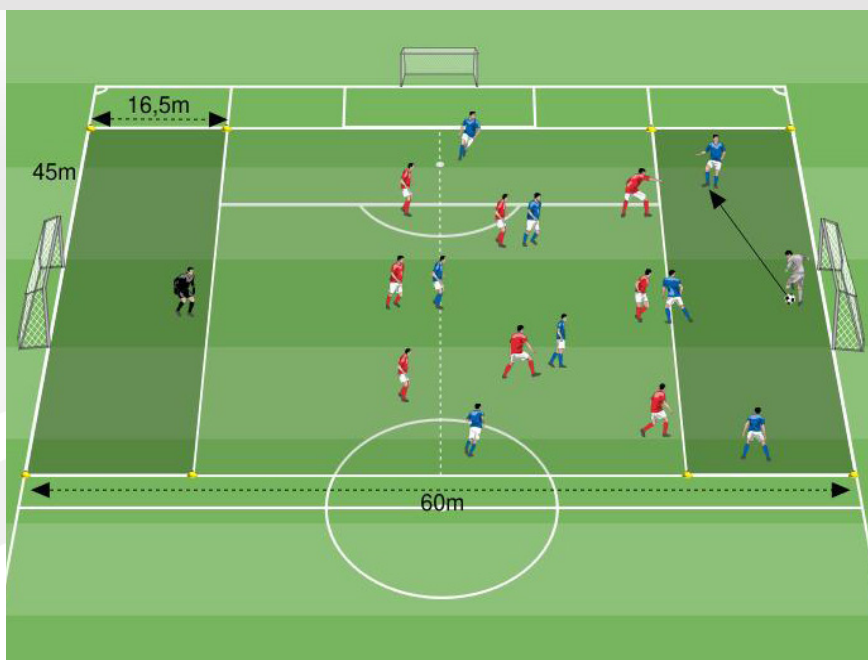
Atteggiamento propositivo

## Descrizione

Si gioca una partita a tema 9 contro 9. Entrambe le squadre si schierano con il modulo 1-3-2-3.

## Regole

- La partita viene condotta da 1 solo allenatore.
- In questa partita è previsto il fuorigioco come da regolamento del gioco del calcio.
- Compatibilmente con le numeriche di giocatori a disposizione si utilizza un modulo di gioco a specchio, questa soluzione intende favorire:
  - Un'elevata frequenza di duelli 1 contro 1.
  - La collaborazione delle catene laterali.
  - La lettura delle superiorità ed inferiorità numeriche in ogni zona del campo.



## Comportamenti privilegiati

- I giocatori in possesso palla riconoscono l'ubicazione dell'attaccante che è orientato in modo favorevole all'attacco della profondità e lo spazio dietro la linea difensiva avversaria così da trasmettergli palla quando questo è aperto ed ha spazio sufficiente tra l'ultimo difendente e la porta.
- I difendenti si predispongono con postura antero-posteriore a difendere la profondità riconoscendo il momento in cui scappare o accorciare a seconda dei movimenti e dei tempi di inserimento dell'attaccante.

**Ambito**  
**CONOSCENZA DEL GIOCO**
**Contenitore**  
**PARTITA A TEMA**
**PARTITA A TEMA**  
**SCELTA AUTONOMA**


15 minuti



45×60 metri



6×2 metri



18 giocatori

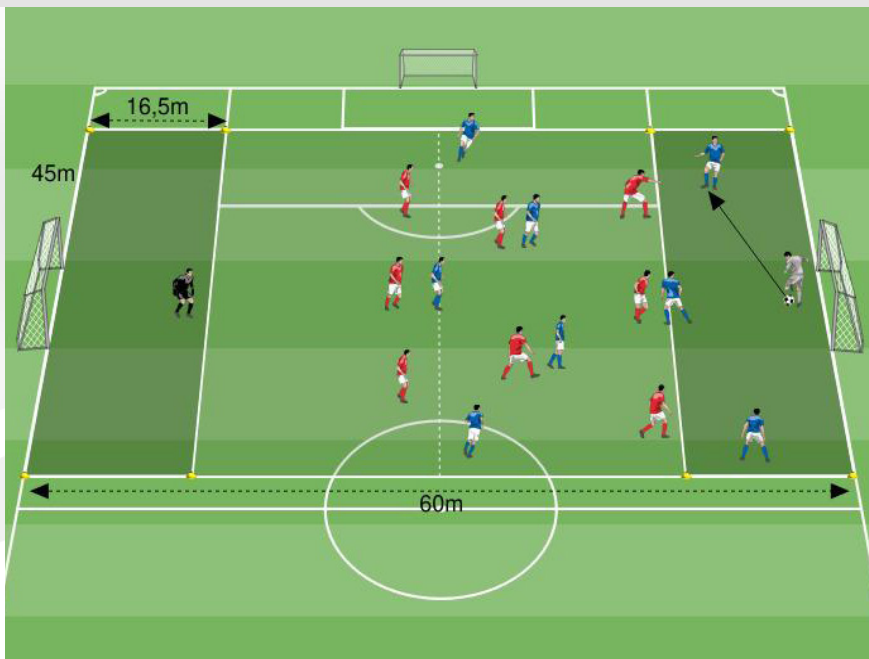
**Chiavi della conduzione**

**Descrizione**

Si gioca una partita a tema 9 contro 9. Entrambe le squadre si schierano con il modulo 1-3-2-3.

**Regole**

- Il tema della partita viene scelto autonomamente dagli staff tecnici dei CFT in base all'osservazione dei comportamenti dei giocatori avvenuti durante le partite CFT, la Fase 1 della seduta oppure le osservazioni effettuate durante i precedenti allenamenti CFT.
- Compatibilmente con le numeriche di giocatori a disposizione si utilizza un modulo di gioco a specchio, questa soluzione intende favorire:
  - Un'elevata frequenza di duelli 1 contro 1.
  - La collaborazione delle catene laterali.
  - La lettura delle superiorità ed inferiorità numeriche in ogni zona del campo.


**Comportamenti privilegiati**
**Nome della proposta:**
**Regole:**


Ambito  
GARAContenitore  
PARTITA 9 CONTRO 9

## PARTITA CFT 9 CONTRO 9



15 minuti



45×60 metri



6×2 metri



18 giocatori

## Chiavi della conduzione

Come/Quando attacchiamo/difendiamo la profondità?



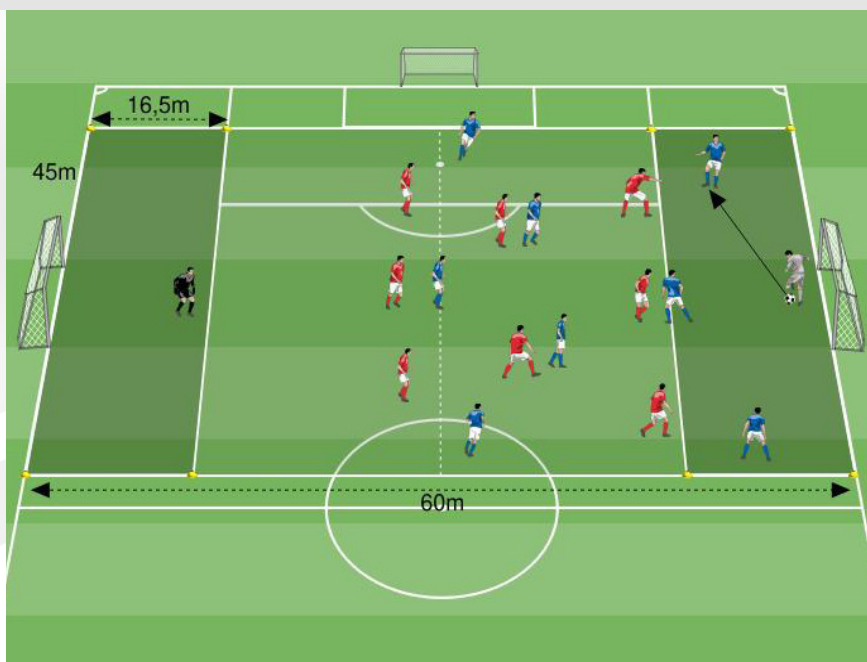
Atteggiamento propositivo

## Descrizione

Si gioca una partita a tema 9 contro 9. Entrambe le squadre si schierano con il modulo 1-3-2-3.

## Regole

- La partita viene condotta da 1 solo allenatore.
- In questa partita è previsto il fuorigioco come da regolamento del gioco del calcio.
- Compatibilmente con le numeriche di giocatori a disposizione si utilizza un modulo di gioco a specchio, questa soluzione intende favorire:
  - Un'elevata frequenza di duelli 1 contro 1.
  - La collaborazione delle catene laterali.
  - La lettura delle superiorità ed inferiorità numeriche in ogni zona del campo.



## Comportamenti privilegiati

- I giocatori in possesso palla riconoscono l'ubicazione dell'attaccante che è orientato in modo favorevole all'attacco della profondità e lo spazio dietro la linea difensiva avversaria così da trasmettergli palla quando questo è aperto ed ha spazio sufficiente tra l'ultimo difendente e la porta.
- I difendenti si predispongono con postura antero-posteriore a difendere la profondità riconoscendo il momento in cui scappare o accorciare a seconda dei movimenti e dei tempi di inserimento dell'attaccante.

**Il presente allenamento viene svolto due volte in settimane successive così da permettere ad entrambi i gruppi convocati presso il CFT (Under 13 e Under 14/15) di svolgere le stesse attività.**

## **NOTE ORGANIZZATIVE GENERALI**

- Il Pre-allenamento consiste in un'attività appartenente al Contenitore di Tecnica in Movimento svolta in modalità autonoma o semi-strutturata: all'arrivo dei giocatori in campo, questi svolgono proposte di tipo tecnico sia a carattere individuale che a piccoli gruppi.
- L'allenamento è suddiviso in 2 fasi intervallate da una pausa. La fase 1 prevede 3 stazioni della durata di 12 minuti ciascuna, la pausa tra le 2 fasi è di 4 minuti, la fase 2 prevede 3 partite 9 contro 9 della durata di 15 minuti ciascuna.
- Al termine della fase 1 vengono tolti i campi utilizzati per le stazioni e preparati i 2 campi 9 contro 9 previsti per la fase 2.
- All'inizio dell'allenamento le porte da utilizzare nella fase 2 devono essere già collocate per delimitare i campi delle partite.

### **Fase 1**

- Questa fase prevede la realizzazione di 6 campi di gioco: 2 per la Tecnica Funzionale; 2 per la Performance; 2 per il Gioco di Posizione o lo Small Sided Game (a seconda dell'attività prevista in quello specifico allenamento). Le 6 stazioni vengono svolte in contemporanea. Tecnica Funzionale e Performance sono sempre presenti in ogni fase 1 dell'allenamento CFT, Gioco di Posizione e Small Sided Game invece si svolgono a settimane alterne.
- I partecipanti all'allenamento vengono divisi in 6 gruppi da 8 giocatori. Al termine dei 12 minuti previsti per ogni stazione i gruppi ruotano andando a svolgere la stazione successiva. Al termine del terzo turno ogni giocatore avrà completato tutte le attività previste nella fase 1.
- Ogni stazione della fase 1 è pensata per 8 giocatori tuttavia, nel caso in cui il numero dei presenti costringa a costituire gruppi di numero superiore o inferiore ad 8, vengono apportate le opportune modifiche (aumentando o diminuendo il numero di giocatori e/o gli spazi), mantenendo invariata la struttura dell'esercitazione.
- L'attivazione tecnica dei portieri è condotta dall'allenatore dei portieri, dura 24 minuti e viene programmata prima dell'allenamento CFT in modo da farla terminare in contemporanea all'inizio dell'attività tecnica del gruppo squadra. Durante tutte le stazioni dell'allenamento i portieri svolgono le attività previste assieme ai giocatori di movimento.
- Lo svolgimento delle 3 stazioni previste nella fase 1 avviene in modalità randomizzata, la sequenza esecutiva delle attività non è predefinita.

### **Fase 2**

- I 48 partecipanti all'allenamento vengono divisi in 4 squadre da 12 giocatori ciascuna e svolgono 3 partite distinte da 15 minuti.
- In ognuno dei 2 campi si svolgono 3 partite 9 contro 9. Le 2 partite si svolgono in contemporanea su entrambi i campi di gioco. La sequenza attraverso la quale vengono proposte le partite è casuale.
- La Partita a Tema viene scelta autonomamente dallo Staff tecnico dei CFT in base alle osservazioni fatte durante le partite CFT o la prima fase di allenamento. La tipologia di partita può essere scelta tra quelle proposte nell'apposito documento di riepilogo oppure può anche essere inventata dallo Staff tecnico.
- La Partita CFT ha tutte le caratteristiche della Partita 9 contro 9 già proposta all'interno degli allenamenti svolti nei CFT: dimensioni del campo, rispetto del modulo 1-3-2-3, divieto dell'utilizzo delle mani nel retro-passaggio al portiere, assenza della zona di no pressing in occasione dell'inizio dell'azione da rimessa dal fondo. Rispetto alle indicazioni del C.U. N°1 viene applicata la regola del fuorigioco così come previsto nel calcio 11 contro 11.



- Indicazioni per i giocatori in panchina: mentre i 9 giocatori di ogni squadra sono impegnati nello svolgimento della partita, i 3 eccedenti hanno 2 soluzioni distinte per tenersi attivi (le attività proposte possono essere applicate a settimane alterne):
  - Svolgere un'attività predisposta e condotta dal preparatore atletico (stazione di Performance) o da un allenatore (Tempo Supplementare).
  - Svolgere un compito motorio/tecnico con un determinato numero di ripetizioni (ad esempio un percorso tecnico o motorio da realizzare un definito numero di volte). Al termine dell'attività prevista ogni giocatore effettua autonomamente la sostituzione\* con un compagno di squadra coinvolto nella partita.

\*Al fine di garantire l'autonomia nella sostituzione tra giocatori viene proposta la seguente soluzione: ai giocatori di ogni squadra viene affidato un numero progressivo da 1 a 12 che identifica la sequenza di sostituzione senza rendere necessario l'intervento da parte dell'allenatore. Il primo dei 3 giocatori in panchina che termina il proprio "compito" (tecnico o motorio che sia) entra in campo al posto del compagno numero 1, il secondo entra al posto del numero 2 e così via fino al numero 12, per poi riprendere la stessa sequenza.

## ALTRE NOTE

- Il gruppo di giocatori Under 13 svolge l'attività prevista con giocatori pari età; Under 15 e Under 14 svolgono tutte le attività tecniche previste attraverso dei gruppi d'età misti.
- Le dimensioni dei campi si intendono larghezza × lunghezza;
- Si ricorda che per l'arbitraggio delle partite 9 contro 9 va incentivata la collaborazione con l'Associazione Italiana Arbitri.



**FEDERAZIONE ITALIANA GIOCO CALCIO**  
**SETTORE GIOVANILE E SCOLASTICO**  
Via Po, 36 - 00198 - ROMA

