

VALUTAZIONE DELLA CORRETTEZZA DELLA MARCIA

LUCIANO FAVATI

La tematica che sto per trattare, circa la valutazione della « marcia corretta », costituisce una delle parti più delicate e problematiche della specialità perché, ovviamente, condiziona non solo la fase agonistica, ma anche quella di impostazione tecnico-stilistica del marciatore. L'argomento è quindi di estrema importanza per la specialità e per il suo avvenire.

Pertanto riterrai opportuno, prima di trattare i contenuti specificamente tecnici della materia, introdurre nel discorso anche i contenuti generali, ma non meno importanti, che costituiscono la parte problematica e programmatica del giudizio e che contribuiscono, in modo sostanziale, a determinare e inquadrare gli aspetti tecnici dell'argomento.

La trattazione sarà perciò divisa in due parti: una generale ed una tecnica.

CONTENUTI GENERALI DELL'ARGOMENTO

— *Aspetti attuali della Marcia Italiana* — La marcia, sino a poco tempo fa, veniva considerata dai più come un'attività marginale dell'Atletica Leggera, praticata e vissuta con improvvisazione, definita Sport povero e francescano di categoria inferiore. Le scarse conoscenze tecniche sulla specialità, il disinteresse di molti, la carenza di ricerche, programmi e nozioni, contribuivano a formare e consolidare tali pregiudizi. Finalmente queste opinioni sono superate. I contenuti dell'odierno Convegno, sulle innovazioni della specialità, confermano che è in atto un processo di profondo sviluppo tecnico-scientifico che allineerà la marcia alle altre specialità componenti l'Atletica Leggera. Gli studi e le ricerche, le esperienze, le pubblicazioni ed i convegni hanno contribuito e contribuiranno a formare una migliore e più profonda specializzazione generale non solo dei Tecnici ma anche dei Giudici,

con il risultato che la marcia diverrà, finalmente, una specialità tecnica di rilevante avvenire.

In questo contesto di evoluzione tecnica e scientifica e nel conseguente fermento di idee e di innovazioni che anima gli Operatori del Settore, molti hanno sostenuto, e tutt'ora sostengono, a proposito dei Giudici di marcia, che l'ulteriore e futura evoluzione della specialità dipenderà dall'applicazione più permissiva e tollerante delle norme che la regolano e la disciplinano. Costoro sostengono la necessità che la « corretta azione » si trasformi in semplice azione di marcia, svincolando la specialità da alcune delle sue condizioni essenziali, ma frenanti, contenute nel Regolamento Tecnico.

Secondo altri il futuro della specialità dipenderà, invece, dall'applicazione più rigida e inflessibile delle norme che i Giudici, secondo costoro, attuano in forma troppo permissiva e indulgente tanto da alterare i valori tradizionali e tecnici della marcia.

La contrastante questione non è di poco conto, non solo per i Giudici preposti alla valutazione della correttezza, ma anche per i Tecnici del Settore. Le discussioni pro e contro che hanno vivacizzato l'ambiente in questi ultimi anni, soprattutto in fase agonistica, la rendono più che mai attuale e delicata.

E' perciò quanto mai opportuno fornire una risposta, in questa sede, ai due opposti concetti, risposta che costituirà anche la base per la successiva trattazione dei metodi e degli elementi tecnici di valutazione.

Analizzando gli aspetti naturali e regolamentari della specialità troveremo in essi l'adeguato riscontro alla questione precedentemente esposta.

— *Aspetti naturali e regolamentari dell'azione di marcia* — Nel trattare questo argomento è necessario, in primo luogo, introdurre il concetto di azione di marcia. L'azione, in fase agonistica, è determinata dalla Regola 191 del Regolamento Tecnico Internazionale, come una progressione di passi durante i quali deve essere mantenuto ininter-

rotto il contatto con il terreno; la Regola precisa e ribadisce inoltre che, nel momento in cui il piede posteriore lascia il suolo, il piede avanzante deve aver già toccato il suolo stesso; aggiunge infine che l'arto inferiore, in un momento dell'azione, e più precisamente sulla verticale del corpo, deve essere retto, completamente esteso, non deve, insomma, formare un angolo nel ginocchio.

Dai contenuti della Regola si deduce che l'azione di marcia è chiaramente e assolutamente individuata nel principio della continua, ininterrotta, utilizzazione del suolo di appoggio con gli arti inferiori. La Regola (più che regola la chiamerei invece definizione o meglio ancora « individuazione dell'azione di marcia ») trova la sua logica spiegazione nella estrazione naturale della specialità e nella distinzione tra marcia e corsa.

A tal proposito dobbiamo ricordare, innanzi tutto, che le varie specialità componenti l'Atletica Leggera rappresentano l'espressione agonistica di un gesto primitivo e naturale. La marcia trova la sua collocazione in questo Sport rappresentando l'espressione agonistica di uno dei due gesti naturali di traslazione compiuti senza altri mezzi che non siano l'appoggio sul terreno: il cammino. L'altro gesto naturale di traslazione è, ovviamente, la corsa.

Il cammino è compiuto dall'uomo per traslarsi, generalmente nelle lunghe distanze, con la minor fatica, dato che compiere una serie di passi in appoggio continuo con il terreno rende, appunto, la traslazione meno faticosa rispetto alla corsa. La continuità ininterrotta del contatto con il terreno, caratteristica propria del cammino, si può configurare nel gesto di doppio appoggio degli arti inferiori con il suolo; è proprio tale posizione che rende il gesto motorio più equilibrato, più disteso, in sostanza meno faticoso della corsa.

Quando il gesto del cammino viene velocizzato con intenti agonistici esso si trasforma, logicamente, nel corrispondente gesto atletico, comunemente defi-

nito marcia, ovvero cammino veloce.

Da questi aspetti naturali si deduce che la definizione della marcia dovendo confermare la derivazione della specialità, nell'osservanza delle caratteristiche primordiali dell'Atletica Leggera, ha ovviamente tradotto nei suoi contenuti il gesto tipico del moto originale che, come abbiamo visto e ribadito, è rappresentato dal contatto ininterrotto con il suolo o, più esattamente dal doppio appoggio.

Dopo queste constatazioni di carattere naturale, si evidenzia la necessità di distinguere tra loro i due gesti antagonisti di traslazione rappresentati, come sopra detto, dalla marcia e dalla corsa. Ciò allo scopo di una precisa individuazione tecnica della marcia e di una sua esatta collocazione nell'ambito dell'Atletica Leggera. I due gesti differenziano essenzialmente tra loro, non solo per la diversa velocità ed espressione gestuale, ma soprattutto per la diversa utilizzazione del suolo.

Nella corsa l'azione viene effettuata mediante l'incodizionata utilizzazione del suolo e la velocità assoluta del gesto è in diretto rapporto con tale indipendenza.

Nel cammino, gesto di traslazione più lento, l'azione viene invece attuata, come abbiamo già visto, mediante un appoggio continuo ed ininterrotto degli arti, appoggio che consente una azione meno violenta e più distesa rispetto alla corsa.

In sostanza si può concludere che la corsa è una traslazione attuata mediante una serie di balzi in avanti, la marcia invece una traslazione attuata mediante una progressiva ed ininterrotta contattazione degli arti con il suolo.

Questa differenziazione di ordine tecnico e naturale conferma ancor di più l'occorrenza inderogabile dell'azione di marcia, del contatto ininterrotto con il suolo. Ne consegue che, qualunque alterazione, dilatazione o amputazione del principio fondamentale contenuto nella Regola 191 snatura l'azione privandola delle caratteristiche peculiari del cammino veloce e la trasfor-

ma, immancabilmente, in un ibrido innaturale che può definirsi, con una assurdità agonistica, « corsa a ginocchia bloccate ».

Il concetto di azione di marcia ha introdotto nel discorso anche il correlativo concetto di « corretta azione ». Quest'ultima si identifica, con più esattezza, in quella espressione gestuale ove vengono rispettate tutte le caratteristiche del cammino in modo che, velocizzando il gesto, la tecnica dovrà amalgamarsi con lo stile, la velocità con la correttezza, il risultato con l'etica sportiva. Tali componenti rendono la specialità tra le più difficili dell'Atletica Leggera, non solo per le difficoltà tecniche di amalgamazione, ma soprattutto per le complicazioni che derivano dal giudicare la correttezza di esecuzione. Queste complicazioni rendono necessariamente cauto e prudente l'operato dei Giudici del Settore, che debbono evitare l'applicazione soggettiva e personale della norma, onde limitare al massimo possibili errori ed ingiustizie.

La trattazione degli aspetti naturali e regolamentari, ed in particolare le considerazioni sull'azione di marcia e sulla relativa correttezza, oltre a costituire la premessa per lo svolgimento degli aspetti tecnici della materia, ha costituito, a mio avviso, una opportuna precisazione per chi domandava maggiore tolleranza e permissività nel giudicare, insieme ad una altrettanto opportuna precisazione per chi domandava invece maggiore rigidità operativa.

— *Aspetti organizzativi dei Giudici di Marcia - Le risultanze del Convegno di Pescara* — Una volta discussi ed esaminati i concetti dell'azione di marcia, ritengo indispensabile parlare anche dell'aspetto organizzativo generale dei Giudici che valutano la correttezza di tale azione. A mio parere il richiamare l'attenzione sull'odierno campo formativo dei Giudici italiani concorrerà a far comprendere meglio i sistemi e i modi di valutazione.

A questo punto dobbiamo fare riferimento ad un Convegno dei Giudici di Marcia che si svolse,

con gli auspici della Giunta Nazionale del GGG, a Pescara nel 1975 introdotto da una relazione concepita con lo scopo di sensibilizzare i partecipanti alla problematica del « giudizio » e di costituire un futuro documento programmatico.

Effettivamente i contenuti delle relazioni furono recepiti dai partecipanti in quanto il Convegno rappresentò un momento di meditazione, di svolta e di programmazione sui metodi e concetti del « giudicare » la marcia. Si meditò sul passato e ci si rese conto che fino a quel momento i Giudici, nella stragrande maggioranza, avevano operato, in modo personale e soggettivo, con scarse conoscenze tecniche del gesto che andavano a giudicare. I giudizi erano, il più delle volte espressi su basi parametriche e non su ragionamenti logici e razionali (giudicare in maniera parametrica significa scegliere l'Atleta più corretto tra quelli in gara e, sulla base del gesto di costui, valutare il gesto degli altri marciatori). La conseguenza era che le gare terminavano con un sensibile numero di squalificati, a tutto svantaggio dei risultati agonistici e del progresso della specialità.

Fu rilevato, inoltre, che a configurare questa anomala situazione contribuivano non poco le difficoltà di pratica attuazione della Regola 191, quando essa impone al Giudice di individuare ad occhio nudo la scorrettezza che, come vedremo in seguito, non è invece individuabile con i normali mezzi visivi.

Fatte queste considerazioni, fu stabilita l'opportunità di adeguare la preparazione dei Giudici alle moderne cognizioni della specialità, rendendoci conto che stava nascendo una specialità tecnica in sostituzione di una specialità improvvisata e spontanea.

Si ritenne che da quel momento i giudici non dovevano più essere indiziari, ma espressi esclusivamente sulla base di un ragionamento che compendiasse, con concetti esclusivamente tecnici, sia l'analisi sia la sintesi delle irregolarità rilevabili solo ad occhio nudo. Contemporaneamente fu confermato e ribadito

il principio di agire, in ogni occasione « in dubio pro reo » onde evitare una troppo restrittiva e punitiva applicazione del Regolamento.

Da quel momento il Gruppo Giudici Gare ha profuso, nella risoluzione della problematica, sforzi operativi e impegni finanziari dei più notevoli, soprattutto se rapportati con la natura dilettantistica del Gruppo. A titolo di esempio citeremo una parte di quanto concretizzato fino ad oggi:

— sono stati attuati corsi di specializzazione per gli aspiranti Giudici di marcia a livello nazionale e regionale, nei quali gli allievi vengono modernamente preparati alle nuove tecniche di giudizio che di seguito esporremo; in questi corsi figura tra l'altro la trattazione critica di alcune pubblicazioni di autori italiani e stranieri; insieme a questi vengono trattati gli elementi di razionalità del giudizio, la psicologia di comportamento, gli aspetti biomeccanici della specialità ecc., in maniera che i Candidati abbiano, oltre la preparazione specifica del Giudice, anche la cultura e le capacità tecniche allineate con quelle dei più abili preparatori atletici della specialità;

— sono stati attuati, inoltre, corsi di aggiornamento per Giudici nazionali di vecchia nomina, mediante convegni e lezioni sulle nuove metodologie e concetti di giudizio;

— si è provveduto alla nomina di Esperti nazionali, assistiti da un Responsabile per ogni regione scelti, previa adeguata preparazione tra i Giudici di marcia più qualificati i quali tengono le lezioni sia pratiche che teoriche ai Candidati dei corsi;

— è stato redatto e pubblicato un testo « La Marcia » che tratta i modi di giudicare e organizzare le gare di marcia in modo tale da preparare i Candidati dei corsi alle conoscenze teoriche della specialità; detto testo a livello volutamente elementare costituisce il primo passo verso una specializzazione più profonda del Giudice;

— sono stati prodotti alcuni documentari sulle più importan-

ti manifestazioni di marcia tra cui le Olimpiadi di Monaco, ed altri relativi alla esibizione di alcuni atleti scelti con le caratteristiche morfologiche più diverse e con i diversi modi di incedere; tali pellicole vengono utilizzate come materia didattica nei corsi di specializzazione, ed inoltre hanno costituito materia di studio per determinare le caratteristiche tecniche e dinamiche delle azioni corrette e scorrette.

Si conclude l'argomento sottolineando che, malgrado l'impegno del GGG a risolvere l'intera problematica, è mancata, purtroppo, la collaborazione dei Tecnici del Settore, collaborazione già invocata nella relazione introduttiva al Convegno di Pescara ed auspicata anche dai partecipanti. Ci riferiamo al fatto che nessuna pubblicazione del Settore Tecnico ha trattato specificatamente l'adeguamento della preparazione alla Regola 191, o comunque chi lo ha fatto ha sfiorato tale argomento in poche righe di stampa trattandolo in modo superficiale e vago. Si deve constatare inoltre che, in nessun Convegno Tecnico prima dell'odierno, si è sentita la necessità di dibattere sufficientemente ed in profondità l'argomento della « correttezza ». Si aggiunge infine che pochi, pochissimi, Tecnici dedicano tempo ed interesse sui campi di allenamento a questa necessaria, basilare preparazione.

Queste osservazioni, basate su constatazioni dirette, portano ad affermare e concludere che qualora non vi sia collaborazione tra Tecnici e Giudici, l'evoluzione della marcia, la sua rivalutazione ed il suo sviluppo, resteranno pura teoria e consolidata retorica, mentre il compito dei Giudici diverrà sempre più difficile, superficialmente criticabile, in un tessuto disorganico ed estemporaneo.

VALUTAZIONE TECNICA DELLA MARCIA

— *Problematica di valutazione e innovazioni* — Abbiamo visto che la Regola 191 pone come elemento essenziale dell'azione di marcia il contatto continuo ed

ininterrotto degli arti inferiori con il terreno. In sostanza il Giudice, nella pratica applicazione della Regola, deve accertarsi che tale contatto non venga mai interrotto e, in caso contrario, deve procedere alla squalifica. Il contatto con il terreno degli arti inferiori avviene mediante due fasi gestuali ben distinte: una fase è quella del *singolo appoggio*, nella quale un solo piede utilizza il terreno, provocando la traslazione del corpo in avanti, mediante un movimento di trazione prima e di spinta poi, l'altra fase è quella del *doppio appoggio* degli arti con il terreno, nella quale ambedue i piedi sono a terra, uno avanti l'altro indietro; è questo il momento in cui scambiano tra loro la fase del singolo appoggio e garantiscono, contemporaneamente, la continuità del contatto con il terreno, mentre un piede inizia la trazione l'altro termina la spinta.

Il doppio appoggio è la fase essenziale per la valutazione della marcia corretta perché è proprio in questa fase, sottolineo *solo* in questa, che si verifica o non si verifica la condizione del contatto continuo con il terreno. In conclusione il Giudice, nell'osservazione di questa fase dovrebbe direttamente accertare la correttezza dell'azione. Purtroppo tale accertamento diretto non è fisiologicamente possibile, è al di fuori delle capacità umane, in quanto non lo permettono gli organi di percezione visiva. Infatti le immagini vengono percepite e memorizzate nella loro precisa forma solo quando restano ferme davanti alla retina per una durata superiore a circa dieci centesimi di secondo. Nel caso di marcia veloce, qualsiasi valore che può assumere la velocità di esecuzione di un passo porterà sempre alla conclusione che le singole fasi di tale passo e, nel caso specifico, la fase di doppio appoggio, vengono compiute in un tempo notevolmente inferiore a quello necessario alla retina per precisare, fermare e memorizzare l'immagine. In definitiva si percepirà solo il contemporaneo movimento degli arti, ma non i particolari delle loro po-

sizioni. Citeremo a titolo di esempio il sistema cinematografico ove la proiezione sullo schermo di singoli fotogrammi, se effettuata con rapida successione, viene percepita dall'occhio come un'unica immagine in movimento. Altro esempio è quello costituito da un tizzone acceso che, se fatto passare davanti agli occhi con rapidità, fa percepire una striscia di fuoco e non l'immagine precisa dell'oggetto.

Da tali osservazioni scaturisce il principio che, nel caso di marcia veloce, il giudizio espresso su presunte constatazioni dirette risulta inattendibile (a meno che non vi sia corsa palese) in quanto, non essendo umana-mente possibile percepire il doppio appoggio, non è conseguentemente possibile giudicare alle origini la scorrettezza delle azioni.

Premesso che solo da poco tempo questo principio è divenuto parte essenziale della metodologia di giudizio e della sua problematica, l'averlo accettato come criterio indiscutibile, ha imposto lo studio e l'attuazione di un modo diverso di giudicare e di interpretare la marcia.

Vediamo ora i contenuti ed i criteri tecnici di questa nuova metodologia che possiamo definire innovazione del modo di giudicare e di concepire la marcia.

— *Criteri di giudizio* — Per ricercare e concretizzare la nuova metodologia siamo partiti dalla risultanza che solo determinate azioni e movimenti garantiscono il doppio appoggio, mentre altre azioni e movimenti, completamente diverse dalle precedenti, lo eliminano trasformando, in questo caso, l'azione in marcia scorretta o, peggio ancora, in gesto tipico della corsa. Ciò costituisce la base su cui sviluppare l'argomento.

In primo luogo sono stati eseguiti studi su figure e filmati, in modo particolare con l'ausilio della moviola, per individuare e catalogare solo i gesti visibili ad occhio nudo che rappresentano la causa e l'effetto

sia della corretta che della scorretta azione.

Esaminiamo, dunque, le cause che non permettono che si verifichi il doppio appoggio ovvero, per adoperare un termine corrente tra i Giudici di marcia, che creano la « sospensione ». Tali cause, scaturite dai suddetti studi e analisi, si possono riassumere come segue:

— il piede oscillante ritarda l'arrivo al suolo mentre il piede di appoggio, in fase di spinta, anticipa il distacco dal terreno in modo che, se il piede avanzante è in fase di volo e il piede

di spinta si sta staccando dal terreno, certamente il marciatore si trova sollevato, non rispetta quindi le condizioni imposte dalla Regola 191, chiaramente non si verifica il « doppio appoggio »;

— il piede di spinta nella fase di singolo appoggio, anticipa il distacco dal suolo rispetto all'arrivo a terra del piede oscillante con le stesse conseguenze sopra esposte.

Se ne deduce che, nell'azione di marcia, i due arti inferiori sono regolati nel loro moto da un rapporto di tempo ben pre-



ciso e, nella corretta azione l'entità del tempo di appoggio di un singolo arto deve essere sempre maggiore a quella del tempo di oscillazione.

Questi tempi vengono ritardati o anticipati in funzione di una serie di azioni e di gesti motori che sono perfettamente visibili ad occhio nudo. La metodologia in esame parte appunto da questa considerazione per fornire al Giudice gli elementi necessari per procedere, in fase pratica ad un ragionamento di analisi e di sintesi su ciò che riscontra e quindi emettere il suo giudizio che, a questo punto, sarà un giudizio ponderato il più vicino possibile alla realtà, in sostanza sarà un giudizio tecnico.

Le azioni ed i gesti motori che prolungano i tempi di oscillazione o abbreviano quelli di appoggio, con la conseguenza di produrre l'azione di marcia scorretta, sono quelle tipiche della corsa e pertanto riterrei, per una maggiore comprensione dell'argomento, indicare a questo punto le differenze tecniche che esistono tra marcia e corsa. Nella corsa innanzi tutto non esiste la fase di doppio appoggio e di conseguenza non esiste la fase di trazione del corpo; nella corsa il piede si appoggia al terreno quasi sempre con l'avampiede, mentre nella marcia ciò avviene con il tallone. Nella corsa il baricentro del corpo si spinge ritmicamente verso l'alto insieme alle ginocchia che contribuiscono a tale innalzamento, al contrario nella marcia ove ambedue tracciano una linea quasi parallela al terreno.

Conosciute le azioni tipiche della corsa siamo in grado di indicare di seguito le azioni ed i gesti sopradetti, che producono marcia scorretta, e sono perfettamente visibili e riscontrabili ad occhio nudo con la conseguenza che il loro rilevamento è possibile in qualsiasi fase agonistica, e pone i Giudici nelle condizioni di poter emettere un verdetto tecnicamente ponderato, esente da interpretazioni soggettive ed errori tecnici:

1) quando il ginocchio dell'arto oscillante sale oltre un certo limite ovvero accentua la

rotazione verso l'alto flettendosi eccessivamente; conseguentemente ritarda l'appoggio del piede a terra e pertanto il tempo di oscillazione sarà superiore a quello contemporaneo di appoggio producendo la sospensione;

2) quando il tallone inizia a distaccarsi dal terreno prima che il baricentro del corpo sia sulla verticale dell'arto di appoggio, ne consegue che diminuisce il tempo di appoggio in relazione a quello preciso di oscillazione, in quanto diminuisce il tempo della fase di trazione e si accelera quello di spinta;

3) quando l'arto oscillante compie un semicerchio intorno all'arto di appoggio, specialmente nella progressione così detta a « passi incrociati », aumentando il tempo di oscillazione a svantaggio dei tempi di appoggio (Figura 1);

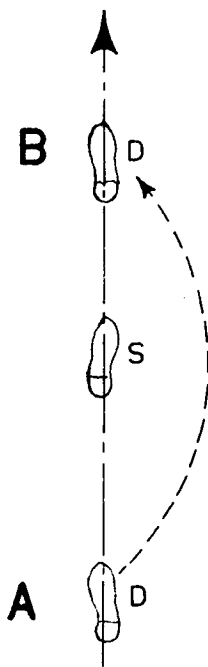


Figura 1 - Nella marcia su una linea, quando il piede deve raggiungere la posizione B partendo dalla posizione A, deve compiere praticamente un semicerchio per fuori; questo percorso più lungo fa ritardare l'arrivo del piede al suolo e favorisce perciò il verificarsi della sospensione, soprattutto ai ritmi più elevati di marcia.

4) quando la spinta di un arto ha un valore diverso a quella dell'altro in modo da alterare la sincronia naturale della progres-

sione e soprattutto i tempi correlativi.

C'è inoltre una quinta causa che produce sicuramente la sospensione come si è potuto constatare dalle ricerche filmate. Ciò in relazione anche a quanto detto da Zambaldo a proposito dei concetti di Hausleber quando egli dice che al momento dell'impatto con il terreno il ginocchio deve essere completamente teso. Sono d'accordo con lui per un aggancio al terreno mediante un arto inferiore rigido come un'asta, aggiungo però che ciò deve avvenire con il tallone e non con l'intera pianta del piede.

Infatti quando il piede del marciatore arriva a terra con il collo sull'asse verticale (vedi Figura 2), e consideriamo il rapporto tra l'area di appoggio a terra del piede ed il centro di gravità del corpo, si possono distinguere tre fasi (vedi Figura 3):

— una fase in cui il centro di gravità del corpo è dietro all'area di appoggio (fase di trazione);

— una fase il cui centro di gravità è sopra l'area di appoggio (fase neutra);

— una fase in cui il centro di gravità è davanti all'area di appoggio (fase di spinta).

Se chiamiamo x il tempo che intercorre fra il momento del contatto del piede con il terreno e il momento di inizio della fase neutra, se cioè abbiamo tempo $x =$ durata della fase di trazione, e se chiamiamo g il tempo che intercorre tra la fine della fase neutra ed il momento del distacco dal collo del piede, se cioè abbiamo: tempo $g =$ durata della fase di spinta, vediamo che il rapporto tra questi due tempi (tempo x /tempo g) può essere considerato un valore che permette al Giudice di valutare la presenza o meno della sospensione, mediante questa considerazione: quando il rapporto è molto basso (quando cioè il tempo x diminuisce a vantaggio del tempo g) si ha con certezza la sospensione, dal momento che aumenta la fase di spinta.

Sono questi essenzialmente i gesti dinamici che producono la

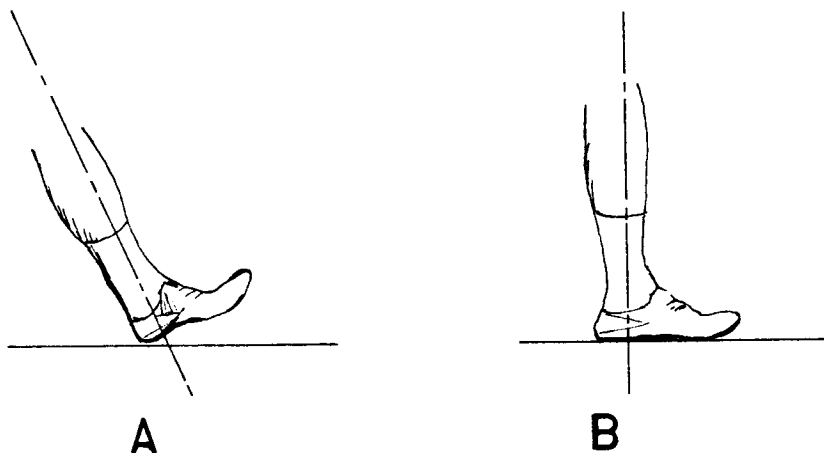


Figura 2 - La sospensione c'è sicuramente se, nel momento in cui il piede tocca terra, il collo del piede è sull'asse verticale. A sinistra (disegno A) è rappresentato l'arrivo a terra del piede come avviene nell'azione corretta di marcia. Nel disegno B, a destra, è rappresentato l'arrivo a terra con il collo del piede sull'asse verticale: in questo caso — come hanno dimostrato studi alla moviola — c'è sicuramente la sospensione.



A B C

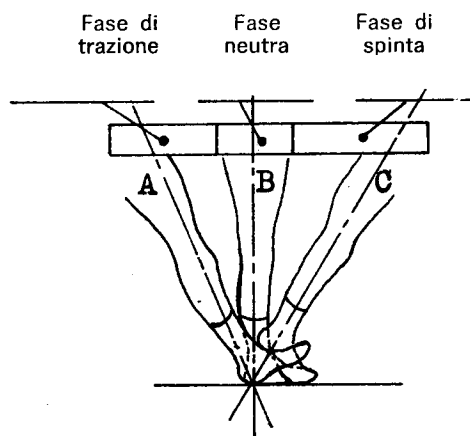


Figura 3 - I tre fotogrammi (parte alta della figura) rappresentano tre momenti dell'azione di marcia: nel fotogramma di sinistra (A) è rappresentato l'istante in cui il piede destro tocca il terreno; nel fotogramma centrale (B), invece, il baricentro dell'atleta si trova sulla verticale dell'area di appoggio; nel fotogramma di destra (C), infine, è rappresentato il momento in cui il piede destro lascia il terreno.

sospensione ;ad essa comunque conducono altri gesti complementari. Mentre i gesti suindicati, qualora compiuti, comportano la squalifica del concorrente, non può dirsi altrettanto per i gesti complementari e che, una volta rilevati, dovrebbero comportare solo l'ammonizione dal momento che possono indicare la presenza della sospensione, ma non provarla. Tra questi gesti troviamo la marcia ad anche semibloccate, l'azione ad angolo eccessivamente chiuso delle braccia, l'arrivo a terra del piede oscillante con un angolo nel ginocchio abbastanza accentuato.

CONCLUSIONI

Quelli citati sono gli aspetti tecnici sui quali basarsi per la valutazione della correttezza dell'azione di marcia. I Giudici sanno bene che, pur con tutte queste ricerche e considerazioni, non siamo giunti all'ottimale soprattutto per ciò che riguarda l'esattezza del giudizio, ma per lo meno sentono che è stato compiuto un passo avanti nell'evoluzione del loro operato.

Credo soprattutto importante il fatto che nel giudizio è stata annullata la soggettività, ed è divenuto molto più tecnico e più vicino alla realtà. In tutta Italia, del resto, i giudizi sulla correttezza della marcia si stanno uniformando con la conseguente e sensibile diminuzione di squalifiche. Alla luce di quanto sopra, e di quanto già detto nelle premesse generali si chiede, anche in questo Convegno, la possibilità di sviscerare e di dibattere con i Tecnici tutta la problematica del giudizio.

Visto che noi Giudici siamo autodidatti e che in quello che facciamo e pensiamo ci possono essere alcuni errori, abbiamo cercato di aumentare la nostra professionalità pur nella nostra limitatezza di forze e di mezzi.

Ribadisco, comunque, che per poter confermare i concetti ora esposti e per poter ulteriormente progredire, abbiamo bisogno dell'aiuto dei Tecnici.