

n. 122 - Novembre 2011

# CALCIO

## ILLUSTRATO



# LND

## PIÙ FORTI DELLA CRISI

Damiano Montanari

# "Nuovo Cinema" Fiammammonza

La rinnovata formazione del mister (e professore) Antonio Cincotta cerca la vittoria attraverso il gioco e lo spettacolo, perchè quando la squadra scende in campo a divertirsi non devono essere soltanto i tifosi, ma soprattutto le "sue" ragazze



**I**l calcio è un gioco, ma per qualcuno può essere qualcosa di più. Basta chiedere all'allenatore, dottore e professore del Fiammammonza Antonio Cincotta. Curriculum di primo piano, per un mister che, a dispetto dei suoi 26 anni, non è più di primo pelo. Giovane tra i giovani, da quest'anno, tra le giovani. Il progetto è stuzzicante per chi da sempre studia e insegna calcio.

Divertirsi facendo divertire. La massima di sacchiana memoria è un vademecum da portarsi appresso, perchè quando si è entrati nell'orbita rossonera la gravità, di situazioni e pensieri, levita nell'atmosfera. In alto, come le ambizioni, ma con i piedi ben ancorati a terra,

dove tutto comincia, con il sudore, la fatica, l'umiltà. Crescere richiede tempo, i risultati il gioco. Scene di un film che merita di essere visto, godendosi lo spettacolo e belle facce dai piedi buoni. Seduti in prima fila. Davanti al "nuovo Cinema Fiammammonza".

## ■ Qual è il suo rapporto col mondo del calcio?

Come calciatore ho giocato fino alla Promozione nelle squadre di Milano, come centrocampista centrale, poi nel Brianza, come difensore centrale. A 22 anni non avevo più tempo di lavorare, studiare ed allenare ed ho scelto di appendere le scarpe al chiodo. Oggi vivo nel mondo del calcio che è la mia professione. Lavoro per il Milan, come direttore tecnico della Scuola Calcio Masseroni di Milano, Scuola Calcio Ufficiale del Milan. Seguiamo le varie categorie, dai bambini di 6 anni agli Allievi Regionali di 17 anni. Io e Stefano Eranio, ex giocatore di Genoa e Milan, seguiamo i ragazzi del settore agonistico. Il calcio è la mia vita.

## ■ Come è arrivato al Milan?

Lavoravo come osservatore del Settore Giovanile ed istruttore della Scuola Calcio dell'Atalanta. Un giorno il responsabile è passato al Milan e mi ha portato con sé, dandomi la possibilità di affiancare campioni come Ganz, Stefano Nava e Stefano Eranio.

## ■ Svolge anche attività da docente?

Sono docente della Scuola dello Sport del CONI per l'area di psicologia e metodologia. Sono laureato in Psicologia sociale e l'anno scorso ho fatto un Master alla Bocconi per grandi manager dello sport.

## Il percorso del Mister

Docente della scuola allenatori del CIO, sotto la sua direzione la Masseroni ha conquistato tre fasi finali nei campionati Lombardi nelle ultime quattro stagioni. Ha diretto gli allenamenti del Milan Femminile nella stagione 2010-2011 contribuendo alla conquista della Serie A. Ha allenato con tecnici tra i quali Maurizio Ganz, Stefano Nava e Stefano Eranio. Dottore in psicologia, tra le esperienze più prestigiose quella nel Settore Giovanile dell'Atalanta e per l'AC Milan, principalmente nello scouting.



■ **Perché, dopo una carriera nelle giovanili, ha accettato di misurarsi nel Calcio Femminile?**

Il Fiammamonza mi ha proposto di allenare la squadra femminile più giovane d'Italia, un progetto avvincente. Abbiamo coinvolto le giovanissime della Primavera, per farle crescere anche grazie al lavoro del mio staff che ho portato dalla Scuola Calcio Masseroni.

■ **Che idea si sta facendo del Calcio Femminile?**

La mia impressione è veramente positiva. Vengo dal calcio maschile professionista e devo dire che al Fiammamonza ho trovato una società seria e professionista, costituita da dirigenti con grandi valori.

■ **Nella sua formazione di allenatore c'è qualche incontro particolare che l'ha influenzato?**

Insegnando ai futuri allenatori per il CONI, mi è capitato di assistere ad una lezione di Montali, il famoso allenatore di pallavolo. La sua capacità di gestire il gruppo è fantastica e conoscerlo è stato

un arricchimento. Poi è stato formativo anche il potere lavorare accanto a Stefano Nava, con cui ho costruito un rapporto molto bello ed edificante.

■ **Qual è la sua visione del calcio?**

Ritengo che l'obiettivo sia riuscire a fare esprimere le potenzialità dei singoli. Ho sempre lavorato con i Settori Giovanili e a Monza ho trovato una squadra giovanissima dove portare avanti un progetto bello e a lungo termine. Ci vorrà tempo, ma la cosa più importante è fare crescere queste ragazze. Spesso ci sono giocatori che diventano adulti senza avere avuto maestri capaci di insegnare loro il calcio. Con le ragazze lavoriamo con grande professionalità ed attenzione ai piccoli dettagli. Ci concentriamo sulle esercitazioni con la palla, perché non esiste il gesto secco. Grazie al professor Rovida, preparatore atletico della squadra e docente ai corsi di preparazione fisica per gli allenatori, la qualità dell'allenamento si alza di molto. Siamo molto amici ed insieme a lui riusciamo a dare scientificità al lavoro con la palla. Tutto è estremamente monitorato.

## Mister e...

### STAFF MEDICO

"Lo staff medico mi comunica quello che deve fare o meno con una giocatrice. C'è un rapporto di autonomia e rispetto. Lavoriamo in sinergia".



### ALIMENTAZIONE

"Se alleni quattro volte alla settimana, non puoi incidere sulla loro alimentazione, ma puoi solo rispettare le loro abitudini. Le esasperazioni non hanno senso".



### PSICOLOGIA

"Le donne sono più disposte al sacrificio e desiderose di apprendere. Hanno così tanta voglia di fare che, quando trovano qualcuno che insegna loro qualcosa, sono più entusiaste degli uomini".



## LA SALVEZZA PRIMA DI TUTTO

Cincotta è arrivato al termine di un anno difficile: la scorsa stagione, infatti, la squadra è quasi retrocessa. Secondo il mister Fiammamonza dovrà prima di tutto lottare per non retrocedere, ma senza porsi limiti in partenza. "Giochiamo in Serie A con ragazze che hanno l'età per disputare i campionati giovanili. Se riusciremo ad imporre il nostro gioco, potremo toglierci delle soddisfazioni".

## IL PREPARATORE ATLETICO > ANTONIO ROVIDA

## Staff di qualità



Il responsabile della parte atletica è **Antonio Rovida**, docente della Federcalcio e all'Università di Pavia. Costituisce uno staff tecnico di qualità insieme al secondo allenatore **Emanuele Busnaghi**, istruttore CONI FIGC di

settore giovanile e scuole calcio con il patentito da allenatore UEFA di base e componente della Nazionale Cantanti come voce dei Gemelli Diversi, al maestro della tecnica Stefano Gavlich, istruttore CONI FIGC laureato in Scienze della Formazione, e al preparatore dei portieri **Vincenzo Gagliardi**.

### Qual è il modulo che predilige?

In questo momento mi piace che le ragazze, molto giovani, provino situazioni diverse, quindi lavoriamo sia con la difesa a quattro, sia con quella a tre. Per la qualità delle giocatrici abbiamo optato per la difesa a quattro, con tre interni di centrocampo, un trequartista e due punte, così la squadra è coperta senza rinunciare alla fantasia. Quando attacchiamo portiamo gli esterni di difesa sulla linea di centrocampo tenendo il baricentro altissimo. È la mentalità giusta per fare crescere delle giovani. Giocare con il contropiede e la palla lunga non sarebbe utile per la loro maturazione.

### Quanto conta il gioco?

È fondamentale. Ci siamo confrontati anche con squadre di A1, di una categoria superiore alla nostra, giocando alla pari. In una serie di partite molto spettacolari siamo usciti tra gli applausi dei tifosi ed una giocatrice mi si è avvicinata dicendomi che non avevano ricevuto tanti complimenti nemmeno nell'anno dello scudetto. Stiamo facendo un lavoro molto bello. ■

## SCHEMI E TATTICHE

### IL MODULO CLASSICO

Nel **Fiammamonza**-spettacolo pensato da Cincotta praticamente in ogni ruolo c'è un'alternativa di grande valore. Il **4-3-1-2** è un modulo che garantisce copertura in fase difensiva, ma anche incisività in attacco, **grazie al grande dinamismo degli esterni** Galbiati e Rivarole. Davanti alla retroguardia il capitano Cecilia Re regala fosforo e geometrie alla compagne, coadiuvata a centrocampo da Viola Brambilla e dalla Missaglia. Alla Nencioni il compito di innescare le punte Gaburro e Cambiaghi.

# 4-3-1-2



### DIFESA:

#### GRANDE CAPACITÀ DI FRASEGGIO

La difesa si schiera a zona, molto alta. Sulle palle scoperte non sempre scivola, ma, in caso di superiorità numerica, **alza la linea per lasciare in fuorigioco l'avversario**. La Galbiati e la camerunense Rivarole aggrediscono le dirimpettaie nella loro metà campo e, sull'uscita dei terzini, il play maker basso Re arretra per **ricompattare la linea a tre**. Al centro la Zambetti, reinventata in quel ruolo da Cincotta dopo avere giocato centrocampista, ha la qualità per costruire la manovra direttamente dalla difesa. "Riusciamo ad eseguire anche 16, 17 appoggi consecutivi prima di iniziare l'azione - spiega Cincotta - **eccedendo volontariamente nel fraseggio**, perché, anche durante la partita, le ragazze possano migliorare sotto questo aspetto".

### CENTROCAMPO:

#### DISORIENTARE L'AVVERSAIO

Cecilia Re, capitano a 17 anni, è il Pirlo del Fiammamonza. I centrocampisti eseguono movimenti di rotazione, per cui, a turno, si trovano al centro, a sinistra o a destra, per **non dare riferimenti fissi agli avversari**. Viola Brambilla garantisce capacità di anticipazione motoria e lettura della traiettoria, la Missaglia, la più "vecchia" con 21 anni, una grande corsa.

### ATTACCO:

#### FISICO, VELOCITÀ E TECNICA TRE ATTACCANTI MICIDIALI

La Nencioni è una trequartista alla Boateng, con piedi buoni, bella visione di gioco, ma anche doti fisiche. In attacco **la brasliana Gaburro è una seconda punta forte tecnicamente**, veloce e brava nello stretto, mentre la Cambiaghi, classe '96, è un centravanti di manovra mancino e potente fisicamente. Per problemi cardiaci quest'anno sarà sostituita dalla Peri, piccola e rapida.

### ISPIRAZIONE ROSSONERA

L'idea di un "calcio spettacolo" che alla tecnica unisca fantasia e divertimento, riporta alla mente un quella di Arrigo Sacchi. "Sono un tifoso milanista e Sacchi è stato un grande maestro - dice Cincotta - Sicuramente il suo è stato un calcio propositivo che mi piace".

## Agenda Settimanale

### LUNEDÌ

Riposo

### MARTEDÌ

**SERA:** Esercitazioni sul campo per correggere gli errori della partita, dopo che le ragazze hanno analizzato il video della gara che hanno ricevuto via e-mail. Parte atletica e tecnica eccetto lavori lattacidi

### MERCOLEDÌ

Riposo, a volte amichevoli

### GIOVEDÌ

Esercitazioni a numero ridotto su

temi a scelta

### VENERDÌ

Studio dell'uscita della domenica successiva, movimenti in fase di non possesso in base alle informazioni sugli avversari, lavoro sulle palle inattive

### SABATO

Riposo

### DOMENICA

PARTITA



# BRAVE, GIOVANI E ITALIANE

Il campionato di Serie A Femminile, grazie alla giovane età media delle sue giocatrici, manda un segnale chiaro a tutto l'universo del pallone nazionale: fare bene partendo dai vivai, si può



## MAI STANCHE DI VINCERE

Le ragazze della Torres festeggiano la vittoria in Coppa Italia

Quest'anno i campionati femminili prevedono una Serie A e quattro Gironi di Serie A2. Nella **Massima Serie**, capolista a pari merito, si trovano **Torres, Brescia e Verona Bardolino** con 6 punti, con la Torres avanti rispettivamente di una e due reti nel totale, sei contro cinque e contro quattro delle veronesi. Seguono con quattro punti **Graphistudio Tavagnacco, Venezia e Lazio**; Torino con tre e Como con due, Roma, Milan e Riviera di Romagna con un punto in classifica. Zero punti per Firenze, Chiasiellis e Mozzanica. Classifica reti con in vetta Torres e Graphistudio Tavagnacco con sei realizzazioni in porta avversaria, seguono Brescia (5) e Verona Bardolino con quattro.

La **classifica cannonieri**, per ora, vede in testa **Patrizia Panico** della Torres. La bomber romana, in terra sarda anche per questa stagione, ha realizzato quattro reti ed è seguita da Valentina Boni del Brescia, Kattia Coppola del Como ed Ilaria Mauro del Graphistudio Tavagnacco con due. Seguono con un gol all'attivo Brumana, Parisi, Zuliani,

Sorvillo (Graphistudio T.), Pezzotti (Lazio), Ricco (Milan), Gabbiadini, Da Rocha, Girelli e Pini (Verona Bardolino), Santacaterina, Lotto e Peretto (Venezia), Ferrandi, Sabatino e Rosucci (Brescia), Proietti (Roma), Del Prete (Chiasiellis), Nasuti (Mozzanica), Spanu e Sodini (Torino), Fuselli e Tona (Torres).

## UN CALCIO SEMPRE PIÙ GIOVANE

Spesso si discute del fatto che il futuro del calcio, non solo femminile, è nella cura e nello **sviluppo dei giovani talenti**. Con una forbice di meno di otto anni, la Stagione 2011/2012 vede una Serie A con un'età media invidiabile. Al primo posto **il Torino con 20,8 anni** (23 calciatrici in rosa), seguono Roma a 21,4 (22 atlete); Verona Bardolino e Firenze con 22 (e rispettivamente 19 e 21 atlete), Venezia con 22,8 (22), Brescia con 23,6 (23), Como e Mozzanica con 24 anni (21 e 22 atlete), Lazio con 24,4 (20); Graphistudio Tavagnacco con 24,7 (25); Milan con 24,8 (22); Torres con 26,4 (19); Chiasiellis

## COPPA ITALIA

### TUTTE LE GARE DEL TERZO TURNO

Dopo due turni la Coppa Italia 2011/2012 torna in campo il prossimo **23 dicembre** con le gare del terzo turno. Questa la situazione al secondo impegno agonistico:

|                 |                                                                                         |                |
|-----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| <b>Gara 1</b>   | ASD Femminile Juventus-ACF Torino                                                       | 1-5            |
| <b>Gara 2</b>   | FCF Como 2000 ASD-Romagnano Calcio ASD                                                  | 2-0            |
| <b>Gara 3</b>   | ACF Milan-ASD Femminile Inter Milano                                                    | 5-3            |
| <b>Gara 4</b>   | ASD Mozzanica-ACF Brescia Femminile                                                     | 2-3            |
| <b>Gara 5</b>   | ASD CF Verona Bardolino-ASD Fortitudo Mozzecane CF                                      | 7-0            |
| <b>Gara 6</b>   | AC Femminile Mestre 1999-ASD Gordige Calcio Ragazze                                     | 2-2 (10-9 dcr) |
| <b>Gara 7</b>   | ASD Calcio Chiasiellis-UPC Graphistudio Tavagnacco recupero 30 novembre 2011 ore 20.30; |                |
| <b>Gara 8</b>   | ASD Zensky Padova Femminile-ASD Union Villanova                                         | 0-1            |
| <b>Gara 9</b>   | ASD Torres Calcio-ASD Cagliari Femminile                                                | 8-0            |
| <b>Gara 10.</b> | Imolese Femminile ACFD-ASD Riviera di Romagna                                           | 1-6            |
| <b>Gara 11.</b> | ASD Sestrese Athletic CF-ASD Castelvecchio                                              | 2-1            |
| <b>Gara 12</b>  | ACF Firenze ASD-CF Scalese ASD                                                          | 3-1            |
| <b>Gara 13</b>  | Anspi Marsciano CF-AFD Grifo Perugia                                                    | 0-3            |
| <b>Gara 14</b>  | SS Lazio CF-ASD Res Roma 1-1                                                            | (3-2 dcr)      |
| <b>Gara 15</b>  | ASD Napoli CF e Altro-ASD Real Marsico                                                  | 7-0            |
| <b>Gara 16</b>  | ASD CF Acese-ASD Orlandia 97 Capo d'Orlando                                             | 0-2            |

con 26,8 (21) e Riviera di Romagna con 28,2 (23). Azzardando un paragone con la Serie A maschile - quindi calcio professionistico blasonato e strapagato -, si trova un'età media di 26,6 anni con una forbice compresa tra i 24,1 della Fiorentina ed i **30 del Milan**.

Brave, giovani e... Italiane. Potrebbe essere questo, infine, lo slogan della massima serie del calcio femminile italiano per questa Stagione, che infatti conta **287 atlete italiane**, con 30 atlete tra i pali, 89 in difesa, 104 a centrocampo e 64 in attacco.