



Inform arbitri

Periodoco di informazione e qualificazione del
Settore Arbitri FIPAV di Treviso

Gennaio 2010

3a RTP

Mercoledì 22 dicembre nella consueta location de La Ghirada, si è tenuta la 3° Riunione Tecnica Provinciale. Il Fiduciario Arbitri Provinciale ha tirato le somme dell'attività arbitrale svolta durante la prima parte di stagione illustrando i dati relativi alla copertura delle gare e alle rinunce.

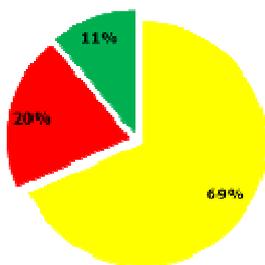
I dati evidenziano un risultato estremamente positivo, con una bassa percentuale di rinunce (8,8%), se confrontata con l'anno precedente (11%); significativo anche il contributo degli arbitri Provinciali (giallo nel grafico), che in questa prima parte di stagione hanno diretto eventi sportivi con una media di 12 gare a persona, contro le 6,5 dei colleghi Regionali (porzione rossa) e le 6 dei Nazionali (porzione verde).

Completivamente bilancio positivo dovuto anche al notevole miglioramento nelle tempistiche di riscontro delle designazioni, nella comunicazione del risultato gara e nell'invio in Federazione dei referti. Il FAP ha proseguito poi prendendo spunto dalle relazioni stilate dai tutor cercando di spiegare al meglio i punti dove sono state riscontrate le principali problematiche.

Nella parte finale della serata gli arbitri di serie A, il Consigliere Provinciale Referente Arbitri Mario De Marchi e il Presidente del Comitato Provinciale Giovanni Piaser hanno accolto i 17 arbitri consegnando loro un bellissimo presente offerto dal Comitato Provinciale di Treviso.

La riunione si è conclusa con il rituale brindisi per lo scambio di auguri.

	2009		2010	
Gare richiesta direzione arbitrale	920		818	
Designazioni	880	96,6%	817	99,9%
Rinunce	109	12,4%	72	8,8%





Trofeo Della Befana

I 17 nuovi colleghi hanno fatto il loro debutto durante il Torneo della Befana organizzato dalla Società Aurora Volley Bibanese durante le vacanze di Natale. Il tradizionale torneo di beneficenza (giunto oramai alla nona edizione) organizzato in collaborazione col Comitato Provinciale di Treviso e il Comitato Regionale Veneto si è svolto nella giornate del 4, 5 e 6 gennaio e ha visto la partecipazione di ben 14 squadre U16F delle provincie di Treviso, Pordenone, Venezia e Belluno. Queste le compagini partecipanti: Team Luce Blu, Albatros Volley, GBA Color (PN), The Best Volley Piave, Dolomia S. Giustina (BL), Volley Salgareda, Zero Volley, Spes Dolomiti Volley (BL), Volley Codognè, Cappella Maggiore, Terraglio Volley (VE), Aurora Dragonflies, Efferre Volley e Spes Conegliano. Le squadre divise in 2 gironi hanno dato vita a una tre giorni intensa di gare, disputando oltre 42 partite solo nella fase a gironi.

I giovani arbitri, che tradizionalmente completano il Primo Corso con la direzione di questo torneo (*nella foto gli arbitri impiegati nella giornata finale*), dopo aver superato un'iniziale timidezza e qualche comprensibile errore hanno acquistato fiducia in loro stessi e più sicurezza su segnaletica e tempistiche ricevendo il plauso di tutto il pubblico presente per le perfette direzioni delle semifinali SPES DOLOMITI VOLLEY - GBA COLOR (PN) e ALBATROS VOLLEY - CAPPELLA MAGGIORE e della combattuta e spettacolare finale svoltasi alla presenza di un numerosissimo e partecipe pubblico.

Finale Trofeo Befana: 2-0 (25-11 25-21)

GBA Color PN - Albatros Volley TV

1° arbitro: Gambarotto Marco da Postioma

2° arbitro: Donadi Martina da Treviso

Segnapunti : Cusinato Serena da Riese Pio X



**A cura del CQP - STAO di Treviso.
Hanno collaborato a questo numero:**



**Del Vecchio Federico
Gaiotto Francesca
Marcolin Alessandro
Pozzetto Maximiliano
Rossetto Francesco
Serafin Denis**

*Per collaborare scrivi a:
ale.marcolin@gmail.com*

**Tanti auguri ai colleghi nati a:
FEBBRAIO**

Il 3 Michael Tasinato
Il 4 Severino Balia
Il 5 Dori Sara Alice
Il 6 Ilenia Durante
Il 9 Vincenzo Balzano
Il 15 Nicolò Biron
Il 25 Paolo Bassetto
Il 27 Francesco Poloniato
Il 28 Ignazio Giuseppe Sabatino





Corso Incentivante Nazionale



Il CQN-STAO ha promosso, in collaborazione con i C.R. ed i C.P., il IV Corso Nazionale Incentivante. Lo stage si è tenuto a MODENA nei giorni 27-28-29-30 dicembre in concomitanza con il Torneo Internazionale Anderlini. Hanno partecipato 30 Arbitri di ruolo Regionale e Provinciale e, per la prima volta, 4

Osservatori di ruolo Regionale. Docenti Nazionali del Corso erano: Benito Montesi (Responsabile del CQN-STAO), Ezio Barbieri (segretario CQN-STAO) e Marcello Gobbi (Responsabile Nazionale Osservatori). Per il CAP di Treviso ha partecipato **Sofia Marton**.

Comitati



d'Italia

Comitato Arbitri Provinciale di Trieste

Presidente: Giorgio Tirel

Vice Presidente: Danimir Mikolj

Fiduciario Arbitri: Maximiliano Pozzetto

Designatore: Corrado Toso

Responsabile CQP-STAO: Maximiliano Pozzetto

Docenti Regionali: Marco Bernobich, Marco Carone, Maximiliano Pozzetto, Maddalena Silli, Corrado Toso, Daniele Zucca

Arbitri Benemeriti (3): Carlo Facchettin, Ferruccio Gortan, Michele Svandrlj

Arbitri Ruolo A (2): Marco Bernobich, Daniele Zucca

Arbitri Ruolo B1 (1): Luca Barbiani

Arbitri B2 (5): Enrica Bittolo, Marco Carone, Andrea Jermol Groppi, Martina Sancin, Maddalena Silli.

Arbitri Regionali (12): Antonino Alì, Roberta Bratina, Vittorio Bucci, Piero Evangelisti, Andrea Martin, Andrea Paro, Daniele Pilleri, Paolo Sabadin, Paolo Salaris, Livio Sardo, Mattia Valles, Flora Zonta.

Arbitri Provinciali (40)

Delagati Tecnici (2): Roberto Manzin, Corrado Toso

Osservatori Regionali (2): Dario Fabbri, Michele Rossi.

CAMPIONATI: 1DF (10 sq.), 2DF (10 sq.), 3DF (10 sq.), U18F (8 sq.), U16F (2 GIRONI da 7 sq.), U14F (2 GIRONI da 7 sq.), U13 MISTO (3 GIRONI); 1DM (1 GIRONE da 10 sq. interpr. con il CP di Gorizia)

SITO: <http://www.trieste.federvolley.it>

E-MAIL: trieste@federvolley.it

Indirizzo: Via dei Macelli 5/1 c/o Stadio Nereo Rocco
34100 Trieste (TS)

Telefono: 040 89908227

Ultime notizie



Intervista



Tripla

CURIOSITA' ARBITRALI

Perché hai fatto il corso arbitri?



ARBITRO GIOVANE: Susanna Marton (Zero Branco, 4/5/94) Corso Arbitri Aprile 2010

Susanna: Tutto è iniziato quando sono andata a vedere una partita che ha arbitrato mia sorella. Lì c'era anche il fiduciario arbitri, il quale mi chiese se volessi fare il corso arbitri. Io ci pensai a lungo e alla fine decisi di provare questa nuova esperienza.

ARBITRO ESPERTO: Zoppas Vinicio (Susegana, 27/7/57) Corso Arbitri Dicembre 2001

Vinicio: Io ero un dirigente di una società e seguivo la pallavolo come tanti senza conoscere il perché delle decisioni arbitrali, così ho deciso di fare il corso soprattutto per avere una conoscenza precisa delle regole di questo sport.



ARBITRO IN CARRIERA: Florian Massimo (Altivole, 22/5/69) Corso Arbitri Maggio 1993

Massimo: Fin da bambino ho fatto sport di ogni genere: calcio, pallavolo, tennis, pallacanestro, ecc. quando a 19 anni mi sono rotto il ginocchio non riuscivo a rimanere senza l'adrenalina e il sapore della competizione. Ho riflettuto un po' su quale sport mi potesse permettere di rimanere in contatto col mondo sportivo: ho scelto la pallavolo!

Qual è stata la tua migliore soddisfazione arbitrale? perché?



Susanna: La mia miglior soddisfazione arbitrale è stata la prima partita che ho arbitrato, perché ho avuto la possibilità di gestire, anche disciplinarmente la gara insieme al secondo arbitro.

Vinicio: Ce ne sono state diverse sul campo ma l'arbitrare mi ha dato tanto entusiasmo, autocontrollo e umiltà, ma soprattutto sento molta considerazione per il nostro impegno.



Massimo: Quando ho iniziato ad arbitrare a livello nazionale con il mio collega e amico Umberto Zanussi ci siamo dati come obiettivo quello che almeno uno dei due potesse avere la fortuna di essere promosso nella massima serie arbitrale: la mia più grande soddisfazione ad oggi è che ce l'abbiamo fatta entrambi.

Consigliaresti ad un amico di fare il corso arbitri? perché?



Susanna: Sì, lo consiglierei ad un amico perché arbitrare ti aiuta ad essere più responsabile, a saper prendere delle decisioni, ad ascoltare i consigli delle persone più esperte e soprattutto a essere più umili. Inoltre è un inizio per pensare al proprio futuro.

Vinicio: Io lo consiglio sempre soprattutto ai più giovani perché far parte di questo gruppo arbitrale ti dà la possibilità di confrontarti, di crescere e maturare, di trovare belle amicizie e, perché no, di raggiungere anche traguardi importanti.

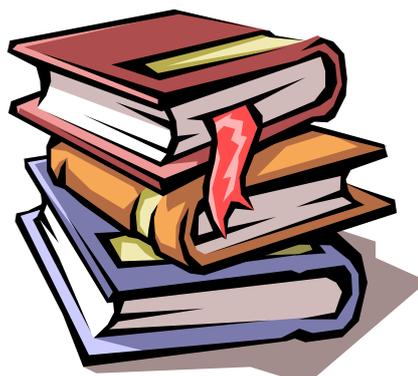


Massimo: Di certo il consiglio più sincero che darei ad un amico è quello di entrare all'interno del grande mondo arbitrale perché sicuramente riuscirà a trovare tanti amici ed il Comitato di Treviso ne è un esempio splendido.

ARBITRO GIOVANE - ESPERTO - IN CARRIERA



CQP



Informa

Gestione Psicologica della Gara

GESTIONE PSICOLOGICA DELLA GARA - Prima Parte (Tratto da Aggiornamenti 2010 - CQN-STAO 2010/11)

Tutte le gare, per facili che siano, presentano insite delle tensioni di tipo psicologico che coinvolgono tutti i partecipanti, arbitri inclusi. Tensioni derivanti dall'impegno che si è chiamati a sostenere, chi teso a ben figurare per vincere la gara, chi teso a ben figurare per risultare positivo nella prestazione arbitrale.

All'interno della gara possono verificarsi momenti di stress che possono creare distrazione dal proprio compito e per questo debbono essere superati per ritrovare la normalità operativa, ponendosi sempre positivamente rispetto alle problematiche.

Il **Dr. Alberto CEI, psicologo dello sport**, ha elaborato un compendio per cercare di offrire un concreto aiuto agli arbitri che si dovessero trovare nelle difficoltà di cui sopra, che viene sotto riportato. Esso farà parte di una più ampia trattazione da inserirsi in un elaborato di tecnica arbitrale di prossima edizione a cura del CQN-STAO.

COME GESTIRE LO STRESS

Una domanda che spesso viene posta dagli arbitri è:

"Come faccio dopo un momento di difficoltà a ridurre lo stress di quel momento e a ritrovare la concentrazione necessaria per continuare a svolgere con efficacia la mia prestazione?"

Accade, infatti, che gli arbitri si percepiscano distratti dopo un errore, sentano di essere in difficoltà nel ritornare a essere focalizzati sulle azioni di gioco, oppure sviluppino pensieri negativi che li portano a essere per qualche minuto insicuri. Ovviamente se, in questo periodo di tempo, durante la partita non succede nulla di rilevante, nessuno si accorgerà di questa condizione psicologica dell'arbitro. In caso contrario la situazione potrebbe ulteriormente complicarsi e determinare una condizione di stress più elevata.

Che fare, allora, per migliorare nella gestione di questi momenti e soprattutto per far sì che l'arbitro si trovi a suo agio nella maggior parte delle situazioni agonistiche? Quello che qui viene proposto è un metodo di allenamento mentale da praticare durante la settimana. E' articolato in quattro fasi:

- (1) **riconoscere l'ansia e le tensioni e darsi il permesso di sentirle,**
- (2) **imparare una tecnica di rilassamento,**
- (3) **imparare a controllare i pensieri,**
- (4) **applicare in partita ciò che si è appreso.**

Prima fase: riconoscere l'ansia e la tensione e darsi il permesso di sentirla

E' necessario saper riconoscere il proprio livello di ansia e di tensione e darsi il permesso di sentirla. Ciò sarà più semplice se ci si rende conto che l'ansia non sempre è un fattore negativo e che, anzi, il nervosismo che si avverte prima di una prestazione arbitrale è un elemento essenziale per fornire prestazioni efficaci. Infatti senza di essa si sarebbe privi di prontezza alla risposta e di energia. Pertanto, se si vuole imparare a sfruttarne gli aspetti positivi, bisogna sapere riconoscere i segnali che ne dimostrano la presenza.



Per riconoscere la tensione si può utilizzare la seguente lista di controllo:

Avete la fronte corrugata? Il vostro sguardo è fisso? Stringete i denti? Spingete la lingua contro i denti? Vi mordete le labbra? Vi tormentate i capelli o qualche altra parte del corpo? Vi mordete le unghie? Avete il collo rigido? Tenete le spalle alzate? Trattenete il respiro? Tamburellate con le mani? Tamburellate con un piede? Tenete la pancia contratta? Stringete le natiche? Avete male allo stomaco o mal di pancia? Andate spesso al bagno prima della partita? Stringete le cosce? Avete le dita dei piedi contratte? State seduti scomodi o sul bordo della panca/sedia?

Questa lista riguarda un aspetto specifico dell'ansia: quello riferito alla tensione che si esprime attraverso dei segnali fisici. Leggete attentamente ogni domanda e concentratevi su ogni punto. Potrete così prendere consapevolezza delle aree di maggior tensione.

Altre zone del corpo che esprimono una condizione di tensione fisica sono identificabili attraverso:
Bocca asciutta; mani fredde e sudate; sensazione di pelle d'oca; tachicardia; bisogno frequente di urinare; piedi freddi.

Un'altra dimensione fondamentale del comportamento dipende dai **pensieri su cui ci si concentra**.

Importante è prestare attenzione anche a quelli che sono sullo sfondo della coscienza, ad esempio:

Ti stai preoccupando per qualcosa? Stai immaginando situazioni negative? Stai pensando ai tuoi possibili errori? Pensi di non essere in grado di gestire questa partita? Cosa pensi del fatto di sentirti fisicamente troppo teso?

Sono proprio questi pensieri negativi ad aumentare in modo significativo la probabilità che durante la partita questi stessi intervengano a ridurre l'efficacia della prestazione. Bisogna imparare a bloccarli e a sostituirli con pensieri positivi che trasmettano fiducia nella propria capacità di affrontare la partita.

Seconda fase: imparare una tecnica di rilassamento

Esistono numerose tecniche, abbastanza semplici da imparare, che permettono di ridurre gli stati di tensione eccessiva e di mettersi in quella che ognuno considera essere la propria condizione psicologica ottimale pre-gara.

Fra i diversi sistemi utilizzabili il training autogeno di Schultz o il rilassamento progressivo di Jacobson possono essere molto utili in quanto consentono a chi li pratica d'imparare a regolare i propri livelli di attivazione fisica e psicologica. Necessitano di una fase di apprendimento della durata di tre mesi circa sotto la guida di uno psicologo. Qui di seguito vengono fornite indicazioni pratiche su cosa fare per rilassarsi. Se seguite con metodo e costanza vi permetteranno di sviluppare l'abilità a gestire livelli di stress superiori a quelli abituali.

"Mettiti seduto. Serviti della lista di controllo che è presentata più sopra e rileva dove sei più teso. Se, ad esempio, ti accorgi che stai stringendo i denti, rilassa la mandibola. Per ottenere questo risultato stringi i denti molto forte per circa 10 secondi e poi rilassa la mandibola lasciando che si apra la bocca. Quando contrai i muscoli fallo con gradualità, puoi aiutarti anche contando da 1-contrazione minima, a 5-contrazione media, per arrivare a 10-contrazione massima e poi viceversa da 10 a 1. Ripeti questo esercizio di contrazione e distensione per 6/7 volte. Se invece sono le spalle a essere tese, prova ad alzarle sino a farle quasi toccare le orecchie (corrisponde alla fase di contrazione) e poi abbassale (fase di distensione) sempre agendo in modo graduale."

Con questo sistema puoi rilassare ogni parte del corpo che scoprirai tesa.

In sintesi lo schema da seguire è il seguente:

- (1) **prendere consapevolezza del livello di tensione fisica** presente in quel momento in una determinata zona del corpo,
- (2) **aumentarlo** volontariamente attraverso la fase di contrazione graduale della durata di 10 secondi circa,
- (3) **diminuirlo** attraverso la fase di rilassamento graduale, sempre di 10 secondi circa,
- (4) **ripetere** 6/7 volte le fasi di contrazione-rilassamento graduale,
- (5) al termine di queste ripetizioni, **restare per circa un minuto ad avvertire quella sensazione di pesantezza e di distensione muscolare** che si proverà nella zona del corpo che è stata contratta - rilassata gradualmente.

N.B.: La seconda parte de "Gestione Psicologica della Gara" continuerà nel numero dell'*Informarbitri* di marzo.



Punto

Volley

CAMPIONATI DI DIVISIONE

1DF. Giocata la quinta giornata di andata. Nel girone A guida la **Pallavolo Susegana ASD** sconfitta però a sorpresa nell'ultimo turno per 3-2 nel campo del **Volley Fontane**. Segue ad un punto la **Polisportiva Biedenese** vittoriosa per 3-2 nel campo delle terze della classe del Novalegno Volley Codognè. Incerta la situazione nel girone B a causa delle molte gare da recuperare. Per ora guida la **Pallavolo Nervesa**, seguita dal **Volley Silea** e dal **Samarcanda Resanese**.

1DM. Dopo cinque giornate sembra essersi formato un quartetto in testa alla classifica: **Pallavolo Nervesa**, **Don Bosco**, **Sisley Treviso** e **Volley Cessalto** sembrano essere le squadre più in forma che per ora si contendono il primato.

CAMPIONATI DI CATEGORIA

U18F. Due le giornate al termine nei quattro gironi da cui usciranno le 16 squadre che accederanno agli ottavi di finale. Nel girone A continua il dominio incontrastato della **Pallavolo Meduna ASD**, sola al comando senza sconfitte. Segue ormai quasi certa del secondo posto l'Aurora Team Sole. Grande equilibrio nel girone B dove troviamo tre squadre ancora in lotta per il primato: **UP Costa B.T.A** (30 punti), **Spes Volley** (28) e **Pallavolo Susegana ASD** (27). Decisivi i due scontri diretti di domenica 16 alle 11.30 a Vittorio Veneto tra UP Costa B.T.A. e Spes Volley e di lunedì 17 alle 20.30 a Conegliano V.to tra Spes Volley e Pallavolo Susegana ASD. Nel girone C al **Volley Fontane** (32 punti) basta un solo punto per confermare il primato. Grande sfida diretta domenica 16 alle 17 ad Istrana tra le locali del G.S.G. Pol. Dil. Istrana, seconde a 27 punti, e proprio il Volley Fontane. Volley Mogliano (26) e Polisportiva Preganziol (24) potrebbero approfittare del passo falso dell'Istrana per strappargli il secondo posto. Nel girone D marcia solitaria dell'**Albatros Volley**. A contendersi la piazza d'onore sono rimaste: Pallavolo Nervesa, Polisportiva Biedenese e Samarcanda Resanese.

U18M. Cinque le giornate al termine per decretare le quattro semifinaliste di questo torneo. Tre sono le squadre che si contendono il primato: **La Piave Volley**, **Pol. Casier** e **Pallavolo Motta**. Per il quarto posto lotta a due tra le bellunesi dell'Effedi Santa Giustina e dell'Alpifind Belluno.

U16F. Due le giornate al termine della regular season nei 7 gironi da cui usciranno le 16 squadre che approderanno agli ottavi di finale. Nel girone A guida il **P.S. San Vendemiano Bianco**. A contendersi il secondo posto Pallavolo Meduna ASD e Volley Codognè. Nel girone B testa a testa tra **Rock Volley Piave** e **Spes Volley** staccate di un solo punto. Nel girone C grande attesa per la sfida del 19 gennaio alle 18.30 a Vittorio Veneto dove le locali dell'**UP Costa GEEM** proveranno a strappare il primato alla Pallavolo Susegana ASD. Nel girone D guida sicuro il **Volley Fontane**. A contendersi la piazza d'onore Veneto Banca e Polisportiva Preganziol B. Nel girone E dominio dell'**Asolo Volley**. Seguono Polisportiva Biedenese e I Colori del Volley. Nel girone F **Giorgione Pallavolo** ed **Ezzelina Volley Carinatese Blu** si giocheranno la prima posizione nella sfida di sabato 15 alle 17.30 a Castelfranco Veneto. Nel girone G l'**Albatros Volley** è matematicamente prima. Seguono General Filter Paese e Polisportiva Preganziol A.

U16M. Quattro giornate al termine dei due gironi da cui usciranno le otto squadre che giocheranno i quarti di finale. Nel girone A dominio della **Sisley Treviso**, già sicura della qualificazione al pari del **GS Povegliano ASD Volley** e l'**Alpifind Belluno**. L'ultimo posto valido per la qualificazione se lo contendono **Giorgione Pallavolo** e **Pallavolo Susegana ASD**. Stessa situazione nel girone B dove **G.S. Olympo F.M. di Fantin**, **Memo 95** e **Pol. Casier** sono già sicure dell'accesso ai quarti. Lotta a due tra **San Biagio Volley** e **La Polisportiva Casale** per l'ultimo posto disponibile.



PRO Memoria

Riunioni e Appuntamenti

Riunione Tecnica Fascia B e C

- Venerdì 4 febbraio (20.00) PAL. LICEO DA VINCI, Via De Coubertin, Treviso

Allenamenti:

- Venerdì 14 Gennaio (20.00) PAL. LICEO DA VINCI, Via De Coubertin, Treviso

- Venerdì 21 Gennaio (20.00)

- Venerdì 28 Gennaio (20.00)

Campionati Provinciali

2DFC	6	15.01.11	17.00	PALLAVOLO MEDUNA ASD	MIANE VOLLEY	
U16FF	13	15.01.11	17.30	GIORGIONE PALLAVOLO	EZZ.VOLLEY CARINATESE BLU	
2DM	6	15.01.11	19.30	VALDOBBIADENE VOLLEY	MOGLIANO VENETO	
1DFB	6	15.01.11	20.30	MIANE VOLLEY	SAMARCANDA RESANESE	
2DFA	6	15.01.11	20.30	DON BOSCO "A"	ASS SPORTIVA SAN PAOLO	
U18FB	13	16.01.11	11.30	UP COSTA B.T.A.	SPES VOLLEY	
14	18.01.11	18.30		PALLAVOLO MEDUNA ASD	ICE VOLLEY PIAVE	U18FA
13	19.01.11	18.30		UP COSTA GEEM	PALLAVOLO SUSEGANA ASD	U16FC
7	22.01.11	19.30		ASS SPORTIVA SAN PAOLO	EZZ.VOLLEY CARINATESE	2DFA
7	22.01.11	20.00		LA PIAVE VOLLEY	SISLEY TREVISO	1DM
7	22.01.11	20.30		GT. TOSATTO ZERO VOLLEY	NOVALEGNO VOLLEY CODOGNE'	1DFA
7	22.01.10	20.30		RIME BESSICA	VALDOBBIADENE VOLLEY	2DM
7	22.01.11	20.30		LA POLISPORTIVA CASALE	GENERAL FILTER PAESE	2DFC
1DFB	3	24.01.11	20.30	ICE VOLLEY PIAVE	MIANE VOLLEY	
2DFA	8	26.01.11	20.00	VENETO BANCA	PREGANZIOL ASD	
2DFC	8	28.01.11	20.30	SAMARCANDA RESANESE	VOLLEY CESSALTO	
1DFB	8	29.01.11	20.00	ICE VOLLEY PIAVE	SAMARCANDA RESANESE	
1DM	8	29.01.11	20.30	PAVAN ABBGLIAMENTO	KASTEL CONEGLIANO	
8	01.02.11	21.00		POL. CASIER	PALLAVOLO MOTTA	2DM
9	05.02.11	19.00		SAMARCANDA RESANESE	PALLAVOLO NERVESA	1DFB
9	05.02.11	19.00		LA PIAVE VOLLEY	PALLAVOLO NERVESA	1DM
9	05.02.11	20.30		POLISPORTIVA BIADENESE	PALLAVOLO MEDUNA ASD	2DFC

PARTITE DI CARTELLO!

1^a WEEK

2^a WEEK

3^a WEEK

4^a WEEK

80

PROMemoria