



## Scuola Calcio Mirabella

1. Storia
2. Obiettivi
3. Organigramma societario
4. Numero, ruoli e qualifiche degli istruttori
5. La scuola calcio e le Metodologie utilizzate
6. Dati statistici (bacino d'utenza)
7. Strutture

### 1. Storia

Il Centro Sportivo MIRABELLA nasce nel 1990 da un'idea dei soci fondatori, Pasquale, Santo e Caterina Praticò, che hanno voluto creare una struttura sportiva polivalente privata, unica nel suo genere, che offrisse una risposta ad un'esigenza sempre crescente del reggino di trovare un luogo dove poter praticare il calcio a 5, il tennis, la pallacanestro e la pallavolo. Nell'Ottobre del 2008 si realizza un sogno dei titolari: l'avvio di una Scuola Calcio alla quale viene dato il nome della struttura che la ospita nasce così la A.S.D. MIRABELLA, grazie soprattutto alla professionalità e competenza di Davide Tortorella che vanta un curriculum di esperienze importanti nella gestione e programmazione del settore giovanile e delle scuole calcio in particolare. Oggi la società si occupa della crescita calcistica dei ragazzi in età dai 4 ai 14 anni avendo raggiunto la categoria giovanissimi regionali ed avendo in progetto per il prossimo anno di formare una squadra di allievi sempre regionali. Negli ultimi anni la scuola si è consolidata nel territorio reggino.

Ad oggi la scuola calcio Mirabella, pur essendo ancora giovane e non avendo grande esperienza alle spalle, con i suoi quasi 300 allievi, rappresenta una delle migliori realtà sportive e non solo, del calcio calabrese. All'interno della scuola calcio Mirabella nasce, nel 2011, la squadra di calcio a 5 femminile che si iscrive campionato provinciale organizzato dal CSI, partecipa al campionato, sempre di calcio a 5 femminile organizzato dalla UISP arrivando a disputare pure le fasi nazionali e dalla s.s. 2017/18 partecipa al campionato federale (FIGC) serie C e nella stagione in corso vince la coppa Italia regionale di categoria e, nel percorso nazionale della stessa arriva fino alle final eight.

### 2. Obiettivi

Obiettivo fondamentale della Mirabella è cercare di conciliare la crescita dei ragazzi dal punto di vista umano e sociale portando avanti la ricerca del risultato sportivo, collettivo ed individuale, mai messo davanti a quelli che sono i diritti del bambino/ragazzo quali il divertimento ed di gioco, il diritto di avere tecnici che siano prima di tutto educatori, il diritto di non essere obbligatoriamente un campione. La scuola calcio si interfaccia con la famiglia per far trascorre i propri ragazzi in un ambiente che sia il più sano possibile.



### 3. Organigramma societario

Presidente: *Dott. Santo Praticò*

Direttore Generale: *Angelo Davide Tortorella*

#### **Categoria Giovanissimi Regionali**

Allenatore: *Domenico Marrara*

Preparatore Atletico: *Prof. Gennaro Nisticò*

Preparatore Portieri: *Alessandro Quarta*

Dirigente Accompagnatore: *Praticò Santo*

#### **Categoria Giovanissimi Provinciali e Sperimentali**

Allenatori: *Domenico Marrara,*

Preparatore Atletico: *Prof. Gennaro Nisticò*

Preparatore Portieri: *Alessandro Quarta*

Dirigente Accompagnatore: *Praticò Santo*

#### **Categoria Esordienti 2006**

Allenatore: *Massimo Sassi*

Preparatore Atletico/Coordinativo: *Prof. Gennaro Nisticò*

Preparatore Portieri: *Slava Anishchenko*

Dirigente Accompagnatore: *Praticò Santo*

#### **Categoria Esordienti 2007**

Allenatori: *Andrea Tortorella*

Preparatore Portieri: *Alessandro Quarta*

#### **Categoria Pulcini 2008**

Allenatori: *Davide Tortorella, Domenico Marrara*

Preparatore Portieri: *Antonino Spanò*

Reggio Calabria – via Vito inferiore, 52

0039 0965 881100 – [infoalcenttomirabella.it](mailto:infoalcenttomirabella.it) – [www.scuolacalcioimirabella.it](http://www.scuolacalcioimirabella.it)



Scuola Calcio Mirabella

### **Categoria Pulcini 2009**

Allenatori: *Santo Ambrogio, Marrara Domenico*

Preparatore Portieri: *Slava Anishchenko*

### **Categoria Pulcini 2008**

Allenatori: *Andrea Tortorella*

Preparatore Portieri: *Antonino Spanò*

### **Categoria Primi Calci 2010**

Allenatori: *Lucrezia Mallamaci, Jessica Dascola*

Preparatore Portieri: *Antonino Spanò*

### **Categoria Primi Calci 2011**

Allenatori: *Lucrezia Mallamaci, Jessica Dascola*

Preparatore Portieri: *Antonino Spanò*

### **Categoria Primi Calci 2012/13**

Allenatori: *Lucrezia Mallamaci, Jessica Dascola*

Preparatore Portieri: *Antonino Spanò*

### **Settore Femminile**

#### **Prima Squadra calcio a 5**

Allenatori: *Domenico Marrara*

Preparatore Portieri: *Paolo Rosi*

Dirigente Accompagnatore: *Emy Priolo*

### **Allieve e Giovanissime**

Allenatori: *Domenico Marrara*

Reggio Calabria – via Vito inferiore, 52

0039 0965 881100 – [infoalcttomirabella.it](mailto:infoalcttomirabella.it) – [www.scuolacalcioirabella.it](http://www.scuolacalcioirabella.it)



Scuola Calcio Mirabella

Preparatore Portieri: *Paolo Rosi*

Dirigente Accompagnatore

*Emy Priolo*

#### **4. Numero, ruoli e qualifiche degli istruttori**

##### **Supervisore tecnico**

Nevio Orlandi, Allenatore Uefa Pro

##### **Direttore tecnico**

Davide Tortorella, Allenatore Uefa B (in corso di svolgimento)

##### **Medico Sociale**

Dott. Giuseppe Meliado, Specialista in Ortopedia

##### **Allenatori**

Domenico Marrara, Allenatore Uefa B (in corso di svolgimento)

Andrea Tortorella, Allenatore Uefa C

Santo Ambrogio, Grassroot Livello E

Lucrezia Mallamaci, Grassroot Livello E

Jessica Dascola, Grassroot Livello E

#### **5. La scuola calcio, le Metodologie utilizzate**

La scuola calcio oggi conta 322 ragazzi dai 2014 fino la categoria esordienti, 40 Giovanissimi e 30 ragazze tra prima squadra e categorie allieve e giovanissime. Le categorie sono suddivise per anno di nascita. La scuola calcio propone un avviamento di base per le annate dal 2014 al 2011 divisi solo per anno di nascita, si differenzia invece nelle categorie successive. Infatti nelle categorie Pulcini ed esordienti la distinzione viene fatta oltre che per anno di nascita anche per "livelli di apprendimento", quindi per la categoria pulcini 2009 esistono due gruppi divisi in scuola calcio ed accademia. La differenza tra i due livelli sta nella differenziazione delle diverse capacità, nella frequenza degli allenamenti (2 la scuola calcio, 3 l'accademia), naturalmente nella differenziazione di programmazione proposta e negli obiettivi prefissati. In sintesi la scuola calcio oltre a mantenere gli obiettivi di crescita del ragazzo propone un progetto più ludico e meno impegnativo, l'accademia

Reggio Calabria – via Vito inferiore, 52

0039 0965 881100 – [infoalcettomirabella.it](mailto:infoalcettomirabella.it) – [www.scuolacalcioirabella.it](http://www.scuolacalcioirabella.it)



mira alla crescita del ragazzo in tutti i suoi aspetti con obiettivi più specifici. Nella categoria giovanissimi la distinzione viene fatta solo in base ai livelli di apprendimento, regionali la prima fascia, le squadre provinciali per i ragazzi che escono dalla scuola calcio e sperimentali per l'inserimento dei ragazzi sotto età che ancora appartengono alla categoria esordienti ma già pronti dal punto di vista fisico. Le metodologie applicate agli allenamenti dell'accademia mettono in primo piano le capacità individuali del ragazzo: affinamento tecnico e lavoro specifico. Non si punta ad una specializzazione precoce del ragazzo ma cerchiamo di rispettare i tempi di ogni ragazzo affrontando tutti i campionati dal calcio a 5 o a 6 nelle categorie più piccole passando per il calcio a 7, a 9 ed a 11. Il lavoro coordinativo di tutte le categorie avviene con l'attrezzo palla, anche la preparazione atletica delle categorie giovanissimi non viene fatta mai a secco. La durata degli allenamenti varia dall'ora e mezzo delle categorie piccole alle due ore delle categorie più grandi. Accanto la scuola calcio e l'accademia è stato creato un laboratorio denominato Mirabella Lab che si occupa della crescita del ragazzo sia dal punto di vista morfologico che tecnico. Dal punto di vista tecnico il ragazzo che si iscrive al Lab partecipa a sedute di tecnica individuale con cadenza settimanale. Il monitoraggio del ragazzo dal punto di vista fisico viene fatto attraverso alcune visite specialistiche ripetute nell'arco dell'anno:

#### **NUTRIZIONISTA**

- 1 – anamnesi delle abitudini alimentari e informativa su patologie o intolleranze nutrizionali dell'atleta e valutazione antropometrica, misurazione circonferenze, plicometria, BMI.
- 2 – TEST IMPEDENZIOMETRICO, per analizzare la quantità di massa/grassa muscolare, la quantità di liquidi ripartita in porzione nell'organismo.

#### **PODOLOGO**

- 1 – si effettua l'analisi delle pressioni plantari in fase di standing mono e bipodale.
- 2 – si effettua uno studio della fase dinamica valutando le percentuali di ripartizione della superficie di appoggio e di carico tra le due impronte e tra retro piede e avampiede.

#### **OSTEOPATA**

- 1- Si effettueranno una ventina di test, in modo da valutare l'atleta su molteplici aspetti; dalla valutazione sulla colonna, blocchi e rigidità, asimmetrie corporee e tutti quegli aspetti che potrebbero perturbare per i ragazzi una crescita corretta e per gli adulti vari atteggiamenti posturali ormai radicati ma comunque migliorabili, al fine di effettuare una attività sportiva sana migliorando la propria qualità di vita.

#### **MONITORAGGIO SPORTIVO**

- monitoraggio live durante l'allenamento.
- identificazione delle zone di allenamento.
- carichi di lavoro ed intensità.
- performance di gruppo.
- test di recupero veloce
- test di recupero di gruppo
- epoc contrl (eccesso consumo d'ossigeno)
- consumi metabolici di carboidrati e grassi



- valutazione della variabilità della frequenza cardiaca, aggiornando tramite il software in maniera automatica tutti i nuovi valori dell'atleta durante gli allenamenti
- test di potenza arti inferiori
- test velocità
- test agility.
- test recupero notturno (identifica segnali di sovrallenamento)
- misurazione dello stress (identifica i fattori di stress ed i momenti di recupero durante la vita quotidiana)
- monitoraggio continuo per due giorni consecutivi per quegli atleti che verificiamo abbiano fattori di sovrallenamento o che abbiano difficoltà nello svolgimento dell'attività sportiva.
- valutazione del livello di forma fisica.

#### 6. Dati statistici (bacino d'utenza)

La scuola calcio Mirabella si trova al centro/nord della città di Reggio Calabria. La città, capoluogo di provincia ha una popolazione di ca. 183.000 abitanti (ca. 60.000 famiglie). Il bacino di utenza praticamente è rappresentato da tutti i ragazzi e ragazze nell'età dai 4 ai 14 anni che rappresentano il 18% della popolazione pari a 33.000 ragazzi con una percentuale di maschi del 47%.

Nella stagione corrente contiamo

Anno di nascita	Numero
2012/13/14	40
2011	16
2010	31
2009	29
2008	30
2007	38
2006	32
2005	22
2004	32
2003	22
2002	18
femminile	27

Totale ragazzi e bambini: 337

Stagione 2017/18

Totale ragazzi e bambini: 321

Stagione 2016/17



Totale ragazzi e bambini: 299

Stagione 2015/16

Totale ragazzi e bambini: 246

## 7. Strutture

Strutture utilizzate:

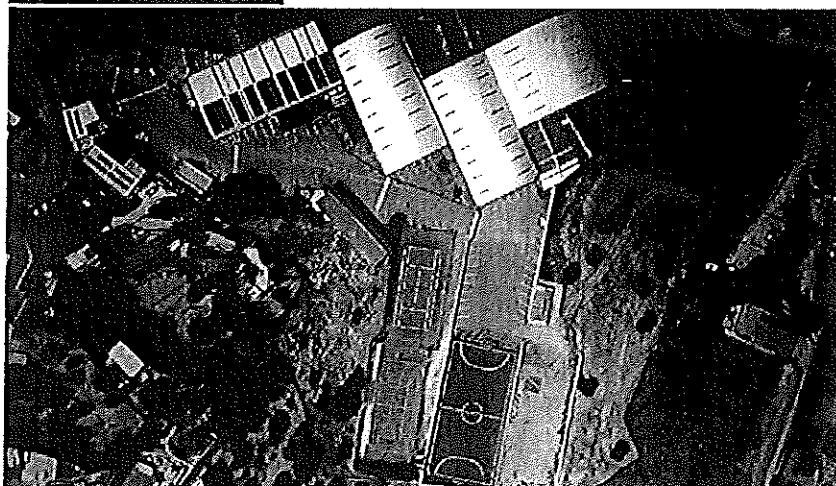
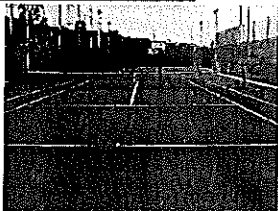
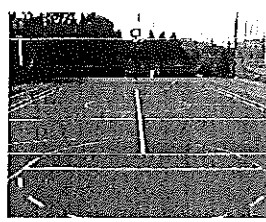
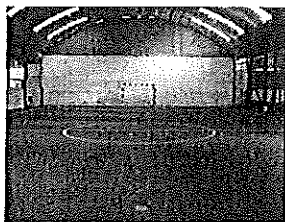
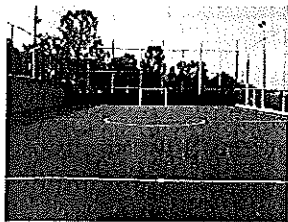
### I - Centro Sportivo Mirabella

Struttura di proprietà che si estende su una superficie di 17.000 mq e comprende:

- 4 campi di calcio a 5 coperti, misure 20mx40m
- 01 campo di calcio a 5 scoperto, misura 24mx45m
- 01 campo da tennis
- 01 campo polifunzionale basket/pallavolo
- 01 sala conferenze
- 02 uffici
- 03 magazzini
- 15 spogliatoi con docce
- parcheggio per circa 125 automobili
- 01 pulman per il trasporto dei bambini
- 01 bar
- 01 sala mensa



Scuola Calcio Mirabella



## II - Centro sportivo Sant'Antonio

Struttura in affitto e comprende:

- 01 campo di calcio a 9 in erba sintetica, misure 60mx30m
- 4 spogliatoi
- tribuna
- 01 ufficio
- 01 magazzino
- 01 sala mensa
- 01 sala conferenze
- parcheggio 30 macchine

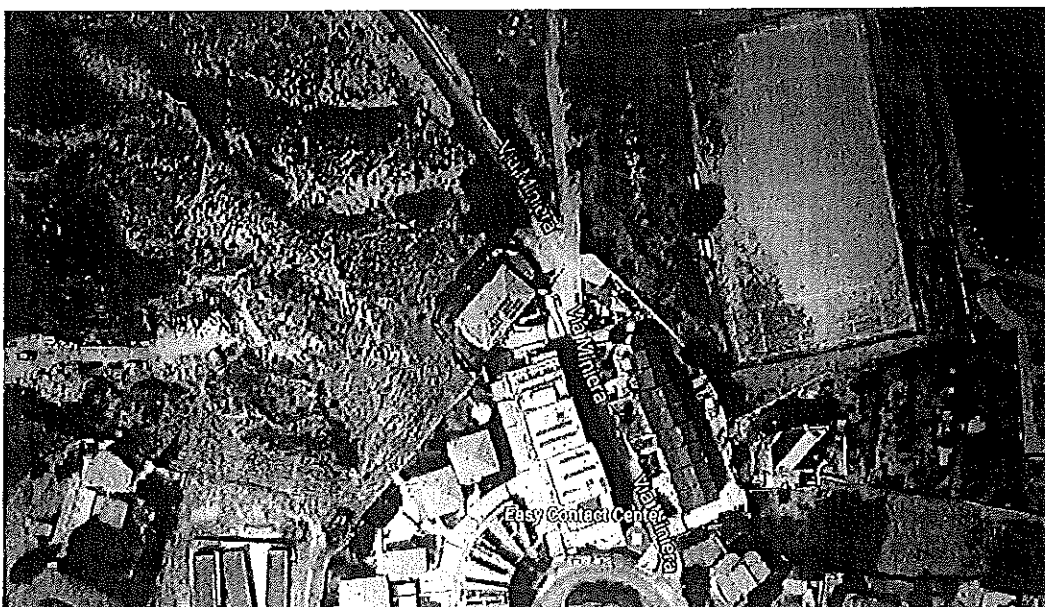




### III - Stadio Comunale di Gallina

Struttura in affitto e comprende:

- 01 campo di calcio a 11 in terra
- 4 spogliatoi
- utilizzo provvisorio in attesa della riapertura dello stadio comunale di Ravagnese, struttura in concessione comunale annuale in attesa di rinnovo.



## Breve storia della Mirabella calcio a 5 femminile

All'interno della scuola calcio Mirabella, dietro espressa richiesta sia delle mamme che accompagnavano i bambini agli allenamenti, che di Pamela Presto (presente fin dalla nascita della stessa scuola calcio, nonché responsabile dei bambini (4, 5 e 6 anni fino alla stagione sportiva 2013/14) e figura di rilievo nel panorama calcistico nazionale, con la collaborazione della compianta Benedetta Cozzupoli e la voglia di realizzare sempre qualcosa di nuovo di Davide Tortorella, nasce, nel 2011, la squadra di calcio a 5 femminile che si iscrive al "championship", campionato provinciale organizzato dal CSI. L'idea delle mamme e la coriacea volontà, oltre all'esperienza, di Pamela ottengono risultati sorprendenti: nell'anno calcistico 2011/12 le ragazze/mamme vincono sia il campionato provinciale e si classificano seconde sia alla woman's cup provinciale CSI, che alla notte rosa (tutto in una serata). Promosse alla Premier League, le ragazze del Mirabella continuano a mietere successi. Il movimento del calcio a 5 femminile a Reggio Calabria, grazie anche allo scudetto conquistato dalla ProReggina nel 2014 fa proselitismo e vede il Mirabella in prima linea nella promozione, divulgazione e pratica di questo sport. Con l'aiuto di appassionate, prima calciatrici e poi dirigenti quali l'avv. Emy Priolo e l'avv. Emanuela Gullì la società riesce ad ottenere consensi anche dal mondo economico con dei contributi che permettono di affrontare con serenità i vari campionati degli enti di promozione sportiva a cui le "ragazze" partecipano

Di seguito sia il direttivo che i nominativi delle ragazze:

Praticò Dr. Santo (Presidente), Tortorella Davide (Direttore Generale), Fabio M., Giuseppe Scopelliti, Marrara Domenico (allenatore), Andrea Tortorella (allenatore):

Atlete: Pamela Presto (K), Benedetta Cozzupoli, Mallamaci Lucy, Spanò Anna, Spanò Alessia, Morabito Carmen, Spanò Martina, Sarica Mary, Biondo Maria, Milea Antonella Casile Antonella, Dascola Jessica, Priolo Emy, Gullì Emanuela, Ripepi Monika.

REGGIO CALABRIA li 02/05/2019

