



# OVALMENTE

DIRETTORE RESPONSABILE: DAVIDE MACOR. EDITORE: NPR - NON PROFESSIONAL RUGBY ([www.nprugby.it](http://www.nprugby.it))



## Il Rugby a sette: storia e curiosità

INTERVISTA A GIULIO RUBINI

Un italiano sulla panchina della  
Norvegia 7s

Un circuito Seven tutto italiano? Ne  
parliamo con Francesco Cirinà

**numero 07**

Giugno 2020  
[www.nprugby.it](http://www.nprugby.it)

Io amo il rugby, lo amo visceralmente profondamente; il rugby è rugby e nulla può avvicinarsi alla perfezione che questo sport può rappresentare, un'armonica unione tra velocità e potenza, istinto e tattica, dove tutti possono sviluppare le proprie caratteristiche ed attitudini al servizio della squadra, dell'obiettivo, della META!

Rugby sono le ali veloci, i centri potenti, i tecnici mediani, il rugby è il sostegno delle terze linee e i balzi delle seconde, il rugby è la spinta ed il gioco dei piloni e la presenza di un tallonatore. Il rugby è l'armonia di tutto questo, il RUGBY è RUGBY e nulla quindi può essere paragonato o accostato a LUI!

## Rugby a sette, origini e storia

Di Francesco Brolis

Sarebbe come chiedersi se è più bello il rugby o lo snow rugby, il beach rugby o i molti altri modi che finalmente sono atterrati su questo pianeta per far conoscere al mondo il nostro pallone ovale e soprattutto per far giocare e divertire i rugbisti in momenti staccati dal campionato o dalla normale attività agonistica.

Fatta questa doverosa e soprattutto sentita premessa, che non mi porterà mai a paragonare il seven con il rugby, non nego di amare il gioco del rugby a sette ed in questa rubrica mi piacerebbe parlarne con chi già lo conosce e soprattutto farlo conoscere meglio a chi ancora poco ne conosce aspetti, caratteristiche.

Del resto il seven probabilmente rappresenterà un importante veicolo di promozione del nostro sport, calcolando che è entrato a far parte degli sport olimpici e questo di certo porterà una grande visibilità sia alla disciplina specifica che al rugby in genere.



### Origini e storia

Il rugby a sette nasce nel 1883 a Melrose cittadina degli Scottish Borders, in Scozia. Sarebbe stato un macellaio di nome Ned Haig giocatore del Melrose, ad avere questa idea durante una festa dello Sport, attesissima in tutta la regione e che prevedeva anche un torneo di rugby. Tutto era pronto e "The Ladies of Melrose" avevano scelto un trofeo da consegnare proprio alla squadra vincitrice del torneo di rugby.



Una squadra (il Kelso) delle otto previste però non si presentò quindi Haig e i promotori della festa, che si stava svolgendo tra un pubblico incredibilmente numeroso e pieno di attese, decisero per il "Seven a side" o il "short rugby" 7 squadre, 7 giocatori, tempi di 15 minuti, alla prima segnatura fine della partita: così iniziò il gioco;

il Melrose e il Gala giunsero alla finale quindi il trofeo fu vinto dal Melrose.

Era il 28 aprile 1883 di una giornata fredda e piovosa. Il gioco restò confinato in Scozia, quasi sempre per feste paesane, fino al 1926 quando a Londra, sulla spinta degli scozzesi della capitale, si organizzò il primo Middlesex Seven.

A distanza di 133 anni dalla sua nascita, dal 2016 il Rugby seven è diventato uno sport Olimpico.



# Un italiano sulla panchina della Norvegia 7s: Luigi Zangrilli da Roma

di Valerio Amodeo



**Come è iniziata la tua avventura con la nazionale norvegese?**

Un amico norvegese ex compagno di squadra al villa, che poi ho anche allenato quando da giocatore sono diventato direttamente allenatore della prima squadra, mi avvisa che la nazionale norvegese a XV cercava un allenatore, e mi manda il bando a cui partecipare.. inizialmente sono rimasto spiazzato dalla modalità a bando.. chiunque poteva proporsi e sarebbe stato giudicato sulle esperienze e referenze, era la prima volta che mi capitava nel rugby... mentalità scandinava, molto aperta...mando l'applicazione e aspetto... dopo qualche settimana mi chiama il presidente della federazione per dirmi che avevano scelto un altro allenatore più accreditato di me, ma che stavano per cambiare anche l'allenatore della nazionale 7s e che mi consigliava di partecipare al bando per il 7s che avrebbero pubblicato a breve (nel mio curriculum c'erano esperienze e corsi 7s qui in italia), ...altro bando, altra applicazione, altra telefonata del presidente... stavolta ero stato scelto.





**In Italia l'attività seven si svolge prettamente con tornei estivi e i ragazzi che giocano a seven lo fanno spesso in maniera indipendente rispetto ai club. Come funziona in Norvegia?**

In Norvegia tutto il rugby è un "summer sport" e si concentra nei mesi da aprile a ottobre.. con interruzione estiva di un mese per le vacanze... e la maggioranza dei giocatori giocano a XV a 7s e a RugbyLeague, con un calendario che tra attività di club e 3 squadre nazionali è difficile da calendarizzare...sono 5 i club che partecipano al campionato a XV e 7s (sono di più per il League), e con la federazione e il manager della nazionale siamo riusciti ad ottenere che ogni anno si giocano almeno 4 tornei 7s ufficiali.

**Come si svolge il tuo lavoro?**

Sono impegnato in Norvegia (o altrove per tornei) per 6-8 weekend all'anno, organizziamo dei training camp di due giorni nelle 4 principali città (Oslo, Stavanger, Bergen e Trondheim) chiedendo ai giocatori di viaggiare (a proprie spese) per fare il maggior numero di training camp all'anno, il weekend di allenamento è molto intenso e ha un ritmo continuo con sessioni video-allenamenti-meditazione e alimentazione ogni 3 ore si ripete per 2 o 3 volte al giorno, simulando il ritmo dei tornei e sviluppando le abilità e la conoscenza del gioco. Cerchiamo ogni anno di partecipare ad un torneo internazionale (lo scorso anno al Corviale7s) e giochiamo l'europeo di conference1 (terza serie). Nel 2019 abbiamo partecipato con lo staff e i giocatori del gruppo anche al primo europeo di snowrugby.

**Quali gli obiettivi prefissati per il breve e medio termine?**

Sviluppare la cultura 7s in Norvegia, aumentare il numero di giocatori che partecipano ai training camp e fargli fare esperienza inserendo anche giovani con una buona etica dell'allenamento. Quando sono arrivato la nazionale 7s aveva un core di 20 giocatori esperti e competenti ma dietro c'era ben poco. Molti di loro avevano deciso di smettere con la nazionale, e al primo Europe ho fatto esordire 8 giocatori su 12. Ora abbiamo più di 40 ragazzi che hanno fatto un percorso con noi ed esperienza a diverso livello, e vogliamo competere con tutte le squadre della conference, nell'europeo 2019 abbiamo superato 7 squadre superiori a noi nel ranking arrivando settimi su 16 squadre. Purtroppo quest'anno non si gioca per l'epidemia, ma in un torneo 7s tutto può succedere, cercheremo di migliorare ancora per competere per la promozione.

**C'è qualcosa della tua filosofia di lavoro o del tuo metodo che hai dovuto adattare?**

La mia filosofia è rimasta la stessa. Più che adattare ho imparato molto. La possibilità di fare esperienza con culture diverse e di avere sempre il setup del training camp ha modificato le mie abilità di analisi e timing. Il lavoro a distanza sia spaziale che temporale mi ha spinto ad affinare le mie abilità organizzative e di pianificazione. Il confronto con la federazione - dove ho potuto influenzare alcune scelte strategiche - mi ha dato la possibilità di avere una visione di insieme di alcune criticità.





### E qualcosa che, invece, hai portato qui?

Allenare in una lingua non mia mi ha portato a scegliere accuratamente le parole da usare, questione che sto provando a modificare anche in Italia. L'etica dell'allenamento dei ragazzi norvegesi è molto più sviluppata che nei nostri questo mi ha spinto a chiedere di più ai ragazzi che alleno in Italia su questo, ma anche a trovare una modalità diversa per ottenere miglioramenti sotto questo aspetto. Il senso di appartenenza che alcuni di loro hanno mostrato in situazioni critiche. Charlie, mediano di mischia e fisioterapista, al primo Europeo si rompe il polso alla prima partita, non volle fare la lastra, ma pretese di essere utile alla squadra rimanendo a disposizione con una fasciatura contenitiva e giocando qualche minuto per far rifiatore l'altro mediano. Mi ha fatto capire quanto la mente possa spingerci oltre i limiti, e come il sentirsi parte di un processo, di una squadra e condividere obiettivi individuali e comuni, sia più importante di molti dettagli tecnici.

### Il seven in Italia, se avessi la bacchetta magica, cosa faresti?

Vincere l'olimpiade va bene come risposta?

### Senza bacchetta, quali dovrebbero essere i primi passi da fare?

È un percorso lungo, molte cose si stanno già facendo, abbiamo un allenatore che potrebbe guidare qualsiasi squadra delle world series e siamo una delle poche federazioni che ha inserito i corsi 7s per allenatori nel percorso formativo. Dovremmo solo giocarlo di più.



## Giulio Rubini tra presente, passato e futuro del rugby a sette in Italia

di Valerio Amodeo

### Qual è la situazione del rugby seven in Italia?

La situazione del rugby seven in Italia in questo momento e' in stallo, come penso molte discipline sportive, l'ultimo torneo in Chile ed Uruguay ( prima del corona virus) ci ha fatto capire che c e' da lavorare per raggiungere l' alto livello e che ci sono delle realtà " piccole" che stanno crescendo molto velocemente, investendo soldi e risorse in questa disciplina. Noi con i mezzi a disposizione stiamo cercando di tenere il passo, ma indubbiamente e' molto complicata. Abbiamo uno dei tecnici ( mio parere) più preparati sul Seven al mondo e probabilmente uno dei migliori tecnici di rugby che l'Italia abbia mai avuto, un gruppo di ragazzi giovani, e con ottime potenzialità ,che pero' hanno troppo poco tempo a disposizione per stare insieme.

**La mia sensazione è che la maggior parte delle società di rugby non prendano in considerazione il rugby a sette considerandolo esclusivamente una realtà "estiva". Sei d'accordo? e Perché?**

Sono d'accordo, l ho notato quando cercai di far crescere il movimento fondando il primo club iscritto in FIR che svolgesse solo attività Seven, la risposta dei club alla creazione di allenamenti mirati alla disciplina non fu affatto positiva . Penso che noi come Italia 7 dobbiamo dare credibilità a questa disciplina, e penso che tutto lo staff lo stia facendo alla grande, servirebbe secondo me maggior peso Federale al riconoscimento del Seven, partendo dalle convocazione per finire con incentivi a giocatori e società.

**In questo ultimo periodo la nazionale italiana di rugby a sette ha ottenuto risultati altalenanti, tra ottime prestazioni e qualche sconfitta inaspettata. Cosa è mancato per avere una continuità di risultati?**

Hai già risposto te. Proprio la continuità , manca esattamente questo. Ci troviamo ad affrontare nazionali, che per la maggior parte svolgono solo seven tutto l anno, hanno accademie , svolgono tornei in tutta la stagione , non solo nel periodo estivo, hanno maggior tempo per allenarsi in maniera sport-specifica sia dal punto di vista tecnico/tattico sia fisico. Questo e' fondamentale per il seven, per curare quegli aspetti così diversi rispetto al 15.



**Tra le nazionali più avanti rispetto alla nostra nel ranking mondiale spiccano alcune che invece, rispetto al rugby XV sono molto indietro. Come si spiega questo?**

Ci sono secondo me diversi aspetti, sicuramente le caratteristiche sport-specifiche del seven possono avvantaggiare alcune nazionali che nel 15 farebbero molta fatica, ad esempio Uganda, Zimbabwe, Tonga hanno qualità fisiche o doti tecniche "innate" che le fanno partire già un gradino sopra, poi sicuramente l'aspetto legato alla risposta precedente, pianificazione del progetto-mezzi e tempo a disposizione permettono a piccole realtà di crescere velocemente in maniera esponenziale. Faccio sempre esempio della Germania, con 2 accademie e un progetto lungimirante sono passati da risultati di medio/basso livello a vincere l'Europeo l'anno scorso.

**Se avessi carta bianca e potessi organizzare lo sviluppo del rugby seven in Italia cosa faresti?**

Bellissima domanda. Per me Basterebbe creare un Accademia, come era stato già discusso, di giocatori "specializzati" nel Seven, questo è fondamentale, creare un gruppo di ragazzi che tutto l'anno svolga questa disciplina, questo permetterebbe di lavorare su aspetti che altrimenti sarebbe impossibile allenare. Permetterebbe di fare molti tornei di preparazione ai tornei di qualifica, questo aspetto è fondamentale ed è limpido come i ragazzi quando più tornei consecutivamente abbiano una crescita smisurata. La continuità nel lavoro specifico permetterebbe all'Italia di avvicinare le nazionali più competitive, ne sono certo.

**Qual è la migliore qualità che un giocatore deve avere per giocare a seven?**

Questa disciplina è stupenda perché i giocatori di Seven secondo me devono essere dei "Cyborg", non conosco preparazioni fisiche per gli sport più eterogenee e trasversali, devono essere i più veloci, con un'ottima resistenza anaerobica ed aerobica, fortissimi, a livello cognitivo noi puoi distrarti mezzo secondo e devi fare sempre la scelta giusta, a livello tecnico non puoi peccare, passaggio sbagliato di 3 cm e rovini un'azione. Ma secondo me la cosa che lo differenzia più dal 15 è che non ti puoi "nascondere", questo permette ai ragazzi di migliorare parecchio sulla presa di decisione e sulla leadership. La miglior qualità che Andy vuole vedere in un ragazzo è la "Testa", come il ragazzo reagisce a fatica, errori, e come la riporta all'interno del gruppo, Non si molla mai!

**E il difetto che proprio non deve avere?**

Il difetto è esattamente l'opposto, reagire male ai problemi o errori, mollare nella fatica e soprattutto portare questi aspetti negativi sia dentro che fuori dal campo all'interno del gruppo. Sai giochi in 7 in un campo intero, se solo uno molla, hai perso.







Lo Juvenilia Bagnaria Arsa tra  
tornei Seven e pianificazione  
futura

Di Davide Macor

Nel nostro viaggio attraverso il Rugby a Sette italiano e le sue personalità abbiamo incontrato Francesco Cirinà, vicepresidente dello Juvenilia Bagnaria Arsa,; si tratta di una realtà ovale del Friuli Venezia Giulia che ha sposato la disciplina del Seven nello sviluppo di alcune proprie categorie.

#### **Allora, parlati di come vi siete avvicinati al Seven.**

Ci siamo avvicinati al seven grazie a Dario Cavaliere e ai suoi Cavalieri (Nazionale Italiana formata da Vigili del fuoco) che 3 anni fa ci propose per la nostra annuale Meta per Cosimo un format di rugby a sette, questo da svilupparsi nel mese di maggio 2017. Nell'autunno dello stesso anno ci siamo ritrovati ad avere una compagine di giocatori U18 e una U16 non in numero alto e che per scelta degli stessi non voleva essere ceduta a nessuna società del circondario, da qui abbiamo iniziato una ricerca per far giocare a Seven i nostri ragazzi nel periodo autunnale e invernale. L'impresa non semplice l'abbiamo realizzata nel dicembre 2017 quando grazie a Matteo Mazzantini (uomo seven del CRveneto) abbiamo trovato un gruppo di società dalla Lombardia al Trentino, passando per il veneto che aveva la nostra stessa identica situazione e nel Seven aveva trovato la via. E' iniziato per i nostri ragazzi un intenso periodo con molte trasferte anche importanti, i chilometri in gioco erano notevoli, ma la consapevolezza di essere i precursori su questa strada era ed è tanta.

#### **Come Juvenilia vorresti specializzarti nella disciplina, guardando al futuro?**

Il seven per Juvenilia è sicuramente un format molto interessante e che continua ad attirare l'attenzione di molti utenti della nostra struttura sportiva, l'idea è di mantenere attive entrambe le filiere, anche perchè i numeri sulle due compagini Junior ( 16 e 18) sono importanti e in prospettiva lo dovrebbero essere anche in futuro. L'intenzione è di iscrivere compagini a 15 e se il numero dei giocatori lo permetterà continuare contestualmente l'attività seven facendo ruotare i giocatori tra le due compagini, si è notato negli atleti della 16 che l'anno scorso hanno giocato a seven un diverso approccio al gioco e una ricerca degli spazi non comune tra i loro pari età, non ti nascondo che vedere un Pilon che cerca la frattura nella linea difensiva piuttosto che caricare a testa bassa mette i brividi e sicuramente disorienta. Quindi sì il Seven è nel DNA di Juvenilia.

#### **Progetto campionato nazionale, come nasce e dove vuole arrivare**

2 anni fa abbiamo iniziato con alcuni organizzatori di tornei Seven a lavorare su un fronte comune per creare un format che potesse essere coinvolgente per tutti da Nord a sud d'Italia isole comprese, stiamo dialogando con la struttura federale e stiamo tentando di arrivare alla creazione di una sorta di campionato Italiano, ovviamente la strada è lunga ma in questo anno e mezzo di frenetici incontri su e giù per lo stivale abbiamo portato a bordo molti consensi e nuovissime idee, quindi state in campana lavoriamo per un futuro radioso.

**In che modo l'Italia potrebbe smuovere il comparto Seven che è decisamente indietro rispetto al resto d'Europa?**

Beh i risultati della nostra Nazionale seven parlano chiaro, dal mio canto chiaramente finchè le società non riterranno il seven un'opportunità sarà difficile smuovere le acque, tenendo conto che essendo una disciplina olimpica meriterebbe sicuramente un'attenzione maggiore, ma credo che guardando al futuro e in chiave demografica sarà fisiologico che molte società dovranno guardare al seven per rimanere in corsa ed è lì che si renderanno conto di quanto sia bello, appassionante e dinamico.

**Guardando al futuro cosa ti piacerebbe si realizzasse, parlando di Seven e di Juvenilia?**

Ne futuro di Juvenilia come ho avuto più volte modo di dichiarare vedo una filiera completa e perchè no una compagine Seniores, il progetto ambizioso per noi è quello di avere una seniores nota e cresciuta all'interno di Casa Juvenilia questo sarebbe un sogno che si avvera. Come noto lavoriamo per trovare fondi per avviare il progetto ambizioso di Casa Juvenilia che ci permetterebbe di ricambiare la fiducia dell'amministrazione Comunale e della parrocchia San Giorgio che ci ospita divenendo quel luogo aggregante per i giovani della bassa Friulana.



OVALMENTE N°7  
WWW.NPRUGBY.IT



TM EDIZIONI