

## Lotta

E' una delle discipline sportive più antiche che si conosca, esisteva già quando nacquero i giochi olimpici nell'antica Grecia. Era utilizzata per addestrare gli eserciti al combattimento corpo a corpo. In ogni cultura si è sviluppata una lotta con caratteristiche diverse, ma gli stili olimpici sono due: lo stile-libero e la greco-romana. L'**obiettivo** del lottatore è di atterrare l'avversario oppure vincerlo ai punti.

Nello **stile libero** è consentito afferrare le gambe dell'avversario, effettuare sgambetti ed utilizzare le gambe nell'esecuzione di qualsiasi azione. Nella **greco romana** le prese sono limitate al busto e alle braccia; è proibito afferrare l'avversario al di sotto delle anche, fare lo sgambetto ed utilizzare le gambe nell'esecuzione di qualsiasi azione tecnica. I contendenti indossano un costume rosso l'uno e blu l'altro, l'arbitro in divisa bianca, dirige l'incontro aiutato da due giudici di tavolo.

Si può vincere un incontro portando l'avversario con le spalle a terra (Atterramento), per superiorità tecnica (10 punti di differenza), abbandono del combattimento da parte di uno dei due contendenti, oppure per squalifica di uno di essi per comportamento antisportivo. Alla fine dell'incontro, l'arbitro assegna la vittoria e solleva il braccio del vincitore. Una stretta di mano all'inizio ed alla fine dell'incontro, sancisce un leale e corretto confronto.

Sono previste azioni tecniche che generano da 1 a 5 punti in base all'ampiezza della proiezione e alla posizione che l'avversario subisce nel contatto con la materassina. Allo scadere del tempo regolamentare è dichiarato vincitore ai punti chi ha conseguito il punteggio migliore. L'atleta inconcludente o che osteggia l'azione dell'avversario, viene richiamato per passività. E' prevista la squalifica per chi effettua intenzionalmente prese illegali o assume comportamenti contrari all'etica sportiva. Da Atene 2004 è stata introdotta la lotta femminile nello stile libero. Gli atleti sono suddivisi in categorie di peso, che sono per gli uomini quelle dei 55, 60, 66, 74, 84, 96 e 120 chilogrammi; per le donne quelle dei 48, 55, 63 e 72 chilogrammi.

01/08/2008