



LAZIO

VIA TIBURTINA 1072
00156 ROMA, IT



LAZIO.LND.IT



CR.LAZIO01@LND.IT
SEGRETERIA.PEC@LAZIO.LND.IT



+39 06 41603214 -233-257



Attività di Lega Nazionale Dilettanti

Comunicato Ufficiale N° 34 del 04/09/2026 Stagione Sportiva 2026-2027

INDICE

Segreteria
Cooling Break

Pag. 2

1. Segreteria

AVVISO ALLE SOCIETA'

COOLING BREAK

Il Comitato Regionale autorizza per il mese di settembre l'effettuazione del cosiddetto "**Cooling Break**" (sosta rinfrescante), un time out per consentire alle squadre di dissetarsi.

Un time out **della durata di 90 secondi** che andrà concordato prima della gara fra i capitani e l'arbitro in situazioni di caldo eccessivo. Il gioco verrà fermato per il tempo indicato in precedenza all'incirca al 30' di ciascuno dei due tempi, per consentire ai giocatori di dissetarsi. La durata della pausa dovrà essere aggiunta al recupero alla fine del tempo.

Questa la direttiva per le società:

si concede facoltà all'arbitro di far effettuare (qualora le condizioni meteo la prevedano e le società ne facciano richiesta) un cooling break, ovvero pausa per reidratarsi, per ciascuno dei due tempi di gioco.

Modalità:

- La pausa che viene concessa è di 90 secondi, all'incirca al 30' di ciascun tempo.
- Il pallone deve uscire dal campo affinché il cooling break possa iniziare.
- L'arbitro segnerà con un fischio l'inizio e la fine del break.
- Durante la pausa, i calciatori devono posizionarsi davanti alle rispettive panchine per rinfrescarsi.
- Il tempo di gioco continua a scorrere e la durata del break viene aggiunta al recupero alla fine del tempo.

Pubblicato in Roma il 4 settembre 2026

IL SEGRETARIO
Claudio Galieti

IL PRESIDENTE
Roberto Avantaggiato