

RUGBY LIGHT

Regolamento

GIOCATORI

Da 5 a 10/12 per squadra (in un campo da Rugby a 15 regolamentare).

PUNTI

Si segnano con la meta, la trasformazione (da eseguirsi da parte dello stesso giocatore che ha segnato la meta con calcio piazzato o drop) e il drop goal. Punteggi: 5 punti per la meta, 2 punti per la trasformazione, 3 punti per il drop.

TOCCO

A due mani sotto la cintura (=la linea che passa per l'ombelico)

-- deve essere portato senza eccessiva violenza

-- può avvenire solo dopo che il portatore è entrato in possesso della palla.

Inoltre:

-- è vietato toccare intenzionalmente il portatore di palla sulla parte superiore del corpo per rallentarlo o ostacolarlo;

-- è vietato evitare il tocco spingendo, allontanando o ostacolando i difensori.

Subito dopo il tocco, tutti i giocatori della squadra in difesa devono arretrare dietro una linea a 5 passi dal punto del tocco, eccetto un difensore (*marker*) che può rimanere sul punto del tocco davanti al giocatore che esegue il roll-ball (v.).

Se il portatore di palla è toccato a meno di 5 passi alla linea di meta avversaria o all'interno dell'area di meta avversaria (prima che esegua il tocco a terra), il roll-ball si gioca a 5 passi dalla linea di meta.

Se il portatore di palla è toccato all'interno della propria area di meta, si procede come per l'annullato nel caso in cui il pallone sia stato portato in area da un difensore (=con un roll-ball a favore della squadra in attacco a 5 passi dalla linea di meta).

La squadra in attacco ha a disposizione 3 tentativi. Dopo il terzo tocco la palla passa alla squadra in difesa, che la rimette in gioco con un roll-ball. Dopo un intercetto non completato (v.) il conto dei tentativi riprende da zero.

ROLL-BALL

Il giocatore toccato deve fermarsi sul punto in cui è avvenuto il tocco, poggiare subito la palla per terra e farla rotolare sotto le gambe entro 1 m.. Un giocatore in posizione di mediano (*acting half*) deve raccogliere il pallone e riprendere il gioco. Dopo che il mediano ha toccato la palla, il marker e gli altri difensori possono avanzare per contrastarlo. Se la squadra in attacco non rimette la palla in gioco entro 4 secondi dal momento del tocco, la palla passa alla squadra in difesa che la rimette in gioco con un roll-ball.

Il roll-ball è utilizzato anche dopo un in-avanti, un passaggio in avanti involontario e un intercetto non completato (v.).

INTERCETTO NON COMPLETATO

Se il pallone cade in avanti in conseguenza di un intercetto si tratta di in-avanti (=roll-ball a favore della squadra in attacco). Se però un giocatore contra il pallone ad un avversario che sta calciando e il pallone va in avanti, non si tratta di in-avanti e il gioco prosegue.

FUORIGIOCO

Sono in fuorigioco:

- i giocatori della difesa (escluso il marker) che durante un roll-ball non arretrano a 5 passi o avanzano prima che il mediano abbia toccato la palla;
- i giocatori della difesa che in occasione di un calcio di punizione non arretrano a 10 passi;
- i giocatori della squadra in attacco che si trovano davanti ad un compagno di squadra portatore di palla;
- i giocatori che si trovano davanti al compagno che ha calciato la palla, finché quest'ultimo o un altro giocatore partito dietro di lui non li supera.

Il giocatore in fuorigioco deve rientrare in-gioco senza interferire. Se gioca il pallone, si muove verso la palla, effettua un tocco o ostacola comunque gli avversari, è punito con un calcio di punizione (v.)

CALCIO DI PUNIZIONE

E' battuto con un calcio libero. La squadra punita deve arretrare a 10 passi dal punto di battuta. E' concesso in caso di:

- (a) fuorigioco;
- (b) in-avanti o passaggio in avanti volontario;
- (c) infrazioni contro lo spirito sportivo (es. proteste, palla allontanata, eccessiva aggressività nel tocco).

RIMESSA LATERALE

La rimessa spetta sempre alla squadra che non ha portato o calciato fuori la palla e viene battuta:

- (a) dalla linea laterale all'altezza del punto in cui la palla è uscita, se è stata portata o lanciata fuori;
- (b) dalla linea laterale all'altezza del punto in cui la palla è uscita, se è stata calciata dall'interno della propria metà campo e ha battuto in campo prima di uscire;
- (c) dal punto in cui la palla è stata calciata, se è stata calciata nella metà campo avversaria o se è stata calciata dalla propria metà campo, ma non ha battuto in campo prima di uscire.

PALLA OLTRE LA LINEA DI PALLONE MORTO O IN 'TOUCHE DI META'

Se il pallone è stato calciato da un attaccante dalla propria metà campo, la squadra in difesa lo rimette in gioco con un roll-ball dal punto in cui è stato calciato. In tutti gli altri casi, il gioco riprende come dopo un annullato (v.).

ANNULLATO

Se il pallone è stato fatto arrivare in area di meta da un attaccante, la squadra in difesa rimette in gioco la palla con un calcio libero a 5 passi dalla linea di meta.

Se il pallone è stato fatto arrivare in area di meta da un difensore, il gioco riprende con un roll-ball a favore della squadra in attacco a 5 passi dalla linea di meta.

CALCIO D'INVIO

All'inizio del tempo e dopo ogni segnatura, il gioco ha inizio con un calcio dal centro del campo. La squadra che calcia si schiera dietro la linea di metà campo, l'altra a 10 passi di distanza dalla metà campo. Se il pallone non supera la linea a 10 passi, il calcio va ripetuto. Se il calcio esce dal campo, la squadra che non ha calciato riprende il gioco con un calcio libero dal centro del campo. Dopo una segnatura, il calcio spetta alla squadra che ha segnato.

Note:

- 1. Per evitare che il gioco diventi confuso, l'applicazione delle regole su fuorigioco e in-avanti deve essere il più possibile rigorosa.**
- 2. Nel caso non ci sia un arbitro, la chiamata del tocco è affidata alla difesa e non è possibile chiedere il vantaggio.**