

RUGBY

LE REGOLE PRINCIPALI:

1. DUE SQUADRE DA 5 GIOCATORI CIASCUNA
2. IL GIOCO HA INIZIO DA CENTRO CAMPO: IL GIOCATORE IN POSSESSO DI PALLA DEVE POSARLA A TERRA SULLA LINEA DI META' CAMPO, STACCANDO LE MANI E TOCCANDOLA LEGGERMENTE CON IL PIEDE (**TAP O TAPBALL**) PER POI RIPRENDERNE IL POSSESSO E FARLA PASSARE SOTTO LE GAMBE CON UN LANCIO VERSO IL COMPAGNO DI SQUADRA POSTO DIETRO DI LUI. LA PALLA NON DEVE CADERE A TERRA. LA DIFESA AVVERSARIA E' SCHIERATA SULLA LINEA ROSSA DEL PROPRIO CAMPO (3 MT. DISTANTE DAL LANCIATORE)
3. OGNI SQUADRA DEVE MARCARE LA META DIETRO LA LINEA DI FONDO DELLA SQUADRA AVVERSARIA
4. IL PORTATORE DEL PALLONE, NEL TENTATIVO DI SEGNARE, DEVE CORRERE VERSO LA LINEA DI META AVVERSARIA CERCANDO DI NON FARSI **INGABBIARE** DALL'ALTRA SQUADRA. PRIMA DI ESSERE INGABBIATO IL PORTATORE CHE NON TROVI SPIRAGLI PER INCUNEARSI NELLE MAGLIE AVVERSARIE, PASSERA' L'OVALE AD UN SUO COMPAGNO.
5. LA PALLA NON PUO' MAI ESSERE PASSATA IN AVANTI, SOLO INDIETRO O EVENTUALMENTE SULLA STESSA LINEA DEL COMPAGNO
6. IL GIOCATORE CHE VIENE INGABBIATO NON PUO' PASSARE LA PALLA O BUTTARLA VIA, MA DEVE FERMARSI E FAR PASSARE IL PALLONE A TERRA IN MEZZO ALLE PROPRIE GAMBE (**ROLL BALL**) IL SUO COMPAGNO DI SQUADRA PIU' VICINO RACCOGLIERA' IL PALLONE E LO PASSERA'. LA SQUADRA IN DIFESA DEVE ARRETRARE PER PERMETTERE L'AZIONE.
7. UN GIOCATORE E' INGABBIATO QUANDO L'AVVERSARIO RIESCE A CINGERGLI LA VITA E MANTENERE LA STRETTA PER ALMENO 3 SECONDI
8. SE L'OVALE CADE A TERRA O ESCE DAL CAMPO IL GIOCO PASSA ALLA SQUADRA AVVERSARIA
9. OGNI SQUADRA HA A DISPOSIZIONE 3 TENTATIVI PER FARE META.
10. LA DIFESA NON PUO' ENTRARE IN AREA DI META PER FERMARE L'ATTACCANTE
11. SI HA UNA META QUANDO SI SUPERA LA LINEA DI AREA DI META E SI FA UN **TOUCHDOWN**, IN TAL CASO SI GUADAGNANO 3 PUNTI, OPPURE SE L'ATTACCANTE RIESCE A BUTTARSI SUI TAPPETINI, ALLORA SI ASSEGNANO 5 PUNTI
12. **MISCHIA:** L'ARBITRO ASSEGNA UNA MISCHIA QUANDO AVVIENE UN PASSAGGIO IN AVANTI, NEL CASO DI CONTESA DELLA PALLA TRA DUE GIOCATORI AVVERSARI O SU FALLO VERSO UN GIOCATORE.
13. **MISCHIA:** 3 GIOCATORI PER SQUADRA, LEGATI TRA LORO, AVENDO CURA CHE LE SPALLE, IN POSIZIONE FLESSA, NON SIANO MAI PIU' BASSE DEL BACINO. LE TESTE SONO INCASTRATE CON QUELLE DEGLI AVVERSARI. SI FORMERA' COSI' UN "TUNNEL". L'ARBITRO POSIZIONA L'OVALE TRA LE GAMBE DEI GIOCATORI, POSSONO **TALLONARE** LA PALLA SOLO I DUE GIOCATORI CENTRALI.

L'ARBITRO **DECRETA L'INGAGGIO** CON LE SEGUENTI PAROLE: BASSI – TOCCO – PAUSA – INGAGGIO. AL TOCCO I DUE GIOCATORI CENTRALI TOCCANO LA PALLA ENTRAMBI CON IL PIEDE PER POI TORNARE IL POSIZIONE, PAUSA, ALLA PAROLA INGAGGIO INIZIANO LE AZIONI DI SPINTA E DI TALLONATURA. LA PALLA NON PUO' USCIRE LATERALMENTE DAL TUNNEL, MA SOLO DIETRO UNA DELLE DUE SQUADRE. LA PALLA VERRA' RECUPERATA DAL GIOCATORE PIU' VICINO E RICOMINCERA' L'AZIONE.