



FEDERAZIONE ITALIANA RUGBY

Il Rugby in 5 minuti



a cura della



3^a edizione
2009-10



IL TERRENO

Il Terreno è la superficie totale di gioco, indicata nella pianta.

Esso comprende:

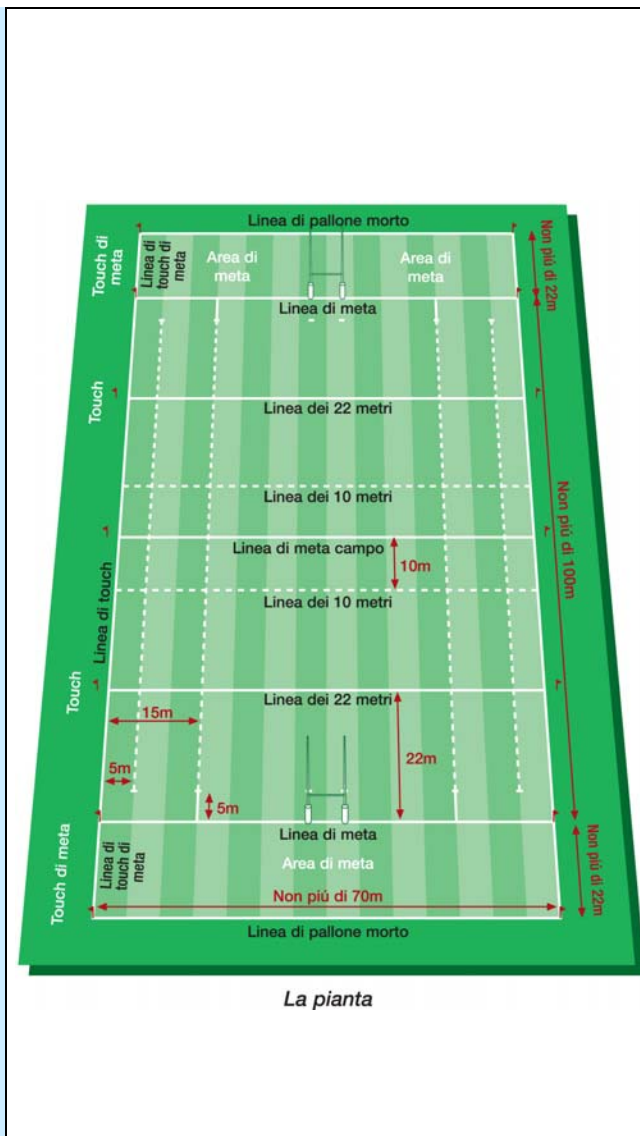
Il Campo di Gioco è l'area (come indicato nella pianta) delimitata dalle linee di meta e dalle linee di touch. Queste linee non fanno parte del campo di gioco.

L'Area di Gioco è composta dal campo di gioco e dalle aree di meta (come indicato nella pianta). Le linee di touch di meta e di pallone morto non fanno parte dell'area di gioco.

Il Recinto di Gioco comprende l'area di gioco ed uno spazio intorno ad essa, largo non meno di 5 metri dove possibile, che viene identificato come area perimetrale.

L'Area di Meta è la superficie del terreno delimitata dalla linea di meta, dalla linea di pallone morto e dalle linee di touch di meta. Essa include la linea di meta, ma non include la linea di pallone morto e le linee di touch di meta.

"I 22" è l'area delimitata dalla linea di meta e la linea dei 22-metri, essa include la linea dei 22-metri, ma è esclusa la linea di meta.



FUORI-GIOCO NEL GIOCO APERTO

Il fuori-gioco nel gioco aperto è diverso rispetto al fuori-gioco nel ruck, maul, mischia e rimessa laterale.

Nel gioco aperto un giocatore è in fuori-gioco se si trova davanti ad un compagno di squadra portatore del pallone oppure davanti al compagno di squadra che per ultimo ha giocato il pallone.

Fuori-gioco significa che un giocatore è temporaneamente fuori dal gioco. Tali giocatori sono punibili se prendono parte al gioco.

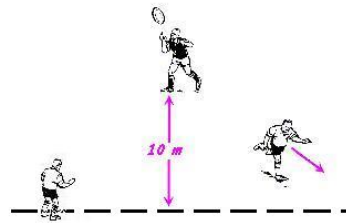
Fuori-gioco ed interferenza con il gioco. Un giocatore che è in fuori-gioco non deve prendere parte al gioco. Ciò significa che il giocatore non deve giocare il pallone, od ostacolare un avversario.

Fuori-gioco e avanzamento. Quando un compagno di squadra di un giocatore in fuori-gioco calcia il pallone in avanti, il giocatore in fuori-gioco non deve avanzare verso gli avversari che stanno attendendo di giocare il pallone, oppure muoversi verso il punto di caduta del pallone, fino a che non è rimesso in-gioco.

FUORI-GIOCO SECONDO LA REGOLA DEI 10-METRI

Quando un compagno di squadra, di un giocatore in fuori-gioco, calcia il pallone in avanti, il giocatore in fuori-gioco è considerato partecipante al gioco, se si trova davanti ad una linea immaginaria che attraversa il campo a 10 metri da un avversario che attende di giocare il pallone, oppure dal punto di caduta del pallone, o dove esso potrà cadere. Il giocatore in fuori-gioco deve immediatamente rientrare dietro quest'immaginaria linea dei 10 metri. Mentre si allontana, il giocatore non deve ostacolare un avversario.

REGOLA DEI 10 METRI



TEMPOREGGIARE

Un giocatore che rimane in una posizione di fuori-gioco è un "temporeggiatore". Un "temporeggiatore" che impedisce alla squadra avversaria di giocare il pallone come essa desidera è un partecipante al gioco, e va punito. L'arbitro deve assicurarsi che il "temporeggiatore" non tragga un vantaggio dall'essere rimesso in-gioco dall'azione della squadra avversaria.

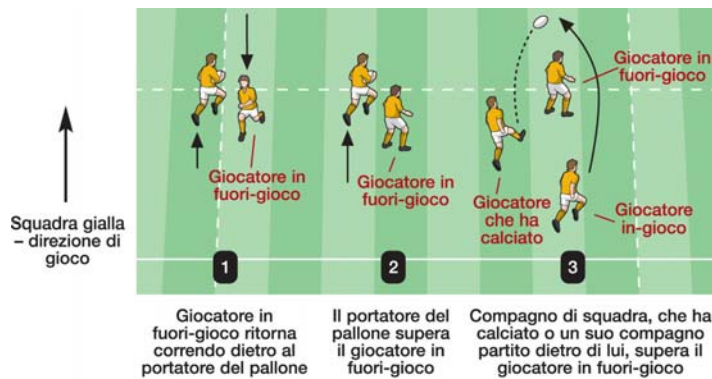


IN-GIOCO NEL GIOCO APERTO

In-gioco vuole dire che il giocatore non è più in fuori-gioco e quindi può di nuovo prendere parte al gioco.

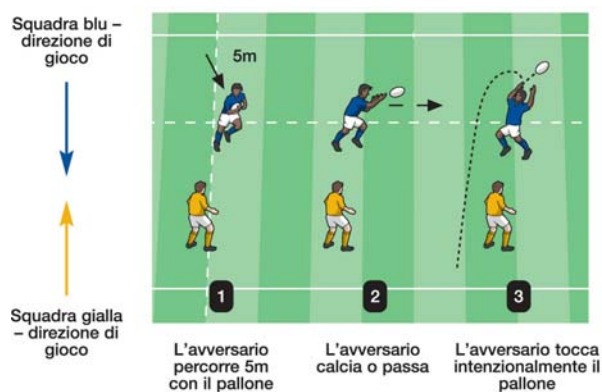
Nel gioco aperto, un giocatore può essere rimesso in-gioco da un'azione di un compagno di squadra, o da un'azione di un avversario. Tuttavia, il giocatore in fuori-gioco non può essere rimesso in-gioco se interferisce con il gioco, oppure avanza verso il pallone, o non si allontana di 10 metri dal punto di caduta del pallone.

RIMESSO IN-GIOCO DALL'AZIONE DI UN COMPAGNO



Giocatore rimesso in gioco dall'azione di un compagno di squadra

RIMESSO IN-GIOCO DALL'AZIONE DI UN AVVERSARIO



Giocatore rimesso in gioco dall'azione di un avversario

MISCHIA E FUORI-GIOCO NELLA MISCHIA

FORMAZIONE DI UNA MISCHIA

Dove si svolge una mischia. La mischia si effettua sul punto dove è avvenuta l'infrazione o l'interruzione, oppure il più vicino possibile a questo punto in campo di gioco, salvo che non sia diversamente indicato dalla Regola.

Se il punto è a meno di 5 metri da una linea di touch, la mischia sarà effettuata a 5 metri dalla linea di touch. Una mischia può avere luogo solo in campo di gioco. La linea mediana di una mischia, quando questa si forma, non deve essere a meno di 5 metri dalla linea di meta.

Numero di giocatori: otto.

Una mischia deve essere formata da otto giocatori di ciascuna squadra. Tutti gli otto giocatori devono rimanere legati alla mischia fino a che questa non si è conclusa. Ogni prima linea deve essere formata da tre giocatori, né di più né di meno. Due giocatori formano la coppia di seconda linea.

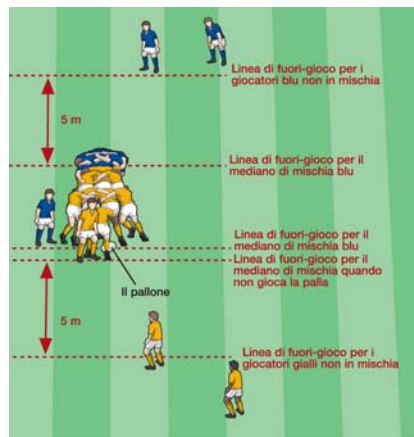
Modo di legarsi dei giocatori di prima linea. Tutti i giocatori di prima linea devono legarsi saldamente ed in modo continuato dall'inizio alla fine della mischia ad un proprio compagno. **Le spalle non devono essere più basse del bacino.**

Modo di legarsi degli altri giocatori. Tutti i giocatori in una mischia, tranne i giocatori di prima linea, devono legarsi, con almeno un braccio, al corpo dei giocatori della seconda linea. Le seconde linee devono legarsi con i piloni davanti a loro. Nessun giocatore tranne il pilone può tenere un avversario.

FUORI-GIOCO NELLA MISCHIA

DEFINIZIONE

In una mischia, la linea di fuori-gioco per i mediani di mischia passa attraverso il pallone in mischia, oppure dietro i piedi del suo ultimo compagno in mischia. Per i non partecipanti la linea di fuori-gioco è a 5 metri dalla mischia. Se il piede dell'ultimo giocatore di una squadra è su o dietro la linea di meta di questa squadra, la linea di fuori-gioco è la linea di meta. Le linee di fuori-gioco sono parallele alle linee di meta.



Fuori-gioco in mischia

FUORI-GIOCO PER I MEDIANI DI MISCHIA.

Quando una squadra ha vinto il pallone in una mischia, il mediano di mischia di quella squadra è fuori-gioco se entrambi i suoi piedi sono davanti al pallone ancora nella mischia. Se il mediano di mischia ha soltanto un piede davanti al pallone, non è in fuori-gioco.



MODO DI LEGARSI DEI PILONI

Modo di legarsi del pilone destro. Il pilone destro deve legarsi al pilone sinistro avversario mettendo il braccio destro all'esterno e sopra il braccio sinistro dell'avversario. Il pilone destro deve afferrare, con la sua mano destra, la maglia dell'avversario solo sulla schiena, o sul fianco. Il pilone destro non deve legarsi al torace, al braccio, alla manica, o al colletto della maglia dell'avversario. Il pilone destro non deve esercitare alcuna pressione verso il basso.

Modo di legarsi del pilone sinistro. Il pilone sinistro deve legarsi al pilone destro avversario mettendo il braccio sinistro all'interno del braccio destro dell'avversario afferrandone la maglia sulla schiena, o sul fianco. Il pilone sinistro non deve legarsi al torace, al braccio, alla manica, o al colletto della maglia dell'avversario. Il pilone sinistro non deve esercitare alcuna pressione verso il basso.



QUANDO INIZIA LA MISCHIA

Il gioco nella mischia comincia quando il pallone lascia le mani del mediano di mischia.

FINE DELLA MISCHIA

Quando il pallone esce dalla mischia in qualsiasi direzione tranne che dal tunnel, la mischia finisce.

INTRODUZIONE DEL PALLONE



COME IL MEDIANO DI MISCHIA INTRODUCE IL PALLONE

Il mediano di mischia deve stare ad un metro dalla mischia.

Il mediano di mischia deve tenere il pallone, con entrambe le mani, con l'asse maggiore parallelo al terreno ed alla linea di touch, sopra la linea mediana tra le prime linee ed a mezza altezza tra le sue ginocchia e le caviglie.

Il mediano di mischia deve introdurre il pallone dritto lungo la linea mediana, in modo che esso tocchi il terreno immediatamente oltre la proiezione delle spalle del pilone più vicino.

Il mediano di mischia deve introdurre il pallone con un solo movimento in avanti.

TOUCH E RIMESSA LATERALE

Il pallone è in touch quando, non in possesso di un giocatore, tocca la linea di touch oppure qualsiasi cosa o persona su od oltre la linea di touch.

Il pallone è in touch quando il giocatore che ne è in possesso tocca la linea di touch oppure il terreno oltre la linea di touch.

Giocatori dell'allineamento. I giocatori che formano le due linee definiscono l'allineamento.

Ricevitore. Il ricevitore è il giocatore che si trova nella posizione di ricezione del pallone quando i giocatori dell'allineamento passano o deviano il pallone fuori dalla linea di rimessa in gioco. Qualsiasi giocatore può essere il ricevitore, ma ogni squadra può avere solo un ricevitore nella rimessa laterale.

Giocatori che prendono parte alla rimessa laterale riconosciuti come giocatori partecipanti. I giocatori che prendono parte alla rimessa laterale sono il lanciatore ed il suo diretto avversario, i due ricevitori e i giocatori dell'allineamento.

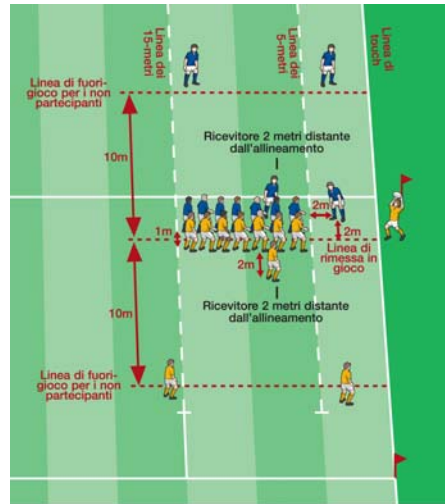
Linea di rimessa in gioco. È una linea immaginaria perpendicolare alla linea di touch lungo la quale deve essere lanciata la palla.

FORMAZIONE ALLINEAMENTO

Minimo. Un allineamento è formato da almeno due giocatori per ciascuna squadra.

Massimo. La squadra che lancia il pallone stabilisce il numero massimo dei giocatori nell'allineamento.

SE IL PALLONE È CALCIATO IN TOUCH DOPO UN CALCIO DI PUNIZIONE, IL LANCIO NELLA RIMESSA LATERALE SPETTA ALLA STESSA SQUADRA.



L'allineamento

INIZIO DELLA RIMESSA LATERALE.

La rimessa laterale inizia quando il pallone lascia le mani del lanciatore.

Il pallone deve essere lanciato ad almeno 5 metri dalla linea di touch prima di essere toccato da un altro giocatore o toccare il terreno.

FINE DELLA RIMESSA LATERALE.

La rimessa laterale termina quando il pallone, o un giocatore che lo porta, lascia l'allineamento.

Quando il pallone è passato, deviato o calciato fuori dall'allineamento.

Quando il pallone o un giocatore portatore del pallone va nell'area compresa tra la linea dei 5-metri e la linea di touch.

Quando il pallone è lanciato oltre la linea dei 15-metri.

Quando la rimessa laterale si evolve in un ruck o in un maul e tutti i piedi dei giocatori partecipanti superano la linea di rimessa in gioco.



RUCK & MAUL

Dove sono simili?

Sia in ruck che in maul, i giocatori sono legati attorno alla palla e il gioco aperto è finito. Per formare un ruck ed un maul i giocatori devono essere in piedi.

Dove sono diversi?

In ruck, la palla è sul terreno. In maul, la palla è in mano a un giocatore. In ruck, la palla non deve essere presa con le mani ma deve essere conquistata usando i piedi.

Sono necessari almeno DUE giocatori per formare un ruck: uno per ogni squadra, legati sopra alla palla

Sono necessari almeno TRE giocatori per formare un maul: uno per ogni squadra, legati sul giocatore con la palla.



Ruck



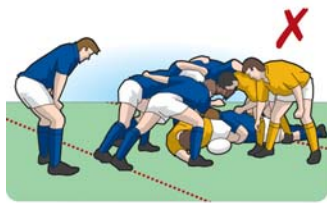
Maul



Maul non formato

Per aggiungersi ad un ruck, un giocatore deve legarsi su un proprio compagno, usando l'intero braccio.

Per aggiungersi ad un maul, un giocatore deve legarsi ad un partecipante o essere inglobato nel maul.



In un ruck o in una maul, la linea di fuori-gioco passa per l'ultimo piede dei giocatori della stessa squadra. Il giocatore con la maglia gialla, sulla parte destra, è in fuori-gioco.

In ruck o in maul la linea di fuori-gioco passa per l'ultimo piede dell'ultimo giocatore partecipante della propria squadra. Il giocatore segnato con la croce è in fuori-gioco.

Un giocatore che partecipa ad un ruck o ad un maul non deve avere le spalle più basse del bacino

PLACCAGGIO

Un placcaggio avviene quando il portatore del pallone è trattenuto, da uno o più avversari e viene messo a terra. Questo giocatore è definito giocatore placcato. Ogni avversario del giocatore placcato che va a terra è definito placcatore.

Dopo un placcaggio, tutti gli altri giocatori devono essere sui loro piedi quando giocano il pallone. I giocatori sono sui loro piedi se nessuna altra parte del loro corpo è appoggiata sul terreno, o sui giocatori a terra.

Quando un giocatore placca un avversario, ed entrambi vanno a terra, il placcatore deve immediatamente lasciare il giocatore placcato.

Il placcatore deve immediatamente alzarsi, od allontanarsi, sia dal giocatore placcato, sia dal pallone.

Un giocatore placcato deve immediatamente passare o lasciare il pallone. Questo giocatore deve anche rialzarsi, oppure allontanarsi immediatamente.

Un giocatore placcato può lasciare il pallone posandolo sul terreno in qualsiasi direzione, purché lo faccia immediatamente.

Se sullo slancio della sua azione il giocatore placcato entra in area di meta, può segnare una meta oppure fare un annullato.

Se i giocatori sono placcati vicino alla linea di meta, possono immediatamente allungare le braccia e posare il pallone su, od oltre la linea di meta per segnare una meta o effettuare un annullato.



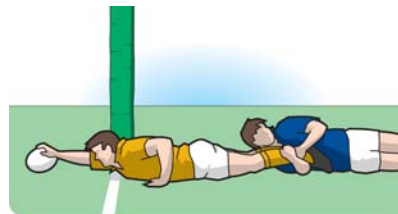
Placcaggio



Dopo un placcaggio tutti i giocatori devono essere sui loro piedi quando giocano il pallone



Giocatori a terra che giocano il pallone sul placcaggio



Un giocatore placcato vicino alla linea di meta può immediatamente allungare le braccia ed effettuare un tocco a terra



PALLONE A TERRA - NESSUN PLACCAGGIO

Questa situazione si presenta quando il pallone è libero sul terreno ed un giocatore va a terra per raccoglierlo.

Oppure quando un giocatore è a terra in possesso del pallone e non è stato placcato.

Un giocatore che va, o è a terra e raccoglie il pallone, deve giocare immediatamente facendo una delle seguenti tre azioni:

- **Alzarsi con il pallone, o**
- **Passare il pallone, o**
- **Lasciare il pallone.**

GIACERE VICINO AL PALLONE



Un giocatore che passa o che lascia il pallone deve anche alzarsi o allontanarsi immediatamente.

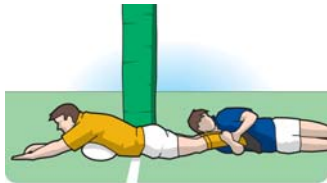
Se un giocatore va a terra su o vicino al pallone e non fa nessuna azione per rendere disponibile il pallone, deve essere penalizzato.

META ED ANNULLATO

DIFFERENZA:

Quando i giocatori della squadra attaccante sono i primi ad effettuare, con il pallone, un tocco a terra nell'area di meta avversaria, segnano una meta.

Quando i giocatori della squadra in difesa sono i primi ad effettuare, con il pallone, un tocco a terra nella loro area di meta, fanno un annullato.



Toccato a terra



Toccato a terra contro un palo della porta



Giocatore in touch di meta, non portatore del pallone, che fa un tocco a terra e segna una meta

IN-AVANTI O PASSAGGIO IN-AVANTI

DEFINIZIONE DI IN-AVANTI

Un in-avanti si verifica:

- quando un giocatore perde il possesso del pallone che va in avanti, oppure
- quando un giocatore tocca il pallone con la mano, o con il braccio, e questo va in avanti
- oppure quando il pallone colpisce la mano, o il braccio di un giocatore, e va in-avanti e tocca il terreno o un altro giocatore, prima che il primo giocatore possa riprenderlo al volo.

L'in-avanti o passaggio in-avanti può avvenire in tutta l'area di gioco compresa l'area di meta.

DEFINIZIONE DI PASSAGGIO IN-AVANTI

Un passaggio in-avanti avviene quando un giocatore lancia o passa il pallone in avanti.

"Avanti" significa verso la linea di pallone morto della squadra avversaria.

RIMBALZO IN AVANTI

Se il pallone non è passato in-avanti ma colpisce un giocatore o il terreno e rimbalza in-avanti, ciò non costituisce passaggio in-avanti.

IN-AVANTI O PASSAGGIO IN-AVANTI VOLONTARIO

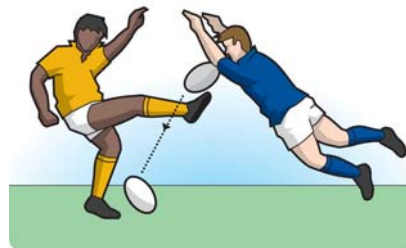
Un giocatore non può colpire volontariamente il pallone in-avanti con la mano o il braccio, né passarlo in-avanti.

CONTRARE IL PALLONE

Se un giocatore contra il pallone che un avversario sta calciando, o immediatamente dopo il calcio, non si tratta di in-avanti anche se il pallone va in avanti.



In-avanti



Contrato



VANTAGGIO

DEFINIZIONE

La regola del vantaggio ha la precedenza sulla maggior parte delle altre Regole ed il suo scopo è di rendere il gioco più continuo con poche interruzioni per le infrazioni. I giocatori sono incoraggiati a giocare sino al fischio nonostante le infrazioni dei loro avversari. Quando, dopo un'infrazione, la squadra che non ha commesso il fallo può guadagnare un vantaggio, l'arbitro non fischierà immediatamente per punire l'infrazione.

IL VANTAGGIO IN PRATICA

L'arbitro è il solo giudice in grado di stabilire se una squadra ha o non ha guadagnato un vantaggio. L'arbitro ha un'ampia libertà discrezionale quando prende le sue decisioni.

- Il vantaggio può essere sia territoriale sia tattico.
- Vantaggio territoriale significa ottenere un guadagno di terreno.
- Per vantaggio tattico s'intende la possibilità per la squadra che ha subito la scorrettezza di giocare il pallone come vuole.

QUANDO NON SI CONCRETIZZA IL VANTAGGIO

Il vantaggio deve essere chiaro e reale. Una probabile occasione di guadagnare il vantaggio non è sufficiente. Se la squadra che non ha commesso l'infrazione non guadagna un vantaggio, l'arbitro fischierà e riporterà il gioco sul punto dell'infrazione.

99% del Rugby

Solo una piccola parte della gara non è coperta dal vantaggio. Il vantaggio si applica a tutti i tipi di fuori-gioco, all'in-avanti e passaggio in-avanti come pure ai falli nella mischia, ruck, maul e rimessa laterale e nell'area di meta. Esso può essere applicato anche per alcuni falli di antigioco.

L'arbitro non deve esitare ad interrompere il gioco se vede che il vantaggio non si concretizza.

Se c'è la possibilità di applicare un vantaggio, l'arbitro farà continuare il gioco.

AREA DI META

L'area di meta è la parte dell'area di gioco posta oltre la linea di meta e comprendente anche tale linea. Molte regole si applicano anche in area di meta. Le uniche che non si applicano sono quelle relative al placcaggio, mischia, ruck, maul e rimessa laterale. Queste si applicano solo in campo di gioco.

Per molti falli di gioco che avvengono nell'area di meta, la penalità è la stessa che per un ugual fallo in campo di gioco, eccetto che il punto per il conseguente calcio di punizione, calcio libero, o mischia sarà, a 5 metri dalla linea di meta in campo di gioco, di fronte al punto dove si è verificato il fallo.

SANZIONI

CALCIO DI PUNIZIONE

Un calcio di punizione è accordato per tutti i falli, volontari e non, quali i fuori-gioco, l'antigioco in genere, gli interventi in gioco pericoloso, le scorrettezze, le ostruzioni volontarie e le proteste.

Da calcio di punizione è **possibile** tentare di segnare, **direttamente**, una porta.

CALCIO LIBERO

Un calcio libero è accordato per tutti i falli, volontari e non, quali la non corretta formazione della mischia (spinte anticipate, introduzioni storte o ritardate), la non corretta formazione dell'allineamento, i ritardi, il numero dei giocatori schierati nella rimessa laterale ecc.

Un calcio libero è accordato anche dopo un "Mark". Si ricorda che il "Mark" può essere effettuato ricevendo il pallone al volo da un calcio dell'avversario, solo quando ci si trova all'interno della propria area dei 22 metri o della propria area di meta.

Da calcio libero **non è possibile** tentare di segnare, **direttamente**, una porta.

MISCHIA

Una mischia è accordata per infrazioni di minor rilevanza, quali: gli in-avanti o passaggi in-avanti, lanci non diritti in rimessa laterale, ostruzioni, fuori-gioco in gioco aperto, partenze anticipate su calcio d'invio o di rinvio, purché tutte queste infrazioni siano involontarie. Anche a seguito di pallone ingiocabile nel placcaggio, ruck e maul, senza che vi sia infrazione, l'arbitro assegnerà una mischia.

CARTELLINO GIALLO

L'arbitro assegnerà un cartellino giallo a quel giocatore che si renderà colpevole di falli professionali, ripetuti o contesterà una sua decisione. Nel computo dei falli ripetuti l'arbitro deve tener conto anche dei falli commessi da giocatori diversi della stessa squadra.

L'assegnazione di un cartellino giallo comporta l'espulsione temporanea del giocatore, dall'area di gioco, per un periodo di 10 minuti di tempo di gioco.

CARTELLINO ROSSO

L'arbitro assegnerà un cartellino rosso a quel giocatore che si renderà colpevole di falli di notevole rilevanza specie l'antigioco che comporti la violenza fisica nei confronti degli avversari, dell'arbitro e di quanti altri si trovino all'interno del recinto di di gioco.