

## Guida Sintetica al Touch per Rugbisti

**Il Touch è molto simile al rugby e molto spesso i rugbisti non dedicano la dovuta attenzione alle poche ma importantissime differenze regolamentari e tattiche del touch rispetto al rugby.**

**Questa guida non è completa e non sostituisce in nessun modo il regolamento internazionale di touch, a cui rimandiamo per gli approfondimenti del caso, ma elenca soltanto le differenze fondamentali tra i due sport, dal punto di vista del rugbista.**

**TOUCH** – Si esegue con una mano su ogni parte del corpo incluso il pallone.

Il tocco è leggero, non uno spintone.

Il touch non deve essere considerato un'interruzione del gioco ma soltanto il momento di passaggio da una fase di gioco alla successiva. L'azione da meta va gestita sui 6 tentativi.

**TENTATIVI** – Sono 6. Dopo il sesto touch il possesso di palla passa all'altra squadra.

**PALLA CADUTA** – Se la palla cade a terra si perde il possesso di palla. Il gioco riprende con il roll ball da parte della squadra avversaria sul punto di caduta della palla.

**ROLL BALL** – palla sotto alle gambe – Si usa per riprendere il gioco dopo il cambio di possesso e dopo il touch.

Gli avversari si posizionano a 5 metri di distanza (altrimenti sono in fuorigioco e non possono eseguire il touch).

Dopo aver eseguito il roll ball il giocatore avanza per lasciare lo spazio al mediano di raccogliere agevolmente la palla.

In situazione di attacco, dopo aver eseguito il roll ball, ci si può riposizionare velocemente dietro al mediano per rimettersi in gioco; in questo modo si rende possibile la ripresa del gioco con 2 giocatori anziché 3.

**TAP BALL** – tocco con il piede alla palla a terra – Per riprendere il gioco ad inizio partita, inizio secondo tempo, dopo un fallo volontario o a seguito di in-avanti.

Avversari a 10 metri di distanza.

**PUNTO DI INCONTRO** – A differenza del rugby non è conveniente oltrepassare il punto di incontro (touch) per i seguenti motivi:

1 – per non rischiare il fallo di overstepping;

2 – per evitare di dover indietreggiare verso il punto di incontro, fermando l'avanzamento del fronte di attacco;

3 – per non mettere in difficoltà il compagno di squadra che si troverà nella posizione di mediano.

**PUNTO DI INCONTRO** – L'attaccante in possesso di palla andrà lui stesso a determinare il punto del campo più conveniente ove ricevere il touch e nel momento stesso del touch eseguirà rapidamente il roll ball, consentendo la continuità dell'azione avanzante della propria squadra.

L'attaccante avrà cura di ricevere il touch in modo da favorire l'azione del proprio compagno di squadra in posizione di mediano.

**MEDIANO** – Se viene toccato fa perdere alla sua squadra il possesso di palla.

Nella propria metà campo, per prudenza, il mediano passa la palla da fermo ad un compagno in avanzamento.

Nella metà campo avversaria, il mediano si prende il rischio di raccogliere la palla in corsa e di avanzare lui stesso. Il mediano non può segnare la meta; se entra in area di meta deve cercare un compagno a cui scaricare la palla per la segnatura.

**FRECCIA** – Utile azione da eseguire per portarsi fuori dalla propria metà campo. 3 giocatori avanzano rapidamente, incuneandosi nella difesa e alternandosi nella posizione di mediano. Il mediano passa la palla da fermo al compagno che, posizionatosi per tempo, riceve la palla in velocità seguendo una traiettoria convergente che lo porterà a ricevere il touch davanti al compagno che diventerà mediano.

La sequenza è la seguente: 1- ricevo il tocco 2- faccio il mediano 3- mi riposiziono e corro. Usualmente con 2 o 3 frecce si supera la metà campo e si crea l'avanzamento per la fase offensiva.

**CAMBI VOLANTI** – i sostituti si trovano nel rettangolo posto a lato del centro campo.

Chi entra lo può fare solo dopo che il compagno è uscito.

Usualmente i cambi si fanno dopo una meta o durante il gioco, facendo avanzare la freccia nella direzione del box per effettuare cambi rapidi e ravvicinati mentre si ha il possesso di palla.

Se la squadra è composta da 12 giocatori, è molto utile formare coppie di giocatori di pari ruolo e caratteristiche. I giocatori “gemelli”, si alternano tra loro semplificando l'operazione di sostituzione.

**PALLA** – Esiste un tipo di palla appositamente studiato per il touch rugby. Una palla da rugby numero 4 (quella da minirugby) va benissimo.

**TEMPI** – 2 tempi da 20 minuti con 5 minuti di pausa per partite singole. Usualmente 2 tempi da 10 minuti e 5 minuti di pausa nei tornei con molte partite.

**GIOCATORI** – 6 in campo e 6 nel box a lato del centro campo. Cambi volanti (normalmente in possesso palla).

**AREA DEI 5 METRI** – Entro i 5 metri dalla linea di meta si può (non è obbligatorio) rimettere in gioco la palla dalla linea dei 5 metri.

**FALLO LATERALE** – Si rimette in gioco con Roll Ball a 5 metri dalla linea laterale all'altezza del punto di uscita del pallone.

**OVERSTEPPING** – Fallo compiuto dal giocatore che rimette in gioco la palla più avanti del punto ove è stato toccato.

**TOUCH AND PASS** – Fallo compiuto dal giocatore che passa la palla dopo essere stato toccato.

**PROVEDIMENTI DISCIPLINARI** – L'arbitro può allontanare temporaneamente o definitivamente un giocatore falloso che non viene sostituito.

**CASI DI TOUCH INCERTO** – L'arbitro chiede aiuto al giocatore che ha eseguito il touch.

**BRUTTI FALLI** – Non consegnare in mano la palla all'avversario dopo il cambio di possesso, non riportare la palla a centro campo dopo aver segnato la meta, smanacciare la palla in possesso all'avversario, ogni tipo di antigiooco, proteste ecc. In sintesi l'arbitro esige un clima sereno e collaborativo per il divertimento di tutti.

**PILONI** – Rileggere 5 volte :-))

Buon divertimento!

Piovra