



EIN HANDBUCH FÜRS RUGBY UNION

Sicherheit hat oberste Priorität

Rugby ist eine sehr physische Sportart. Um Rugby in vollen Zügen genießen zu können, muss man physisch und mental vorbereitet sein. Man muss zudem wissen wie man sicher und unverseht spielt.



worldrugby.org/rugbyready

Das Rugby Ready Programm bildet aus, gibt Hilfestellungen und unterstützt Spieler, Trainer, Schiedsrichter und Verbände hinsichtlich der Wichtigkeit einer ausreichenden Vorbereitung auf Trainingseinheiten und Spiele, um Rugby zu spielen und Spaß zu haben während gleichzeitig das Risiko ernsthafter Verletzungen minimiert wird.

Diese Webseite stellt Lese- und Videomaterial zur Verfügung sowie einen Online-Test, durch den man ein Zertifikat erhalten kann. Oder trete mit Deinem nationalen Verband in Kontakt, um Informationen über Lehrgänge in Deiner Nähe zu bekommen.

Haftungsausschluss

Rugby Union - Ein Handbuch für Anfänger beruht im Rahmen der gesetzlichen Bestimmungen hinsichtlich Unfall- und Verletzungsprävention und der medizinischen Praxis in Irland sowie den enthaltenen Informationen und Richtlinien zu diesen Fragen strikt auf der Grundlage, dass World Rugby (einschließlich des operativen Bereichs von World Rugby Limited und anderen dazugehörigen Unternehmen) keine Haftung gegenüber natürlichen oder juristischen Person für Verluste, Kosten oder Schäden, in welcher Form auch immer, übernimmt, die sich aus einer falschen Annahme bezüglich der Nutzung der Informationen und/oder der Richtlinien aus dem Leitfadens Rugby Union - Ein Handbuch für Anfänger ergeben.

Geschichte und Werte des Rugby-Sports



Bilder mit freundlicher Genehmigung vom World Rugby Museum, Twickenham und Getty Images

Der Legende nach nahm 1823 der junge Schüler William Webb Ellis in der Stadt Rugby während eines Fussballspiels den Ball auf und lief mit ihm in Richtung der gegnerischen Torlinie.

Rund zwei Jahrhunderte später hat sich Rugby zu einer der populärsten Sportarten weltweit entwickelt, mit Millionen von Menschen, die den Sport treiben, zuschauen und sich daran erfreuen.

Im Herzen vom Rugby gibt es ein einzigartiges Ethos Rugby, das bis heute Bestand hat. Der Sport soll nicht nur allein auf Basis der Regeln, sondern vor allem innerhalb des Rugby-Spirits ausgeübt werden

Disziplin, Kontrolle und gegenseitiger Respekt, Kameradschaft und Fair Play sind die Grundwerte, die den Rugby-Sport auszeichnen.

Vom Schulhof bis zum Finale der Rugby-Weltmeisterschaft bietet der Rugby-Sport wahrhaft einzigartige und überaus lohnenswerte Erfahrungen für alle Rugby-Fans.

World Rugby: Grundwerte und Charta

2009 identifizierten die Mitgliedsverbände **Integrität, Leidenschaft, Solidarität, Disziplin und Respekt** als die grundlegenden Eigenschaften des Rugbys. Sie gelten im Kollektiv als Grundwerte des World Rugby und sind in der World Rugby Charta festgehalten. Sie ist ein Dokument, das darauf abzielt den einzigartigen Charakter des Rugby-Sports auf und abseits des Platzes zu bewahren.



Die Grundwerte helfen den Teilnehmern sofort den Charakter des Spiels zu verstehen und zu erkennen, was den Rugby-Sport für jedermann unverwechselbar macht.

Die World Rugby Charta ist in den World Rugby Spielregeln integriert und kann unter worldrugby.org/laws in zahlreichen Sprachen nachgelesen werden.

Das Spiel

Das Ziel des Rugby-Spiels besteht darin den Ball über die gegnerische Mallinie zu tragen und ihn anschließend auf dem Boden abzulegen, um Punkte zu erzielen.

Es ist simpel..., aber komplex



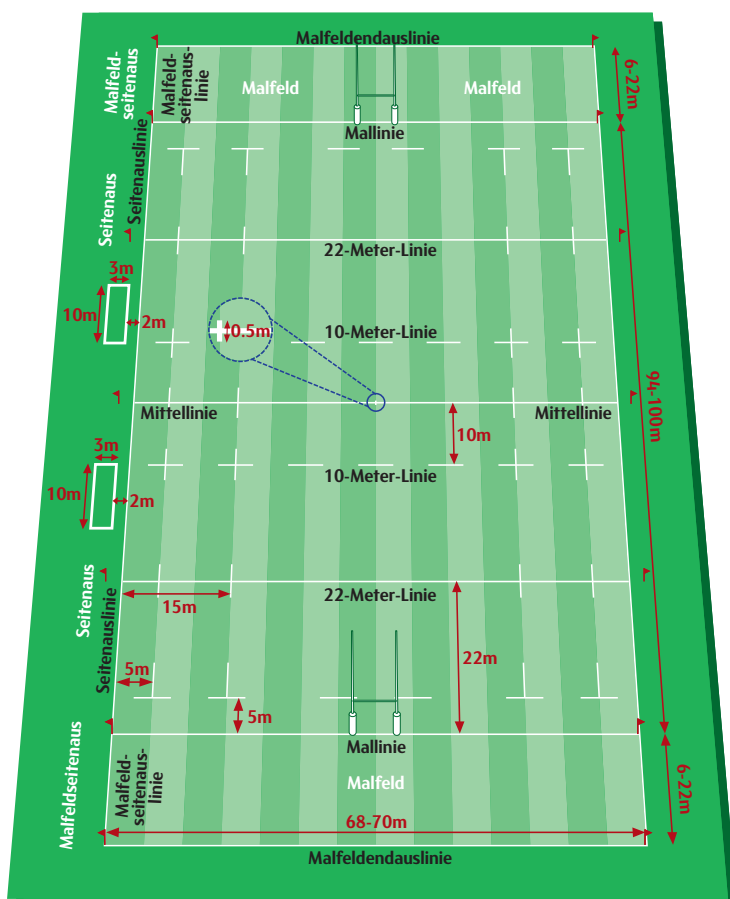
Das oben beschriebene Ziel scheint simpel. Es hat jedoch einen Haken. Während man nach vorne läuft, darf der Ball ausschließlich nach hinten gepasst werden. Der Ball darf nach vorne gekickt werden, jedoch nur wenn die angreifende Mannschaft hinter ihrem Kicker steht.

Dieser offensichtliche Widerspruch erfordert präzise Teamarbeit und große Disziplin, da nur wenig von einem einzelnen Spieler erreicht werden kann.

Einzig als Team können die Spieler den Ball nach vorne in Richtung gegnerischer Mallinie tragen und auf diese Weise das Spiel eventuell für sich entscheiden.

Rugby hat einzigartige Erkennungsmerkmale, aber wie bei vielen anderen Sportarten auch geht es um das Kreieren und Nutzen von freiem Raum. Es wird diejenige Rugby-Mannschaft als Gewinner vom Platz gehen, die sich und den Ball in den freien Raum bewegt und diesen weise nutzt, während die gegnerische Mannschaft davon abgehalten wird den Ball zu erobern und ihren freien Raum zu nutzen.

Das Spielfeld



Punkte erzielen

Versuch - 5 Punkte

Ein Versuch wird erzielt, wenn der Ball hinter der Mallinie im Malfeld abgelegt ist.

Ein Strafversuch kann dann gegeben werden, wenn ein Spieler in der Lage gewesen wäre einen Versuch zu legen, aber vom Gegner durch ein Foul-Spiel davon abgehalten wurde.



Zeichen für einen Versuch



Erhöhung - 2 Punkte

Nachdem ein Versuch gelegt wurde, hat die Mannschaft die Möglichkeit durch einen Kick zwischen die Malstangen und über die Querstange, noch zwei weitere Punkte zu erzielen. Der Kick erfolgt auf der Höhe, auf der auch der Versuch gelegt wurde.

Straftritt - 3 Punkte

Wenn einer Mannschaft, durch Regelverstoß des Gegners, ein Straftritt zugesprochen wird, hat sie die Möglichkeit durch einen Kick drei Punkte zu erzielen.

Dropgoal - 3 Punkte

Ein Dropgoal wird im offenen Spiel erzielt, wenn ein Spieler den Ball auf den Boden fallen lässt und den aufspringenden Ball dann mit dem Fuß zwischen die Malstangen kickt.

Kicken

Falls ein Spieler sich nicht dafür entscheidet den Ball einem Mitspieler zuzupassen oder ihn selbst nach vorne zu tragen, wird er den Ball stattdessen kicken. Der Ball darf nach vorne gekickt werden, aber Spieler, die während des Kicks vor dem Ballträger stehen, dürfen nicht so lange nicht mehr am Spiel teilnehmen bis sie sich entweder aktiv nach hinten bewegen oder von einem Mitspieler aus dem Abseits "geholt" werden.



Nach einem Kick im Ballbesitz zu bleiben, ist eine große Herausforderung. Kickstrategien beinhalten:

- In den freien Raum kicken, damit die Mitspieler Zeit haben den Ball wiederzuerobern bevor der Gegner am Ball ist
- Den Ball weit und quer ins gegnerische Feld kicken, damit der Außen oder der Innendreiviertel den Ball fangen kann
- Den Ball ins Aus kicken, was einen Gasseinwurf für den Gegner zur Folge hat. Dies führt zwar zum Ballbesitz für den Gegner, jedoch kann das Team, das den Ball gekickt hat, aus einer vorteilhaften Feldposition versuchen den Ball zurück zu erobern.

Offenes Spiel

Der Begriff "offenes Spiel" bezeichnet die Phase, in der der Ball gepasst oder gekickt wird und beide Mannschaften um den Ball kämpfen. Im offenen Spiel versucht die Mannschaft, die im Ballbesitz ist, den Ball den Mitspielern zukommen zu lassen, die sich im freien Raum befinden und Druck nach vorne in Richtung der gegnerischen Mallinie machen.

Ankick

Jede Halbzeit wird mit einem Dropkick, auf dem Mittelpunkt der Mittellinie, eingeleitet. Die gegnerische Mannschaft muss mindestens zehn Meter von der Mittellinie entfernt stehen und der Ball muss mindestens 10 Meter weit in Richtung Gegner geflogen sein, bevor er den Boden berühren darf.



Handling



Passen

Ein Spieler kann den Ball zu einem Mitspieler passen (werfen), der besser positioniert ist, um den Angriff fortzuführen. Jedoch darf der Ball nicht in Richtung der gegnerischen Mallinie fliegen, sondern entweder auf die selbe Höhe zwischen Passgeber und Ballempfänger oder zurück in Richtung der eigenen Mallinie.

Ein Raumgewinn ist dann erzielt, wenn der Ball nach vorne getragen und nach hinten gepasst wird.

Falls ein Vorwärts-Pass geschieht, stoppt der Schiedsrichter das Spiel und spricht dem Team den Gedrängeeinwurf zu, das zum Zeitpunkt des Passes nicht im Ballbesitz war. Auf diese Weise wird die Mannschaft, die einen Vorwärts-Pass verursacht mit dem Verlust des Ballbesitzes bestraft.

Vorball

Wenn ein Spieler die Kontrolle über den Ball verliert, ihn z.B. nach vorne fallen lässt oder ihn von der Hand oder vom Arm nach vorne abprallen lässt, handelt es sich um einen Vorball.

Dies wird mit einem Gedränge für den Gegner geahndet und führt dementsprechend zum Verlust des Ballbesitzes.



Tackle, Ruck und Paket

Genauso wie Rugby eine Sportart ist, bei der man dem Gegner ausweichen und den freien Raum nutzen muss, ist Rugby auch ein Kontaktsport. Tatsächlich können die Kontaktsituationen Auslöser sein, um freien Raum zu kreieren, der für einen erfolgreichen Angriff notwendig ist. Die drei häufigsten Kontaktsituationen im offenen Spiel sind das Tackle, das Ruck und das Paket.

Das Tackle

Nur der Ballträger darf von einem gegnerischen Spieler getacklet werden. Es ist dann die Rede von einem Tackle, wenn der Ballträger von einem oder mehreren Gegnern aufgehalten und zu Boden gebracht wird, mit einem oder beiden Beinen den Boden berührt, auf dem Boden sitzt oder auf einem Spieler liegt, der ebenfalls auf dem Boden liegt. Um den Spielfluss am Leben zu halten, muss sich der Ballträger unverzüglich nach dem Tackle vom Ball lösen. Der Tackler muss sich wiederum vom Ballträger lösen und beide müssen sich vom Ball wegbewegen. Folglich können andere Spieler hinzukommen und um den Ball kämpfen und dabei eine neue Spielphase einleiten.



Das Ruck



Ein Ruck ist gebildet, wenn der Ball am Boden liegt und je ein oder mehrere Spieler pro Mannschaft eng um den Ball steht / stehen. Der Ball darf im Ruck nicht von den Spielern mit der Hand, sondern mit den Füßen bewegt werden. Alternativ kann der Gegner über den Ball weggeschoben werden bis der Ball beim letzten Fuß der angreifenden Mannschaft angekommen ist, von wo aus der Ball wieder aufgenommen werden kann.

Das Paket

Ein Paket entsteht dann, wenn der Ballträger von einem oder mehreren Gegnern aufgehalten wird und einer oder mehrere Spieler der angreifenden Mannschaft dagegenhält/ dagegenhalten (oder sich bindet / sich binden). Es bedarf in einem Paket deshalb mindestens drei Spieler. Der Ball darf nicht am Boden sein.



Die Mannschaft im Ballbesitz kann versuchen Raumgewinne zu erzielen, indem sie ihren Gegner in Richtung gegnerischer Mallinie schiebt. Währenddessen kann der Ball unter den Spielern nach hinten gereicht werden. Wenn es die Situation erlaubt, kann der Ball zu einem Spieler gepasst werden, der nicht Teil des Pakets ist oder ein Spieler kann vom Paket aus mit dem Ball aufbrechen und das Paket verlassen.

Die Vorteils-Regel

Die Vorteilsregel hat mehr Spielfluss und weniger Spielunterbrechungen zur Folge.

Während eines Spiels kann es passieren, dass eine Regelwidrigkeit geschieht und eine Unterbrechung, die nach den Regeln spielende Mannschaft, davon abhalten würde Punkte zu erzielen.

Obwohl das Regelwerk besagt, dass der nach den Regeln konform spielenden Mannschaft ein Straftritt, Freitritt oder Gedränge zugesprochen werden sollte, erhalten sie die Möglichkeit das offene Spiel fortzuführen, um einen Versuch zu erzielen.

In diesem Fall wird der Schiedsrichter das Spiel eher weiterlaufen lassen als dem regelwidrig spielenden Team eine Strafe zuzusprechen.

Die Abseits-Regel

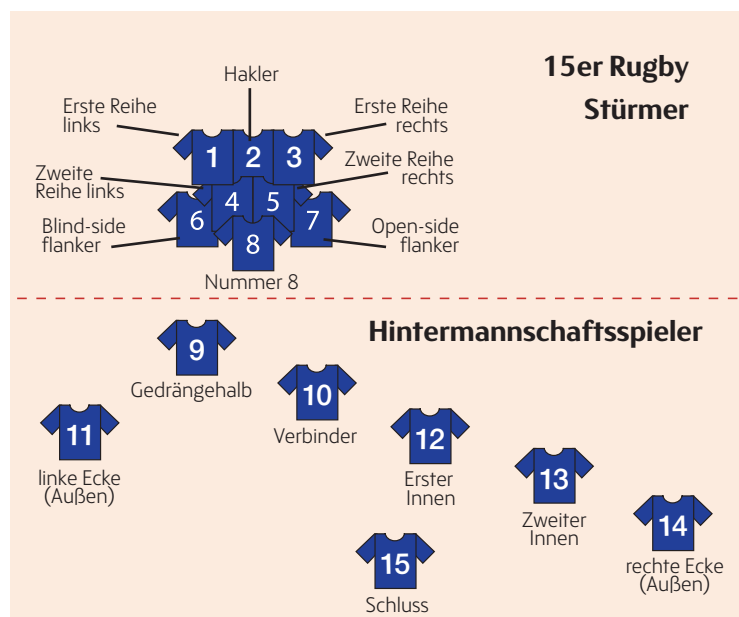
Die Abseits-Regel im Rugby bestimmt, wo sich Spieler auf dem Spielfeld aufhalten dürfen, um sicherzustellen, dass Raum zum Angreifen und Raum zum Verteidigen besteht.

Generell befindet sich ein Spieler im Abseits, wenn er sich weiter vorne (näher an der gegnerischen Mallinie) befindet als sein Mitspieler mit Ball oder seinem Mitspieler, der zuletzt den Ball gespielt hat.

Im Abseits zu stehen, ist an sich kein Vergehen, jedoch darf ein Spieler in Abseitsposition nicht in das Spiel eingreifen bis er sich wieder aus dem Abseits bewegt hat.

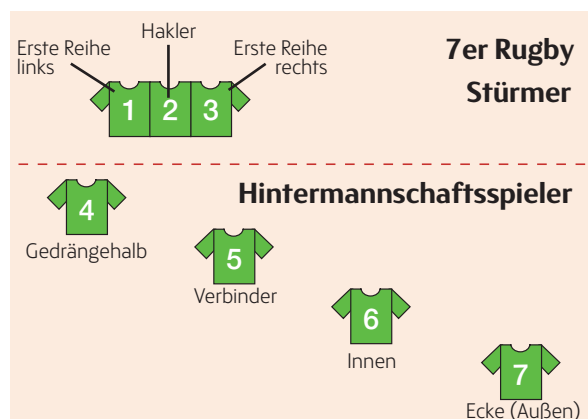
Falls ein Spieler in Abseitsposition dennoch in das Spiel eingreift, wird er dafür bestraft.

Die Spielpositionen



Rugby Union hatte schon immer den Ruf eine Sportart für alle Körpergrößen und Konfektionen zu sein.

Jede einzelne Position erfordert unterschiedliche physische und technische Fähigkeiten und gerade diese Vielseitigkeit macht den Sport für jeden möglich.



Die hier genannten Namen der Positionen werden weltweit am häufigsten gebraucht. Jedoch könnten regionale Variationen existieren.



Erste Reihe Stürmer links und rechts



Aufgaben: Ihre primäre Rolle besteht darin das Gedränge anzuführen, zu liften und die Gassefänger entsprechend zu unterstützen. Sie sind ebenso unentbehrlich in Rucks und Paketen.

Anforderungen: Ein starker Oberkörper, um für Stabilität im Gedränge zu sorgen. Ausdauer und ein gutes Ballgefühl, um den Spielfluss aufrecht zu halten.



Hakler



Aufgaben: Der Hakler hat zwei einzigartige Rollen auf dem Spielfeld. Er sorgt für den Ballgewinn im Gedränge und wirft normalerweise den Ball in der Gasse ein.

Anforderungen: Viel Kraft, um dem Druck in der ersten Reihe standzuhalten sowie Schnelligkeit, um sich auf dem Platz durchzusetzen und eine gute Einwurfftechnik.



Zweite Reihe



Aufgaben: Sie fangen den Ball in der Gasse und bei Ankicks. Sie sorgen für Schub nach vorne im Gedränge, in Rucks, und Paketen für eine gute Angriffsplattform.

Anforderungen: Das Hauptmerkmal ist die Größe. Zweite Reihe Stürmer sind die Riesen des Teams und kombinieren Kraft mit sehr guten Fangeigenschaften und einer ausgeprägten Mobilität.



Dritte Reihe



Aufgaben: Ihre Schlüsselaufgabe besteht in der Ballrückeroberung mit Hilfe einer starken Physis im Tackle und Schnelligkeit an den Kontaktpunkten.

Anforderungen: Eine große Hingabe für harte Tackles und eine große Entschlossenheit bei der Ballrückeroberung. Zudem benötigen sie eine Mischung aus Schnelligkeit, Kraft, Ausdauer und Ballgefühl.



Nummer 8



Aufgaben: Die Nummer 8 ist im Gedränge dafür verantwortlich, dass ihr Team im Ballbesitz bleibt. Zudem muss sie in der Lage sein den Ball nach vorne zu tragen, ein Bindeglied im Angriff zwischen Sturm und Hintermannschaft sein und über eine aggressive Verteidigung verfügen.

Anforderungen: Ein gutes Ballgefühl ist genauso wichtig wie ein gutes Auge für den freien Raum. Kraft und Schnelligkeit über kurze Distanzen sind dringend notwendig sowie der Drang nach vorne und ein gutes Stellungsspiel, um die Hintermannschaft anzuspieren.



Gedrängehalb



Aufgaben: Stellt das Bindeglied am Gedränge und an der Gasse zwischen Sturm und Hintermannschaft dar. Ein wahrer Entscheidungsträger wie die Nummer 9 stellt fest, ob es sich um einen schnellen Ball handelt, der der Hintermannschaft zugespielt wird oder ob es ein langsamer Ball für die Stürmer ist.

Anforderungen: Als facettenreicher Spieler muss der Gedrängehalb kraftvoll sein, einen explosiven Antritt haben und perfekte Pass- und Kickqualitäten besitzen. Überragende Gedrängehalbspieler verfügen über ein hohes Maß an Selbstbewusstsein und über ein exzellentes Spielverständnis.



Verbinder



Aufgaben: Die Nummer 10 dirigiert das Geschehen auf dem Platz, indem sie den Ball vom Gedrängehalb erhält und anschließend in einem Sekundenbruchteil entscheiden muss, ob er den Ball kickt, passt oder selbst mit dem Ball nach vorne geht.

Anforderungen: Die Fähigkeit den Ball gut aus der Hand zu kicken, im besten Fall beidfüßig, ein perfektes Ballgefühl, Schnelligkeit, eine gute Übersicht, Kreativität, die Fähigkeit zu kommunizieren, Taktikverständnis und die Gabe in Drucksituationen zu glänzen.



Innendreiviertel



Aufgaben: Sie müssen sowohl im Angriff als auch in der Verteidigung hervorstechen. In der Verteidigung zielen sie darauf ab ihren Angreifer zu tacklen, während sie im Angriff ihre Schnelligkeit, Kraft und kreative Ader nutzen, um die Verteidigung auszuspielen.

Anforderungen: Der moderne Typ eines Innendreiviertelspielers ist stark und extrem schnell. Diese Position erfordert eine große Angriffsstärke gepaart mit großer Intensität im Kontakt, um entweder im Ballbesitz zu bleiben oder um den Ball zurück zu gewinnen.



Ecken



Aufgaben: Die Ecken müssen mit ihrer Schnelligkeit auf dem Platz in der Lage sein um ihren Gegner herumzulaufen und Versuche zu legen. Eine solide Verteidigung ist ebenfalls vonnöten.

Anforderungen: Schnelligkeit: Ecken werden sich häufig im freien Raum wiederfinden mit der Priorität voll zu beschleunigen und Meter gut zu machen. Von Vorteil sind Kraft und ein gutes Ballgefühl.



Schluss



Aufgaben: Generell umschrieben als die letzte Linie der Verteidigung, muss der Schluss selbstbewusst unter hohen Bällen agieren, einen starken Fuß haben, um seiner Mannschaft den Druck zu nehmen sowie den Kraftakt mögen, den es erfordert im letzten Moment einen Versuch zu verhindern.

Anforderungen: Sehr gutes Ballgefühl, Schnelligkeit im Angriff und Kraft in der Verteidigung. Die Fähigkeit mit Schwung zurück in die Linie zu kommen, um eine Überzahl und somit eine Option für Punkte zu bilden. Taktisches Agieren und Fingerspitzengefühl.

Ausrüstung

Bevor man Rugby spielt, sollte man sich im Klaren über die nötige Spielausrüstung sein.



Zuerst braucht man ein robustes Paar Schuhe mit Stollen oder Noppen, abhängig vom gegebenen Untergrund. Die Schuhe sind vor allem in Kontaktsituationen essentiell, wenn man seinen eigenen Ansprüchen gerecht werden will.



Es ist Pflicht einen Mundschutz zu tragen, um Zähne und Kiefer zu schützen. Einige Spieler entscheiden sich auch dazu einen vom Weltverband World Rugby zugelassen Kopfschutz und / oder zusätzlich gepolsterte Ausrüstung unter dem Trikot zu tragen.



Das Gedränge



Schiedsrichter: Zeigt Gedrängeeinwurf (links) und Gedränge bilden (rechts) an.

Das Gedränge dient als Mittel, um das Spiel nach einer Unterbrechung, durch bspw. einen Vorwurf, Vorball oder einem unspielbaren Ball (nach einem Ruck oder einem Paket), wieder fortzusetzen. Das Gedränge zielt darauf ab alle Stürmer und beide Gedrängehalbspieler an einer Stelle auf dem Platz zu sammeln, um der Hintermannschaft die Möglichkeit zu bieten einen Angriff an einer anderen freien Stelle durchzuführen.



Der Ball wird in der Mitte des Gedrängekanals zwischen die sechs 1. Reihe Stürmer eingeworfen, wo dann die beiden Hakler um den Ball kämpfen können, mit dem Ziel den Ball in Richtung der eigenen Mannschaft zu hakeln. Das einwerfende Team bleibt normalerweise auch im Ballbesitz, da der angreifende Hakler und der angreifende Gedrängehalb den Ablauf bereits routinemäßig aufeinander abgestimmt haben.

Sobald eine Mannschaft den Ball erobert hat, kann es den am Boden liegenden Ball im Gedränge halten und versuchen den Gegner in Richtung gegnerischer Mallinie zu schieben. Alternativ dazu kann die Mannschaft den Ball zum letzten Spieler im Gedränge befördern, von wo aus dann der Ball zur Hintermannschaft gespielt wird und das offene Spiel wieder seinen Lauf nimmt.

Der Gedrängehalb



Der Schlüsselspieler im Gedränge ist der Gedrängehalb. Er wirft den Ball ins Gedränge ein, läuft zum letzten Spieler im Gedränge und ist in der Regel derjenige, der den Ball aufnimmt und ihn zum Verbinder passt, der ihn dann wiederum weiter zur Hintermannschaft befördert. Sobald der Gedrängehalb den Ball aufnimmt, darf der Gegner wieder in das Spiel eingreifen und versuchen den Ballträger zu tacklen.

Die Gasse



Schiedsrichter: Der Linienrichter zeigt an, dass der Ball ins Aus gelangt ist und welches Team ihn einwerfen darf.



Die Gasse dient dazu das Spiel nach einer Unterbrechung wieder fortzuführen, nachdem der Ball ins Aus gegangen ist. Die Gasse bündelt eine Auswahl an Stürmern an einem Ort des Spielfeldes in der Nähe der Seitenaus-Linie, damit die Hintermannschaft den Rest des Feldes nutzen kann, um einen Angriff einzuleiten. Der Schwerpunkt bei den Stürmern liegt darin den Ball in der Gasse zu gewinnen und ihn anschließend sicher zur Hintermannschaft zu leiten.

Der Hakler wirft den Ball in einem Korridor zwischen den beiden Reihen ein. Da die einwerfende Mannschaft weiss wo der Ball am Ende landen soll, liegt der Vorteil des Ballgewinns bei ihnen. Jedoch kann der Gegner durch schnelles Reagieren und Agieren den Ball für sich gewinnen.

Der Spieler, der den Ball fängt, kann ihn behalten und ein Paket einleiten oder ihn zu dem Spieler passen, der neben der Gasse steht. Dieser leitet den Ball wiederum zum Verbinder weiter und von dort aus weiter zur Hintermannschaft.

Unterstützung in der Gasse



Um es Spielern zu ermöglichen hohe Bälle in der Gasse zu fangen, darf der Fänger von seinen Mitspielern in die Luft gehoben werden, um den Ball zu fangen. (dabei unterstützt werden, während er springt und versucht den Ball zu fangen.)

Sicherheit steht hierbei im Mittelpunkt und jeder Spieler, der sich in der Luft befindet, muss solange in der Luft gehalten werden bis er wieder sicher auf dem Boden gelandet ist. Der Fänger darf, solange er sich in der Luft befindet, nicht getacklet, gehalten oder geschoben werden. Außerdem darf der Gegner sich nicht auf ihm abstützen. Dies sind Regelwidrigkeiten, die mit einem Straftritt geahndet werden.

Straf- und Freitritt

Regelwidrigkeiten, die einen großen Einfluss auf das Spiel des Gegners haben, werden mit einem Straftritt geahndet.



Zeichen für einen Straftritt

Wenn der zugesprochene Straftritt in der Nähe der Malstangen ist, wird die Mannschaft in der Regel versuchen den Ball zwischen die Malstangen zu kicken. Der Ball wird auf ein Setz-Hütchen gestellt und der Kicker versucht den Ball zwischen die Malstangen und über die Querlatte zu kicken. Ein erfolgreicher Kick führt zu drei Punkten.

Eine Mannschaft kann sich auch dafür entscheiden den Ball nicht zu kicken. Andere Möglichkeiten sind ein Gedränge, ein schnelles Anspielen des Balles, um wieder ins offene Spiel zurückzufinden oder der Kick ins Aus, wo dann die kickende Mannschaft den Gasseneinwurf für sich beanspruchen kann.

Ein Freitritt wird für weniger schwerwiegende Regelwidrigkeiten ausgesprochen. Eine Mannschaft kann nicht direkt von einem Freitritt Punkte erzielen.

Die Mannschaft darf sich auch für ein Gedränge anstelle des Freitritts entscheiden.



Zeichen für einen Straftritt

Offizieller werden

Schieds- oder Linienrichter zu werden, ist ein einmaliger Weg um Rugby-Erfahrung zu sammeln.

Meist sind Schiedsrichter Leute, die selbst aktiv Rugby gespielt haben und dem Sport, den sie so lieben, etwas zurückgeben möchten. Dies muss aber nicht zwingend der Fall sein, denn jeder ist in der Lage Schiedsrichter zu werden, auch in jungen Jahren. Tatsächlich ist es ein guter Schritt schon im jungen Alter als Schiedsrichter zu beginnen, wenn man das Ziel vor Augen hat zu den besten Schiedsrichtern auf professionellem Niveau zu gehören.

Als Offizieller ist man am Herzen des Geschehens und man sieht das Spiel aus einer einzigartigen Perspektive. Es ist ein sehr guter Weg fit zu bleiben und sich immer wieder den anspruchsvollen Spielsituationen zu stellen. Die Rolle des Schiedsrichters ist keine leichte, aber man bekommt viel wieder zurück.

Um ein qualifizierter Offizieller zu werden, frage einfach bei einem Verein, beim Landesverband oder nationalen Verband nach, um mehr über Lehrgänge von World Rugby in Deiner Nähe zu erfahren. World Rugby bietet Kurse für jedes Niveau vom Anfänger bis zum gestandenen Offiziellen an.

Ein Anfängerkurs kann an einem Tag absolviert werden. Spielverständnis für Rugby, sei es als Spieler oder als Zuschauer, kann Dich auf den Weg bringen ein Schiedsrichter zu werden.

Die Offiziellen

Das Spiel wird von einem Schiedsrichter und zwei Linienrichtern geleitet. Abhängig vom Spielniveau können auch andere Offizielle, wie Zeitnehmer oder TV-Schiedsrichter (trifft Entscheidung mit Hilfe von Wiederholungen und Zeitlupen am Fernseher), im Hintergrund involviert sein.



Der Schiedsrichter

Vor einem Spiel spricht der Schiedsrichter normalerweise mit den erste Reihe Stürmern beider Mannschaften, um den Gedrängeablauf durchzugehen. Der Schiedsrichter macht anschließend den Münzwurf mit beiden Kapitänen, um zu entscheiden, wer den Ankick macht. Während des Spiels obliegt dem Schiedsrichter die volle Entscheidungsmacht. Es ist von großer Wichtigkeit, dass alle Spieler zu jederzeit die Entscheidungen des Schiedsrichters respektieren.

Die Linienrichter

Zwei Linienrichter auf jeweils einer Spielfeldseite assistieren dem Schiedsrichter im Hinblick darauf wann und wo der Ball ins Aus gelandet ist sowie in anderen Situationen, in denen der Schiedsrichter Unterstützung benötigt. Sie entscheiden ebenfalls, ob ein Kick zu den Malstangen erfolgreich war.



Foul-Spiel

Foul-Spiel ist all das, was ein Spieler entgegen des Regelwerks und des Spirits macht. Es beinhaltet die Behinderung des Spiels, unfaires und gefährliches Spiel sowie vorsätzliches Fehlverhalten. Der Schiedsrichter muss den Spieler der Schwere des Foul-Spiels entsprechend sanktionieren.

Warum hat der Schiedsrichter gerade gepfiffen?

Für jemanden, der sich mit den Feinheiten hinsichtlich des Regelwerks im Rugby-Sport nicht auskennt, kann es manchmal schwer sein zu erkennen warum der Schiedsrichter das Spiel wegen einer Regelwidrigkeit gestoppt hat. Anbei geben wir einen Einblick in die häufigsten Situationen, warum gepfiffen wurde. Neben der Beschreibung ist jeweils das Zeichen, das der Schiedsrichter gibt, wenn die beschriebene Situation eintritt. Die Zeichen für Straf- und Freitritte sind auf Seite 9 zu sehen.

Vorteil laufen lassen

Vorteil wird entweder bei kleineren Vergehen (z.B. Vorball) oder bei Vergehen, die einen Straftritt hervorrufen würden (z.B. Abseitsspiel), gegeben. Der Schiedsrichter entscheidet, ob die andere Mannschaft, die den Regeln entsprechend spielt, mehr von einem Vorteil profitieren würde und lässt das Spiel der Situation entsprechend weiterlaufen. Falls kein Vorteil entsteht, pfeift der Unparteiische ab und geht zu dem Punkt zurück, wo die Regelwidrigkeit ursprünglich geschehen ist.



Vorwärts-Pass und Vorball

Manchmal wird ein Angriff, der in Richtung Mallinie läuft, vom Schiedsrichter gestoppt.

Falls der Ball nach vorne gepasst wurde oder der Ball durch einen Handling-Fehler nach vorne geflogen ist, kommt es zu einem Gedränge, für die Mannschaft, die den Vorball nicht hervorgerufen hat.



Nicht vom Spieler oder vom Ball gelöst

Nach einem Tackle muss sich der Tackler sofort vom Ballträger lösen und der Ballträger wiederum sofort vom Ball.

Ein Vergehen in beiden beschriebenen Situationen führt zu einem unfairen Kampf um den Ball. Falls das Loslösen nicht in einem bestimmten Zeitraum geschieht, wird der Unparteiische der anderen Mannschaft einen Straftritt zusprechen.



Nicht weggerollt

Wenn ein Ruck oder ein Paket entstanden ist, muss sich jeder am Boden liegende Spieler vom Ball wegbewegen, damit der Spielfluss für die angreifende Mannschaft nicht gestört wird.

Falls man sich jedoch nicht vom Ball weggerollt hat, wird der anderen Mannschaft ein Straftritt zugesprochen.



Von der Seite ins Ruck oder ins Paket gegangen

Wenn man sich einem Ruck oder einem Paket anschliesst, müssen alle Spieler dies vom letzten Fuss des letzten eigenen Spielers tun.

Falls sie von der Seite kommen, sind sie in einer Abseits-Position und sobald sie dann ins Spiel eingreifen, wird der Schiedsrichter der anderen Mannschaft einen Straftritt zusprechen.



Unspielbarer Ball im Ruck oder Paket

Falls der Ball im Ruck unspielbar wird, z.B. unter Spielern liegt, die am Boden liegen, entscheidet der Schiedsrichter auf Gedränge für die im Voraus vorwärtsgegangene Mannschaft, bevor der Ball unspielbar wurde. Im Paket hat diejenige Mannschaft den Gedrängeeinwurf, die zu Beginn des Pakets nicht im Ballbesitz war.



Trainer werden

Trainer zu werden und nebenbei dazu beizutragen den Spielern den Spaß am Spiel zu vermitteln, kann ein erfüllender Weg sein ein Teil des Rugby-Sports zu sein.

Die meisten Menschen, die eine Trainerlaufbahn einschlagen, sind entweder ehemalige Spieler, die dem Rugby etwas zurückgeben wollen oder Eltern, die ihren Kindern das Rugby-Spiel näherbringen möchten.

Trainer zu sein, kann eine erfüllende Erfahrung sein, aber man trägt zugleich eine große Verantwortung, die man nicht auf die leichte Schulter nehmen sollte.

Kinder, die heute trainiert werden, sind die nächste Generation von Spielern, Schiedsrichtern und Trägern von Ehrenämtern und die Einstellung, die sich durch den Sport entwickelt, kann einen großen Einfluss auf weitere Aspekte ihres Lebens haben. Als Trainer kann man helfen ihnen Selbstbewusstsein zu vermitteln, um erfolgreich im Rugby aber auch im Leben zu sein.

Dein Verein, Landesverband oder nationaler Verband ist in der Lage Dich auf Deinem Weg zum ausgebildeten Trainer zu unterstützen. Ein guter Anfang ist mit der Rugby Ready Schulung (Seite 2) gemacht. Anschließend kannst Du eine Level 1 Trainerqualifikation erwerben, die nur einen Tag in Anspruch nimmt und eine gute Übersicht über die Grundkenntnisse eines Trainers gibt.

Der Trainer



Die Rolle des Trainers hängt stark davon ab, auf welchem Niveau seine Mannschaft spielt. Im Kindesalter geht es um die Weiterentwicklung der Spieler bezüglich Technik und Persönlichkeit, während ein anderer Trainer auf internationalem Level für die Nominierung des Kaders, die Leistung und Ergebnisse verantwortlich ist.

Trainer haben viele unterschiedliche Funktionen vom Anführer, Manager, Lehrer bis hin zum Organisator. Trainer müssen Kenntnisse über das Spiel und seine Regeln haben sowie über Motivation der Spieler und deren Fitnessaufbau. Zudem brauchen sie ein Verständnis für das Coaching und die Weiterentwicklung ihrer Spieler.

Auswechselspieler

So wie eine Mannschaft 15 Spieler in der Startformation hat, verfügt sie auch über Auswechselspieler. Der Trainer benennt vor dem Spiel aus taktischen Gründen die Auswechselspieler. Spieler können aber auch aufgrund einer Verletzung ausgewechselt werden. Entweder temporär, weil der Spieler behandelt wird oder ganz, weil er nicht mehr in der Lage ist zu spielen.

Team Spirit



Der Trainer hat auch eine wichtige Funktion wenn es darum geht den Spielern einen Team Spirit einzuflößen. Dieser ist vor allem wichtig, wenn die Spieler eher aus Spaß am Spiel teilnehmen als auf einen Sieg abzielen.

Mannschaftstaktik



Die Quelle endloser Debatten gepaart mit Meinungsverschiedenheiten sowie Zustimmung bei der Entwicklung der richtigen Taktik, kann die Leistung einer Mannschaft verbessern oder verschlechtern. Die Entscheidung für eine Strategie ist keine leichte, aber sobald man sich für die richtige Taktik entschieden hat, ist man der weltbeste Rugby-Visionär, zumindest für sein eigenes Team.

Um eine Spielertaktik zu implementieren, muss man vorher ein genaues Bewusstsein über die Stärken des Teams haben. Die Strategien können sich zu Teilen auf ein sturmlastiges und sehr kraftvolles Spiel, aber auch auf das Kreieren und Nutzen von freiem Raum beziehen. Genauso wichtig ist das Wissen über den nächsten Gegner einschließlich seiner individuellen Stärken und Schwächen sowie die Taktik, mit der er normalerweise spielt.

Krafteinsatz



Die physische Stärke des Sturms bei Gedrängen und Paketen kann einen großen Ausschlag auf den Raumgewinn haben. Stürmer können ein "pick and drive" (den Ball aufnehmen und ihn mit Hilfe der Mitspieler nach vorne tragen) spielen bis der richtige Moment gekommen ist, um den Ball für die Hintermannschaft freizugeben.

Freiraum kreieren

Auch wenn Rugby ziemlich komplex ist, bleibt es doch ein leichtes Spiel, wenn es um das primäre Ziel geht. Punkte werden erzielt, wenn sich ein Spieler im freien Raum befindet und seine Mitspieler es schaffen eine Überzahl zu kreieren.

So dreht sich der heilige Gral des Rugbys um das Schaffen von Freiraum. Es gibt viele Strategien, die darauf abzielen, aber primär geht es darum schnelle Bälle zu entwickeln, um den Ball weg vom angesammelten Gegner zu befördern und mit Schnelligkeit und Kreativität im Angriff Raum für einen Spieler zu schaffen, der dann die Punkte einfahren kann.



Rugby anschauen

Schnelligkeit und Kraft des modernen Rugbys haben es zu einer der spannendsten Sportarten für Zuschauer gemacht. Tatsächlich haben sich einige Aspekte des Spiels aufgrund der vielen Zuschauermassen weiterentwickelt.

Großleinwände

In vielen Stadien gibt es mittlerweile Großleinwände, auf denen sich das Publikum nach einer Spielaktion die Wiederholung anschauen kann.



Video Schiedsrichter

Bei übertragenen Spielen befindet sich ein Offizieller am Bildschirm, der die Wiederholung betrachtet und den ersten Schiedsrichter bei schwierigen Entscheidungen unterstützt.

Für welche Art und Weise man sich auch immer entscheidet ein Rugbyspiel zu schauen, sollte man sich nicht zu stark auf den Ball, sondern eher auf das Stellungsspiel von Angriff und Verteidigung fokussieren sowie die Position bestimmter Spieler wie bspw. dem Verbinder, der Nummer 8 oder dem Schlusspieler.

Die Rugby- Spielregeln: Eine Evolution



Das World Rugby Regelbuch wird jedes Jahr veröffentlicht. Es ist online auf worldrugby.org/laws verfügbar, wo man die Regeln im PDF-Format herunterladen und einen Test über seine Regelkenntnisse machen kann.

Die Regeln entstehen mit zwei zentralen Prinzipien: Erstens um den Spielern zu ermöglichen den Spirit des Spiels zu spüren und zweitens auf das Wohlergehen aller Spieler zu achten.

Manchmal ändern sich World Rugby Regel-Probeläufe zu Regeln bevor man entscheidet, ob die Änderungen global stattfinden und ins Regelbuch aufgenommen werden sollen.

Regel-Probeläufe können nur in einer bestimmten Region getestet werden oder z.B. nur in der Nord- oder Südhemisphäre.

Jede Regeländerung führt zu einer neuen Herausforderung für Spieler genauso wie für Trainer und sorgt dafür, dass Mannschaften ihre Strategien anpassen müssen. Zudem können sie Vorteile aus neuen Freiheiten oder Restriktionen ziehen, die die Änderungen mit sich bringen.

Sei auf dem neuesten Stand der aktuellen Regeln und gehe auf: worldrugby.org/laws

7er Rugby Der Traum von Olympia



7er Rugby wird mit 7 anstelle von 15 Spielern auf der gesamten Spielfeldgröße gespielt. Die Spielzeit ist mit sieben Minuten pro Halbzeit kürzer. Nur im Finale geht ein Spiel 2x 10 Minuten.

Abgesehen von der Spieldauer unterscheiden sich die Regeln zum 15er Rugby kaum. Jedoch ist es mit mehr verfügbarem Raum für den Zuschauer ein komplett anderes Spiel. Ein Merkmal des 7er Rugbys besteht darin, dass sich Mannschaften manchmal zurück zur eigenen Mallinie bewegen, um den Gegner zu ziehen und Freiraum in anderen Bereichen des Spielfeldes zu kreieren, um anschließend wieder nach vorne anzugreifen.

Anforderungen ans 7er Rugby

Da 7er Rugby auf der vollen Spielfeldgröße praktiziert wird, müssen die Spieler viel Fläche während eines Spiels abdecken. Das bedeutet sie müssen über eine extrem hohe Fitness, Schnelligkeit, Ballgefühl und Ausdauer verfügen. Deshalb sind 7er Spieler häufig Hintermannschaftsspieler oder dritte Reihe Stürmer im 15er Rugby.

Die Grundfähigkeiten beim Rugby wie laufen, passen, tacklen und das Treffen von Entscheidungen sind Schlüsselkomponenten des 7er Rugbys, ebenso wie das kreieren von freiem Raum und den Ball in Besitz zu halten.



7er und die olympischen Spiele

Rugby ist Teil der olympischen Spiele in Rio 2016 und Tokyo 2020.

Rugby passt perfekt zu den olympischen Spielen. Es werden die Ideale der olympischen Spiele mit seinem Ethos von Fair Play und Freundschaft mit dem dynamischen und spannenden Format des 7er Rugbys vereint. So hat das 7er Rugby eine große Strahlkraft für die Rugby Fans als solche, aber auch für das sportbegeisterte Publikum weltweit.

Abgewandeltes Rugby

Ein Spiel für alle

Andere Variationen und Spiele auf kleineren Feldern



Es gibt zahlreiche modifizierte Formen des Rugby-Spiels, die entstanden sind, um jedem das Rugby-Spielen zu ermöglichen - unabhängig vom Ballgefühl, den Sprint- und Stepqualitäten und vom Unterstützungs-Spiel.

Beispiele dieser Variationen sind Tag-Rugby, Touch-Rugby, Tip-Rugby, Flag-Rugby und Beach Rugby. Beim Tag-Rugby z.B. tragen die Spieler Fahnen, die an einem Gürtel befestigt sind. Das Abziehen einer Fahne ist gleichbedeutend mit einem Tackle. Der Ballträger muss den Ball dann innerhalb von drei Sekunden weiterpassen.

Das kontaktlose Spiel macht die Rugby-Variationen so attraktiv. Das hat zur Folge, dass Männer und Frauen, unabhängig von Alter oder Fitness auf verschiedenen Untergründen und ohne jegliche Angst sich zu verletzen, zusammenspielen können.

Hinzu kommen die einfachen Regeln für alle Arten des modifizierten Rugbys und die wenige Ausrüstung die vonnöten ist. So sind die unterschiedlichen Spiel-Variationen ideal für Anfänger, die diesen Sport betreiben möchten.



U19 und Altersklasse

Selbst wenn man das 15er Rugby näher betrachtet, erkennt man einige Regelmodifikationen, die den Übergang zum Herrenbereich erleichtern sollen. Details zu den U19 Regelunterschieden findest Du auf der World Rugby Regelbuch-Webseite worldrugby.org/laws.

Einen Verein finden

Es ist eine gute Sitte beim Rugby neuen Gesichtern gegenüber offen zu sein. So kannst Du Dir sicher sein bei einem Rugbyverein in Deiner Nähe sowie bei jedem anderen Verein auf der Welt willkommen zu sein.



Ob Du selbst Interesse an dem Sport hast oder möchtest, dass Dein Sohn oder Deine Tochter den Sport näher kennenlernt, ist der Verein in Deiner Nähe dafür goldrichtig. nationaler Verband Dein kann Dir eine Liste über alle Vereine in Deinem Land zur Verfügung stellen.

Ehrenamt im Rugby

Einer der erfüllendsten Dinge im Rugby ist das Ehrenamt. Das Ehrenamt im Rugby deckt eine große Bandbreite von Organisations- und Verwaltungsarbeit über Platzpflege bis hin zur Unterstützung von Spielern und Trainern ab.



World Rugby Training und Ausbildung

Weitere Themengebiete

World Rugby bietet eine große Bandbreite an Trainings- und Ausbildungsprogrammen an, um Spielern, Trainern und Unparteiischen sowie allen Beteiligten mehr über das Rugby Union zu vermitteln und um mehr im Spiel involviert zu sein.

Für mehr Informationen gehe auf worldrugby.org/passport



World Rugby - interaktives Lernen auf den Webseiten von World Rugby

Rugby Ready



Sei vorbereitet
worldrugby.org/rugbyready

Regeln



Kenne das Spiel
worldrugby.org/laws

Training



Fachlich - Planung
worldrugby.org/coaching

Offizielle



Spielüberwachung - Gremien
worldrugby.org/officiating

Strength & Conditioning



menschlichen Körper verstehen
worldrugby.org/sandc

Gehirnerschütterungen



Erkennen und behandeln
worldrugby.org/concussion

Erste Hilfe im Rugby



Wissen wie zu reagieren ist
worldrugby.org/firstaidinrugby

Halte Rugby sauber



Tackle Doping - Halte Rugby sauber
worldrugby.org/keeprugbyclean

A Beginner's Guide to Rugby Union

WORLD RUGBY

World Rugby House, 8-10 Pembroke Street Lower, Dublin 2, Ireland
Tel. +353-1-2409-200 Web. worldrugby.org

Copyright © World Rugby 2019.

Dieses Handbuch darf nur für den persönlichen Gebrauch und zur Ausbildung genutzt werden. Das Kopieren, Vermieten, Verleihen oder die Verbreitung der Arbeit für kommerzielle Zwecke ist verboten.

Falls Du mehr erfahren möchtest, kontaktiere Deinen Verein oder gehe auf worldrugby.org

