

## Hvad er rugby?

Seniorrygby spilles med to hold á 15, 10 eller 7 spillere. I ungdomsrugby har holdene: U/9 og U/11, 7 spillere. U/13 og U/15, 10 spillere. U/17, minimum 12 spillere.

Spilleren må bære, aflevere, sparke og placere bolden. Bolden må kun afleveres til medspillere ved at spille den bagud eller til siden.

Rugby er et elegant og smukt spil som kombinerer det fysiske element med det intellektuelle. Man skal kunne tackle modspillere som nogle gange er væsentligt større end en selv. Det kræver god teknik.

Rugby er en kontaktsport for gentlemen. Der bliver gået til makronerne og man bruger ikke beskyttelse på kroppen. Er man i angreb går kræfterne på at løbe, skubbe og kæmpe sig forbi forsvaret.

Rugby er også en meget social sport. Når kampen er færdig danner hjemmeholdet en port og klapper modstanderen af banen. Efterfølgende mødes man i hjemmeholdets klubshus, hvor man hygger sig sammen, mens kampens bedste spillere bliver hyldet på behørig vis.

### Lidt om reglerne...

Rugby er en sjov sport med fart over feltet og en god stemning omkring banen. Rugby spilles ikke kun af voksne, veltrænede idrætsfolk, men er en sport for alle størrelser. Et seniorhold består af 15 spillere, ungdomshold består af færre spillere alt efter aldersgruppe. En seniorkamp varer 2x40 min., ungdomskampe er af kortere varighed også alt efter alder.

### Udspark

Kampen begynder med et udspark. Bolden skal passere 10-meter linien på modstanderens banehalvdel. På samme måde sættes spillet i gang efter en scoring. Når bolden ikke ud over de 10 meter afgør modstanderen om der skal sparkes om eller om der skal være en klynge på midten af banen.

### Bolden

Den ovale bold skal bæres i hænderne og må kun afleveres bagud. En gylden regel er, at du altid skal finde dig mellem boldbæreren og din egen mållinie, når du deltager i spillet, ellers er du off-side.

### Spark

Bolden må sparkes fremad på banen. Hvor som helst på banen kan man få 3 point ved at drop-sparke bolden mellem de velkendte H-formede målstolper. Drop spark laves ved at sparke slippe bolden fra hænderne, lade den falde og ramme jorden og efterfølgende sparke til den.

### Klyngen og kæden

Klyngespillere er stærke og kan lide det hårde spil. Bag dem har man kæden. De er hurtigere og leverer et mere spektakulært spil. Desuden er der spillerne med numrene 9 og 10 på ryggen. De er holdets hjerne og binder kæden og klyngen sammen. Taber eller kaster man bolden fremad, dømmes klynge.

Klyngespillerne (spillere nr. 1-8) fra begge hold står i formation over for hinanden og bolden sættes ind i midten. I klyngen er det kun hookeren der som udgangspunkt må røre ved bolden, hvilket han kun må gøre med foden. En klynge slutter når bolden er ude af klyngen. Indtil da må bolden ikke røres af nogen.

### Indkast

Kommer bolden over sidelinien, dømmes der indkast. Klyngespillerne fra begge hold stiller sig over for hinanden på to rækker vinkelret på sidelinien og bolden kastes ind over midten imellem de to rækker.

### Straffespark

Hvis en spiller f.eks. er off-side eller tackler for højt, dømmes der straffe. Straffe kan dømmes overalt på banen og skal tages, hvor forseelsen er begået. Bolden lægges på jorden og man må ikke samles op før man har rørt den med foden. Ved straffe kan man også vælge at forsøge at sparke bolden imellem stolperne, hvorved man kan opnå 3 point.

### Scoring

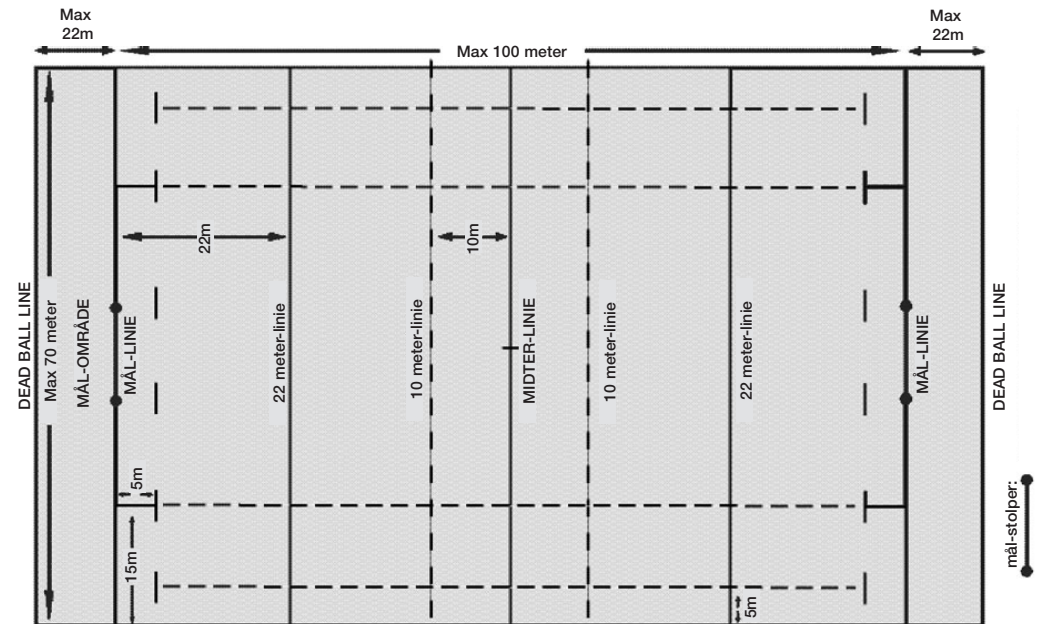
En fuld scoring giver 7 point, hvoraf man får 5 point ved at lægge bolden i scoringsfeltet (et "forsøg"). Derudover får man 2 point, hvis man efterfølgende aprker bolden mellem stængerne.

### Tackling

Kun den spiller, der har bolden, må tackles. Ved en tackling bliver en spiller fastholdt og evt. bragt til jorden. Man må ikke tackle en spiller over brysthøjde.

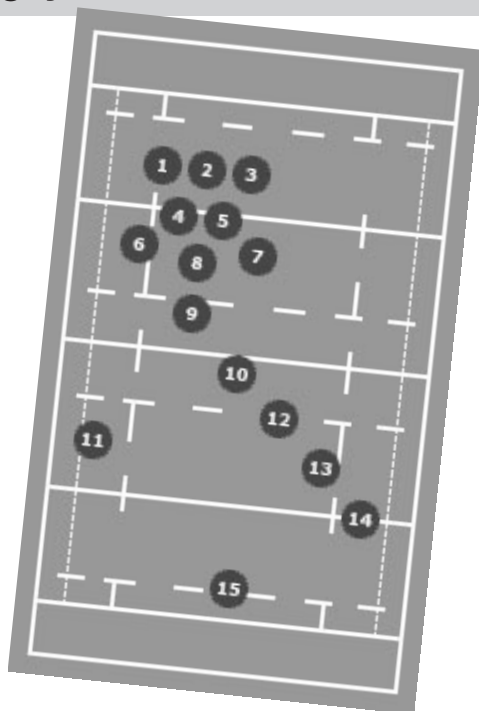
# RUGBY

## - Hvad er det....?



## De femten pladser på et rugby hold

- 1: Loose head prop
- 2: Hooker
- 3: Tight head prop
- 4: Anden række
- 5: Anden række
- 6: Lukket side flanker
- 7: Åben side flanker
- 8: Nummer otte
- 9: Klynge half
- 10: Standoff
- 11: Venstre wing
- 12: Første center
- 13: Anden center
- 14: Højre wing
- 15: Full back



### 1 - Loose head prop:

Hans opgave er at hjælpe hookeren i klyngerne. Han er med til at binde den forreste række sammen i klyngerne. Ved indkast er det ofte ham, der løfter hopperne (typisk anden række spillere).

### 2 - Hooker:

Hans rolle er at kaste bolden ind ved indkast og vinde bolden når den fødes ind i klyngen ved at "hooke" den bagud med hans fod.

### 3 - Tight head prop:

Hans opgave er at hjælpe hookeren i klyngerne. Han er med til at binde den forreste række sammen i klyngerne. Ved indkast er det ofte ham, der løfter hopperne (typisk anden række spillere).

### 4 - Anden række:

Ofte en af de højeste spillere på holdet. Det er anden rækkens opgave at vinde bolden ved indkast, hvor han løftes op i luften af holdkammeraterne (typisk de to props).

### 5 - Anden række:

Ofte en af de højeste spillere på holdet. Det er anden rækkens opgave at vinde bolden ved indkast, hvor han løftes op i luften af holdkammeraterne (typisk de to props). Anden rækken spiller på grund af sin højde, vægt og atletiske evner en afgørende rolle i det løse spil.

### 6 - Lukket side flanker:

Denne flanker binder til klyngen på den side der er tættest sidelinien. Hans primære rolle er at vinde bolden i det løse spil og hjælpe hopperne ved indkast.

### 7 - Åben side flanker:

Åben side flankeren binder sig fast til klyngen i den åbne side. Hans opgave er at erobre bolden i alle tænkelige situationer. Han er ofte den første man i support og er ofte med i kæden som en ekstra kæde spiller ved nogle fast angrebsmønstre. I forsvar skal han sætte pres på modstanderens kæde og generelt være til stede over det hele på banen.

## De femten pladser på et rugby hold

### 8 - Nummer otte:

Nummer otte har sin plads bagerst i klyngen, mellem de to anden rækker.

Han har den afgørende rolle for at sikre at klynge halften får en god bold ud af klyngen. Han kan også være den der tager bolden op fra en klynge for selv at sætte et angreb i gang.

### 9 - Klynge half:

Klynge halften har ansvaret enten for at levere den bold som klyngen har vundet videre til kæden eller for at sende bolden videre i det såkaldte "løse spil" og "fase spillet". Han forbinder de store forwards med de lidt mindre backs.

### 10 - Stand off:

Stand off'en er sammen med klynge halften, beslutningstageren på holdet. Han afgør ofte om bolden skal videre til kæden, tilbage til klyngen, sparkes eller om han skal tage kontakten.

En stand off har ofte overraskende løb, finter, fod & tempo skifte. Han tager sin tid, trækker modstanderen til sig og levere siden bolden videre.

### 11 - Venstre Wing:

Ligesom højre wing er venstre wing en af de hurtigste spillere på holdet. Hans primære funktion er at modtage bolden og løbe for fulde drøn, mod forsøgs linien.

Hurtighed er ikke i sig selv nok. Man er nødt til at være ekstremt boldsikker. Wingen får ofte bolden som sidste mand. Tabes bolden, mister man angrebsmomentet og i værste fald er der ikke nogen til at forsvare bagud.

Typisk klarer wings sig med deres hurtighed, men i nyere tid er de også blevet fysisk større og mere robuste, hvilket også gavner dem i forsvarsarbejdet, hvor de også kan komme i situationer, hvor de er sidste skanse.

### 12 - Første center:

Hans rolle er at skabe huller i modstanderens forsvar, samtidigt med, at han skal være det primære forsvar mod modstanderens angreb på kæden. Han skal være sikker på hænderne, fysisk stærk og hurtig.

### 13 - Anden center:

Nummer 13 har en lignende rolle som nummer 12 på banen. Der er dog den forskel at nummer 12 ofte skaber hullerne for de andre spillere, hvor der er større sandsynlighed for, at nummer 13 udnytter de huller der er. Nummer 13 er bindeleddet mellem centerne og wings og full / back. Her kræves hurtighed, styrke og hurtig opfattelsesevne.

### 14 - Højre Wing:

Ligesom venstre wing er højre wing en af de hurtigste spillere på holdet. Hans primære funktion er at modtage bolden og løbe for fulde drøn, mod forsøgs linien.

Hurtighed er ikke i sig selv nok. Man er nødt til at være ekstremt boldsikker. Wingen får ofte bolden som sidste mand. Tabes bolden, mister man angrebsmomentet og i værste fald er der ikke nogen til at forsvare bagud.

Typisk klarer wings sig med deres hurtighed, men i nyere tid er de også blevet fysisk større og mere robuste, hvilket også gavner dem i forsvarsarbejdet, hvor de også kan komme i situationer, hvor de er sidste skanse.

### 15 - Full Back:

Full backen er den sidste forsvars skanse mod angrebsløb og taktiske spark.

Derfor skal han man kunne stole på, at han kan gribe høje spark over forsvaret. Samtidigt skal han kunne gøre det med viden om, at han risikerer at blive tacklet i det sekund han griber bolden.

Full backen er også den spiller, der kan tilføje overraskelseselementet i et angreb ved at skabe et overlap eller dukke op et eller andet sted i kæden.

Desuden skal nummer 15 være god til at sparke præcist og sikkert i pressede situationer.