Rugby: La mischia

La serie di esercizi presentata in questa seconda puntata della serie sul rugby permette un approccio gestuale specifico durante una mischia.

La mischia è una fase di ripresa del gioco, a seguito di un'infrazione o interruzione, decretata dall'arbitro.

La mêlée est une phase de jeu qui sanctionne une faute mineure ou un arrêt de jeu.

Gli esercizi proposti in questa sede si rivolgono a giocatori qualificati che hanno raggiunto un certo livello di pratica e ai quali viene imposta una conquista sistematica della palla, nel rispetto delle regole del gioco.

→ La mischia

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO