

Rugby – Flügel (11 und 14): Fusstritt einstecken und nachhaken

Die Flügel sind aufgrund ihrer Position auf dem Spielfeld prädestiniert, einen Kick zu fangen und dann erneut anzugreifen.

Der Kick wird mit einer Vierteldrehung um sich selbst gefangen, um eine allfällige Ballabgabe nach vorn zu vermeiden. Den Wiederangriff besorgt das Trio Flügel 11 / Schlusspieler / Flügel 14.

Das Ganze wird im Kollektiv trainiert, möglichst abwechslungsreich, um zahlreiche Anpassungssituationen zu üben.



Quelle: Philippe Lüthi, Fachleiter J+S Rugby



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO