

## Touchrugby: Un gioco coinvolgente

Il Touchrugby è un gioco affascinante e intenso adatto per le scuole e per le società sportive. È imparentato con il rugby, senza tuttavia esigere da chi lo pratica degli intensi contatti fisici, e permette a grandi e piccini di giocare insieme.



Tra tutti gli sport, il Touchrugby è sicuramente uno dei più intensi. Come nel rugby, la palla può essere passata solo all'indietro e mai in avanti. Per questa ragione tutti gli attaccanti sono costantemente in movimento. Lo stesso vale per la difesa. Occorre muoversi in continuazione, anche perché secondo il regolamento dopo un «Touch» (v. [«Quattro elementi fondamentali»](#)) i difensori devono trovarsi a una distanza minima di 5 metri dal portatore di palla.

### Un gioco poco fisico

Il successo di un'azione difensiva o offensiva dipende in larga misura dal gioco collettivo di entrambi le linee. Per questa ragione il Touchrugby è un gioco spiccatamente di squadra, nel quale il collettivo prende il sopravvento sul singolo giocatore. Contrariamente al rugby, nel Touchrugby non è possibile effettuare dei placcaggi e perciò i contatti sono molto meno violenti e il rischio di ferirsi è minimo.

Il «Touch» è l'unico contatto fisico permesso in questo sport e tutti – uomini, donne e bambini – possono praticarlo assieme. Se non si gioca una partita di campionato, i migliori giocatori possono rafforzare la squadra più debole. In definitiva, il piacere di giocare è più importante dei punti totali segnati.

[Altri contenuti sul touchrugby](#)

### Ideale per la scuola

Tutti questi fattori fanno sì che il Touchrugby sia uno sport ideale per le scuole. Nei paesi dove è nato – Australia, Nuova Zelanda e Sudafrica – dalle scuole elementari a quando si va in pensione si gioca sempre con le stesse regole. Fairplay, disciplina e onestà sono i valori principali. Le diverse varianti di gioco presentate si riferiscono piuttosto a livelli di abilità diversi. Si impara a giocare giocando!

---

Fonte: Insetto pratico «mobile» 66/2010, Werni Grünenfelder, Roger Scharpf



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Ufficio federale dello sport UFSPO**