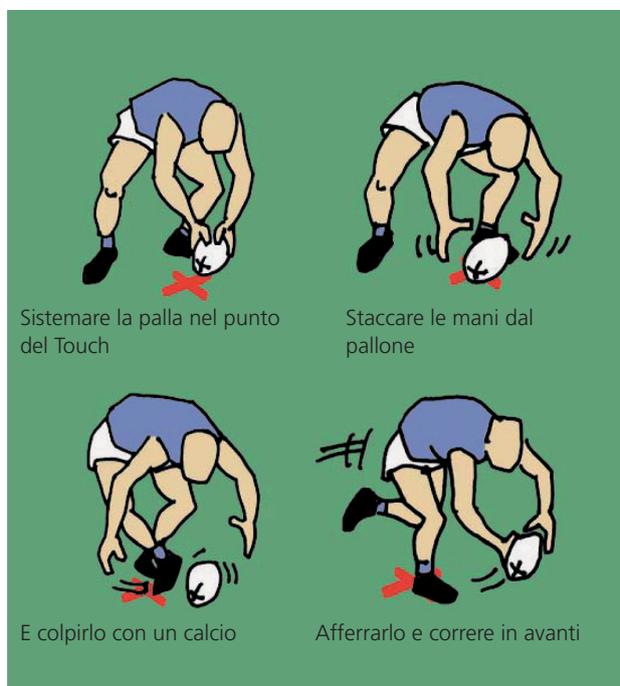


## Touchrugby – Quattro elementi fondamentali

Questi quattro elementi sono indissociabili dal Touchrugby e conferiscono a questo sport il suo stile inconfondibile. Per effettuarli in maniera corretta, vale la pena esaminarli un po' più da vicino.

### Tap

Il «Tap» è l'unica volta in cui durante la partita un attaccante può toccare la palla coi piedi. All'inizio del primo e del secondo tempo viene sempre effettuato un «Tap». Un giocatore tocca la palla con un piede (la palla può muoversi in qualsiasi direzione al massimo di un metro), la raccoglie (lui o uno dei suoi compagni) e inizia a correre. In caso di penalità, la partita riprende pure con un «Tap».



### Penalità

Dopo una penalità, la squadra a favore della quale è stato fischiato il fallo riprende il gioco con un «Tap». Il «Tap» deve essere eseguito nel punto in cui è avvenuta l'azione fallosa. La squadra penalizzata deve indietreggiare di 10 metri. La squadra che attacca può così effettuare il «Rollball» a una distanza doppia dagli avversari rispetto al normale. Viene assegnata una penalità:

- quando il pallone è passato in avanti;
- quando viene effettuato un passaggio dopo che il portatore di palla ha subito un «Touch»;
- quando viene eseguito un «Rollball» prima che sia avvenuto un «Touch»;
- quando un giocatore si rende colpevole di un «Touch» troppo violento;

### «Touch»

Si parla di «Touch» quando un difensore entra in contatto col portatore di palla. Di regola il contatto avviene con le mani. Dopo un «Touch», tutti i difensori devono trovarsi ad almeno cinque metri dal punto dove è stato effettuato. Un difensore può cercare di toccare nuovamente il portatore di palla solo dopo essere indietreggiato di cinque metri. Nel caso in cui il contatto avviene senza che questa regola sia stata rispettata, l'arbitro fischia una penalità a favore della squadra in attacco. In questo caso, i difensori devono trovarsi a 10 metri dal punto dove viene effettuato il «Tap».

Gli attaccanti utilizzano spesso la tattica «3-up», ossia cercano il contatto sempre con lo stesso difensore per stancarlo (sprint all'indietro per tre volte per cinque metri). Se non è abbastanza rapido per retrocedere di cinque metri, non può più toccare il portatore di palla. In questo modo gli attaccanti riescono spesso ad aprire una breccia. Il «Touch» è valido anche quando il portatore di palla riesce a superare la linea di meta ma è toccato prima di posare la palla al suolo. In questo caso viene effettuato un «Rollball» a cinque metri dalla linea di meta. Il «Touch» avviene con qualsiasi parte del corpo, inclusi palla, capelli e vestiti. È compito dell'arbitro stabilire quando un «Touch» è troppo aggressivo e se deve essere fischiata una penalità (vedi penalità).

- quando viene chiamato un «Touch» anche se non è avvenuto;
- quando la difesa si trova in fuorigioco al momento del «Rollball» (i giocatori devono indietreggiare di 5 metri prima di poter di nuovo contrastare gli attaccanti);
- quando la difesa si trova in fuorigioco al momento del «Tap» (i giocatori devono indietreggiare di 10 metri prima di poter di nuovo contrastare gli attaccanti);
- quando una squadra ha in campo più di sei giocatori;
- quando la squadra che attacca ritarda in modo evidente il gioco (durante un «Rollball» o un «Tap»).

**«Rollball»**

Dopo un «Touch» il portatore di palla non può continuare a correre. Deve appoggiare la palla a terra (nel punto in cui è avvenuto il «Touch») e farla passare fra i propri piedi dietro di sé per una distanza inferiore a un metro. In alternativa, una volta posato a terra il pallone, l'attaccante può fare un passo sopra il punto del «Rollball», mettendo così il pallone in gioco. Il giocatore toccato che ha effettuato il «Rollball» può nuovamente rientrare in possesso del pallone solo se un compagno glielo passa.

Il giocatore che riceve la palla dopo il «Rollball» è chiamato mediano («Acting Half»). Se questo giocatore viene toccato prima di essere riuscito a passare il pallone a un compagno, la sua squadra perde il possesso di palla. Inoltre, il mediano non può segnare una meta.

