

Bezkontaktní rugby

Nosit šišatý míč? A přihrávat s ním spoluhráčům z týmu výhradně proti směru hry? Poněkud neobvyklé sportovní prvky. To ale neznamená, že tahle kolektivní míčová hra nestojí za vyzkoušení. Spíše naopak, nemyslíte?

Netrénovat zdravotně

Bezkontaktní rugby je upravená forma běžného ragby používaná pro základní trénink především ve školách. A pokud zrovna nemáte v plánu po hře třeba na oddělovce procvičovat šití na potrhaném oblečení nebo rovnou zdravotně, je bezkontaktní rugby dobrou volbou i pro vás. Základní prvky klasické hry v bezkontaktním ragby jako šišatý míč, běh s míčem v rukách všemi směry, dosazení bodů položením míče za koncovou čáru nebo nahrávka pouze dozadu zůstávají. Nahrávky pouze dozadu bývají mimochodem pro začínající ragbisty a ragbistky nejtěžší. Jediný, ale zásadní rozdíl mezi klasickým a bezkontaktním ragby je v zastavení soupeře. Hraje se s tagovými pásky, kdy protihráče s míčem zastavíte jedine strhnutím některého z pásek připevněných na jeho bocích, následným zahlášením a vrácením pásku. Stačí se domluvit i na pouhém doteku oběma rukama na bocích soupeře místo strhávání pásek. Když protihráč míč nemá, atakovat neboli útočit na něj nesmíte.

Při rozehrání je kop povolený

Rozehrávající hráč položí míč na zem a mírně jej pokopne. Poté už jej ale hráči musí ze země zvednout. Při zastavení bránícím mužstvem nebo technickém přestupku se míč opět rozehrává, a to vždy z dotyčného místa. Bránící hráči se

ale musí rychle postavit 5 metrů od místa rozehrání, vyjma obranné a útočné zóny, kde rozehrávající hráč rozehrává na pokyn rozhodčího. Za technický přestupek se považuje „předhoz“ neboli míč, který letí jiným směrem než dozadu, nebo hráči vypadne z rukou směrem dopředu a také samozřejmě „aut“ neboli míč, který přejede jakýmkoli způsobem za autovou čáru. „Offside“ neboli postavení mimo hru znamená, že bránící hráči hráli před pomyslnou ofsajdovou čarou. Ihned se musí vrátit za hráče soupeře nesoucího míč, který tuto pomyslnou čáru tvoří.

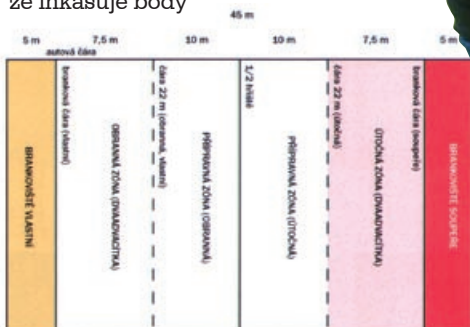
Tipy na vybavení

Nemáte ragbyový míč? Nevadí, stačí trochu vyfouknout fotbalový. Tagové pásky si každá šikovná družina vyrobí během chvilky. Nejlepší budou pásky fungující díky suchému zipu. Ještě levnější a na přichystání rychlejší obdoby pásků mohou být třeba podkoženky nebo ponožky hráčů. Místo na nohách je budou mít ale u pasu na bocích, což bude určitě hodně fotografické! Nezapomeňte svoje týmy s bojovně pomalovanými tvářemi a vůbec celou hru zdokumentovat!

Ragbyové hřiště

Doporučená šířka pro bezkontaktní ragby je 30 metrů a délka 45 metrů. Každé má ale celkem 6 různých zón.

- **meta 1/2 hřiště** slouží k rozehrání míče při začátku utkání, poločase a po obdržení bodů
- **meta 22 metrů** slouží k rozehrání míče při přestupku v obranné nebo útočné zóně, platí pro útočící i bránící mužstvo
- **branková čára** – útočící mužstvo se snaží položit míč na zem do této obranné zóny
 - získává tak bod; bránící mužstvo se naopak snaží soupeři ve skórování zabránit
- **přípravná zóna útočná / obranná** – útočící mužstvo je blízko k dosažení bodů za brankovou čáru / bránící mužstvo je v nebezpečí, že inkasuje body



Jací moulové a mlýny?

Běžné ragby proti sobě hrají dvě patnáctičlenná mužstva, která ještě mají vždy sedm náhradníků. Každý hráč, číslo 1 až 22, má podle pozice, kterou hraje, konkrétní název a úkol. U bezkontaktního ragby ale bohatě postačí například dvě družstva po sedmi hráčích. Doba utkání záleží na domluvě. Hrát ale 2×40 minut na hřišti o fotbalových rozměrech jako profesionálové asi nebude nejvhodnější.

© Pravidla ragby jsou složitá a navíc se periodicky mění. V pravidlech bezkontaktního ragby se proto neobjevují ani rucky (čti raky) a mauly (čti moly), ani mlýny neboli seskupení 6 až 8 hráčů z každého týmu, které se navzájem přetlačují. Oproti klasickému ragby je v bezkontaktním ale zákaz podrážení obrany nohou nebo její proskakování a prorážení! Chcete-li se s pravidly seznámit podrobněji, nahlédněte na www.skolniragby.cz nebo rugbyunion.cz.

Ferda Mravenec s ragby

Mezi vysokoškolskými studenty, kteří u univerzitních kolejí roku 1823 v anglickém městě Rugby hráli fotbal, byl jednoho dne i William Webb Ellis. Pravidla fotbalu jej ale omrzela. Místo toho, aby míč k fotbalové bráně kopnul, vzal jej do rukou a nesl ho k ní. A přesně takto prý vznikla hra ragby a ze stejného základu také vznikl například americký fotbal. Co má ale s ragby společného známá kreslená postavička Ferdý Mravenec od Ondřeje Sekory? Jeho. Ondřej Sekora je zakladatelem českého ragby, protože jako první přeložil pravidla hry do českého jazyka.

*Připravila: Barča Fialová
foto: Rudolf Flachs - www.flachs.cz,
Zdroj: Česká ragbyová unie - www.rugbyunion.cz, www.skolniragby.cz*