



## Rugby – Een korte Introductie met deze fantastische sport

### Geschiedenis van Rugby

Volgens een bekende legende is rugby in 1823 begonnen toen William Webb Ellis, leerling van Rugby School in Engeland, tijdens een voetbalwedstrijd de bal oppakte en ermee naar de overkant van het veld rende.

Onderzoek heeft echter uitgewezen dat dit naar alle waarschijnlijkheid geen historisch feit is. Desalniettemin wordt Webb Ellis op zijn school nog steeds vereerd en is de beker die aan de wereldkampioen naar hem vernoemd: de Webb Ellis Cup.

### Opvallend aan Rugby:

Het meest opvallende aan rugby is dat de spelers de bal mogen oppakken en met deze mogen rennen. Om de bal van de tegenstanders af te kunnen pakken, mag degene met de bal in handen (en alleen dan!) worden getackeld. Zodra de speler op de grond is geland is deze verplicht om de bal los te laten. Vervolgens breekt strijd om de bal uit, waarbij rugby spelers flink tegen elkaar mogen duwen om de tegenspeler te beletten om de bal in handen te krijgen.

Verder kenmerkende sportbewegingen zijn de scrum (waarbij een groep van iedere partij probeert elkaar in voorovergebogen houding weg te duwen om de bal te veroveren) en de line-out (achter elkaar opgestelde spelers proberen de bal te veroveren die van de zijlijn wordt ingegooid, waarbij teamgenoten elkaar mogen optillen om de bal te kunnen vangen)



Om het spel in goede banen te kunnen leiden zijn er behoorlijk veel regels waar de spelers zich aan moeten houden. Een scheidsrechter ziet er op toe dat deze regels worden nageleefd. Tijdens een wedstrijd mag niet gediscussieerd worden met de scheidsrechter: deze heeft altijd gelijk. Elke speler heeft daar respect voor.

### Rugby is anders dan American Football



Rugby wordt nogal eens vergeleken met American Football. Maar daar waar American Football spelers helemaal zijn beschermd met helmen, borstpantsers en schouderbeschermers, zijn rugby spelers enkel verplicht om een gebitsbeschermer te dragen.

Het is wel toegestaan om een zogenaamde scrumcap te dragen om hoofd te beschermen.

## Rugby in Nederland

Zo'n tachtig jaar geleden kwam rugby in Nederland. Er zijn nu ongeveer 6.000 rugby-spelers en 110 clubs. Deze clubs zijn allemaal aangesloten bij de rugby bond NRB.

In Nederland wordt rugby steeds bekender én populairder. Uit onderzoek is zelfs gebleken dat de rugby verenigingen als een van de weinigen uit de breedte sport nog groeien. Waar bijvoorbeeld voetbalverenigingen te kampen hebben met teruglopende aantal leden, groeien de rugbyverenigingen juist gestaag.

Nederland heeft op zowel een heren team, als een dames team dat op moment deel neemt aan de European Nations Cup 2012- 2014. Daarnaast heeft Nederland een heel succesvol Ladies Seven Team. Dat is een team waarin rugby door 7 spelers in plaats van door 15 teamleden wordt gespeeld.



Vanaf 2016 is Rugby Sevens een Olympische sport en Nederland is al druk bezig met die “Road to Rio”.

## Rugby voor de jeugd

Net als bij veel andere teamsporten, kent rugby leeftijdsgroepen. Zo spelen de jeugdruugbyspelers dus altijd met – en in de competitie – tegen leeftijdsgenootjes. Dat is wel zo eerlijk.

Er zijn in Nederland zeven leeftijdsgroepen. Daarbij is de leeftijd op 1 januari (deze datum valt midden in het betreffende seizoen) bepalend:

LEEFTIJD	CATEGORIE	TEAMGROOTTE
Onder 9	Turven	7 spelers
Onder 11	Benjamins	9 spelers
Onder 13	Mini's	12 spelers
Onder 15	Cubs	15 spelers
Onder 17	Junioren	15 spelers
Onder 19	Colts	15 spelers
19 en ouder	Senioren	15 spelers

## Spelregels voor de jeugd

De rugbysport moet voor alle spelers leuk zijn. Daarom zijn de jeugdspelregels er op gericht dat kinderen op een plezierige en verantwoorde wijze kennis maken met de sport.

De spelers van de jonge teams spelen met kleinere ballen dan de spelers die al wat ouder zijn. De lastige (soms ruigere) manoeuvres worden stapsgewijs in de hogere leeftijdsklasse toegestaan. Zo groeien de spelers spelenderwijs in het spel.

Het gaat voor deze introductie te ver om alle spelregels te benoemen, maar als je onderstaand in gedachten houdt kom je een heel end:

- Spelers mogen lopen en rennen met de bal
- Zodra een speler door een tackle op de grond, moet deze de bal loslaten
- De bal mag alleen achterwaarts gegooid worden
- De bal mag wel voorwaarts worden geschopt
- Om te scoren moet de bal over de doellijn van de tegenstander worden gedrukt; daarbij moet de bal contact hebben met zowel de grond als (een hand van) een speler

### **Wat is een tackle?**

Iemand rent met de bal over het veld. Iemand van de tegenpartij komt aanrennen springt op de benen van de aanvaller; pakt hem tussen de voeten en middel en legt hem op de grond. De speler met de bal moet deze dan onmiddellijk loslaten. Let op: Alleen spelers die de bal hebben, mogen worden getackled.

### **Wat is dan een Ruck?**

Ruck: bal ligt op de grond, spelers van beide teams, die op hun voeten staan, sluiten zich aaneen rondom de bal.

### **Wat is dan een Maul?**

Maul: één speler draagt de bal, spelers van beide teams, die op hun voeten staan, sluiten zich aaneen rondom de speler die de bal draagt. Spelers moeten bij de ruck of maul schouders altijd hoger dan de heupen hebben.

### **Wanneer is er sprake van Buitenspel?**

Een speler die vóór de man met de bal staat kan niet aan het spel deelnemen. Bij elke spelhervatting staat de tegenstander op 7 meter,

### **Wat is dan een Scrum?**

Dit is een robbetje duwen: de tegenstanders staan over de bal heen gebogen en probeer elkaar van de bal af te duwen

### **Hoe lang duurt een wedstrijd?**

Bij de jongste rugbyspelers duurt een wedstrijd 2 x 10 minuten. De speeltijd wordt gaandeweg opgebouwd naar 2 x 40 minuten. Ook het speelveld groeit naarmate de spelers groter worden.

### **Is rugby alleen voor jongens?**

Nee! Meisjes kunnen ook heel goed rugby spelen. Bij de jeugd spelen jongens en meisjes gemengd in een team.

### **Is rugby gevaarlijk?**

Nee, anders zou het geen officiële sport zijn. Maar de kans op blessures zijn bij rugby misschien wel wat groter dan bij een andere sport. Maar juist daarom zijn de spelregels ook zo streng. De trainer én de scheidsrechter hebben de taak om er voor te zorgen dat iedereen zich aan deze regels houdt.

### **Is rugby voor wildebrassen?**

Rugby is een sport voor iedereen. Dus of je nu veel energie hebt of je bent juist wat rustiger: op het rugbyveld kun je je heerlijk uitleven. Doordat je op het rugbyveld alles van jezelf kunt geven, is het wel opvallend dat heel veel rugbyspelers “in het dagelijks leven” juist heel rustig en kalm zijn.

### **Moet je groot en sterk zijn om rugby te kunnen spelen?**

Groot, klein, dik, dun, snel, sterk of slim: voor iedereen is er een plek op het rugby veld. Dat maakt rugby juist zo leuk. Er zijn zoveel verschillende posities – met elk hun eigen specifieke functie – dat je juist een gevarieerd team nodig hebt.

### **Waarom is de bal ovaal?**

Omdat je een ovale bal makkelijker kan vast houden dan een ronde bal.

