

NORGES RUGBYFORBUND

KONTAKTREGLER BARN & UNGE 2021



Innhold

Spillemåte og regler:	2
Bane.....	3
Anbefalt Turneringsregler	4
Kommentarer	4

KONTAKTREGLER 2021



Spillemåte og regler:

1. Spillet startes på midtbanen og omstartes med et tupp på ballen som ligger på bakken med foten, uten å bruke hendene, og hvor ballen plukkes opp av en spiller på det angripende laget. Straffer tas på samme måte. Det forsvarende laget må trekke tilbake i henhold til tabell både ved start, omstart og straffe. Alternativt kan ballen sparkes fra midtlinjen i retning motstanderne, tas i mot av en motstander, med en minimumsavstand lik den det forsvarende laget må trekke tilbake i henhold til tabell.
2. Mål skåres ved å legge ballen ned bakken med hånden, på eller bak mållinjen i målområdet. Det kan gis ett poeng for hvert mål.
3. En takling er når opptil to forsvarere takler en ballbærende angrepsspiller på følgende måte; fysisk stoppe, holde eller dra, men ikke nødvendigvis legge i bakken, opptil 3 sekunder og/eller ikke kan skilles med ballen eller den angripende spilleren gir seg. Taklingen gjøres fra skuldrene og nedover. Løft, kast, vridning med mer enn 90 grader (Unngå nakkeskade) eller skuldertaklinger er ikke tillatt. Forsvarer(ne) må slippe den taklede spilleren umiddelbart. Avverging med arm er tillatt under hode og nakke for angrepsspilleren. Angrepsspilleren bør oppmuntres til å løpe på hull i forsvaret. Dommeren er den eneste som kan dømme takling. Overdreven tilsiktet kontakt, usportslig opptreden og munnbruk er ikke tillat. Dommeren bestemmer. Straffe vil bli gitt i slike tilfeller og spillere kan bli fjernet fra banen (Rødt kort), eller gis advarsel (Gult kort). Alvorlige eller gjentatte usportslige opptredener vil resultere i at spillere blir utvist (Rødt kort) uten å bli erstattet.
4. Når den angripende spilleren som har ballen blir holdt eller taklet, må spilleren legge ballen på bakken på samme sted som man ble holdt eller taklet. Spillet omstartes med et steg over ballen eller at den rulles bakover med hånd eller fot. Dette er en såkalt rulleball. Spilleren skal ikke forsinke spillet. Ved forsinkelse av spillet går ballen til det forsvarende laget som kan rulle ballen fra samme posisjon.
5. Spilleren som plukker opp ballen kan ikke skåre men kan løpe med ballen.
6. Ved rulleball og straffe må motstanderlaget trekke tilbake i henhold til tabell for å unngå å komme offside som indikeres av dommeren. De kan ikke bevege seg fremover før ballen er tuppet (Straffe) eller at den har blitt plukket opp (Rulleball). Hvis de er offside og berører spilleren med ballen kan dommeren velge å fortsette spillet eller dømme straffe.
7. Hvis spilleren med ballen er tatt i målområdet må rulleball gjennomføres i henhold til tabell fra mållinjen.
8. Når det angripende laget er taklet seks ganger uten å skåre mål overrekkes ballen til motstanderlaget. Motstanderlaget starter spillet med å tuppe ballen. Dommeren teller.
9. Hvis en spiller med ball krysser sidelinjen overrekkes ballen til motstanderlaget som starter spillet med å tuppe ballen hvor spiller krysset sidelinjen.
10. Straffe kan dømmes for overtredelser som; fremover pasning, offside spill, bryte inn på en rulleball og sentre ballen etter at dommer har dømt holdt/taklet. Når straffe blir idømt, vil dommer avgjøre hvor ballen skal tupes og hvor onside linjen er.
11. Det lov til å sparke ballen under angrep og start av spill fra midtbanen etter skåring. Hvis ballen sparkes utenfor sidelinjene overrekkes ballen til motstanderlaget som starter med tupp på ballen. Hvis ballen sparkes utenfor banen i målområdet overrekkes ballen til motstanderlaget som starter spillet på midtbanen med spark eller tupp.

KONTAKTREGLER 2021



Bane



KONTAKTREGLER 2021



Anbefalt Turneringsregler

Alder	Størrelse på ball	Størrelse på banen (m)	Antall spillere	Kamptid (min)	Pausetid (min)	Trekke tilbake Distanse (m)	Innbyttene*
U8	3	15 x 30	3-5 (Anbefalt 5)	2 x 8	5	4	0-5
U10	3	22 x 35	4-7 (Anbefalt 5)	2 x 11	5	5	0-7
U12	4	30 x 50	5-9 (Anbefalt 5)	2 x 14	5	6	0-9
U14	4	35 x 50	5-7 (anbefalt 5)	2 x 15	5	6	0-5
U16	5	65 x 100	5-9 (anbefalt 8)	2 x 25	5	7	0-9
U18	5	65 x 100	5-9 (anbefalt 8)	2 x 30	5	7	0-9

Kommentarer

Lagsammensetning: Alder- og kjønnsforskjeller er tillat og avklares med turneringsarrangører. Antall spillere på hvert lag avklares basert på tilgjengelige spillere. Det er den yngste spilleren på laget som definerer hvilken aldersgruppe laget skal spille i.

Innbyttene*: Alle spillere skal få likeverdig spilletid.

Dommere: Kampen dømmes av minimum 1 dommer, men linjedommere kan også benyttes. Dommeren må forsikre seg om at alle spillerne, eventuelt i samråd med trenerne og foresatte, har forstått spillemåten og at fysisk kontakt skjer på deres premisser hvis de ønsker å delta. Dommeren skal også forsikre seg om at spillernes fysikk er forholdsmessig.