



NORGES RUGBYFORBUND

TOUCH/TATT-REGLER 2022





## Innhold

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

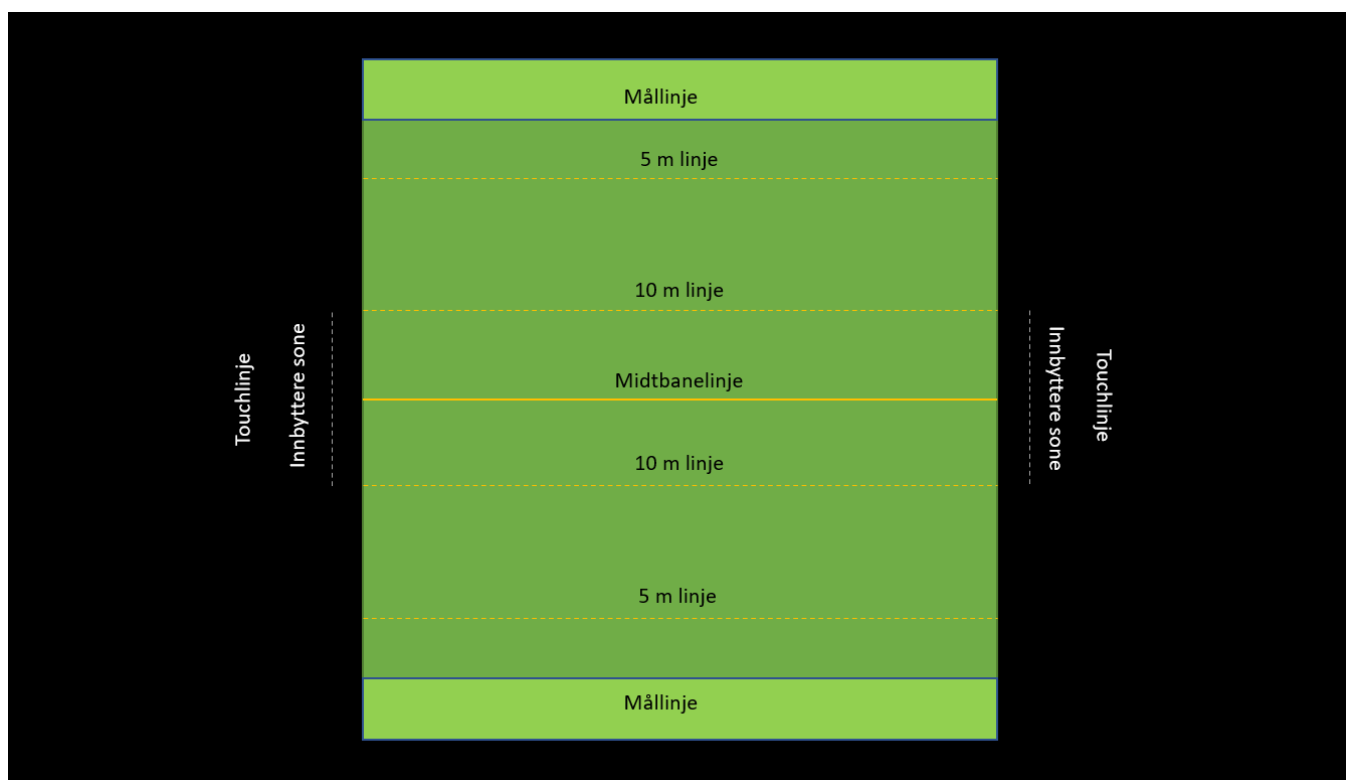
### Spillemåte og regler:

1. Banen bør være 70 meter lang og 50 meter bred
2. Lag kan bestå av inntil 14 spillere, med maksimalt 6 spillere på banen til enhver tid.
3. Spillere kan byttes inn og ut så ofte de ønsker. Innbytte skjer fra banens langsider.
4. Lagkapteiner kaster kron og mynt om hvilket lag som skal starte spillet. Spillet starter med et kakk på midtlinjen. En kakk innebærer å berøre ballen på bakken med foten for deretter å plukke opp ballen med hendene.
5. Angripende lag har 6 forsøk eller berøringer før besittelse av ballen overføres til motstanderlag, med mindre andre regler brytes.
6. Hvis ballen slippes i bakken eller kastes fremover, eller mistes fremover (fremoverball), går ballen over til motstanderlag og spillet starter på nytt med en rulleball. Rulleball betyr at man går over ballen eller ruller ballen forsiktig tilbake mellom føttene.
7. Angripende spillere kan løpe med ballen eller kaste ballen sidelengs eller bakover til de blir berørt (tatt)
8. Hvis en spiller kaster ballen fremover, oppstår en forseelse for en foroverpasning.
9. Hvis en spiller kaster ballen etter å ha blitt berørt (tatt), oppstår en forseelse for en sen pasning.
10. Ved forseelser starter motstanderlaget spillet med en kakk der forseelsen ble begått. Forsvarende lag må trekke seg tilbake 10 meter.
11. En berøring er enhver kontakt under skulder høyde mellom spilleren med ballen og en forsvarer. Det må være minimal kraft.
12. Etter en berøring utfører spilleren en rulleball.
13. Hvis en spiller utfører en rulleball før en berøring er gjort er dette en forseelse.
14. Hvis en spiller utfører en rulleball på et annet sted enn der berøringen skjedde («Merket») er dette en forseelse.
15. Den angripende spilleren som plukker opp rulleballen er plukker og kan enten løpe med ballen eller passe den til en medspiller.



16. Hvis plukkeren blir berørt, går ballen over til motstanderlaget, og spillet starter på nytt med en rulleball ved merket der plukkeren ble berørt.
17. Ved rulleball må alle forsvarere trekke seg tilbake eller bevege seg bakover minimum 5 meter.
18. Forsvarere som ikke trekker seg tilbake 5 meter for rulleball eller 10 meter for kakk begår en forseelse. Dommer kan straffe ved å flytte merket enten 5m, 10m eller dømme scoring.
19. En marksetting scores når en angripende spiller plasserer ballen på eller over mållinjen.
20. Laget som scorer flest marksettinger i kampen blir erklært som vinnerlaget

## Bane





## Anbefalt Turneringsregler

Alder	Størrelse på ball	Størrelse på banen (m)	Antall spillere	Matchtid (min)	Pausetid (min)	Trekke tilbake Distanse (m)	Innbyttere
15+	5	70 x 50	5-7 (anbefale 6)	2 x 15	5	5	0-8 (*)

## Kommentarer

**Lagsammensetning:** Alder- og kjønnsforskjeller er tillat og avklares med turneringsarrangører.

**Dommere:** Kampen dømmes av minimum 1 dommer, men linjedommere kan også benyttes.

**References:** Federation of International Touch Rules 4<sup>th</sup> edition. See document for more details.

<https://www.internationaltouch.org/what-is-touch/the-rules/rules-of-the-game/>