



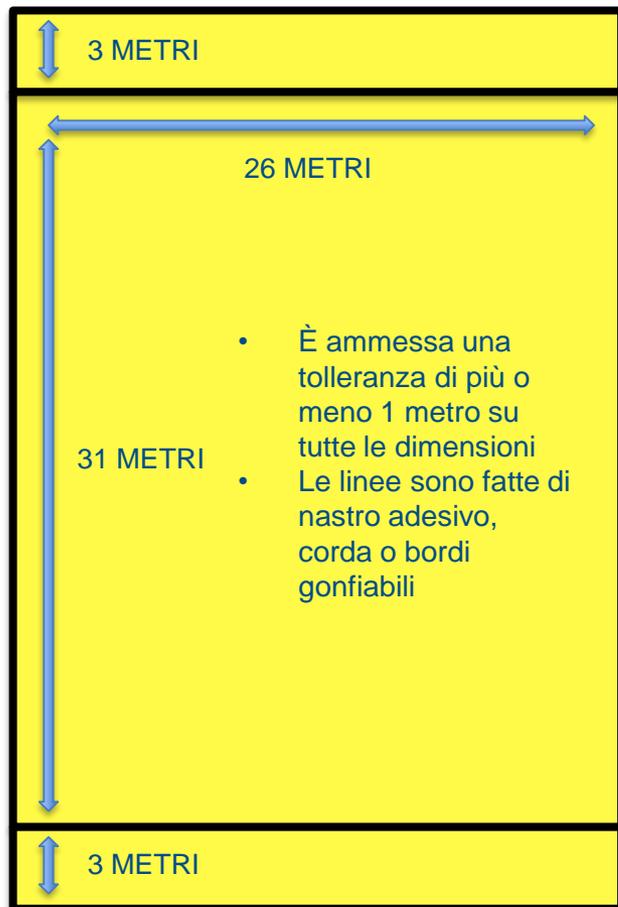
CORSO ALLENATORI SEVENS LIVELLO II ADOLESCENTI



FEDERAZIONE
ITALIANA
RUGBY

BEACH

LE BASE - BEACH



TEMPI -

- 2 x 5 minuti
- Intervallo non più di 3 minuti
- Cartellino giallo 2 minuti

GIOCATORI

- 5 in campo
- 7 in panchina

PALLONE

- Size 4

IL GIOCO

- Inizia e riparte con un calcio libero
- Difesa sta a 5 metri
- Chi subisce la meta riparte con la palla (appena ha la palla - chi segna la lascia dove ha segnato)
- 3 secondi per segnare
- Dopo un placcaggio se in piedi passa la palla il portatore altrimenti arriva un mediano per aprire la palla

LE BASE - BEACH

- 5v5
 - 2 Pesanti/Alti
 - 2 Laterali/Alti
 - 1 Playmaker
- Cambi
 - Illimitati
 - Solo quando il gioco é fermo
 - Chi esce puo uscire dove vuole, chi entra entra da meta campo
 - (Chiami '6' per punizione se l'attacco sono in 6)
- Organizzati



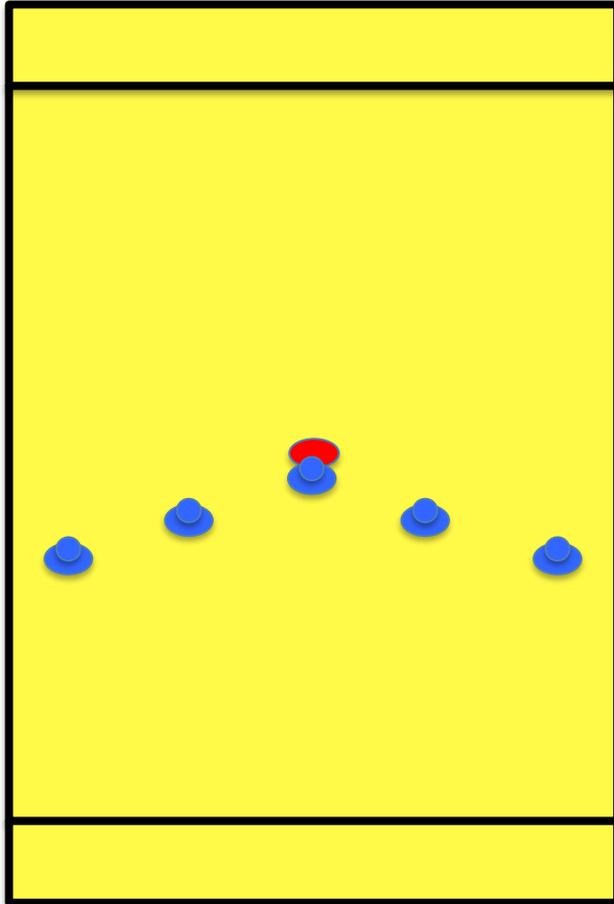
PRINCIPI - ATTACCO

- CONTINUITA
- UTILITA

STRATEGIA - ATTACCO

- TENERE PALLA VIVO
 - Giocando prima, dentro e oltre il contatto per cercare di evitare in ogni modo che la difesa riesce a rallentare la palla e creare lo spazio per poter segnare
 - Tre penetrazione poi incrocio/schiena per andare largo

ATTACCO- BEACH



GIOCATA SEMPLICE COMPITI CHIAVE

- Passaggio al ultimo giocatore
- Ultimo batte verso interno e cerca di sfidare tra gli ultimi due difensore
- Gioca con giocatore in radoppio o playmaker interno prima/dentro/oltre il contatto



PRINCIPI - DIFESA

- AVANZAMENTO
- PRESSIONE - Applicando pressione attraverso il placcaggio
- UTILITA

STRATEGIA - DIFESA

- AVANZAMENTO
 - Togliere spazio per poi mettere pressione sul portatore per cercare un errore
- DIFENDERE A CANALE
 - Prendere il proprio uomo e cercare di bloccare la palla
- 5 IN LINEA

FATTORI CHIAVE - BEACH

• ATTACCO

- Tenere palla vivo
- Spostare la palla
- Offload in asse
- Liberare i mani
- Buttare palla indietro
- Profondita per arrivare in velocita – pensi sabbia!

• Tenere Alto

- Come rugby a 13 – palla per l'attacco
- Dopo arbitro chiama 'Tackle' ha 2 secondi per passare la palla

• DIFESA

- 5 in linea
- A canale
- '0' dentro ruck
- Lavoro placcatore per rialzarsi
- Reconquistare? Pressione per errori (in Italia anche 'tenuto alto')

• Tenere Alto

- Come rugby a 13 – palla per l'attacco
- Dopo arbitro chiama 'Tackle' non poi impedire che l'attaccante passa la palla
- **Attenzione – in Italia é contrario

F.I.R.

Principi di utilità difesa
Competenze individuali

Cosa avete appreso?