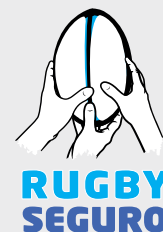




RUGBY SEGURO

MANUAL PARA JUGADORES,
COACHES, OFICIALES
DE PARTIDOS, DIRIGENTES
Y UNIONES.
EDICIÓN 2017

CURSO PARA PRIMERAS LÍNEAS



Introducción

Este curso tiene por objeto unificar algunos criterios en la formación y desenvolvimiento de los jugadores de la primera línea de los equipos de rugby desde menores de 15 años hasta planteles superiores.

Persigue como objetivo fundamental minimizar el riesgo de lesiones graves y generar una toma de conciencia común sobre la importancia de la integridad física de cada uno y la puesta en práctica continua, insustituible e inalterable de los valores que identifican al rugby y sus jugadores.

Entendemos que todo lo que se realice en este sentido es optimizable, las acciones que permitan mejorar este trabajo, serán a causa de tareas de investigación y consulta continuos.

También creemos, que esta medida inicial que se implementara en todo el país, desde el mes de Febrero, será bienvenida por la comunidad del rugby Argentino e impulsara la búsqueda de soluciones a esta situación que preocupa y ocupa a los dirigentes, entrenadores, referees, familiares y jugadores del rugby nacional.

En el balance siempre recibimos mucho más de lo que damos y en ese sentido, la lealtad debe aparecer como el primer valor que siempre tenemos que aportar al juego.

En la vida y en el Rugby hay momentos para todo, para entrenar y para jugar, para disfrutar, un tiempo para construir y edificar y otro para reformar, un tiempo para discutir y otro para hablar y un tiempo para callar otro para escuchar; En esos momentos nuestro juego está pasando por un momento en donde necesita el aporte de toda la familia que lo compone para prevenir y darle seguridad al juego que nos está dejando un saldo alarmante de jugadores que se lastiman por no tener en claro sus reglas básicas o que en muchos casos carecen de la enseñanza a tiempo de esa lealtad que debe estar siempre presente en un partido de rugby y por la que debemos batallar y mantener siempre vigente.

Hoy todos tenemos que estar del mismo lado, no se trata de una discusión acerca del scrum, acerca de si debemos empujar o no empujar, hoy el problema que debemos remediar de inmediato es que no haya más jugadores lesionados en nuestro juego, y ello nos obliga a trabajar todos juntos como equipo como sin duda alguna nos enseñaron desde el primer día que comenzamos a jugar rugby.

Hoy nos toca pensar en el juego que más queremos y en la salud de nuestros chicos, llego el momento de acordar y escucharnos pero sobre todo de prevenir y darles seguridad a nuestro juego.

Información general del curso

Modalidad de dictado: Teórico-Práctico

Duración del curso aproximada: 90 Minutos.

Material de los Módulos necesario para el asistente:
Manual del curso de Actualización Primeras Líneas UAR.

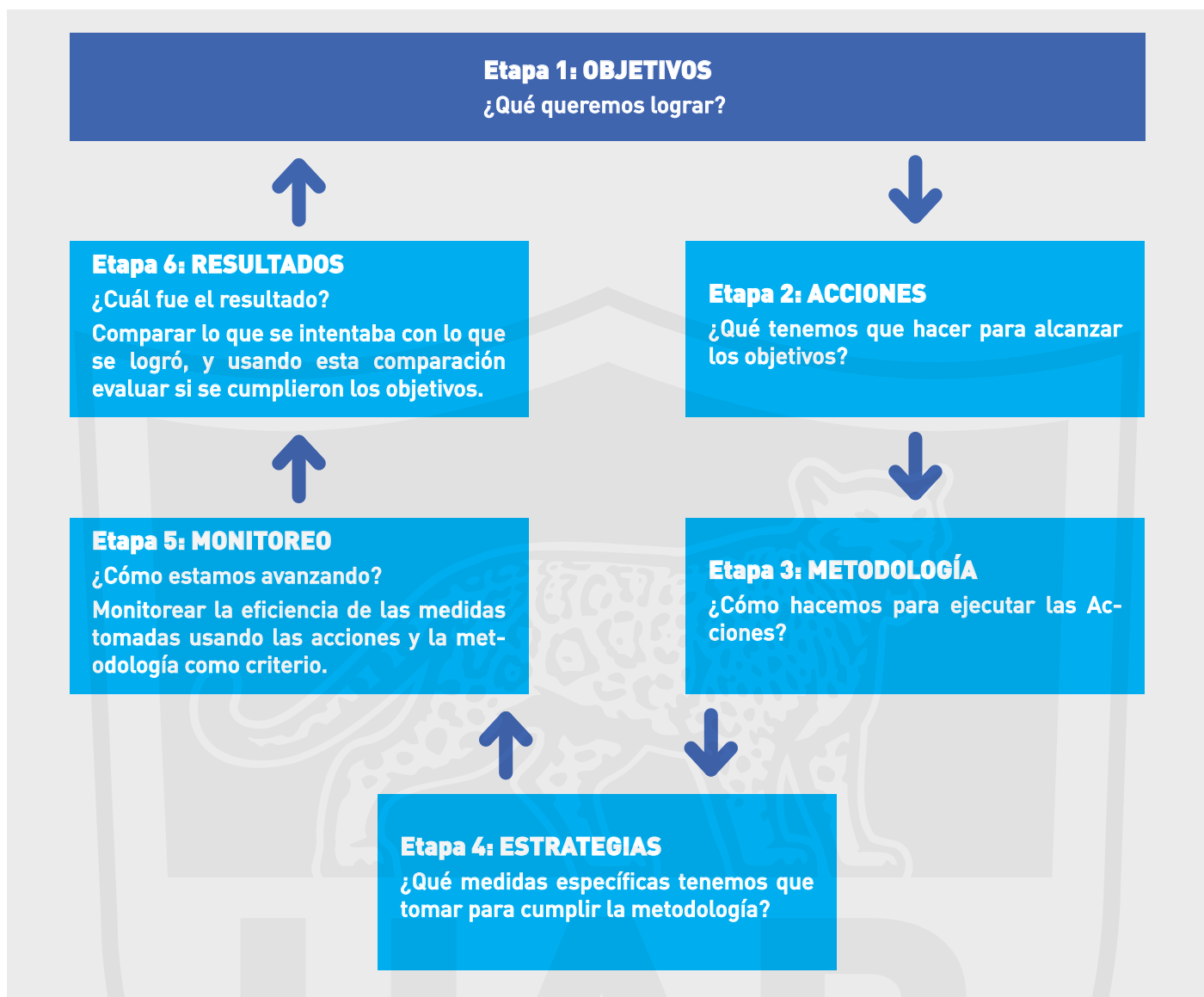
Evaluación:

A efectos de recibir el Certificado de Acreditación del Curso UAR, el participante debe:

- Asistir y participar en todos los módulos del curso
- Alcanzar una calificación de aprobación del 80% en exámenes a libro abierto, múltiple choice, de los módulos del curso y las Leyes del Juego.
- Ser competente en lo solicitado por el educador.

Todo recurso de formación UAR se desarrolla teniendo en cuenta el modelo de capacitación WR.

- Desde 1995, los accidentes ocurridos en el scrum bajaron dramáticamente en juveniles.
- Desde 1972 a 1994 hubo 5 accidentes, 4 de los cuales ocurrieron en 11 años (1983 a 1994).
- Luego hubo 3 accidentes en 22 años. El último antes del de Tala había sido en el 2004.
- Desde 1995 hubo más accidentes por tackle, juego suelto y maul que por scrum (6 vs 3)
- En los planteles superiores, los accidentes se incrementaron dramáticamente durante el segundo periodo de tiempo (1995 – 2016).
- Hubo un solo accidente por scrum en 1974 y luego no hubo más accidentes hasta 1995
- Desde ese año se produjeron 8 accidentes en 22 años
- Periodo 1995 – 2016: 7 de los 8 accidentes ocurridos sucedieron en jugadores que tenían 23 años o menos. El octavo accidentado tenía 24 años.
- El 70% de los accidentes ocurridos en jugadores de 23 años o menos fueron durante un scrum (7 de 10).
- 4 de los 7 accidentes por scrum fueron en los últimos 4 años.
- De los 7 accidentados, 3 fueron hookers, 3 pilares y 1 segunda línea.



CONTENIDOS TEÓRICOS

MÓDULO 1

Virtudes humanas:

Una cualidad es un hábito bueno, un modo positivo de proceder que tenemos por don natural, temperamento, etc.

La virtud es un hábito bueno adquirido, no tenido por naturaleza, pero logrado con esfuerzo. Todos tenemos cualidades y tenemos que formar virtudes.

Haremos mención a algunas virtudes humanas que entendemos deben ser promovidas y practicadas profundizando en la **LEALTAD** que creemos imprescindible en la vida de un jugador de rugby.

1. **COMPRENSIÓN:** comienza con el esfuerzo de intentar comprenderse a sí mismo. Supone ponerse en “el lugar del otro”.
2. **FLEXIBILIDAD:** la persona sabrá adaptarse a cada situación y persona, siendo leal a los valores permanentes, defendiéndolos y reforzándolos con firmeza.
3. **FORTALEZA:** es la “gran virtud”, la de los convencidos, la de aquellos que por un gran ideal son capaces de afrontar los mayores riesgos. Supone dos partes: resistir y acometer.
4. **GENEROSIDAD:** es una virtud que difícil de apreciar en los demás con objetividad. Un acto será muestra de generosidad o no, de acuerdo con la intensidad con que se viva la virtud y la rectitud de los motivos. Se trata de una entrega, una decisión libre de entregar lo que uno tiene.
5. **HUMILDAD:** “reconoce sus propias insuficiencias, sus cualidades y capacidades y las aprovecha para obrar el bien sin llamar la atención ni requerir el aplauso ajeno”. Solamente, cuando se capte la insuficiencia personal, real, es posible alcanzar el grado más alto de la humildad.
6. **ORDEN:** logra diferenciar entre lo urgente y lo importante. Supone también sujetarse a diferentes normas con paciencia. El orden externo es muestra del orden interno.
7. **PACIENCIA:** soporta las molestias necesarias en la búsqueda de un bien, con tranquilidad.

LEALTAD

Uno de los pilares y valores fundamentales de nuestro juego, por ser un juego de los denominados “de contacto” resulta ser la Lealtad.

Es junto a la disciplina uno de los principios rectores de nuestro juego ya que a través de ambas se edifican gran parte de las fortalezas que el juego transmite a sus participantes y están emparentadas con el control, la templanza el auto-control o dominio de uno mismo y la medida con la que se deben desenvolver los jugadores dentro y fuera de la cancha.

La lealtad nos indica que tenemos que aprender desde chicos a controlar nuestras actitudes, nuestro carácter y nuestras reacciones ya que de lo contrario privamos a nuestro deporte de la seguridad y prevención que tiene que transmitir a todos sus participantes para no convertirse en un juego peligroso.-

La lealtad y la Disciplina debemos enseñarlas a través de nuestro ejemplo en forma progresiva pero constante desde que los jugadores de rugby se encuentran en Rugby Infantil para que se convierta en una cultura personal, en una forma de vida y en un principio irrenunciable donde tenemos que cuidar a nuestros rivales, a nuestros compañeros y a nosotros mismos porque de esa manera estaremos cuidando nuestro juego.

En esta línea de pensamiento resulta muy importante que el Club sea aquel que de el primer paso en explicar claramente a todos sus integrantes de la trascendencia que tiene la Lealtad para prevenir y asegurar que nuestro juego siga vigente.

Hablar de Lealtad en el rugby tiene que ver con el sentimiento de apego, fidelidad y respeto que nos inspira nuestro juego y en particular que nos han marcado las personas que nos transmitieron desde muy chicos sus valores, su espíritu y sus tradiciones.

Pero en lo sustancial tenemos que ser leales a la hora de jugar rugby, ya que jugando rugby nos encontramos en el mejor escenario para demostrar a través de nuestro ejemplo cuales son nuestros valores y cuan leales somos con el juego y con nuestros rivales.-

Los jugadores leales son aquellos que poseen un alto sentido del respeto y del compromiso hacia el juego, sus reglas, sus rivales y el árbitro y dan muestra de ello a través de su comportamiento dentro y fuera de la cancha.-

Basta señalar que antes de entrar en el Reglamento del rugby existe un prólogo sobre las reglas del juego que reza “El Rugby es un deporte que implica contacto físico. Cualquier deporte que implique contacto físico tiene peligros implícitos. Es muy importante que los jugadores jueguen el partido de acuerdo a las Leyes del Juego y estén atentos a su propia seguridad y a la de los otros”.

Es responsabilidad de los jugadores asegurarse de estar física y técnicamente preparados de un modo que les permita jugar al Rugby, cumplir las Leyes del Juego y participar de acuerdo a prácticas seguras.

Es responsabilidad de aquellos que entrenan o enseñan el juego asegurar que los jugadores estén preparados de un modo que garantice el cumplimiento de las Leyes del Juego y de acuerdo a prácticas seguras.

Este prólogo del juego del rugby no hace otra cosa que mostrarnos y enseñarnos que “antes” de las leyes del juego ya se habla de la Lealtad como su principal valor y así como decimos muchas veces que sin rivales o sin árbitro no hay rugby, también tenemos que aprender que sin LEALTAD tampoco habrá rugby y que nosotros cualquiera sea el rol que desempeñemos dentro del juego tenemos que ser los responsables de que este concepto de replique en forma permanente en todas sus actividades.

El desafío que tenemos hoy en día es llevar esa lealtad a la cancha.

Ser leal es respetar y cuidar al juego, cuidarme y cuidar a mis ocasionales los rivales, pasa por ayudar al árbitro y ser coherente entre lo que pensamos, decimos y hacemos pero fundamentalmente no dar la espalda a nuestras convicciones, esas que se formaron en nosotros cuando agarramos por primera vez una pelota de rugby para pasársela a un compañero y no para guardarla y atesorarla.

La primera lealtad que debemos exigirnos es la Lealtad hacia nosotros mismos y no claudicar por conveniencia, necesidad por alguna directiva y mucho menos para obtener una ventaja.

La lealtad en el Rugby depende fundamentalmente de los jugadores, que son el eslabón final de una cadena que empieza con quienes nos enseñan las reglas del juego y sus valores, sin duda son los jugadores quienes deben mostrarnos en el mejor de los escenarios cuán leales y honestos son y cuanto respetan, protegen y aman a este deporte a través de su conducta y ejemplo.

Por último y pese a que son los jugadores quienes se expresan en la cancha y quienes tienen la última decisión sobre las conductas y acciones a tomar, destaquemos también la relevancia del actuar del entrenador en este aspecto tan importante del juego, ya que en las divisiones juveniles muchas veces podemos influir sobre esas conductas y es entonces en donde sus enseñanzas no pueden dar lugar a confusión alguna y los receptores de sus conceptos deben tener claro que **SIN LEALTAD, NO HAY RUGBY.**

PRIMERA LÍNEA



SCRUM



¿Qué es el Scrum?

- Es un componente del primer principio del juego de ataque (Obtención)
- La "OBTENCION", es uno de los medios por los que se puede obtener la pelota para jugar.
- Posiblemente es la plataforma de lanzamiento que más ventajas da al ataque a la hora de lanzar el juego con sus backs, ya que ofrece intervalos muy amplios entre los defensores.

¿Cuál es el objetivo del Scrum?

Su objetivo, claramente es obtener la pelota para jugarla posteriormente.

El rol del primera línea

Son jugadores como cualquier otro jugador del equipo, con variados y múltiples roles activos de ataque y defensa; disputa, avance, apoyo, continuidad, presión, necesariamente deben contar con una fortaleza física y mental particular para poder disputar el scrum.

Hoy las demandas del juego, exigen un grado de movilidad superior en los partidos y entrenamientos para todos los integrantes del equipo, habilitando y solicitando la demostración técnica continua de todas las habilidades individuales y grupales y en el total de las situaciones, no solo en las formaciones fijas y móviles.

Los primeras líneas, son jugadores que deben (en el rugby argentino, por sobre todos los puestos) poseer una aptitud física y mental acorde al requerimiento del scrum, una formación ética y técnica que les permita jugar con seguridad y responsabilidad.



MÓDULO 2

CONSIDERACIONES TÉCNICAS DE SEGURIDAD

General: El SCRUM debe tener una organización, donde cada integrante conozca su rol y este apto, física y mentalmente para poder cumplirlo.

Esto será determinante al momento de lograr estabilidad y construir un scrum más seguro.

• **Posición corporal:** La Posición Corporal lograda previamente a entrar en contacto, debe ser lo más cercana posible, a la que adoptaremos una vez que entremos en contacto.

Con las modificaciones reglamentarias, no habrá distancia en la entrada para acomodar el cuerpo, por lo tanto de no haber logrado la Pos. Corporal ideal, con sus respectivos ángulos, el jugador tendrá que hacer ajustes y esto va en detrimento de la estabilidad.

La flexibilidad de la cadena muscular posterior y la fortaleza de la zona media del cuerpo, para tener un gran balance, son determinantes para lograr la Pos. Corporal correcta.

La zona de cuello, hombros y brazos, deben estar correctamente preparadas, para soportar, ya no tanto el impacto, pero si la presión generada y transmitirla sobre el rival.

• **Pies:** Con la suficiente separación, como para lograr una buena base de sustentación (ancho de hombros aprox.)

Lograr la mayor superficie de contacto posible, con el piso, teniendo el peso del cuerpo, cargado sobre la mitad de adelante del pie.

Mejores apoyos, más estabilidad más tracción.

Pies interno pilares y hooker alineados y los pies externos pilares levemente retrasados.

La presión inicia desde empeines, sube por pantorrillas, caderas, generando solidez y estabilidad

Rodillas flexionadas permiten bajar centro gravedad para poder ingresar de abajo hacia arriba.

Como entrenadores, debemos prestar mucha atención, a la superficie del lugar elegido para realizar el entrenamiento y al calzado de los jugadores.

• **Columna:** Alinear la columna vertebral, en el eje central del cuerpo, el jugador debe sentirse bien encuadrado, con su columna perpendicular al ingoal.

Preparar el tronco del cuerpo para, soportar y transmitir fuerzas:

Aumentar la lordosis Lumbar (sacar cola)

Acercar las escapulas, contrayendo los músculos inter escapulares (sacar pecho)

Cabeza en posición neutral, acortando el cuello pero manteniendo la distancia natural entre el mentón y el pecho.

El inspirar ayuda a enderezar la espalda. La misma debe estar paralela al touch y al piso

La vista puesta en el objetivo donde se tomara contacto

• **Tronco y piernas:** Ambos flexionados, para lograr los ángulos apropiados para una correcta y eficiente posición de empuje.

Los 90°, son el límite inferior, ante cualquier falla, el ángulo se cierra, y los hombros pueden quedar por debajo de la cadera o el jugador puede quedar muy sentado y bajo muchísima presión, si el ángulo que se achica es el de las rodillas, en ambos casos el jugador quedaría en una posición débil, que favorece la inestabilidad.

Se sugiere; tomar algunos grados de margen (5° aprox.) y, si todo sale bien, sigue siendo una posición que nos permitirá ser efectivos o el ajuste será más fácil que cuando quedamos apretados, ya que ajustaríamos hacia adelante.

• **Hombros, brazos y manos:** Hombros de los pilares a la vista y no debajo de los del hooker, para que no haya ángulos.

Una vez formados, los hombros deben estar siempre a la altura de la cadera o levemente por encima de esta.

Manos y brazos con el mayor contacto y presión posible, sin dejar espacios con el cuerpo del compañero al que me estoy asiendo y el brazo que se toma del rival en el caso de los pilares, no completamente estirado, para que el brazo quede en una posición fuerte y que le permita trabajar en la estabilidad manteniendo el codo siempre hacia arriba o por lo menos que no apunte hacia abajo en ningún caso.

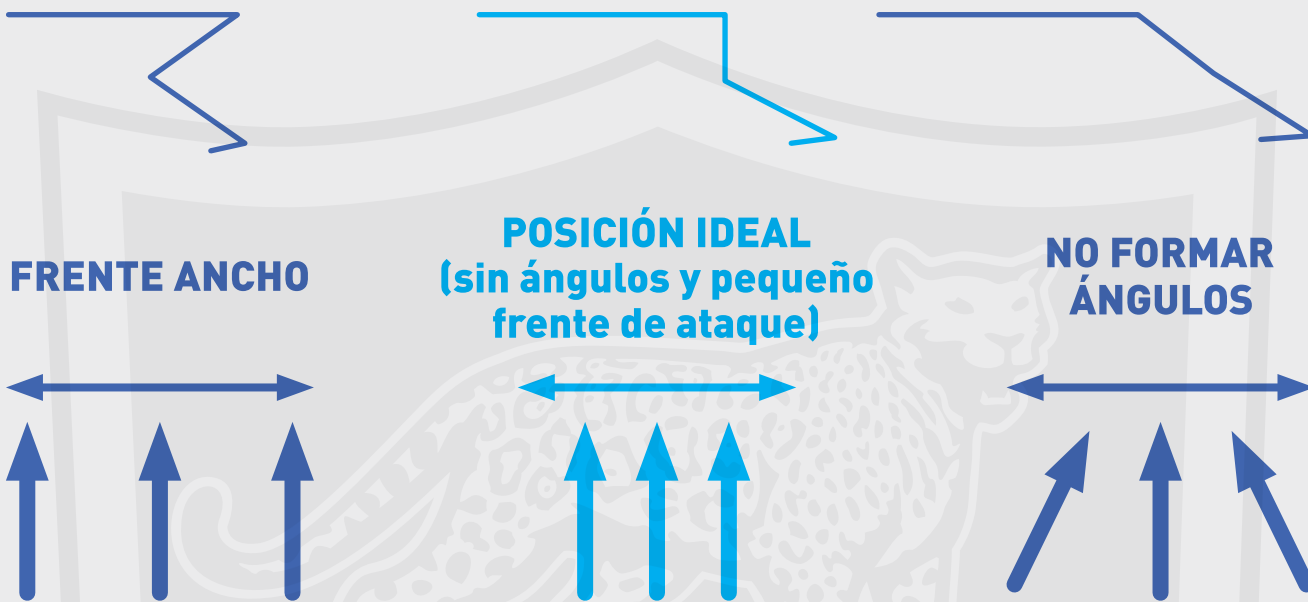
• **Caderas:** La cadera también debe presionar hacia el centro del scrum, favoreciendo la cohesión, entre los jugadores, desde los hombros hasta las rodillas, asegurando de esta manera, que los vectores de fuerza sean siempre perpendiculares al ingoal.

SCRUM

SENTADO

CORRECTO

ESTIRADO



OTRAS CONSIDERACIONES

- Todos los integrantes del scrum deben mantener la Pos. Corporal, los asientos, avanzando con pasos cortos, para no perder presión ni estabilidad. Si un Tercera línea abandona a su pilar lo hace perder presión y estabilidad.
- Jugar a la altura que el terreno y el árbitro permitan.
- Cada integrante de la primera línea debe empujar sobre su rival de directo (1-3, 2-2 y 3-1) no en los espacios, para evitar ángulos.
- Si un pilar derecho va al espacio o sobre el hooker, es el que genera el ángulo en el pilar izquierdo que se le opone.
- No debe entrenarse en el scrum, sin calzado apropiado ni indumentaria correcta.
- No debe entrenarse el scrum de manera colectiva, si no hay primeras líneas suficientemente formados para el mismo.
- Es determinante la condición física, el descanso y la alimentación para el entrenamiento y juego y para el scrum en particular.

OTRAS CONSIDERACIONES

Mayor cantidad posible de taponés al piso, pies paralelos entre sí.
No mover los pies, quedarse estabilizado luego del contacto
Cuadriceps forman 90° respecto del piso
Avanzar de a pasos cortos para no perder estabilidad, centro gravedad bajo

No formar angulos!, mantener la dirección de espalda paralela al touch y al piso (5 grados de margen)
Siempre espaldas derechas
Inspirar ayuda a mantener contacto continuo entre primeras líneas

Siempre ejercer presión con la cabeza sobre el pecho del oponente
Durante lo que dure el scrum, SIEMPRE alinear nuestra línea de visión con el horizonte
Presionar cabezas de izquierda a derecha, ayuda a minimizar el giro natural del scrum
1era línea funciona como una unidad, presionando y transmitiendo la fuerza de los de atrás
Codos deben apuntar siempre al cielo durante todo trayecto scrum, endereza las espaldas
Codos que apuntan al piso, colapsan el scrum por mas que no tengan intencion de hacerlo

Durante scrum, la presión de dedos, manos, antebrazos y brazos se sostiene hasta que termina
Siempre los dedos son un elemento de comunicación entre 1eras líneas
Los Pilares no se agarran extremadamente largo, pero sí, siempre con sus codos al cielo
Entrenar agarrarse del lomo de mi oponente, NUNCA de su camiseta porque nos patinamos

PROTOCOLO BASICO DE SEGURIDAD EN EL SCRUM

LA LLAMADA “VOZ DE SOCORRO”:

En caso de un derrumbamiento del scrum el árbitro debe pitar inmediatamente para que los jugadores paren de empujar.

La **SEÑAL DE SOCORRO** es una técnica de seguridad puesta en funcionamiento cuando un jugador considera que el scrum está derrumbándose, o se ha derrumbado, o cuando un jugador está potencialmente en una posición peligrosa.

Es necesario tener una llamada reconocida que permita a las personas tener una comprensión de qué acciones deben tomar cuando sucede lo antedicho en un scrum.

ESA LLAMADA ES “BASTA”

El jugador grita “BASTA”. El árbitro debe hacer sonar el silbato inmediatamente. Los árbitros deben seguir atentamente el proceso, ya que ellos deben guiar a los jugadores en el desarme del scrum.



ASPECTOS REGLAMENTARIOS

WORLD RUGBY - Regla 20.- Scrum

Definiciones:

El propósito del scrum es el de reiniciar el juego, rápida, segura e imparcialmente, después de una infracción menor o de una detención.

Un scrum se forma en el campo de juego cuando ocho jugadores de cada equipo, asidos en tres líneas por cada equipo, se juntan con sus oponentes de modo que las cabezas de las primeras líneas quedan intercaladas. Así se forma un túnel al cual el medio scrum introduce la pelota para que los jugadores de las primeras líneas puedan disputar la posesión hookeando la pelota con cualquier pie.

La línea media de un scrum no debe estar dentro de los 5 metros de la línea de goal. Un scrum no puede tener lugar dentro de los 5 metros de una línea de touch.

El túnel es el espacio entre las dos primeras líneas.

El jugador de cualquiera de los dos equipos que introduce la pelota en el scrum es el medio scrum.

La línea media es una línea imaginaria en el suelo dentro del túnel debajo de la línea donde se juntan los hombros de las dos primeras líneas.

El jugador del medio de cada primera línea es el hooker.

Los jugadores de cada lado del hooker son los pilares. Los pilares izquierdos son los pilares cabeza libre. Los pilares derechos son los pilares cabeza adentro.

Los dos jugadores de la segunda línea que empujan sobre los pilares y el hooker son los segundos líneas.

Los jugadores exteriores que se toman de la segunda o tercera línea son los alas.

El jugador de la tercera línea que generalmente empuja sobre ambos segunda línea es el N° 8. Alternativamente, el N° 8 puede empujar sobre un segunda línea y un ala.

Empuje máximo de 1,5 metro. En un scrum un equipo no debe empujar el scrum más de 1,5 metro hacia la línea de goal de sus oponentes.

Sanción: Free Kick .-

Solo podrá empujarse más de 1,5 metros en un scrum que se hubiere sancionado en la línea de cinco (5) metros.

Variación M19: En ningún lugar de la cancha podrá empujar el scrum más de 1,5 metro.

1. FORMACIÓN DE UN SCRUM

(a) Dónde se forma el scrum. El lugar para formar un scrum es donde ocurrió la infracción o la detención, o lo más cerca posible del mismo, en el campo de juego, salvo que se especifique de otro modo en la Ley.

(b) Si esto está a menos de 5 metros de una línea de touch, el lugar para formar el scrum es a 5 metros de esa línea de touch. Un scrum puede tener lugar solamente en el campo de juego. Cuando se forme un scrum, la línea media no debe estar dentro de los cinco metros de la línea de goal.

(c) Si hay una infracción o detención en el in-goal, el lugar del scrum es a 5 metros de la línea de goal. El scrum se formará en línea con el lugar de la infracción o detención.

(d) Sin demora. Un equipo no debe demorar intencionalmente la formación de un scrum. Un equipo debe estar listo para que el árbitro diga "cuclillas" dentro de los 30 segundos desde el momento en que el árbitro hizo la marca para el scrum.

Sanción: Free Kick

(e) Cantidad de jugadores: ocho. Un scrum debe tener ocho jugadores de cada equipo. Los ocho jugadores deben permanecer asidos al scrum hasta que éste termine. Cada primera línea debe estar formada por tres jugadores, ninguno más, ninguno menos. La segunda línea debe estar formada por dos segundos líneas.

Sanción: Penal

Excepción: Cuando un equipo por alguna razón tiene menos de quince jugadores, la cantidad de jugadores de cada equipo en el scrum puede reducirse de modo similar. Cuando un equipo efectúa una reducción permitida, el otro equipo no tiene obligación de efectuarla. Sin embargo, un equipo no debe tener menos de cinco jugadores en el scrum.

Sanción: Penal

(f) Entrada de las primeras líneas. En primer lugar el árbitro hará con un pie la marca del lugar donde se debe formar el scrum. Antes de que las dos primeras líneas entren, deben estar ubicadas a no más de un brazo de distancia. La pelota estará en las manos del medio scrum lista para ser introducida. Las primeras líneas deben acuclillarse de modo tal que cuando se junten, la cabeza y hombros de cada jugador no queden más bajos que sus caderas. Las primeras líneas deben intercalarse oreja contra oreja de modo que la cabeza de ningún jugador quede al lado de la cabeza de un compañero.

Sanción: Free Kick.

(g) El árbitro ordenará 'cuclillas' y luego 'tomarse'. **En la posición de "cuclillas" las primeras líneas estarán hombro con hombro con sus oponentes, estables y apoyando su propio peso sin empujar. En el "tomarse" los pilares posicionarán sus brazos en la posición correcta de tomarse y utilizando su brazo exterior, cada pilar deberá hacerlo.** Las primeras líneas se acuclillarán y utilizando su brazo exterior, cada pilar deberá tomarse. El pilar izquierdo debe asirse de su pilar derecho opuesto pasando su brazo izquierdo por adentro del brazo derecho del pilar derecho y agarrando la camiseta del pilar derecho por la espalda o del costado. El pilar derecho debe tomarse del pilar izquierdo opuesto, colocando su brazo derecho por afuera de la parte superior del brazo izquierdo del pilar izquierdo opuesto y agarrando la camiseta del pilar izquierdo con su mano derecha solamente por la espalda o del costado. Los pilares no deben agarrarse del pecho, brazo, manga o cuello del oponente.

Los primeras líneas, más los otros cinco jugadores, deben estar tomados y unidos para la introducción de la pelota. La pelota es lanzada a continuación sin demora.

Sanción: Free Kick

(h) La posición de cuclillas es la extensión de la postura normal de pie, doblando las rodillas lo suficiente como para permitir el asimiento sin embestir.

(i) Embestir. Una primera línea no debe formar a cierta distancia de sus oponentes y embestirlos o tirar de ellos. Esto es juego peligroso.

Sanción: Penal

(j) Estático y paralelo. Hasta que la pelota salga de las manos del medio scrum, el scrum debe estar estático y la línea media debe estar paralela a las líneas de goal. Un equipo no debe empujar el scrum más allá de la marca antes de que la pelota sea introducida.

Sanción: Free Kick

2. POSICIONES DE LOS JUGADORES DE LA PRIMERA LÍNEA

(a) Todos los jugadores en posición de empuje. Cuando un scrum se haya formado, el cuerpo y los pies de cada jugador de la primera línea debe estar en una posición normal para un empuje hacia adelante.

Sanción: Free Kick

(b) Esto significa que los jugadores de la primera línea deben tener ambos pies en el suelo, con su peso firmemente sobre por lo menos un pie. Los jugadores no deben cruzar sus pies, aunque el pie de un jugador puede cruzar el pie de un compañero. Los hombros de cada jugador no deben estar más bajos que sus caderas.

Sanción: Free Kick

(c) Hooker en posición de hookear. Hasta que la pelota sea introducida, el hooker debe estar en posición para hookear la pelota. Los hookers deben tener ambos pies en el suelo, con su peso firmemente sobre por lo menos un pie. El pie más adelantado de un hooker no debe estar delante del pie más adelantado de los pilares de ese equipo.

Sanción: Free Kick

(d) Hooking después de la introducción. Una vez que la pelota toca el piso en el túnel, cualquier jugador de la Primera Línea puede utilizar cualquiera de sus pies para ganar la posesión de la pelota. Un jugador del equipo que introduce la pelota, debe buscar la pelota.

Sanción: Free Kick

3. ASIMIENTO EN EL SCRUM

DEFINICIONES

Cuando un jugador se toma de un compañero ese jugador debe utilizar todo el brazo desde la mano hasta el hombro para agarrar el cuerpo de su compañero en o debajo del nivel de la axila. Apoyar solamente una mano sobre otro jugador no constituye un asimiento satisfactorio. asimiento satisfactorio.

(a) Asimiento de todos los jugadores de la primera línea. Todos los jugadores de la primera línea deben asirse firme y continuamente desde el comienzo hasta el fin del scrum.

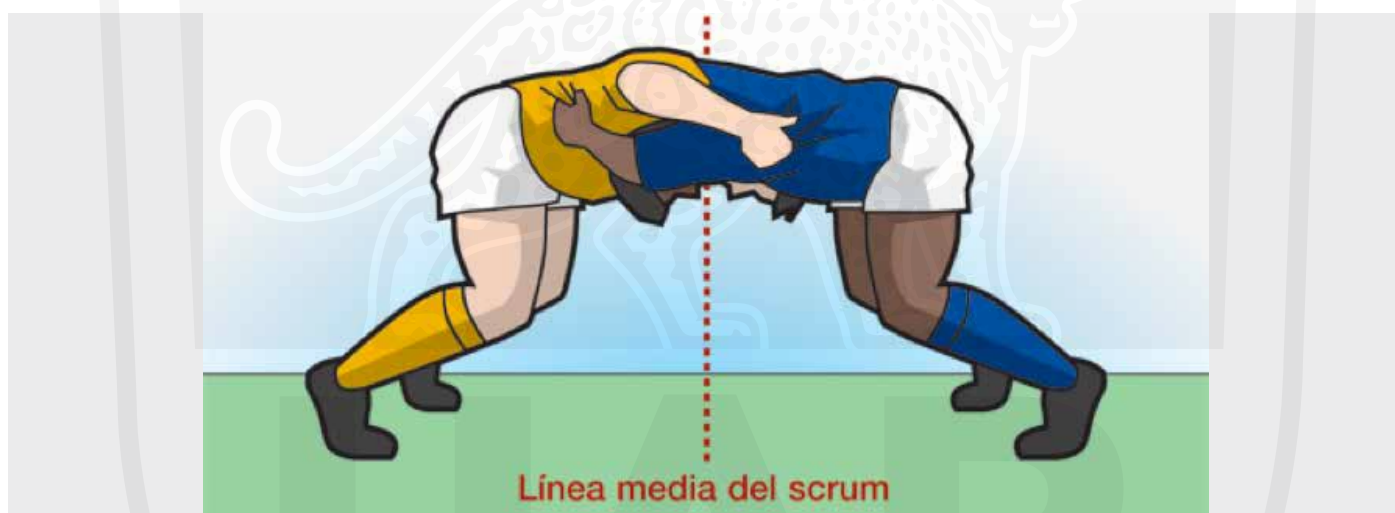
Sanción: Penal

(b) Asimiento de los hookers. El hooker debe asirse por encima o por debajo de los brazos de los pilares. Los pilares no deben sostener al hooker de modo que el hooker no soporte peso sobre ninguno de sus pies.

Sanción: Penal

(c) Asimiento de pilares izquierdos. Un pilar izquierdo debe asirse de su pilar derecho opuesto pasando su brazo izquierdo por adentro del brazo derecho del pilar derecho y agarrando la camiseta del pilar derecho por la espalda o del costado. El pilar izquierdo no debe agarrarse del pecho, brazo, manga o cuello del pilar derecho opuesto. El pilar izquierdo no debe ejercer ningún tipo de presión hacia abajo.

Sanción: Penal



Asimiento de los pilares

(d) Asimiento de pilares derechos. Un pilar derecho debe tomarse del pilar izquierdo opuesto, colocando su brazo derecho por afuera de la parte superior del brazo izquierdo del pilar izquierdo opuesto. El pilar derecho debe agarrar la camiseta del pilar izquierdo con su mano derecha colocada solamente atrás o al costado. El pilar derecho no debe agarrarse del pecho, brazo, manga o cuello del pilar izquierdo opuesto. El pilar derecho no debe ejercer ningún tipo de presión hacia abajo.

Sanción: Penal

(e) Ambos: el pilar izquierdo y el pilar derecho pueden variar su asimiento siempre que lo hagan de acuerdo con esta Ley.

(f) Asimiento de los restantes jugadores. Todos los jugadores en un scrum, que no sean los jugadores de la primera línea, deben asirse al cuerpo de un segunda línea con por lo menos un brazo antes de la entrada al scrum. Los segundos líneas deben asirse a los pilares delante de ellos. Ningún jugador que no sea un pilar debe sujetar a un oponente.

Sanción: Penal

(g) Ala obstruyendo al medio scrum opuesto. Un ala puede asirse al scrum formando en cualquier ángulo, siempre que el ala esté correctamente asido. El ala no debe ampliar el ángulo y de ese modo obstruir el avance del medio scrum opuesto.

Sanción: Penal

(h) Derrumbe del scrum. Si un scrum se derrumba, el árbitro debe hacer sonar el silbato inmediatamente para que los jugadores dejen de empujar.

(i) Jugador forzado hacia arriba. Si un jugador en el scrum es levantado en el aire o es forzado hacia arriba fuera del scrum, el árbitro debe hacer sonar el silbato inmediatamente para que los jugadores dejen de empujar.

4. EQUIPO QUE INTRODUCE LA PELOTA EN EL SCRUM

- (a) Después de una infracción, el equipo que no fue culpable de la infracción introducirá la pelota.
- (b) Scrum después de ruck. Ver Ley 16.7.
- (c) Scrum después de maul. Ver Ley 17.6.
- (d) Scrum después de cualquier otra detención. Después de cualquier otra detención o irregularidad no cubierta por la Ley, el equipo que estaba avanzando antes de la detención, introducirá la pelota. Si ningún equipo estaba avanzando, el equipo atacante introducirá la pelota.
- (e) Cuando un scrum permanece estacionado y la pelota no emerge inmediatamente, se ordenará un nuevo scrum en el lugar de la detención. La pelota será introducida por el equipo que no tenía posesión en el momento de la detención.
- (f) Cuando un scrum se estaciona y no empieza a moverse inmediatamente, la pelota debe emerger inmediatamente. Si esto no ocurre se ordenará un nuevo scrum. La pelota será introducida por el equipo que no tenía posesión en el momento de la detención.
- (g) Si un scrum se derrumba o se levanta en el aire sin penalización, se ordenará un nuevo scrum y el equipo que originalmente introdujo la pelota la introducirá nuevamente.
Si un scrum debe volver a formarse por cualquier otra razón no cubierta en esta Ley, el equipo que originalmente introdujo la pelota introducirá la pelota nuevamente.

5. INTRODUCCIÓN DE LA PELOTA EN EL SCRUM

Sin demora. El Referee no dará ninguna indicación para la introducción de la pelota. El Scrum debe estar estable y la pelota debe ser introducida sin demora de acuerdo a la Ley actual. El medio-scrum debe introducir la pelota derecha, pero está permitido alinear su hombro externo con la línea media del scrum. Esto está diseñado para promover la estabilidad en el scrum, para un bienestar del jugador y reducir la presión del hooker en la disputa de la pelota.

El medio scrum debe introducir la pelota del lado del scrum que eligió primero.

Sanción: Free Kick

6. COMO INTRODUCE LA PELOTA EL MEDIO SCRUM

Introducción de la pelota en el scrum

(a) El medio scrum se debe parar a un metro de la marca sobre la línea media de modo que su cabeza no toque el scrum ni esté más allá del primera línea más cercano.

Sanción: Free Kick

(b) El medio scrum debe sostener la pelota con las dos manos, con su eje mayor paralelo al suelo y a la línea de touch. El medio-scrum debe introducir la pelota derecha, pero está permitido alinear su hombro externo con la línea media del scrum.

Sanción: Free Kick

(c) El medio scrum debe introducir la pelota a una velocidad rápida. La pelota debe haber dejado las manos del medio scrum afuera del túnel.

Sanción: Free Kick

(d) El medio scrum debe introducir la pelota derecha, de manera que toque el suelo por primera vez inmediatamente más allá del ancho de los hombros del pilar más cercano.

Sanción: Free Kick

(e) El medio scrum debe introducir la pelota en un solo movimiento hacia adelante. Esto significa que no debe haber ningún movimiento de retroceso con la pelota. El medio scrum no debe amagar que introduce la pelota.

Sanción: Free Kick



7. CUANDO COMIENZA EL SCRUM

- (a) El juego en el scrum comienza cuando la pelota deja las manos del medio scrum.
- (b) Si el medio scrum introduce la pelota y ésta sale por cualquier extremo del túnel, la pelota debe introducirse nuevamente salvo que se haya otorgado un free kick o un penal.
- (c) Si la pelota no es jugada por un jugador de la primera línea, y pasa directamente a través del túnel y sale por detrás del pie de un pilar lejano, sin haber sido tocada, el medio scrum debe introducirla nuevamente.

8. JUGADORES DE LA PRIMERA LÍNEA

(a) Adelantar los pies antes de la introducción ("foot up"). Todos los jugadores de la primera línea deben colocar sus pies para dejar un claro túnel. Ellos no deben levantar o adelantar ningún pie hasta que la pelota deje las manos del medio scrum. No deben hacer nada que impida que la pelota sea introducida en el scrum correctamente o que toque el suelo en el lugar correcto.

Sanción: Free Kick

(b) Adelantar los pies después de la introducción. Una vez que la pelota toca el suelo en el túnel, cualquier jugador de la primera línea puede utilizar cualquier pie para intentar ganar la posesión de la pelota.

(c) Patear la pelota afuera. Ningún jugador de la primera línea debe patear intencionalmente la pelota afuera del túnel en la dirección que fue introducida.

Sanción: Free Kick

(d) Si la pelota resulta pateada afuera involuntariamente, el mismo equipo debe introducirla nuevamente.

(e) Si la pelota resulta pateada afuera reiteradamente, el árbitro debe considerar que esto es intencional y penalizar al infractor.

Sanción: Penal

(f) Colgarse. Ningún jugador de la primera línea debe buscar la pelota adelantando juntos ambos pies. Ningún jugador debe levantar ambos pies del suelo intencionalmente, ya sea cuando la pelota es introducida o después.

Sanción: Penal

(g) Torcer, bajar o derrumbar. Los jugadores de la primera línea no deben torcer o bajar sus cuerpos, o tirar de los oponentes, o hacer cualquier cosa que pueda derrumbar el scrum, ya sea cuando la pelota es introducida o después.

Sanción: Penal

(h) Los árbitros deben penalizar estrictamente cualquier derrumbe intencional del scrum. Esto es juego peligroso.

Sanción: Penal

(i) Levantar o forzar a un oponente hacia arriba. Ningún jugador de la primera línea debe levantar en el aire a un oponente, o forzar a un oponente hacia arriba afuera del scrum, ya sea cuando la pelota es introducida o después. Esto es juego peligroso.

Sanción: Penal

9. SCRUM - RESTRICCIONES GENERALES

(a) Para todos los jugadores: Derrumbar. Ningún jugador debe derrumbar un scrum intencionalmente. Ningún jugador debe tirarse o arrodillarse intencionalmente en un scrum. Esto es juego peligroso.

Sanción: Penal

(b) Para todos los jugadores: Manos en el scrum. Ningún jugador debe tocar la pelota con las manos en el scrum o levantarla con sus piernas, salvo el octavo en un scrum a 5 metros de la línea de goal, que la puede tomar con la mano, de los pies de la segunda línea.

Sanción: Penal

(c) Para todos los jugadores: Otras restricciones a la obtención de la pelota. Ningún jugador debe intentar obtener la pelota en el scrum utilizando cualquier parte de su cuerpo excepto sus pies o la parte inferior de sus piernas.

Sanción: Free Kick

(d) Para todos los jugadores: Cuando la pelota sale, déjala afuera. Cuando la pelota ha salido del scrum, ningún jugador debe volver a introducirla en el scrum.

Sanción: Free Kick

(e) Para todos los jugadores: No caer sobre la pelota. Ningún jugador debe caer sobre o más allá de la pelota que está saliendo del scrum.

Sanción: Penal

(f) Segundas Líneas y Alas: No intervenir en el túnel. Un jugador que no es un jugador de la primera línea no debe jugar la pelota en el túnel.

Sanción: Free Kick

(g) Medio scrum: Patear dentro del scrum. Un medio scrum no debe patear la pelota mientras está dentro del scrum.

Sanción: Penal

(h) Medio scrum: Amagar. Un medio scrum no debe efectuar ninguna acción que haga pensar a sus oponentes que la pelota está fuera del scrum mientras aún está en el scrum.

Sanción: Free Kick

(i) Medio scrum: Sujetar al ala oponente. Un medio scrum no debe sujetar al ala oponente.

Sanción: Penal

(j) Empuje máximo de 1,5 metro. En un scrum un equipo no debe empujar más de 1,5 metro hacia la línea de goal de sus oponentes. Solo podrá empujarse más de 1,5 metros en un scrum que se hubiere sancionado en la línea de cinco (5) metros

Sanción: Free Kick

10. FIN DEL SCRUM

(a) La pelota sale. Cuando la pelota sale del scrum en cualquier dirección excepto por el túnel, el scrum termina.

(b) Scrum en un in-goal. Un scrum no puede desarrollarse en un in-goal. Cuando la pelota en un scrum está sobre o más allá de la línea de goal, el scrum termina y un atacante o un defensor puede legalmente apoyar la pelota para marcar un try o hacer una anulada.

(c) Último jugador se suelta. El último jugador en un scrum es el jugador cuyos pies son los que están más cerca de línea de goal de su propio equipo. Si el último jugador se suelta del scrum con la pelota en los pies de ese jugador, y levanta la pelota, el scrum termina.

(d) Cuando un equipo tiene la pelota a los pies del Número 8 y está tratando de avanzar pero no lo está logrando, el árbitro dirá "Juegue" una vez que la pelota haya permanecido a los pies del Número 8 una razonable cantidad de tiempo (3-5 segundos). Entonces el equipo debe usar la pelota inmediatamente.

11. SCRUM GIRADO

(a) Si un scrum resulta girado más de 90 grados, de modo que la línea media ha pasado más allá de una posición paralela a la línea de touch, el árbitro debe detener el juego y ordenar otro scrum.

(b) Este nuevo scrum se formará en el lugar donde terminó el scrum anterior. La pelota será introducida por el equipo que la introdujo previamente.



12. OFFSIDE EN EL SCRUM

(a) Cuando el scrum esté formado, el medio scrum que no introduce la pelota en el scrum debe adoptar una posición ya sea del mismo lado del scrum que el medio scrum que introduce la pelota, o detrás de la línea de offside definida para los otros jugadores.

(b) Offside para los medio scrum. Cuando un equipo ha ganado la pelota en un scrum, el medio scrum de ese equipo está offside si sus dos pies están delante de la pelota mientras ésta aún permanece en el scrum. Si el medio scrum tiene un solo pie delante de la pelota, el medio scrum no está offside.

Sanción: Penal

Offside en el scrum

(c) Cuando un equipo ha ganado la pelota en un scrum, el medio scrum del equipo oponente está offside si ese medio scrum coloca cualquier pie delante de la pelota mientras la pelota aún está en el scrum. Este medio scrum no puede desplazarse al espacio entre el ala y el Número 8 mientras sigue el recorrido de la pelota en el scrum.

Sanción: Penal

(d) El medio scrum cuyo equipo no gana la posesión de la pelota no debe desplazarse al otro lado del scrum y sobrepasar la línea de offside. Para ese medio scrum la línea de offside pasa por el último pie del equipo de ese jugador en el scrum.

Sanción: Penal

(e) El medio scrum cuyo equipo no gana la posesión de la pelota no debe alejarse del scrum y luego permanecer delante de la línea de offside. Para ese medio scrum la línea de offside pasa por el último pie del equipo de ese jugador en el scrum.

Sanción: Penal

(f) Cualquier jugador puede ser medio scrum, pero un equipo puede tener solo un medio scrum en cada scrum.

Sanción: Penal en la línea de offside

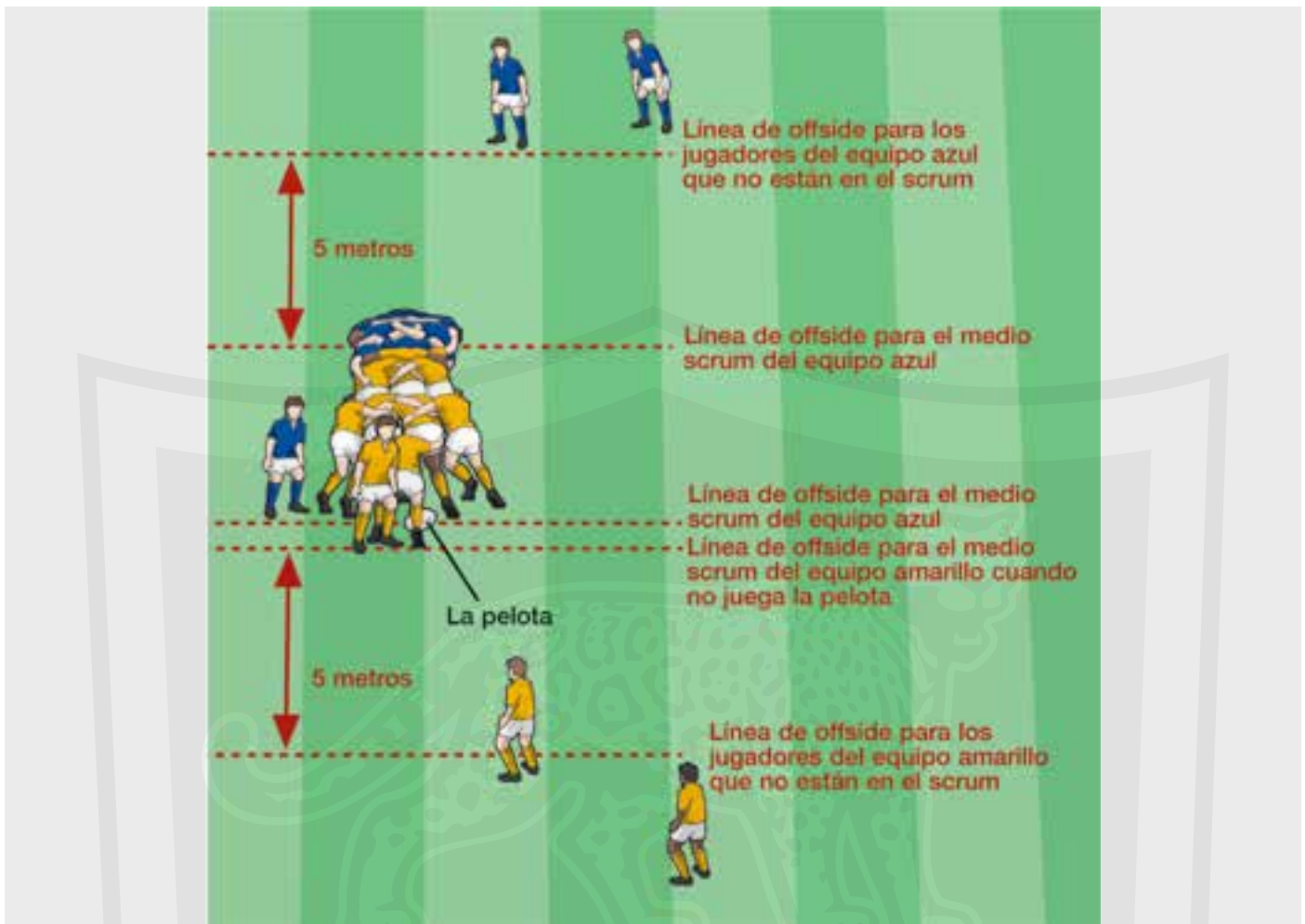
(g) Offside para los jugadores que no están en el scrum. Los jugadores que no están en el scrum y que no son el medio scrum del equipo, están offside si permanecen delante de su línea de offside o sobrepasan la línea de offside que es una línea paralela a las líneas de goal y 5 metros detrás del último jugador de cada equipo en el scrum.

Sanción: Penal en la línea de offside

(h) Si el último pie de un equipo está sobre o más allá de la línea de goal de ese equipo, la línea de offside para los medios scrum y los no participantes es la línea de goal.

(i) Remisos. Cuando se está formando un scrum, los jugadores que no forman parte de él, deben retirarse a su línea de offside sin demora. Si no lo hacen están siendo remisos. Los remisos deben ser sancionados.

Sanción: Penal en la línea de offside



TARJETA AMARILLA AGRAVADA

Artículo Primero: Se denomina Tarjeta Amarilla Agravada (TAA) aquella que se aplica a un jugador por infracciones cometidas en el scrum consideradas juego peligroso según la respectiva regulación UAR.

Artículo Segundo: Cuando un jugador recibe una TAA habiendo recibido, con anterioridad o posterioridad, una tarjeta amarilla común tendrá una fecha de suspensión.

Artículo Tercero: Las TAA no se eliminan de los antecedentes del jugador.

Artículo Cuarto: Cuando un jugador recibe una TAA, teniendo en sus antecedentes otra TAA, deberá cumplir dos fechas de suspensión.

Artículo Quinto: En lo sucesivo, cada TAA que reciba un jugador sumará una fecha de suspensión a la sanción aplicada por el mismo motivo anteriormente.

Artículo Sexto: Cada Unión Provincial es responsable de llevar el Registro de antecedentes de TAA, de las sanciones impuestas y de supervisar el cumplimiento de esta regulación.

Artículo Séptimo: La UAR podrá solicitar los antecedentes del jugador donde se indican estas acciones para considerarla en sanciones originadas por TAA en Competencia nacional.

