

### DEFINIZIONI

Un ruck è una fase di gioco dove uno o più giocatori di ciascuna squadra sono sui loro piedi, a contatto fisico tra loro, sopra il pallone a terra. Il gioco aperto si è concluso.

I giocatori effettuano il rucking quando sono in un ruck e utilizzano i piedi per cercare di conquistare o mantenere il possesso del pallone, senza commettere falli d'antigioco.



Ruck



## Regola 16 Ruck

### 16.1 FORMAZIONE DI UN RUCK

- (a) **Dove può formarsi un ruck.** Un ruck può formarsi solo in campo di gioco.
- (b) **Come può formarsi un ruck.** I giocatori devono essere sui propri piedi. Almeno un giocatore deve essere a contatto fisico con un avversario. Il pallone deve essere a terra. Se il pallone non è sul terreno, per qualsiasi ragione, il ruck non si è formato.

### 16.2 AGGIUNGERSI AD UN RUCK

- (a) Tutti i giocatori che formano, si aggiungono o che partecipano ad un ruck devono avere la testa e le spalle non più basse del bacino.  
**Sanzione:** Calcio Libero
- (b) Un giocatore che si aggiunge ad un ruck deve legarsi su un compagno o su un avversario, usando l'intero braccio. La legatura deve sia precedere, o essere simultanea, al contatto con qualsiasi altra parte del corpo del giocatore che si aggiunge al ruck.  
**Sanzione:** Calcio di Punizione
- (c) Appoggiare una mano su un altro giocatore in ruck non è considerato legarsi.  
**Sanzione:** Calcio di Punizione
- (d) Tutti i giocatori che formano, si aggiungono o partecipano ad un ruck devono essere sui loro piedi.  
**Sanzione:** Calcio di Punizione

### 16.3 RUCKING

- (a) I giocatori in un ruck devono cercare di rimanere sui loro piedi.  
**Sanzione:** Calcio di Punizione
- (b) In un ruck un giocatore non deve volontariamente cadere o inginocchiarsi. Quest'azione è considerata gioco pericoloso.  
**Sanzione:** Calcio di Punizione
- (c) Un giocatore non deve volontariamente far crollare un ruck. Quest'azione è considerata gioco pericoloso.  
**Sanzione:** Calcio di Punizione



- (d) Un giocatore non deve saltare sopra un ruck.  
**Sanzione: Calcio di Punizione**
- (e) I giocatori devono avere la testa e le spalle non più basse del bacino.  
**Sanzione: Calcio Libero**
- (f) Un giocatore che compie un'azione di rucking per la conquista del pallone non deve intenzionalmente compierla sui giocatori a terra. Un giocatore che compie un'azione di rucking per la conquista del pallone deve cercare di passare oltre i giocatori a terra e non deve volontariamente camminarci sopra. Un giocatore che compie un'azione di rucking deve farlo in stretta vicinanza del pallone.  
**Sanzione: Calcio di Punizione**

#### 16.4 ALTRI FALLI IN RUCK

- (a) I giocatori non devono far rientrare il pallone in ruck.  
**Sanzione: Calcio Libero**
- (b) In un ruck i giocatori non devono giocare il pallone con le mani eccetto dopo un placcaggio se loro sono sui propri piedi ed hanno le mani sul pallone prima che il ruck sia formato.  
**Sanzione: Calcio di Punizione**
- (c) In un ruck i giocatori non devono prendere il pallone con le gambe.  
**Sanzione: Calcio di Punizione**
- (d) I giocatori a terra in o vicino ad un ruck devono cercare di allontanarsi dal pallone. Questi giocatori non devono interferire con il pallone in ruck o quando questo esce dal ruck.  
**Sanzione: Calcio di Punizione**
- (e) Un giocatore non deve cadere su o oltre il pallone mentre sta uscendo da un ruck.  
**Sanzione: Calcio di Punizione**
- (f) Mentre il pallone è ancora in ruck un giocatore non deve compiere alcuna azione per far credere agli avversari che il pallone sia uscito dal ruck.  
**Sanzione: Calcio Libero**



## Regola 16 Ruck

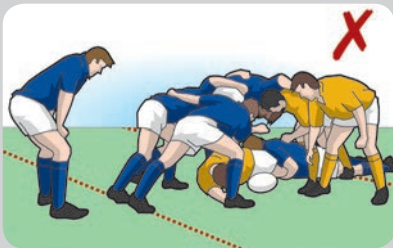
### 16.5 FUORI-GIOCO DURANTE UN RUCK

- (a) **La linea di fuori-gioco.** Ci sono due linee di fuori-gioco parallele alle linee di meta, una per ciascuna squadra. Ciascuna linea di fuori-gioco passa per l'ultimo piede dell'ultimo giocatore partecipante al ruck. Se l'ultimo piede dell'ultimo giocatore è su o dietro la linea di meta, la linea di fuori-gioco per la squadra che difende è la linea di meta.
- (b) I giocatori devono aggiungersi al ruck oppure ritirarsi immediatamente dietro la linea di fuori-gioco. Se un giocatore rimane a fianco di un ruck, il giocatore è in fuori-gioco.

**Sanzione:** Calcio di Punizione

- (c) **Giocatori che si aggiungono o riaggungono ad un ruck.** Un giocatore che si aggiunge ad un ruck deve farlo dietro l'ultimo piede dell'ultimo compagno di squadra che si trova nel ruck. Un giocatore può aggiungersi a fianco di quest'ultimo giocatore. Se un giocatore si aggiunge al ruck dalla parte degli avversari, o davanti all'ultimo compagno di squadra in ruck, è in fuori-gioco. Un giocatore può legarsi ad un giocatore avversario a condizione di non essere in altro modo in fuori-gioco.

**Sanzione:** Calcio di Punizione sulla linea di fuori-gioco della squadra che ha commesso l'infrazione.



In un ruck o in un maul, la linea di fuori-gioco passa per l'ultimo piede dei giocatori della stessa squadra.  
Il giocatore con la maglia gialla, sulla parte destra, è in fuori-gioco.



- (d) **Giocatori che non si aggiungono al ruck.** Se un giocatore si trova davanti alla sua linea di fuori-gioco e non si aggiunge al ruck, deve ritirarsi immediatamente dietro la linea di fuorigioco. Se un giocatore si trova dietro la linea di fuori-gioco e la oltrepassa senza aggiungersi al ruck, si trova in fuori-gioco.
- Sanzione:** Calcio di Punizione sulla linea di fuori-gioco della squadra che ha commesso l'infrazione.

## 16.6 CORRETTA CONCLUSIONE DI UN RUCK

Un ruck si conclude correttamente quando il pallone esce dal ruck, oppure quando il pallone è sopra od oltre la linea di meta.

## 16.7 NON CORRETTA CONCLUSIONE DI UN RUCK

- (a) Un ruck si conclude non correttamente quando il pallone diventa ingiocabile e una mischia è assegnata.
- La squadra che stava avanzando immediatamente prima che il pallone diventasse ingiocabile nel ruck, introdurrà il pallone nella mischia.
- Se nessuna delle due squadre stava avanzando, oppure se l'arbitro non è in grado di decidere quale squadra stava avanzando prima che il pallone diventasse ingiocabile nel ruck, la squadra che stava avanzando prima che il ruck iniziasse introdurrà il pallone nella mischia.
- Se nessuna squadra stava avanzando, la squadra in attacco introdurrà il pallone nella mischia.
- (b) Prima di fischiare per assegnare una mischia, l'arbitro deve concedere un tempo ragionevole in modo che il pallone emerga dal ruck, specialmente se l'una o l'altra squadra sta avanzando. Se il ruck smette di avanzare, o se l'arbitro decide che il pallone probabilmente non emergerà nei limiti di un tempo ragionevole, l'arbitro deve ordinare una mischia.
- (c) Quando il pallone è stato chiaramente conquistato da una squadra in un ruck ed il pallone è a disposizione per essere giocato, l'arbitro chiamerà "use it" (usalo!), dopodiché il pallone dovrà essere giocato entro cinque secondi. Se il pallone non viene giocato entro tali cinque secondi, l'arbitro concederà una mischia con introduzione per la squadra che non era in possesso del pallone nel ruck.