



# FEDERAZIONE ITALIANA RUGBY

## VARIAZIONI REGOLAMENTO DI GIOCO

Per le categorie  
U14/U16/U18 femminile  
Edizione 2025 - 2026

## INDICE

PREMESSA	pag. 3
VARIAZIONI REGOLAMENTO U14 FEMMINILE a 7	pag. 5
VARIAZIONI REGOLAMENTO U16/18 FEMMINILE a 7	pag.10
NOTE GENERALI CATEGORIE U14/16/18 FEMMINILI	pag. 15

## AGLI EDUCATORI, AGLI ARBITRI, AI DIRIGENTI, AI GENITORI

Nel presente Regolamento di Gioco sono descritte tutte le modifiche alle Regole di Gioco della World Rugby "RUGBY UNION" categoria Under 19 per le CATEGORIE GIOVANILI femminili Under 14/16/18; per quanto non contemplato, si demanda al documento originario.

Il lavoro rappresenta una importante enunciazione di coerenza del nostro sistema tecnico tra Promozione, Formazione ed appunto Competizione in tema di filosofia, principi e conseguenti azioni.

Questo regolamento diviso per categoria permette di sviluppare, una vera e propria PROGRESSIONE DI DIFFICOLTÀ, nell'intento di favorire una migliore conoscenza e comprensione del gioco ed un più solido apprendimento tecnico-tattico, basato sulla "VOGLIA DI DIVERTIRSI IN SICUREZZA" e sul supporto qualitativo degli educatori/allenatori.

### La Visione, la Missione, lo sviluppo

Partendo dalla Visione e Missione del Rugby di Base che ha il compito di offrire la direzione verso cui tutto il movimento italiano deve tendere, vi allegiamo nuovamente il modello di sviluppo elaborato dal gruppo di lavoro del Prof. Jean Coté della Queens University- (Ontario, Canada), che ormai dal 2018 ha rafforzato l'indirizzo filosofico e metodologico della formazione F.I.R.

Questa recente ricerca validata su di un ampio campione di atleti, sta ispirando gran parte della scienza dello sport mondiale e che ci aiuterà ad avere maggior consapevolezza per il raggiungimento degli obiettivi ambiti.



Quale “percorso” possiamo prospettare ai nostri giovani? Una strada, quella descritta nel modello successivo, con rischi più alti sulla continuità della partecipazione (drop out) e sullo sviluppo della persona, ed una (la linea verso la sinistra) che, a pari livello di prestazione diminuisce in maniera consistente tali rischi.



Modello delle tre "P" - Cotè & Fraser Thomas 2007

## Quale gioco vorremmo in campo

Per soddisfare le esigenze di sviluppo della persona e dei giocatori e giocatrici e, quindi, per far sì che i nostri ragazzi e ragazze ne possano trarre i massimi benefici, queste sono le parole chiave su cui lavorare:

**SICURO**  
**veloce, intenso, divertente,**  
**coinvolgentevario, stimolante,**  
**semplice, inclusivo**

# VARIAZIONI REGOLAMENTO DI GIOCO

## PER LA CATEGORIA UNDER 14 FEMMINILE

I principi adottati sono stati i seguenti:

- **Focus assoluto sulla sicurezza, come priorità fondamentale**
- Flessibilità, per permettere a tutte le giocatrici, sia le principianti che quelle che giocano da più tempo, di poter trovare piacere e crescita in base alle proprie esigenze, in una categoria dove l'eterogeneità diventa elemento molto sensibile
- Focus sul rischio di specializzazione precoce, legato all'inserimento delle regole legate alla conquista, al fine di non cadere in quanto sopra evidenziato

### Regola 1 - IL TERRENO

#### 1.3 DIMENSIONI RICHIESTE PER IL RECINTO DI GIOCO

Larghezza: dalla linea dei 5 metri dalla linea di meta a cinque metri dalla linea di centrocampo (40-45 metri). Lunghezza: dai 5 m di touch ai 5 m di touch; la linea 5 m di touch sarà la linea di meta, la linea di touch sarà la linea di pallone morto (55-70 metri, comprese le aree di mete della larghezza di 5 metri).

### Regola 2 - IL PALLONE

**Il gioco dovrà essere praticato con palloni numero 4.**

### Regola 3 - NUMERO DELLE GIOCATRICI - LA SQUADRA

#### 3.1 NUMERO MASSIMO DELLE GIOCATRICI NELL'AREA DI GIOCO

La gara sarà disputata da squadre composte da sette (7) giocatrici.

Potranno partecipare agli incontri esclusivamente giocatrici nate negli anni dal 2011 al 2012.

Ai fini dell'assolvimento della validità della stessa, la gara non potrà validamente continuare con meno di 5 (5) giocatrici, salvo sanzioni comminate dall'arbitro.

**NOTA TECNICA** - *Nel caso in cui una squadra si presenti con un numero di giocatrici inferiore al numero minimo stabilito per la categoria, la gara - da ritenersi valida solo per la squadra che si è presentata in numero di sette (7) giocatrici - potrà essere disputata o continuata solamente a patto che si proceda all'adeguamento del numero di giocatrici attraverso il prestito dalla squadra opponente, fino al limite minimo di cinque (5) giocatrici partecipanti per ciascuna squadra.*

**Nel caso nessuna squadra presente raggiungesse il numero minimo, si procederà con la "formula a colori".**

**NOTA PEDAGOGICA** - Spazio e numero di giocatori sono variabili che assieme determinano la possibilità di giocare, sia a livello individuale che collettivo, traendo piacere e divertimento e gradualmente acquisendo la capacità di interpretare nella reciprocità attacco-difesa dove giocare e come farlo. La flessibilità che diamo non deve essere una ricerca ossessiva ad anticipare il gioco dei grandi, bensì una valutazione tecnico-pedagogica del momento corretto per passare al "più complesso". Un confronto con la struttura tecnica F.I.R. in regione può essere un momento per allargare il livello di valutazione.

### **3.4 GIOCATORI NOMINATE COME RISERVE**

Non vi è alcun limite alla presenza di giocatrici in panchina.

È OBBLIGATORIO CHE TUTTE LE GIOCATORI DI RISERVA SIANO IMPIEGATE DURANTE L'INCONTRO CON UN TEMPO CONSISTENTE E CONGRUO AL FINE DI DETERMINARE IN LORO DIVERTIMENTO ED APPRENDIMENTO, CON POSSIBILITÀ DI EFFETTUARE CAMBI VOLANTI A GIOCO FERMO.

**NOTA TECNICA** - Questa possibilità è stata prevista al fine di gestire con maggiore efficacia la sicurezza, in una categoria nella quale le differenze fisiche sono spesso importanti, e per consentire agli allenatori di utilizzare con più flessibilità lo strumento del "cambio", sia per dare feedback alle giocatrici, sia per renderle maggiormente consapevoli delle dinamiche di gioco e di ruolo.

### **3.33 GIOCATORI SOSTITUITE CHE RIENTRANO A GIOCARE**

Una giocatrice che è stata sostituita può rientrare in campo.

### **Regola 4 - EQUIPAGGIAMENTO DELLE GIOCATORI**

Le giocatrici potranno calzare scarpe con tacchetti in alluminio.

Sarà cura delle giocatrici e degli staff dei club verificare che lo stato di usura dei tacchetti non comporti rischi per il gioco.

L'uso dei paradenti è obbligatorio per poter prendere parte all'incontro, la mancanza dei paradenti comporterà l'impossibilità di prendere parte alla partita.

I capelli delle giocatrici dovranno essere adeguatamente legati, per evitare che accidentalmente possano essere tirati, creando situazioni spiacevoli.

### **Regola 5 - DURATA DELL'INCONTRO**

#### **5.1 DURATA DI UNA PARTITA**

La singola gara sarà divisa in 2 tempi di 20 minuti ciascuno, con 5 minuti di intervallo.

#### **RAGGRUPPAMENTI**

Il tempo massimo totale di gioco in un raggruppamento non dovrà superare i 70 minuti.

Per raggruppamenti in giornata intera con sosta per il pranzo il totale sale a 80 minuti.

#### **TEMPI di GIOCO.**

- Raggruppamento a 3 squadre: girone all'italiana, 2 tempi da 12 minuti;
- Raggruppamento a 4 squadre: girone all'italiana, 2 tempi da 10 minuti;
- Raggruppamento a 5 squadre: girone all'italiana, 2 tempi da 7 minuti;
- Raggruppamento a 6 squadre: 2 gironi da 3 squadre, ogni squadra di un girone giocherà 3 partite con le squadre dell'altro girone, con 2 tempi da 10 minuti;
- Raggruppamento a 7 squadre: 2 gironi, uno da 3 e uno da 4 squadre, ogni squadra di un girone giocherà 3-4 partite con le squadre dell'altro girone, con 2 tempi da 7 minuti;
- Raggruppamento a 8 squadre: 2 gironi, ogni squadra giocherà 4 partite con le squadre dell'altro girone, con 2 tempi da 7 minuti.

## **Regola 6 - UFFICIALI DI GARA**

Ogni incontro sarà diretto da tesserati arbitri o da educatori allenatori/arbitri abilitati dal settore arbitrale tramite il processo di formazione.

## **Regola 8 – COMPUTO DEL PUNTEGGIO**

### **8.8 TRASFORMAZIONE**

**Possibilità di effettuare la trasformazione dopo la meta.**

La trasformazione potrà essere effettuata dopo ogni meta, all'interno dell'area dei 22 metri e al centro dei pali, in drop o in piazzato, a scelta della calciatrice.

## **Regola 9 - ANTIGIOCO**

### **a) è vietato a qualsiasi giocatrice:**

- sgambettare una giocatrice dell'altra squadra;
- placcare all'altezza delle spalle, al collo o alla testa, una giocatrice dell'altra squadra;
- trattenere, fermare o placcare una giocatrice non in possesso del pallone, o impedire, in qualsiasi altro modo, ad una giocatrice dell'altra squadra di impossessarsi del pallone a terra;
- protestare nei confronti di una giocatrice dell'altra squadra e dell'arbitro;
- fare un "frontino" ad una avversaria: la giocatrice portatrice del pallone potrà usare la mano per difendersi da una avversaria che sta tentando di placcarla, ma potrà farlo solo spingendo l'avversaria sul corpo, no alle spalle, e non sulla testa, e non caricando il braccio, bensì con il braccio già disteso.

### **b) l'arbitro dovrà richiamare e potrà allontanare dal gioco la giocatrice che si è resa colpevole di:**

- gioco pericoloso, scorrettezza;
- ostruzionismo, nervosismo;
- mancanza di lealtà, falli ripetuti.

È prevista sia l'espulsione definitiva che la temporanea, quest'ultima non potrà durare più di **5 minuti** di gioco; in entrambi i casi la giocatrice espulsa **NON** sarà sostituita da una giocatrice in panchina.

**SANZIONI (tutti gli art. fanno riferimento al Regolamento di Giustizia).**

## **Regola 12 – CALCIO D'INVIO E DI RIPRESA DEL GIOCO**

### **12.4 CALCI D'INVIO E DI RIPRESA DEL GIOCO DOPO UNA SEGNATURA**

Vengono battuti dalla linea di centro campo, dalla squadra che ha segnato la meta.

La squadra che riceve si deve portare ad almeno 7 metri dalla linea di centrocampo.

Nel caso il pallone non raggiungesse la linea dei 7 metri e la palla non venisse giocata dalla squadra avversaria, la squadra che ha calciato avrà una seconda possibilità.

Nel caso di un secondo errore, la squadra che riceve potrà giocare una mischia al centro della linea di metà campo, con diritto di introduzione del pallone.

***NOTA TECNICA - Al fine di evitare, soprattutto in caso di netta superiorità di una squadra rispetto all'altra, che appena subita una meta, la squadra che ha subito la meta, dando con grande probabilità il possesso del pallone alla squadra che ha appena realizzato la meta, subisca immediatamente un'altra segnatura.***

## **CALCIO DI RINVIO**

La ripresa del gioco sarà effettuata al centro della linea passante a 10 metri dalla linea di meta della squadra che effettuerà la ripresa del gioco.

## **Regola 14 - PLACCAGGIO REQUISITI DI UN PLACCAGGIO**

Affinché un placcaggio si concretizzi, il portatore del pallone deve essere portato a terra, da uno o più avversarie, con un intervento che si concretizzi sotto la cintola del portatore del pallone.

**Punizione:** Calcio di Punizione.

**NOTA TECNICA - Per motivi di sicurezza e per evitare che l'affinamento di un gesto tecnico fondamentale come il placcaggio alle gambe sia interrotto per simulare ciò che si vede nel rugby élite. Si ricorda che il bloccaggio in piedi del portatore del pallone è consentito.**

## **Regola 15 - RUCK**

Il numero massimo di giocatrici per squadra in un ruck è di due (2).

**Punizione:** Calcio Libero.

## **Regola 16 – MAUL**

### **16.17 NON CORRETTA CONCLUSIONE DI UN MAUL**

Nel momento in cui il maul arresta il suo avanzamento originario, la squadra portatrice del pallone ha 3 secondi per far uscire il pallone dal maul.

**Punizione:** Calcio libero.

Non è consentito far crollare il maul.

**Punizione:** Calcio libero.

Il numero massimo di giocatrici per squadra in un maul è di tre (3).

**Punizione:** Calcio libero.

## **Regola 18 - TOUCH - RIMESSA LATERALE**

La giocatrice che lancia il pallone deve farlo dal punto corretto.

La giocatrice può fare un passo nel campo di gioco quando lancia il pallone.

Il pallone deve essere lanciato diritto, in modo che percorra almeno tre (3) metri lungo la linea di rimessa in gioco prima di toccare il terreno, di toccare o di essere toccato da una giocatrice.

**Punizione:** Calcio Libero sulla linea dei 10 metri.

## **FORMAZIONE DELL' ALLINEAMENTO**

Minimo: Un allineamento è formato da almeno due (2) giocatrici per squadra.

**Punizione:** Calcio Libero sulla linea dei 10 metri.

Massimo: La squadra che lancia la palla stabilisce il numero di giocatrici nell'allineamento.

La squadra avversaria può schierare meno giocatrici nell'allineamento, ma non deve averne di più.

**Punizione:** Calcio Libero sulla linea dei 10 metri.

Dove devono stare le giocatrici dell'allineamento: l'inizio dell'allineamento è a non meno di tre (3) metri dalla linea di touch; la fine dell'allineamento è a dieci (10) metri dalla stessa. Tutte le giocatrici dell'allineamento devono posizionarsi tra questi due punti.

**Punizione:** Calcio Libero sulla linea dei 10 metri.

Entrambe le squadre devono schierare un ricevitore che si deve posizionare ad almeno 1 metro dalle proprie compagne nell'allineamento, per essere identificabile.

**Punizione:** Calcio Libero sulla linea dei 10 metri.

Quando si forma un allineamento, la squadra che non effettua la rimessa in gioco deve posizionare una giocatrice tra la linea di touch e la linea dei 3 metri sul proprio lato della linea di rimessa in gioco. Tale giocatrice deve posizionarsi ad almeno 1 metro dalla linea dei tre metri.

**Punizione:** Calcio Libero sulla linea dei 10 metri

## **DISPOSIZIONI VALIDE NELLA RIMESSA LATERALE**

### **NON è consentito sollevare e sostenere.**

**Punizione:** Calcio Libero sulla linea dei 10 metri.

## **DISPOSIZIONI VALIDE PER LE GIOCATORICHI NON PARTECIPANTI ALLA RIMESSA LATERALE (7metri)**

Si confermano tutte le disposizioni previste dal Regolamento di Gioco del Rugby Union.

## **MAUL FORMATASI SUGLI SVILUPPI DI UNA RIMESSA LATERALE**

Nel caso si formi un maul a seguito della conquista del pallone in una rimessa laterale, questo deve essere immediatamente avanzante. Quando il maul arresta il suo avanzamento la squadra in possesso del pallone ha 3 secondi per fare uscire il pallone dal maul.

**Punizione:** Calcio Libero.

## **Regola 19 – MISCHIA**

### **FORMAZIONE DI UNA MISCHIA - DA 19.2 A 19.9**

Numero di giocatrici: tre / 3.

La formazione della mischia deve essere di 3 giocatrici in linea. Nel caso di un numero ridotto di giocatrici, anche temporaneo, la mischia non potrà mai essere composta da meno di tre (3) giocatrici.

**Punizione:** Calcio di Punizione.

## **FUORIGIOCO NELLA MISCHIA**

Entrambi i mediani di mischia si posizioneranno, sullo stesso lato della mischia, all'altezza del tunnel d'introduzione. I restanti non partecipanti si posizioneranno a 5 mt dall'ultimo piede fino al termine della mischia.

Il mediano di mischia della squadra che non vince il pallone non può seguire la progressione del pallone in mischia.

**Punizione:** Calcio di Punizione.

**NOTA TECNICA - Mancando seconde e terze linee, il mediano di mischia che difende avrebbe un eccessivo vantaggio nel mettere pressione sul diretto avversario.**

## **INGAGGIO - DA 19.10 A 19.12**

I comandi d'ingaggio sono dati su 3 tempi. L'arbitro chiamerà "bassi", poi "lega". Dopo una pausa, l'arbitro chiamerà "via" quando le prime linee sono pronte.

### **La mischia è NO CONTEST**

**Punizione:** Calcio Libero.

**NOTA TECNICA - Controllare che gli appoggi siano stabili e la schiena il collo e la nuca delle giocatrici siano allineati per garantire una posizione sicura ed efficace.**

## **DURANTE UNA MISCHIA - DA 19.16 A 19.26**

### **Non è consentita la contesa sul tallonaggio.**

**Punizione:** Calcio Libero.

## **Regola 21 – CALCI DI PUNIZIONE E CALCI LIBERI**

### **21.3 COME SI EFFETTUANO I CALCI DI PUNIZIONE E I CALCI LIBERI**

Saranno attribuito alla squadra che non ha commesso il fallo.

Per le infrazioni degli avversari solo calci liberi.

Le giocatrici della squadra avversaria devono immediatamente allontanarsi verso la loro linea di meta fino ad arrivare ad una distanza di almeno 7 metri dal punto del calcio libero, o fino a che non abbiano raggiunto la linea di meta se questa è più vicina al punto.

# VARIAZIONI REGOLAMENTO DI GIOCO

## PER LE CATEGORIE U16 E U18 FEMMINILE

I principi adottati sono stati i seguenti:

- **Focus assoluto sulla sicurezza, come priorità fondamentale**
- Flessibilità, per permettere a tutte le giocatrici, sia le principianti che quelle che giocano da più tempo, di poter trovare piacere e crescita in base alle proprie esigenze, in una categoria dove l'eterogeneità diventa elemento molto sensibile
- Focus sul rischio di specializzazione precoce, legato all'inserimento delle regole legate alla conquista, al fine di non cadere in quanto sopra evidenziato

### Regola 1 - IL TERRENO

#### 1.3 DIMENSIONI RICHIESTE PER IL RECINTO DI GIOCO

Larghezza: dalla linea dei 5 metri dalla linea di meta a cinque metri dalla linea di centrocampo (40-45 metri). Lunghezza: dai 5 m di touch ai 5 m di touch; la linea 5 m di touch sarà la linea di meta, la linea di touch sarà la linea di pallone morto (55-70 metri, comprese le aree di mete della larghezza di 5 metri).

### Regola 2 - IL PALLONE

Il gioco dovrà essere praticato con palloni numero 5.

### Regola 3 - NUMERO DELLE GIOCATRICI - LA SQUADRA

#### 3.1 NUMERO MASSIMO DELLE GIOCATRICI NELL'AREA DI GIOCO

La gara sarà disputata da squadre composte da sette (7) giocatrici.

##### UNDER 16

Potranno partecipare agli incontri giocatrici nate negli anni dal 2010 al 2009.

E' data facoltà alle squadre di inserire in lista gara fino a 2 (due) giocatrici italiane o equiparate nate nell'anno 2008 ("rientranti").

##### UNDER 18

Potranno partecipare agli incontri giocatrici nate negli anni dal 2008 al 2007.

E' data facoltà alle squadre di inserire in lista gara fino a 2 (due) giocatrici italiane o equiparate nate nell'anno 2006 ("rientranti").

Ai fini dell'assolvimento della validità della stessa, la gara non potrà validamente continuare con meno di 5 (5) giocatrici, salvo sanzioni comminate dall'arbitro.

***NOTA TECNICA - Nel caso in cui una squadra si presenti con un numero di giocatrici inferiore al numero minimo stabilito per la categoria, la gara - da ritenersi valida solo per la squadra che si è presentata in numero di sette (7) giocatrici - potrà essere disputata o continuata solamente a patto che si proceda all'adeguamento del numero di giocatrici attraverso il prestito dalla squadra opponente, fino al limite minimo di cinque (5) giocatrici partecipanti per ciascuna squadra.***

**Nel caso nessuna squadra presente raggiungesse il numero minimo, si procederà con la "formula a colori".**

### **3.4 GIOCATORI NOMINATE COME RISERVE**

Non vi è alcun limite alla presenza di giocatrici in panchina.

POSSIBILITÀ DI EFFETTUARE CAMBI VOLANTI A GIOCO FERMO.

**NOTA TECNICA - Questa possibilità è stata prevista al fine di gestire con maggiore efficacia la sicurezza, in categorie in cui le differenze fisiche sono spesso importanti, e per consentire agli allenatori di utilizzare con più flessibilità lo strumento del "cambio", sia per dare feedback alle giocatrici, sia per renderle maggiormente consapevoli delle dinamiche di gioco e di ruolo.**

### **3.33 GIOCATORI SOSTITUITE CHE RIENTRANO A GIOCARE**

Una giocatrice che è stata sostituita può rientrare in campo.

### **Regola 4 - EQUIPAGGIAMENTO DELLE GIOCATORI**

Le giocatrici potranno calzare scarpe con tacchetti in alluminio.

Sarà cura delle giocatrici e degli staff dei club verificare che lo stato di usura dei tacchetti non comporti rischi per il gioco.

L'uso dei paradenti è obbligatorio per poter prendere parte all'incontro, la mancanza dei paradenti comporterà l'impossibilità di prendere parte alla partita.

I cappelli delle giocatrici dovranno essere adeguatamente legati, per evitare che accidentalmente possano essere tirati, creando situazioni spiacevoli.

### **Regola 5 - DURATA DELL'INCONTRO**

#### **5.1 DURATA DI UNA PARTITA**

La singola gara sarà divisa in 2 tempi di 25 minuti ciascuno, con 5 minuti di intervallo.

#### **RAGGRUPPAMENTI**

Il tempo massimo totale di gioco in un raggruppamento non dovrà superare i 70 minuti.

Per raggruppamenti in giornata intera con sosta per il pranzo il totale sale a 80 minuti.

#### **TEMPI di GIOCO.**

- Raggruppamento a 3 squadre: girone all'italiana, 2 tempi da 12 minuti;
- Raggruppamento a 4 squadre: girone all'italiana, 2 tempi da 10 minuti;
- Raggruppamento a 5 squadre: girone all'italiana, 2 tempi da 7 minuti;
- Raggruppamento a 6 squadre: 2 gironi da 3 squadre, ogni squadra di un girone giocherà 3 partite con le squadre dell'altro girone, con 2 tempi da 10 minuti;
- Raggruppamento a 7 squadre: 2 gironi, uno da 3 e uno da 4 squadre, ogni squadra di un girone giocherà 3-4 partite con le squadre dell'altro girone, con 2 tempi da 7 minuti;
- Raggruppamento a 8 squadre: 2 gironi, ogni squadra giocherà 4 partite con le squadre dell'altro girone, con 2 tempi da 7 minuti.

## **Regola 6 - UFFICIALI DI GARA**

Ogni incontro sarà diretto da tesserati arbitri o da educatori allenatori/arbitri abilitati dal settore arbitrale tramite il processo di formazione.

## **Regola 8 – COMPUTO DEL PUNTEGGIO**

### **8.8 TRASFORMAZIONE**

**Possibilità di effettuare la trasformazione dopo la meta.**

La trasformazione potrà essere effettuata dopo ogni meta, all'interno dell'area dei 22 metri e al centro dei pali, in drop o in piazzato, a scelta della calciatrice.

## **Regola 9 - ANTIGIOCO**

### **a) è vietato a qualsiasi giocatrice:**

- sgambettare una giocatrice dell'altra squadra;
- placcare all'altezza delle spalle, al collo o alla testa, una giocatrice dell'altra squadra;
- trattenere, fermare o placcare una giocatrice non in possesso del pallone, o impedire, in qualsiasi altro modo, ad una giocatrice dell'altra squadra di impossessarsi del pallone a terra;
- protestare nei confronti di una giocatrice dell'altra squadra e dell'arbitro;
- fare un "frontino" ad una avversaria: la giocatrice portatrice del pallone potrà usare la mano per difendersi da una avversaria che sta tentando di placcarla, ma potrà farlo solo spingendo l'avversaria sul corpo, no alle spalle, e non sulla testa, e non caricando il braccio, bensì con il braccio già disteso.

### **b) L'arbitro dovrà richiamare e potrà allontanare dal gioco la giocatrice che si è resa colpevole di:**

Gioco pericoloso, scorrettezza;

Ostruzionismo, nervosismo;

Mancanza di lealtà, falli ripetuti.

È prevista sia l'espulsione definitiva che la temporanea, quest'ultima non potrà durare più di **5 minuti** di gioco; in entrambi i casi la giocatrice espulsa **NON** sarà sostituita da una giocatrice in panchina.

## **SANZIONI (tutti gli art. fanno riferimento al Regolamento di Giustizia).**

## **Regola 12 – CALCIO D'INVIO E DI RIPRESA DEL GIOCO**

### **12.4 CALCI D'INVIO E DI RIPRESA DEL GIOCO DOPO UNA SEGNATURA**

Vengono battuti dalla linea di centro campo, dalla squadra che ha segnato la meta.

La squadra che riceve si deve portare ad almeno 7 metri dalla linea di centrocampo.

Nel caso il pallone non raggiungesse la linea dei 7 metri e la palla non venisse giocata dalla squadra avversaria, la squadra che ha calciato avrà una seconda possibilità.

Nel caso di un secondo errore, la squadra che riceve potrà giocare una mischia al centro della linea di metà campo, con diritto di introduzione del pallone.

**NOTA TECNICA - Al fine di evitare, soprattutto in caso di netta superiorità di una squadra rispetto all'altra, che appena subita una meta, la squadra che ha subito la meta, dando con grande probabilità il possesso del pallone alla squadra che ha appena realizzato la meta, subisca immediatamente un'altra segnatura.**

## **CALCIO DI RINVIO**

La ripresa del gioco sarà effettuata al centro della linea passante a 10 metri dalla linea di meta della squadra che effettuerà la ripresa del gioco.

## **Regola 14 - PLACCAGGIO REQUISITI DI UN PLACCAGGIO**

Affinché un placcaggio si concretizzi, il portatore del pallone deve essere portato a terra, da uno o più avversarie, con un intervento che si concretizzi sotto la cintola del portatore del pallone.

**Punizione:** Calcio di Punizione.

**NOTA TECNICA - Per motivi di sicurezza e per evitare che l'affinamento di un gesto tecnico fondamentale come il placcaggio alle gambe sia interrotto per simulare ciò che si vede nel rugby élite. Si ricorda che il bloccaggio in piedi del portatore del pallone è consentito.**

## **Regola 15 - RUCK**

Il numero massimo di giocatrici per squadra in un ruck è di due (2).

**Punizione:** Calcio Libero.

## **Regola 16 - MAUL**

### **16.17 NON CORRETTA CONCLUSIONE DI UN MAUL**

Nel momento in cui il maul arresta il suo avanzamento originario, la squadra portatrice del pallone ha 3 secondi per far uscire il pallone dal maul.

**Punizione:** Calcio libero.

Non è consentito far crollare il maul.

**Punizione:** Calcio libero.

Il numero massimo di giocatrici per squadra in un maul è di tre (3).

**Punizione:** Calcio libero.

## **Regola 18 - TOUCH - RIMESSA LATERALE**

La giocatrice che lancia il pallone deve farlo dal punto corretto.

La giocatrice non può fare un passo nel campo di gioco quando lancia il pallone.

Il pallone deve essere lanciato diritto, in modo che percorra almeno tre (3) metri lungo la linea di rimessa in gioco prima di toccare il terreno, di toccare o di essere toccato da una giocatrice.

**Punizione:** Calcio Libero sulla linea dei 10 metri.

## **FORMAZIONE DELL' ALLINEAMENTO**

Minimo: Un allineamento è formato da almeno due (2) giocatrici per squadra.

**Punizione:** Calcio Libero sulla linea dei 10 metri.

Massimo: La squadra che lancia la palla stabilisce il numero di giocatrici nell'allineamento.

La squadra avversaria può schierare meno giocatrici nell'allineamento, ma non deve averne di più.

**Punizione:** Calcio Libero sulla linea dei 10 metri.

Dove devono stare le giocatrici dell'allineamento: l'inizio dell'allineamento è a non meno di tre (3) metri dalla linea di touch; la fine dell'allineamento è a dieci (10) metri dalla stessa. Tutte le giocatrici dell'allineamento devono posizionarsi tra questi due punti.

**Punizione:** Calcio Libero sulla linea dei 10 metri.

Entrambe le squadre devono schierare un ricevitore che si deve posizionare ad almeno 1 metro dalle proprie compagne nell'allineamento, per essere identificabile.

**Punizione:** Calcio Libero sulla linea dei 10 metri.

Quando si forma un allineamento, la squadra che non effettua la rimessa in gioco deve posizionare una giocatrice tra la linea di touch e la linea dei 3 metri sul proprio lato della linea di rimessa in gioco. Tale giocatrice deve posizionarsi ad almeno 1 metro dalla linea dei tre metri.

**Punizione:** Calcio Libero sulla linea dei 10 metri

## **DISPOSIZIONI VALIDE NELLA RIMESSA LATERALE**

**NON è consentito sollevare e sostenere.**

**Punizione:** Calcio Libero sulla linea dei 10 metri.

## **DISPOSIZIONI VALIDE PER LE GIOCATORICHI NON PARTECIPANTI ALLA RIMESSA LATERALE (7metri)**

Si confermano tutte le disposizioni previste dal Regolamento di Gioco del Rugby Union.

## **MAUL FORMATASI SUGLI SVILUPPI DI UNA RIMESSA LATERALE**

Nel caso si formi un maul a seguito della conquista del pallone in una rimessa laterale, questo deve essere immediatamente avanzante. Quando il maul arresta il suo avanzamento la squadra in possesso del pallone ha 3 secondi per fare uscire il pallone dal maul.

**Punizione:** Calcio Libero.

## **Regola 19 – MISCHIA**

### **FORMAZIONE DI UNA MISCHIA - DA 19.2 A 19.9**

Numero di giocatrici: tre / 3.

La formazione della mischia deve essere di 3 giocatrici in linea. Nel caso di un numero ridotto di giocatrici, anche temporaneo, la mischia non potrà mai essere composta da meno di tre (3) giocatrici.

**Punizione:** Calcio di Punizione.

## **FUORIGIOCO NELLA MISCHIA**

Entrambi i mediani di mischia si posizioneranno, sullo stesso lato della mischia, all'altezza del tunnel d'introduzione. I restanti non partecipanti si posizioneranno a 5 mt dall'ultimo piede fino al termine della mischia.

Il mediano di mischia della squadra che non vince il pallone non può seguire la progressione del pallone in mischia.

**Punizione:** Calcio di Punizione.

**NOTA TECNICA - Mancando seconde e terze linee, il mediano di mischia che difende avrebbe un eccessivo vantaggio nel mettere pressione sul diretto avversario.**

## **INGAGGIO - DA 19.10 A 19.12**

I comandi d'ingaggio sono dati su 3 tempi. L'arbitro chiamerà "bassi", poi "lega". Dopo una pausa, l'arbitro chiamerà "via" quando le prime linee sono pronte.

L'ingaggio deve essere un semplice spostamento del peso in avanti.

## **La mischia è CONTEST**

**Punizione:** Calcio Libero.

**NOTA TECNICA – Controllare che gli appoggi siano stabili e la schiena il collo e la nuca delle giocatrici siano allineati per garantire una posizione sicura ed efficace.**

## **DURANTE UNA MISCHIA - DA 19.16 A 19.26**

**E' consentita la contesa sul tallonaggio.**

Solo le due giocatrici schierate nel ruolo di tallonatore possono ottenere il possesso tentando di conquistare il pallone con un piede, ma solo una volta che il pallone ha toccato il terreno del tunnel.

Non è possibile utilizzare entrambi i piedi contemporaneamente.

**La spinta è consentita quale distensione delle gambe ed un passo di assestamento per mantenere l'equilibrio.**

**Punizione:** Calcio Libero.

**NOTA TECNICA - Focus delle giocatrici schierate come piloni sulla distensione delle gambe e passo di consolidamento, per una maggiore stabilità della mischia e dunque una maggiore sicurezza per tutte le partecipanti.**

**La mischia stabile è l'obiettivo che deve cercare l'allenatore: la stabilità non viene dal divieto di spinta, ma dalla corretta posizione individuale e collettiva dei giocatori.**

## **Regola 21 – CALCI DI PUNIZIONE E CALCI LIBERI**

### **21.3 COME SI EFFETTUANO I CALCI DI PUNIZIONE E I CALCI LIBERI**

Saranno attribuito alla squadra che non ha commesso il fallo.

Per le infrazioni degli avversari solo calci liberi.

Le giocatrici della squadra avversaria devono immediatamente allontanarsi verso la loro linea di meta fino ad arrivare ad una distanza di almeno 7 metri dal punto del calcio libero, o fino a che non abbiano raggiunto la linea di meta se questa è più vicina al punto.

## **NOTE GENERALI CATEGORIE U14/16/18 FEMMINILI.**

Non è possibile utilizzare la pratica di gioco definita come “squeeze ball”.

**Punizione: Calcio Libero.**

### **GIOCO AL PIEDE.**

Se il pallone esce dal campo in seguito ad un calcio direttamente, la ripresa del gioco avverrà con un Calcio Libero, assegnato alla squadra che non ha calciato, sul punto in cui è stato calciato il pallone.

**Se il pallone esce dal campo in seguito ad un calcio indirettamente, la ripresa del gioco avverrà con una touche, assegnata alla squadra che non ha calciato, sul punto di uscita del pallone dal campo.**

### **FORMULA.**

La formula è a raggruppamento, per un minimo di cinque (5) giornate di gara.

Le squadre avranno la possibilità di inserirsi anche ad attività iniziata, previa autorizzazione dell'Ufficio Attività Femminile.

La progettazione dei raggruppamenti dovrà prevedere gironi formati da almeno 3 squadre.

Qualora le squadre presenti al raggruppamento **per gravi motivi**, dovessero essere ridotte a 2, il raggruppamento dovrà essere giocato regolarmente; per queste squadre la partecipazione al raggruppamento sarà ritenuta valida per l'acquisizione del diritto al voto e per l'assolvimento all'obbligatorietà.

### **GIRONI e COMITATI ORGANIZZATORI.**

Le squadre partecipanti saranno divise in gironi secondo criterio di vicinorietà.

## **PARTECIPAZIONE ALL'ATTIVITA' "UNDER 14/16/18" FEMMINILE CON 2 SQUADRE.**

Una Società potrà partecipare all'attività under 14/16/18 femminile con 2 squadre, senza l'obbligo di liste separate, a condizione che:

**- ne faccia esplicita richiesta al momento dell'iscrizione al campionato;**

- schieri INDEROGABILMENTE per ogni singola gara un numero di giocatrici non inferiore a SETTE; nel caso in cui la Società non schieri in una gara il numero minimo previsto (7 giocatrici), potrà continuare

a giocare nel corso della tappa ma la stessa perderà automaticamente ogni requisito di validità (classifica, riconoscimento ai fini sportivi, vedi Reg.3 Numero delle giocatrici).

Le squadre siano debitamente distinte tra loro (maglie da gioco, liste gara).

**Non vi potranno essere scambi di giocatrici da una lista all'altra nello stesso concentramento.**

**PER TUTTO QUANTO NON ESPRESSAMENTE SPECIFICATO NEL PRESENTE REGOLAMENTO,  
SI FARÀ RIFERIMENTO ALLE "NORMATIVE FEDERALI" E AL "REGOLAMENTO DI GIUSTIZIA"  
IN VIGORE.**