

FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE RUGBY

Ferraz, 16 – 4º Dcha – 28008 MADRID

Teléfonos: (34) 91 541 49 78
(34) 91 541 49 88
Fax: (34) 91 559 09 86



Internet: www.ferugby.es
E-mails: secretaria@ferugby.es
prensa@ferugby.es

CIRCULAR NÚM. 29 (TEMPORADA 2020 / 2021)

ASUNTO: NORMAS QUE REGIRÁN LOS CAMPEONATOS DE ESPAÑA FEMENINOS DE CLUBES M 16 Y M14

PREÁMBULO:

En virtud de las actividades nacionales programadas y de los acuerdos aprobados en la reunión de Comisión Delegada celebrada el día 15 de abril de 2021; **los Campeonatos de España Femeninos de clubes de Menores de 16 años (M16) y Menores de 14 años (M14)**, se regirán por las siguientes normas:

1º.- CLUBES PARTICIPANTES.-

Participarán en estas dos Competiciones tantos equipos como lo deseen en su 1ª Fase Autonómica (Previa) y 3 equipos por Federación Autonómica en su 2ª Fase Nacional (Final).

2º.- INSCRIPCIONES.-

Los clubes inscribirán los equipos que deseen (pueden ser varios por club) ante sus Federaciones Autonómicas correspondientes para la 1ª Fase, clasificándose aquellos que corresponda, conforme a lo que se indica más adelante, a la 2ª Fase (Final).

3º.- FECHAS Y LUGAR DE CELEBRACIÓN.-

Las Federaciones Autonómicas podrán organizar un torneo o más de uno, en un fin de semana, siendo las fechas disponibles para dicha 1ª Fase Autonómica los fines de semana del 1-2, 8-9, 15-16, 22-23 y 30-31 de mayo de 2021 en lugar/es por ellos a determinar.

La 2ª Fase Nacional (Final) tendrá lugar, a ser posible, en la misma ciudad y sede que la Final de la Liga Iberdrola de División de Honor Femenina, el fin de semana del 12-13 de junio de 2021.

4º.- SISTEMA DE COMPETICIÓN Y CLASIFICACIÓN.-

A la 2ª Fase Nacional (Final) se clasificarán los 3 equipos mejor clasificados por cada Federación que haya organizado y celebrado uno o varios torneos de la 1ª Fase Autonómica (Previa). En caso de renuncia de alguno de stos, el derecho pasará al siguiente clasificado hasta completar el cupo de 3.

Para otras cuestiones, ver Documento – Proyecto al final de esta Circular.



5º.- **JUGADORES PARTICIPANTES.-**

Ver Documento – Proyecto al final de esta Circular.

6º.- **ÁRBITROS Y ÁRBITROS ASISTENTES.-**

- a) Los Árbitros que dirijan los encuentros de la 1ª Fase (Previa) serán designados por su Comité Territorial.
- b) Los Árbitros que dirijan los encuentros de la 2ª Fase (Final) serán designados por el Comité Nacional de Árbitros.

7º.- **ORGANIZACIÓN DE LOS ENCUENTROS.-**

- a) La organización logística de los encuentros del torneo o torneos de la 1ª Fase (Previa) corresponderá a cada Federación Autonómica.
- b) La organización logística de los encuentros de la 2ª Fase (Final) corresponderá a la FER.
- c) El Organizador deberá tener concertada **una póliza de seguro de responsabilidad civil general** que cubra a espectadores y participantes en el encuentro ante cualquier accidente o actuación de los mismos, **profesional, de cancelación y de daños a instalaciones deportivas**, tal como recoge el condicionado para la organización de este Torneo que firmó con la presentación de su candidatura, antes de que le fuera concedido.
- d) También es obligatorio que el Organizador del Torneo, tenga preparado **un servicio médico/a en el campo de juego**, y se encuentre **presente un médico/a durante todo el tiempo que duren los encuentros** para prestar primeros auxilios por accidente o lesión, de acuerdo con el Reglamento de Partidos y Competiciones y de las Circulares de la FER que se promulgan al efecto.

Además, deberá haber en la instalación, durante todo el tiempo que dure el encuentro, el correspondiente **servicio de ambulancia** para posibles traslados de accidentados a un Hospital o Centro médico. Así como disponer de medios para poder conectar telefónicamente de una forma directa y sencilla con servicios de urgencia y protección civil de la población donde está ubicado el terreno de juego.

Los talleres no podrán iniciarse sin la presencia del **Médico/a** y el **servicio de ambulancia**, conforme a los párrafos anteriores, debiendo el árbitro retrasar su inicio hasta la llegada de los mismos, con un tiempo máximo de cortesía de espera de 10 minutos, con independencia de las sanciones que ello pueda acarrear conforme a la normativa vigente (la presente circular y el RPC de la FER).

La instalación deportiva deberá disponer de **lugar apropiado y adecuado para realizar primeras curas** o atender a lesionados.

- e) Para otras cuestiones, ver Documento – Proyecto al final de esta Circular.



8º.- **COMUNICACIÓN DE RESULTADOS.-**

El/la Delegado/a de la Organización y el Director del Campeonato enviado por la FER (en la 2ª Fase) deberán **comunicar los resultados** del mismo a la FER, por correo electrónico a prensa@ferugby.es y secretaria@ferugby.es cada día que se celebre el Campeonato antes de una hora después de la finalización del último partido de cada jornada (si es por la tarde, justo al finalizar).

9º.- **TERRENOS DE JUEGO E INSTALACIONES COMPLEMENTARIAS.-**

Todos los talleres y encuentros de esta Competición se disputarán en terrenos de juego que reúnan las condiciones establecidas por la Normativa de Homologación de Campos de la FER (NHC) de 25 de septiembre de 2020.

Para otras cuestiones, como dimensiones y demás ver Documento – Proyecto al final de esta Circular.

10º.- **CONDICIONES ECONÓMICAS.-**

Las Federaciones Autonómicas abonarán los gastos que se originen con motivo de los desplazamientos de los árbitros designados por sus respectivos Comité Territoriales (1ª Fase).

La FER abonará a los Árbitros y a lo/as Delegado/as Federativo/as los gastos que se originen con motivo de sus desplazamientos de acuerdo con las designaciones efectuadas por el Comité Nacional de Árbitros (CNA) para la 2ª Fase (Final) y de acuerdo con los baremos establecidos. Igualmente, la FER les abonará lo que tenga estipulado por ejercer su labor y gestionados a través de la aplicación de gestión de gastos arbitrales y procedimientos que la FER establezca para ello.

Los Clubes participantes correrán con los gastos de alojamiento y desplazamientos..

11º.- **MEDIDAS SANITARIAS.-**

En la 1ª Fase (Previa) se aplicará el Protocolo establecido para sus competiciones por la correspondiente Federación Autonómica.

En cuanto a la 2ª Fase (Final) se disputará de acuerdo con las medidas sanitarias que deben ser observadas por todos los participantes en competiciones de carácter estatal organizadas por esta Federación y se cumplirá lo que viene determinado por el “Protocolo Reforzado de actuación para la vuelta de competiciones oficiales de ámbito estatal de la Federación Española de Rugby” y en su defecto por el “Protocolo de actuación para la vuelta de competiciones oficiales de ámbito estatal y carácter no estatal (Temporada 2020-21)” del Consejo Superior de Deportes.

El responsable de velar por el cumplimiento de lo dispuesto en los puntos anteriores será el Delegado Covid, nombrado a tales efectos por la FER, para lo cual, de producirse alguna situación de las recogidas en el Protocolo anteriormente mencionado, deberá indicárselo al



árbitro para que tome las medidas que considere y sean posibles antes, durante o después de la celebración de los encuentros y en todo caso, dejar reflejo de las mismas, en el Acta del partido.

Los Test Ag exigidos en la normativa anteriormente mencionada, para la 2ª Fase (Final) serán proporcionados, sin coste, por la FER, a través de las Federaciones Autonómicas, a los 3 equipos participantes en la misma

12º.- **VIGENCIA.-**

Cuanto se establece en la presente Circular nº 29 entrará en vigor a partir de la fecha en que se expida la misma, quedando sin efecto cualquier Norma dictada con anterioridad que se oponga a las mencionadas, pudiendo estas Normas ser rectificadas o variadas por la Federación Española en uso de sus facultades si lo considera oportuno.

Se ruega acuse de recibo.

23 de abril de 2021

LA COMISIÓN DELEGADA,

Eliseo PATRÓN-COSTAS
Secretario General

Dirigido a: Clubes participantes y Federaciones Territoriales.

CAMPEONATO DE ESPAÑA FEMENINO DE CLUBES 2021 M14 Y M16



#MUJERESENRUGBY

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN

Páginas 3 a 5

CAMPEONATO DE ESPAÑA FEMENINO M14 Y M16

Páginas 6 a 8

TALLERES DEL CAMPEONATO

Páginas 9 a 21

PREMIOS

Página 22

PUNTUACIÓN Y RESULTADOS

Páginas 23 a 25

MÁS SOBRE #MUJERESENRUGBY

Página 26

#MUJERESENRUGBY

OBJETIVO

La creación del Campeonato de España M14 y M16 este año dentro del programa Mujeres en Rugby tiene el objetivo de retener a las jóvenes jugadoras de los clubs a través de una competición que reunirá a 1.000 jugadoras que intentarán ganar el Torneo.

Nace como un reto de referencia para iniciar la competición femenina en esta etapa de rugby juvenil con una nueva modalidad de competición donde permite combinar los elementos técnicos y tácticos, sin olvidar el lado lúdico de nuestro deporte.

Al final de las fases autonómicas, los equipos más valientes se reunirán en Madrid, para competir en la final nacional el mismo fin de semana que el partido de la final de la Liga Iberdrola el 6 de junio del 2021. Y que este Campeonato deje un momento inolvidable a las participantes. Las ganadoras tendrán el privilegio de asistir a la Final de la Liga Iberdrola, donde se les entregará el trofeo de Campeonas de España.

Queremos agradecer a la Subdirección de Mujer y Deporte del Consejo Superior de Deportes, que han apoyado el inicio de este Campeonato, permitiendo a muchas jugadoras jóvenes hacer realidad sus sueños.
¡Buena temporada a todos!

Firmado: las madrinas del Torneo Patricia García, María Losada, Amaia Erbina y Anne Fernandez. Leonas de la selección española.

#MUJERSENUGBY

MADRINAS DEL TORNEO

Este evento orientado a jóvenes jugadoras de rugby, de las categorías M14 y M16 estará amadrinado por nuestras Leonas de la Selección Española de Rugby.

FUNCIONAMIENTO

Esta competición se realizará a través de 7 talleres donde las participantes mostrarán las destrezas técnicas y tácticas necesarias para nuestro deporte.

El objetivo de participación es **reunir a más de 100 clubes y 1.000 jóvenes** de todas las regiones de España.

En 2021 la final nacional se disputará el fin de semana del 6 de junio, coincidiendo con la final de la Liga Iberdrola de Rugby.

Espíritu de equipo, integridad, respeto... el rugby simboliza muy fuerte los valores del deporte a los que se adhiere completamente el Consejo Superior de Deportes (CSD).

Desde el Rugby profesional a la formación de jóvenes practicantes, el CSD ha apoyado de manera privilegiada nuestro deporte.

El compromiso del Programa Mujer y Deporte con nuestro deporte tiene un traslado directo para fomentar la práctica femenina del rugby.

EN CONSTANTE EVOLUCIÓN

El proyecto del 2021 que se muestra a continuación esta evolucionado a partir de las estrategias implementadas del Programa Mujeres en Rugby de los últimos cinco años que tan grandes resultados cuantitativos y cualitativos nos esta proporcionando para el rugby femenino, y surge de la búsqueda de una evolución.

Ahora queremos dar un nuevo giro al Proyecto Deportivo y centrarnos en el Área de Competición, creando un nuevo proyecto de desarrollo global para nuestras jóvenes jugadoras en el Rugby.

#MUJERES EN RUGBY

El Programa #MujeresEnRugby posiciona dentro de uno de sus cuatro pilares la formación de las jugadoras y su proyección hacia la alta competición, aunque también su evolución como deportistas para el disfrute y participación de nuestro deporte.

Este Programa desea educar a las generaciones del mañana con un espíritu de juego inteligente. Mientras proporciona un entorno de juego y un marco de disfrute que requiere prácticas seguras.

A través del Plan de Formación de la FER, la voluntad es volver a la esencia misma del rugby: el rugby de movimiento. Circulación de pelota y búsqueda de espacios son dos parámetros esenciales del rugby que la Federación Española desea inculcar en las jóvenes jugadoras.

La estrategia es integrar estos dos parámetros en un todo de los entrenamientos que cada escuela de rugby realiza para formar a sus jóvenes en un rugby educativo y progresivo. El propósito común de estos parámetros es promover, cualquiera que sea la constitución física de las jóvenes: continuidad en el juego, cooperación e invasión del espacio.

El programa #MujeresEnRugby se caracteriza por trabajar sobre la permanencia y el no abandono de las jóvenes jugadoras. Este referente tiene voluntad de inclusión de todas las interesadas en nuestro deporte. Esto hace que todos las dirigentes, entrenadoras, educadoras y delegadas y también las familias, vayamos en esa dirección. Nosotros y nosotras somos todas las interesadas y todos deben estar animados por esta voluntad. #MujeresEnRugby #RugbyDeMovimiento.

En enero de 2015,
la Federación
lanza este Plan
nacional basada
en la formación a
largo plazo de las
jugadoras.

CAMPEONATO DE ESPAÑA FEMENINO M14 Y M16

**Objetivo de
participación en 2021:
1000 jugadoras y 100
Clubes**

La competición tiene lugar en 2 fases:

- 1 – Fase autonómica de abril a mayo de 2021.**
- 2 – Fase estatal: el fin de semana de la Final de la Liga Iberdrola (6 de junio).**

Esta competición reunirá a más de 100 clubes y más de 1.000 jóvenes:

- 1 – Un equipo está formado por 4 jugadoras (puede tener suplentes) .**
- 2 – Posibilidad de que un mismo Club presente varios equipos durante la fase autonómica. En la fase estatal, sólo podrán participar los tres mejores equipos de cada fase autonómica.**
- 3 – El Campeonato consta de 7 talleres. Respetando el orden de paso por cada uno de ellos con el movimiento general del juego como primer taller y el empuje con seguridad en último lugar.**
- 4 – Cada fase finalizará agrupando equipos en función de la clasificación (niveles pares) para jugar partidos amistosos con reglas M14 y M16.**

Sistema de puntuación:

Cada equipo debe intentar conseguir la máxima puntuación en cada uno de los 7 talleres.

3 equipos por categoría son premiados durante las fases autonómicas

3 equipos por categoría son premiados durante la fase estatal.

Los premios se detallan más adelante.

El Campeonato de España está apoyado por el Programa Mujer y Deporte del CSD, y con la voluntad de apoyo de las Leonas (madrinas) de la Selección Española.

PRINCIPIOS, ACCIONES Y DESTREZAS FUNDAMENTALES

1. AVANZAR Y HACER AVANZAR

Avanza en 2 contra 1 + 1

- Llevar el balón con 2 manos y buscar desequilibrar a la defensora
- Mover a la defensora
- Si llego detrás de la defensora, transmito el balón a mi apoyo
- Delante de la defensora transformo 2 contra 1, en 1 contra 1
- Dirección de carrera
- Cambiar el ritmo de la carrera

3. PASAR

Pasar el balón

- Ajustar la longitud del pase
- Apuntar a un objetivo
- Controlar los pies de apoyo
- Realizarlo en movimiento

2. APOYAR

Estar en movimiento

- Elegir una ubicación justa, dictada por el juego
- Acelerar o reducir la velocidad
- Acercarse o alejarse de la pelota, o de la portadora de la pelota
- Desmarcarse
- Tomar el espacio libre dejado por la defensora
- Jugar en los intervalos

3. DEFENDER

Avanzar hacia la oponente

- Orientarla - presionarla
- Reducir su espacio libre
- Oponerse a la portadora del balón

PRINCIPIOS, ACCIONES Y DESTREZAS FUNDAMENTALES

5. PLACAR

Imponerse enfrentándose a la portadora de balón

- Cuadrarla para placarla
- Dominar el impacto y detener su avance
- Hacerla caer al suelo
- Ponerse rápidamente en pie

7. JUEGO AL PIE

Ser precisa

- Tener una pierna de apoyo fuerte y el pie de golpeo técnico
- Golpear la pelota en un lugar en particular
- Orientar los hombros y estar equilibrada

6. EVITAR O RESISTIR UN PLACAJE

Jugar en las zonas débiles de la oponente

- Atacar por dentro o por fuera
- Alejar el balón de la defensora
- Poder ayudarse de un brazo para rechazar a la defensora
- Mantener el centro de gravedad bajo para estar más fuerte y permitir que llegue la apoyo
- Buscar avanzar (frecuencia de pies)
- Garantizar la conservación y protección del balón

8. SABER LAS REGLAS

Apropiarse de las reglas fundamentales

- Comprender y conocer las reglas
- Reconocer las infracciones
- Aplicar las reglas

TALLER 1:

CIRCULACIÓN DE JUGADORAS

OBJETIVOS

Hacer un ensayo como parte de una circulación de jugadoras y en un mínimo tiempo.

CRITERIOS DE ÉXITO

Cualquier equipo que realice un pase adelantado será penalizado con 3 segundos. Una jugadora que cometa un movimiento hacia adelante involuntario durante la fase de recogida -direccionado incorrectamente- será penalizada con 3 segundos adicionales por el adelantado. En caso de empate, el tiempo realizado durante la circulación decidirá entre los equipos.

COMPORTAMIENTOS ESPERADOS

Este ejercicio técnico requiere velocidad de circulación, buena coordinación, un gesto preciso de pase y apoyo eficiente.

GESTOS TÉCNICOS

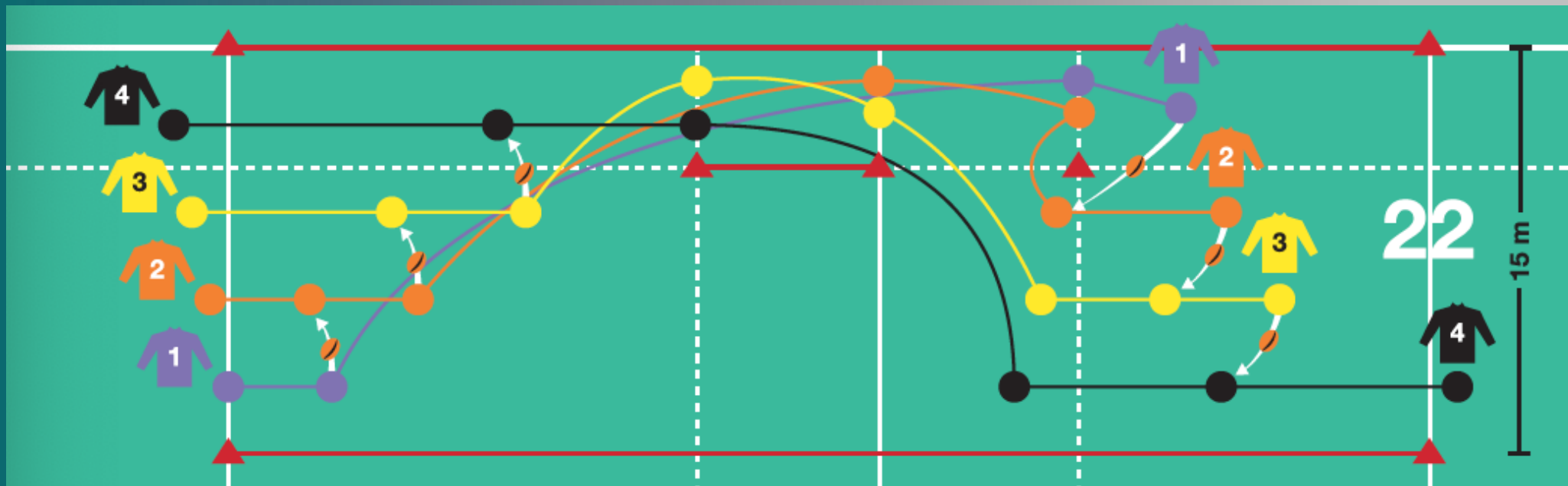
Dificultad de recepción y en el pase

- La recepción

Vista en la pelota, dedos separados, manos al frente del cuerpo, anticiparse a la pelota, codos flexionados.

- El pase

Hombros y ojos están orientados hacia la compañera. Los brazos y las manos acompañan el balón.



CONSIGNAS DEL JUEGO

POSICIÓN INICIAL

4 jugadoras en la línea 22m entre la línea de banda y los 15m.

LANZAMIENTO DEL JUEGO

La jugadora 1, colocada a 15 m, juega un golpe franco con la mano, que inicia el cronómetro.

- Juego desplegado de la jugadora 1 a la jugadora 4 a lo largo de los 15 m de ancho
- Jugadora 4 – última en usarlo – coloca el balón en la línea 10 m en el pasillo de 5 m
- Todas las jugadoras se posicionan y deben permanecer a 5 m
- La jugadora 3 toma la pelota y la coloca en la línea central.
- Las jugadoras pueden recuperar el ancho después de cruzar la línea media en el pasillo de 5 m
- La jugadora 2 levanta el balón y lo coloca en la línea de 10 m
- La jugadora 1 levanta la pelota y juega en juego desplegado
- La última jugadora con el balón lo posa en la zona de ensayo de 2 m delimitada por los conos, y el cronómetro se detiene.



[PINCHA AQUÍ](#) para ver un video del ejercicio



[PINCHA AQUÍ](#) para ver el consejo de Anne Fernández de Corres

#MUJERSEN RUGBY

TALLER 2:

TIROS A PALOS

OBJETIVOS

Las jugadoras deben marcar un golpe de castigo, según una selección de 3 niveles de dificultad. Frente a los palos con posibilidad para "moverse" en paralelo a la línea de ensayo, respetando las distancias indicadas:

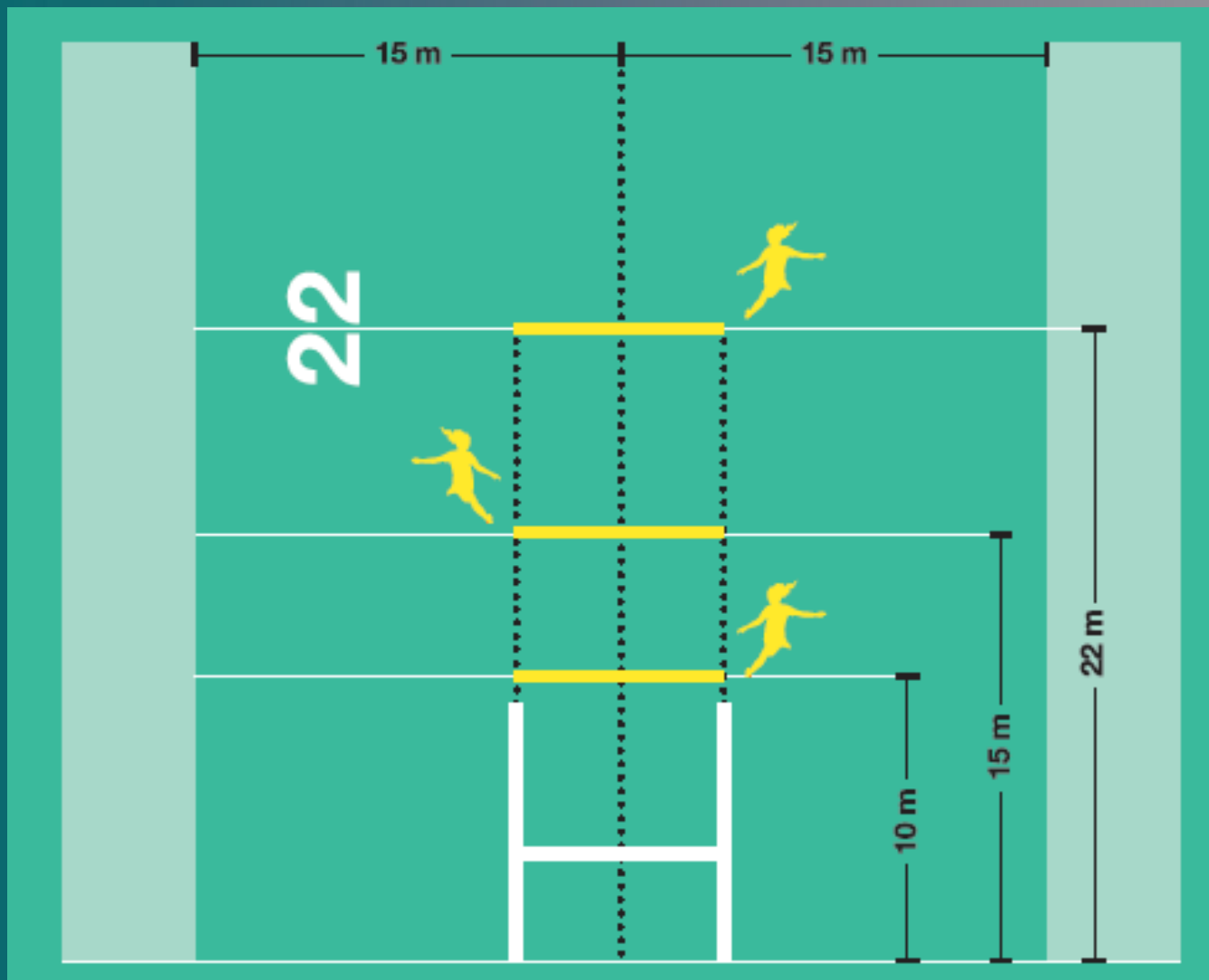
- 10 m: 3 puntos
- 15m: 6 puntos
- 22m: 10 puntos

COMPORTAMIENTOS ESPERADOS

Este ejercicio requiere un buen equilibrio al golpear la pelota, pero también una buena combinación de potencia y puntería para ser precisos.



TALLER 2: TIROS A PALOS



POSICIÓN INICIAL

Las jugadoras eligen su distancia preferida y varias de ellas pueden elegir la misma ubicación.

Se ofrece un solo intento para cada una de los 4 jugadoras (4 tiros a palos), pero solo se cuentan los 3 mejores



[PINCHA AQUÍ](#) para ver un video del ejercicio



[PINCHA AQUÍ](#) para ver el consejo de Patricia García

TALLER 3:

JUEGO AL PIE Y RECEPCIÓN

OBJETIVOS

Las jugadoras deben encadenar las acciones de patada a seguir / recepción / ensayo, en menos 8 segundos.

COMPORTAMIENTOS ESPERADOS

La patada a seguir en una situación de ataque requiere precisión, sincronización, la dirección y una lectura precisa de la trayectoria de pelota, anticipación y coordinación entre jugadoras y apoyo efectivo.

GESTOS TÉCNICOS

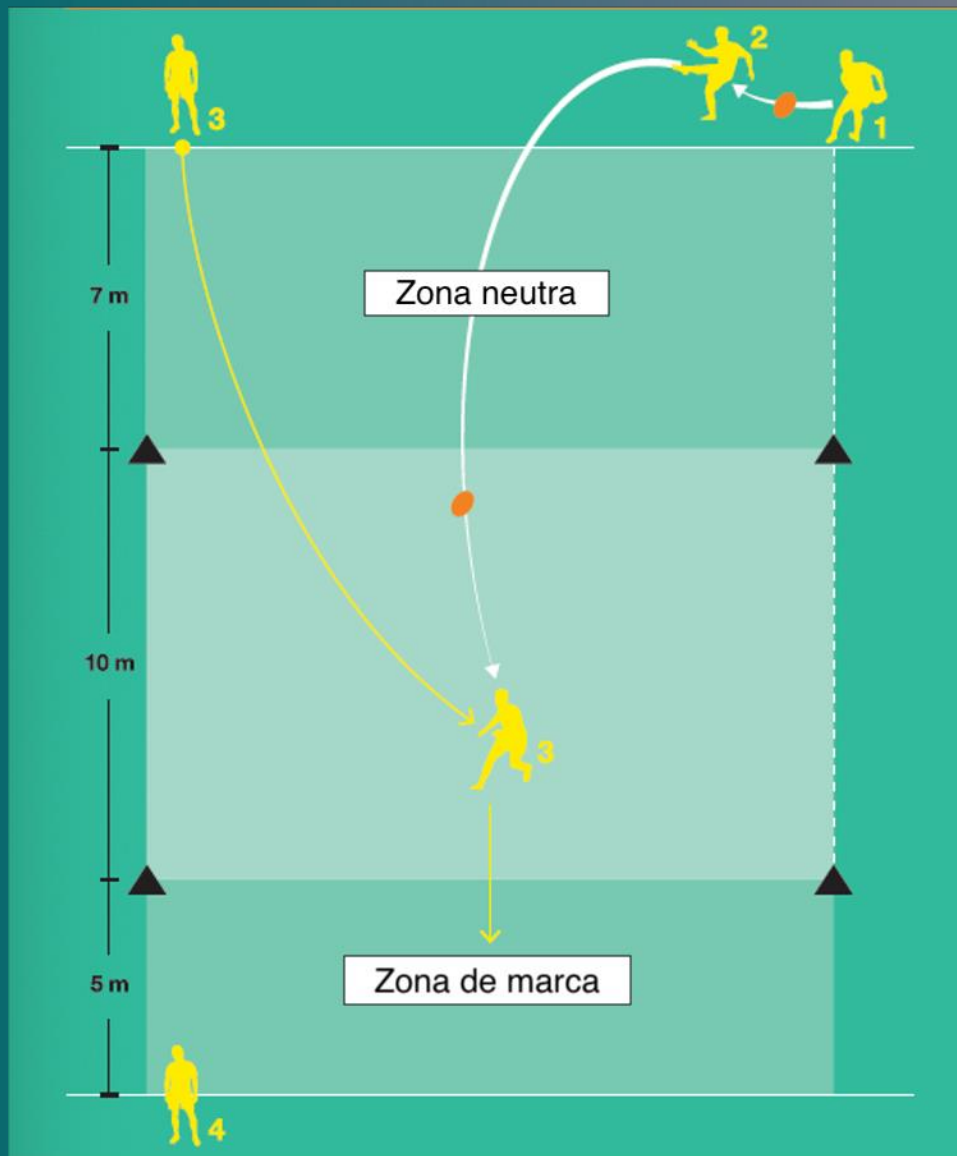
LA RECEPCIÓN

Para saltar a la pelota y recuperarla, la jugadora debe tomar un impulso vertical lanzando sus brazos hacia la pelota y las palmas de las manos giradas hacia su cuerpo.

EL PASE AL PIE

Para tener éxito, la pateadora debe estar ligeramente orientada hacia la futura recepcionista. La pelota casi debería caer verticalmente sobre su pie. Al golpear, la jugadora debe levantar la pierna lo suficientemente alto para dar una alta trayectoria a la pelota. La jugadora que va a atrapar la pelota debe estar lo suficientemente profunda, como para pasar en velocidad a la pateadora.

TALLER 3: JUEGO AL PIE Y RECEPCIÓN



POSICIÓN INICIAL

La jugadora 1 está posicionada en la línea de 5 m o 15 m a su elección. Las jugadoras 2 y 3 están en "Desplegado" detrás de la jugadora 1. La jugadora 4 está detrás del área de marca, enfrentada a sus compañeras.

LANZAMIENTO DEL JUEGO

La jugadora 1 saca un golpe franco con la mano y pasa a la jugadora 2 iniciándose el cronómetro.

CONSIGNAS DEL JUEGO

Desde la línea de 22 m, la jugadora 2 patea (volea).

Jugadora 3, colocada detrás o en altura de la jugadora 2, sigue la patada y atrapa la pelota en suspensión (sin los pies en el suelo) en la zona demarcada y marcar en la zona de 5 m (8 segundos máximo).

La jugadora 4 devuelve el balón y se convierte en jugadora 1, jugadora 3 se convierte en jugadora 4, etc.



[PINCHA AQUÍ](#) para ver un video del ejercicio



[PINCHA AQUÍ](#) para ver el consejo de Patricia García

#MUJERSEN RUGBY

TALLER 4: 2 CONTRA 1+1

OBJETIVOS

Parejas de jugadoras debe anotar un ensayo mientras gestionan la superioridad en ataque.

CRITERIOS DE ÉXITO

Cada pareja de jugadoras pasa 2 veces en ataque:

- Una vez a la derecha
- Y una vez a la izquierda.

En ensayo debe haberse marcado antes de 10 segundos.

COMPORTAMIENTOS ESPERADOS

Esta situación requiere a una buena lectura del juego, para anticiparse y adaptarse a la defensa.



TALLER 4: 2 CONTRA 1+1

POSICIÓN INICIAL

Las 2 parejas de jugadoras están espalda con espalda frente a su campo.

LANZAMIENTO DEL JUEGO

El educador inicia el juego y el cronómetro con la señal de "juego". Las atacantes y defensoras ingresan al área de juego. La tercera jugadora del equipo pasa a la segunda jugadora entrante en el área de juego. Las defensoras llegarán tarde por la posición de los conos.

CONSIGNAS DEL JUEGO

La primera jugadora (nº 11) en entrar en el área de juego debe ocupar el espacio amplio para crear incertidumbre para las defensoras. La segunda jugadora que ingrese al campo (nº 12) debe enderezar su carrera para atrapar la pelota y moverse rápidamente para atacar a la primera defensora. La segunda atacante (nº 11) debe entonces evaluar si la segunda defensora esta:

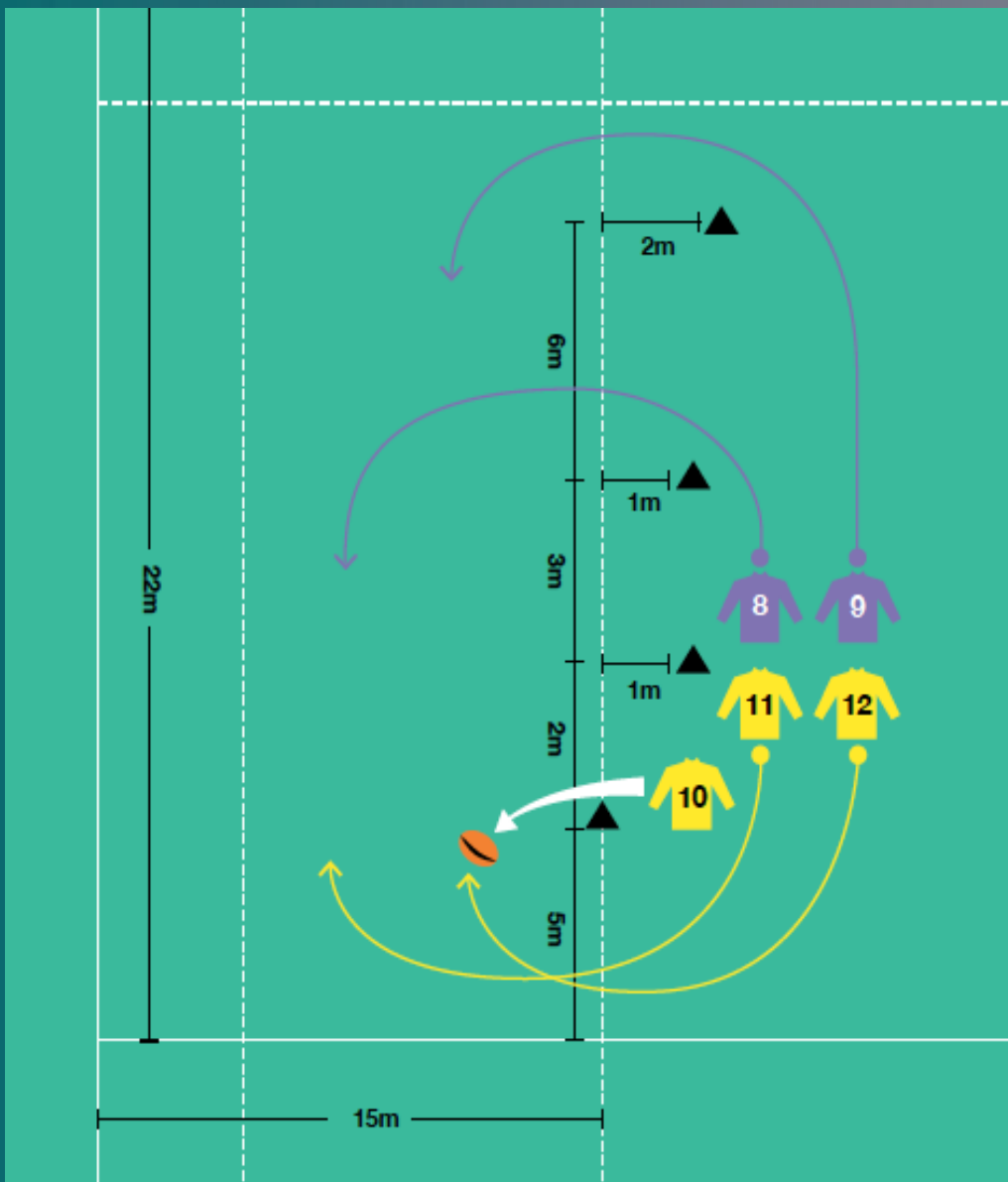
- adelantada: se organiza para desbordarla ayudándose de un raffut, o, ...
- retrasada: se organiza para atacarla por dentro o jugar con su compañera que esta en apoyo.



[PINCHA AQUÍ](#)
para ver un
video del
ejercicio



[PINCHA AQUÍ](#)
para ver el
consejo de
Amaia Erbina



TALLER 5:

ATAQUE/DEFENSA 1 CONTRA 1

OBJETIVOS

La portadora del balón debe ir a anotar pasando por la zona que habrá elegido. La placadora debe oponerse al atacante para impedir que anote.

CRITERIOS DE ÉXITO

El árbitro del taller designará, antes del inicio, las oposiciones de jugadoras por tamaño: de la más pequeña a la más grande. Esto por razones de práctica segura.

Cada jugadora ataca y defiende dos veces. Los árbitros trabajan junto al director del evento en la toma de decisión.

COMPORTAMIENTOS ESPERADOS

La portadora del balón debe tener buena lectura y capacidad de anticipación a la placadora.

GESTOS TÉCNICOS

EL PLACAJE

La defensora debe placar con toda seguridad, a nivel de la cintura o por debajo. Durante el placaje, la placadora no debe levantar a la atacante.

Estas 4 acciones son acciones de juego peligroso y tendrán una puntuación de 0:

- *Placar a la cintura, con la cabeza o el hombro equivocado*
- *Altura del Raffut en cabeza o cara*
- *Percusión de codo fuera del cuerpo*
- *Percusión frontal, pelota sostenida en 2 manos contra el pecho.*

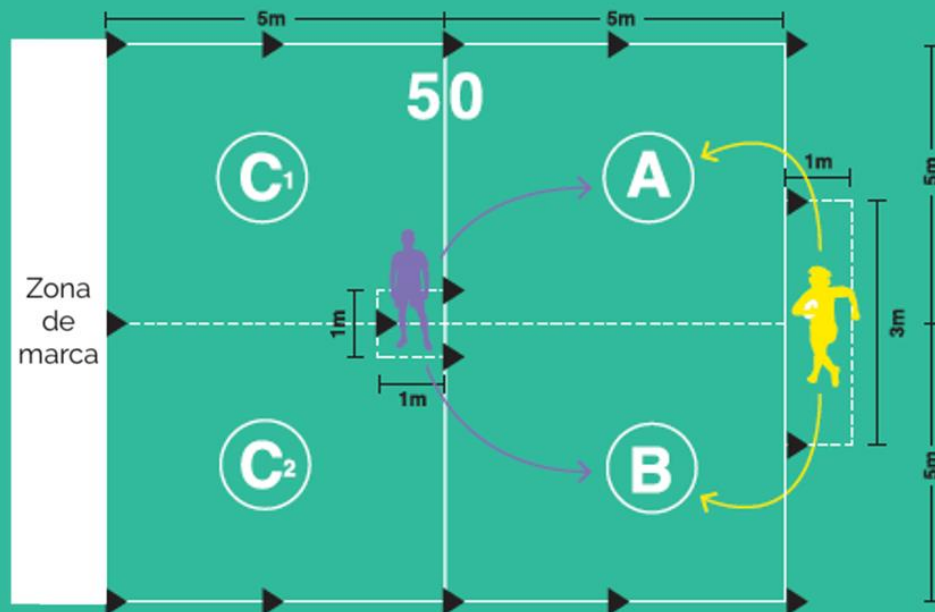
Un ensayo mientras te placan se valora en 1 punto para la defensora y 4 puntos para la atacante.

Un ensayo sin ser placado es valorado en 5 puntos.

Se otorgan 5 puntos a la defensora si la atacante sale por línea de touche o si comete un adelantado.

Detener la acción:

1. Ensayo o placaje exitoso
2. Touche, adelantado o balón perdido
3. Juego peligroso



POSICIÓN INICIAL

Las jugadoras están espaciadas 5m cara a cara, en el medio de las dos zonas.

LANZAMIENTO DEL JUEGO

Cuando entre la atacante puede entrar la defensora.

CONSIGNAS DEL JUEGO

La atacante: al inicio, balón en dos manos, debe ir y marcar sin ser placada o cometer una falta. El raffut esta autorizado salvo cabeza o cara.

La defensora: debe avanzar y no esperar que llega la atacante, debe orientar a la atacante hacia afuera para poder hacer frente al placaje. La cabeza debe colocarse fuera del placaje. El placaje debe hacerse con el hombro exterior, la cabeza se coloca en el interior de la portadora de la pelota.



[PINCHA AQUÍ](#) para ver un video del ejercicio



[PINCHA AQUÍ](#) para ver el consejo de Anne Fernández de Corres

#MUJERSEN RUGBY

TALLER 6: EMPUJE SEGURO

POSICIÓN INICIAL

La jugadora evaluada se pone en posición de "Empuje seguro" con dos compañeras, portando escudos, que están frente a ella. Estas compañeras posicionan sus piernas interior hacia adelante y flexionadas de tal manera que la jugadora puede tomar apoyo y unirse a los escudos a la altura de la pelvis o del muslo. Durante la final nacional, se llevará a cabo el taller con un baby-scrum.

CRITERIOS DE ÉXITO

Todos los criterios técnicos descrito en las 2 etapas de las Consignas de Juego debe ser perfectamente ejecutados para obtener los 5 puntos (un criterio = 1 punto)

LANZAMIENTO DEL JUEGO

El educador inicia el ejercicio. Después de mantener la postura y la señalización. Las compañeras se van retirando bajo la presión de la jugadora que controla la secuencia de su empuje y su avance.

CONSIGNAS DEL JUEGO

Etapla 1 – Evaluación durante 5 segundos de los siguientes criterios:

- Espalda recta
- Piernas flexionadas: rodillas debajo o detrás de la pelvis (ángulo tronco / muslo $\geq 90^\circ$)
- Dorso horizontal
- Frente en alto
- Los brazos estirados y agarrados a los sacos de percusión

Etapla 2 – Evaluación durante 5 segundos. Ser capaz de mantener la postura de "empuje seguro" al avanzar 2 metros manteniendo los siguientes criterios:

- Espalda recta y horizontal
- Postura inicial: Las piernas están flexionadas y los pies separados por un ancho igual al de los hombros, importante para continuar con las tareas que se describen a continuación: (i) el empuje se realiza con ambas piernas, ambos pies en el suelo sin extender completamente las piernas; (ii) el empuje se realiza en pequeños pasos y sin cruzar.
- Mantener la postura al empujar: Al empujar, el cuerpo se desplaza moviendo uno de los pies hacia adelante y luego moviendo el otro en la misma línea con un anclaje de los pies al suelo, luego una reanudación de la flexión, un desplazamiento de la espalda seguido de un nuevo empujón.
- Frente en alto
- Conexiones brazo / sacos de percusión aseguradas



[PINCHA AQUÍ](#) para
ver un video del
ejercicio



[PINCHA AQUÍ](#) para
ver el consejo de
María Losada

TALLER 7: REGLAMENTO

OBJETIVO

Las jugadoras deben dar tantas respuestas correctas como sea posible a un cuestionario relacionado con el reglamento de M14 y M16 XV.

COMPORTAMIENTOS ESPERADOS

Poner el conocimiento de las reglas al servicio del juego.

EJERCICIO

Responden 4 jugadoras y 1 educador. Los 3 mejores cuestionarios de las jugadoras y del educador se tienen en cuenta.

PREMIOS

FINAL AUTONÓMICA:

PRIMER CLASIFICADO

- Pase a 2ª fase.
- Copa y medallas para las jugadoras.
- Camisetas #YoSereLeona.

SEGUNDO CLASIFICADO

- Pase a 2ª fase.
- Medallas para las jugadoras.
- Camisetas #YoSereLeona.

TERCER CLASIFICADO

- Pase a 2ª fase.
- Medallas para las jugadoras.
- Camisetas #YoSereLeona



#MUJERESENRUGBY

RESULTADOS

Club:

TALLER 1: MOVIMIENTO GENERAL DEL JUEGO

Cualquier infracción (Golpe franco no ejecutado, adelantado, salir de las zonas de juego, 5 m o 15m) será penalizado con 3" adicionales en el tiempo final.

T<_15" _____ 40 puntos
15"01<_T<_15"25 ____ 39 puntos
15"26<_T<_15"50 ____ 38 puntos
15"51<_T<_15"75 ____ 37 puntos
15"76<_T<_16" _____ 36 puntos
16"01<_T<_16"25 ____ 35 puntos
16"26<_T<_16"50 ____ 34 puntos
16"51<_T<_15"75 ____ 33 puntos
16"76<_T<_17" _____ 32 puntos
17"01<_T<_17"25 ____ 31 puntos
17"26<_T<_17"50 ____ 30 puntos
17"51<_T<_17"75 ____ 29 puntos
17"76<_T<_18" _____ 28 puntos
18"01<_T<_18"25 ____ 27 puntos
18"26<_T<_18"50 ____ 26 puntos
16"51<_T<_18"75 ____ 25 puntos

18"76<_T<_19" _____ 24 puntos
19"01<_T<_19"25 ____ 23 puntos
19"26<_T<_19"50 ____ 22 puntos
19"51<_T<_19"75 ____ 21 puntos
19"76<_T<_20" _____ 20 puntos
20"01<_T<_20"50 ____ 19 puntos
20"51<_T<_21" _____ 18 puntos
21"01<_T<_21"50 ____ 17 puntos
21"51<_T<_22" _____ 16 puntos
22"01<_T<_22"50 ____ 15 puntos
22"51<_T<_23" _____ 14 puntos
23"01<_T<_23"50 ____ 13 puntos
23"51<_T<_24" _____ 12 puntos
24"01<_T<_24"50 ____ 11 puntos
24"51<_T<_25" _____ 10 puntos
25"01<_T<_26" _____ 9 puntos

26"01<_T<_27" _____ 8 puntos
27"01<_T<_28" _____ 7 puntos
28"01<_T<_29" _____ 6 puntos
29"01<_T<_30" _____ 5 puntos
30"01<_T<_32" _____ 4 puntos
32"01<_T<_34" _____ 3 puntos
34"01<_T<_36" _____ 2 puntos
36"01<_T<_40" _____ 1 punto
40"01<_T _____ 0 puntos

Total: ____/40

RESULTADOS

TALLER 2: TIROS A PALOS

Distancia a partir de la línea de objetivo:

10 metros frente a palos ____ 3 puntos
15 metros frente a palos ____ 6 puntos
22 metros frente a palos ____ 10 puntos

Total: ____/30

Total de las 3 mejores jugadoras

TALLER 4: 2 CONTRA 1+1

Sólo se evalúa a las atacantes.

Ensayo exitoso ____ 10 puntos
Juego peligro defensor ____ 10 puntos
Error del atacante ____ 0 puntos
Acción mayor de 10" ____ 0 puntos

Total: ____/40

Total de las 3 mejores jugadoras

TALLER 3: JUEGO AL PIE Y RECEPCIÓN

Clasificación por recepción:

Ensayo con éxito ____ 10 puntos
Recepción con pies en el suelo ____ 5 puntos
Pelota caída hacia atrás ____ 10 puntos
Patada se va fuera de zona o cualquier
Falta de juego ____ 0 puntos
Acción > 8 segundos ____ 0 puntos

Total: ____/30

Total de las 3 mejores jugadoras

TALLER 5: ATAQUE/DEFENSA 1 CONTRA 1

	Atacante	Defensor
Ensayo	____ 10 puntos	____ 0 puntos
Superado sin ensayo	____ 0 puntos	____ 5 puntos
Ensayo mientras te placan	____ 4 puntos	____ 1 punto

Total: ____/60

Total de las 3 mejores jugadoras

RESULTADOS

TALLER 6: EMPUJE SEGURO

Etapa 1____5 puntos

Etapa 2____5 puntos

Total: ____/40

Total de las 4 jugadoras

TALLER 7: REGLAMENTO

Total: ____/30

Total de las 3 mejores jugadoras

Total: ____/10

Educador/a

Nota general: ____/280

En caso de empate entre varios equipos al final de la competición, la clasificación se realiza comparando los puntos en el siguiente orden:

- El resultado del Taller 1: Movimiento general del juego
- El resultado del Taller 4: 2 contra 1 + 1
- El resultado del Taller 7: Reglamento

SIGUE LA ACTIVIDAD DE #MUJERESENRUGBY

No te pierdas ninguna de las novedades que ofrecemos en nuestros programas de formación y desarrollo, así como toda la actualidad y entrevistas a las referentes femeninas del rugby español en la web de la [Federación Española de Rugby](#) y en la web oficial de [MujeresEnRugby](#).

También puedes seguirnos en nuestras redes sociales (Facebook, Twitter, Instagram y Youtube) y formar parte de una activa comunidad con más de 40.000 seguidores.

Si crees que tu historia o la de alguna de tus compañeras merece ser contada, ponemos a tu disposición una [pestaña en la web](#) de MujeresEnRugby. ¡Queremos que se oiga vuestra voz y conoceros!



#MUJERESENRUGBY

PARA MÁS INFORMACIÓN

- **Comités Fases Autonomicas: Oficiales de desarrollo**
- **Colaboradores: CSD, Programas Mujer y Deporte**
- **Para asuntos organizativos: secretaria@ferugby.es**
- **Para preguntas deportivas: desarrollo@ferugby.es**

#MUJERES EN RUGBY