

“CRECIENDO JUNTAS”

**T1
RUGBY**



¿Por qué T1?

OBJETIVO PRINCIPAL

Fomentar la retención y el desarrollo de jugadoras juveniles en el rugby femenino español, promoviendo su continuidad deportiva mediante una competición adaptada que combine aprendizaje, motivación y experiencias significativas.

VERSATILIDAD

Adaptable a diversas superficies, número de jugadoras, duración de los partidos y niveles de habilidad.

DESARROLLO

- Mejora habilidades fundamentales del rugby como el duelo, el pase y el juego estratégico.
- Mantiene el juego variado y dinámico, haciendo que cada sesión sea novedosa y emocionante.

CONEXIÓN CON EL RUGBY TRADICIONAL:

- Incluye habilidades específicas del rugby, como melés no disputadas y saques de lateral, creando un puente hacia la versión de contacto completo del deporte.
- Permite una integración progresiva de elementos más complejos, ayudando a las jugadoras a conectar su experiencia con lo que ven en el rugby profesional.

OBJETIVOS

Introducir a las chicas jóvenes al Rugby T1 de manera lúdica y participativa.

Vincular a los clubes con jugadoras potenciales.

Fortalecer la comunidad femenina dentro del rugby



“Día de Rugby Femenino”

Estructura del evento

1.Recepción y Bienvenida (30 minutos)

- Inscripción y entrega de kits de bienvenida (camisetas, stickers, folletos informativos).
- Explicación breve sobre el Rugby T1 y dinámica del evento.
- Dinámica rompehielos con jugadoras experimentadas.

2.Circuitos de habilidades y juego (1 hora y 30 minutos) (Ver documento Actividades Introductorias)

-

3. Partidos de exhibición y retos (1 hora y 30 minutos)

- Partido demostración entre jugadoras jóvenes y experimentadas.
- Concurso de "Mejor Celebración de Ensayo"

“Trae a una amiga”

4.Cierre y Captación (1 hora)

- Entrega de reconocimientos a participantes
- Invitación a inscribirse en clubes locales
- Espacio de fotos y redes sociales. ([Apartado Sugerencias](#))

Materiales Necesarios

- Balones de rugby y conos.
- Merchandising para premios y recuerdos.
- Equipo audiovisual para grabación y fotos del evento.
- Stand informativo con inscripciones a clubes.

Guía Redes Sociales

“Creciendo Juntas”

En Instagram / Tik Tok

- Historias de presentación en Instagram con preguntas interactivas.
- Publicación de un Reel introductorio con testimonios de jugadoras.
- Publicación de retos de habilidades con el hashtag #JuegaRugbyT1 #Creciendo Juntas
- Uso de Instagram Reels con clips de jugadas y .
- Concursos y sorteos de merchandising (camisetas, stickers, pulseras).
- Videos de jugadoras explicando cómo empezaron en Rugby T1.
- Anuncio del Día de Rugby Femenino : "Trae a una Amiga".
- Creación de una cuenta regresiva en stories.
- Entrevistas en video con jugadoras y entrenadoras invitando al evento.
- Publicación de testimonios motivadores con imágenes de entrenamientos



Sugerencias

Contenido para redes

Acción 1

Grabar alguna jugadora del evento y preguntar:

1. ¿Qué fue lo que te motivó a iniciarte en el rugby ?
2. Define en 3 palabras qué es el rugby para ti
3. ¿Qué le dirías a una chica que está dudando si probar el rugby?

Acción 2

Grabar a una nueva jugadora:

- ¿ Qué es lo que más te gustó del evento?
- ¿ Invitarías a una amiga a jugar a este deporte?
- “¿ Cómo te has sentido al probar el rugby por primera vez?



Acción 3

Grabar 2/3 jugadoras con el reto “¿ Cómo celebrarías un ensayo?” O “¿Cómo harías un ensayo?”

Acción 4

Uso de diferentes frases que estén relacionadas con “Creciendo Juntas” como por ejemplo:

1. “Más que un deporte, una familia” 🏈💙
2. “Del primer pase a la primera victoria, juntas en cada paso” ✨🏆
3. “Fuerza, compañerismo y pasión: esto es rugby” 🔥🤝
4. “Tu equipo, tu tribu, tu hogar en el campo” 🏠💪

CRECIENDO JUNTAS

