

# Rugby-Spielregeln U10

Spieler und Offizielle stellen sicher, dass bei Spielen in der U10-Altersgruppe die folgenden Spielregeln eingehalten werden.

Die unten aufgeführten U10-Spielregeln sind für alle Spiele im Bereich des Rugby-Verbandes Nordrhein-Westfalen inklusive Schulen gültig, und sie ersetzen vollständig zuvor bestehende U10-Spielregeln.

Alle Begriffe in den vorliegenden Regeln haben die ihnen in den Spielregeln von World Rugby zugewiesene Bedeutung.

## Die Schlüsselemente der U10-Spielregeln sind:

- Mannschaftsstärke: maximal 8 Spieler je Team
- Spielfeldgröße: maximal 50 m x 30 m zuzüglich 5 m für jedes Malfeld
- Ballgröße: 3
- Spieldauer: maximal 10 Minuten je Halbzeit
- Tägliche Gesamtspielzeit: maximal **60** Minuten
- Einführung von Tackle unterhalb der Taille
- Einführung des unumkämpften Gedränges (Uncontested Scrum)
- Am Gedränge beteiligt: die jeweils 3 am besten geeigneten Spieler (alle Spieler trainiert, spätere Spezialisierung)
- Kampf um den Ball (maximal 2 gegen 2 auch beim Paket und Ruck)
- Einführung des Pakets (Maul)
- Einführung des Rucks
- Zeitstrafe (Sin Bin): 3 Minuten bei zweimal 10 Minuten Spielzeit
- gewertet werden Trys und Strafversuche

### 1. Grundsätzliches:

- a) Ziel des Spiels ist es, einen Versuch (Try) zu erzielen, indem der Ball mit nach unten gerichtetem Druck auf oder hinter der gegnerischen Mallinie abgelegt wird. Ist ein wahrscheinlicher Versuch durch einen gegnerischen Regelverstoß unterbunden worden, wird ein Strafversuch vergeben.  
Gewertet werden Trys und Strafversuche mit jeweils 5 Punkten. Gewonnen hat die Mannschaft, die die meisten Punkte erzielt.
- b) Es werden nur Regelverstöße sanktioniert, die sich nachteilig auf das gegnerische Spiel auswirken; hierbei sollte, wenn es Sicherheit und Kontext zulassen, Vorteil gespielt werden. Gibt es keinen Einfluss, sollte durch Kommunikation mit der Mannschaft versucht werden, weitere Regelverstöße zu verhindern.

### 2. Mannschaften:

- a) U10-Rugby wird stets zwischen Mannschaften gleicher Spielerzahl ausgetragen, wobei maximal acht Spieler von jeder Mannschaft auf dem Feld sind. Das gilt auch, wenn sich ein Spieler verletzt hat und den Platz verlassen muss. Dann muss die gegnerische

Mannschaft ebenso einen Spieler vom Platz nehmen. Ausnahme: Zeitstrafe oder rote Karte.

- b) Rollende Wechsel sind zugelassen. Ausgewechselte Spieler können jederzeit wieder eingewechselt werden. Wechsel dürfen nur stattfinden, wenn der Ball tot ist (d. h. das Spiel unterbrochen wurde), und nur mit Erlaubnis des Schiedsrichters.
- c) Trainer dürfen sich während des Spiels nicht auf dem Feld aufhalten. Der Schiedsrichter ist dazu aufgerufen, die Mannschaften und die Spieler entsprechend zu informieren und anzuleiten.

### 3. Spielfeldgröße:

- a) Die Spielfeldgröße beträgt maximal 50 Meter x 30 Meter, zuzüglich 5 Meter für jedes Malfeld.
- b) Schiedsrichter und Trainer können gemeinsam beschließen, das Spielfeld zu verkleinern, sofern keine Sicherheitsbedenken bestehen.
- c) Zwischen benachbarten Feldern sollten mindestens 5 Meter liegen.

### 4. Spielzeit:

Die **maximale** Spielzeit pro **Tag** beträgt **60** Minuten. Die **maximale** Spielzeit pro **Spiel** beträgt **20** Minuten, geteilt in 2 Halbzeiten von je 10 Minuten.

Die maximale Spielzeit pro Spiel wird durch der Anzahl von Spielen pro Tag bestimmt:

3 Spiele/Tag: 20 Minuten/Spiel (2x10 Minuten)

4 Spiele/Tag: 14 Minuten/Spiel (2x7 Minuten)

5 Spiele/Tag: 12 Minuten/Spiel (2x6 Minuten)

### 5. Passen:

- a) Der Ball darf nur seitwärts oder nach hinten gepasst werden. Falls der Ball einem anderen, vorderen Spieler überreicht oder nach vorn in Richtung der gegnerischen Endauslinie fällt oder gepasst wird, wird der nicht schuldigen Mannschaft ein Gedränge zuerkannt, es sei denn, der Verstoß ist zum Vorteil der nicht schuldigen Mannschaft. Im Sinne des Spielflusses sollte der Schiedsrichter der Vorteilsregel nach Möglichkeit Vorrang einräumen und das Spiel eher weiterlaufen lassen als dem regelwidrig spielenden Team gegenüber eine Strafe auszusprechen.
- b) Wird dem Ballträger der Ball entrissen, sei es durch einen Spieler der eigenen oder der gegnerischen Mannschaft, muss der Ball unmittelbar aus dem Kontaktbereich weggepasst werden. Der Spieler, der den Ball entrissen hat, MUSS passen. Wenn er dies nicht tut und sofort aus dem Kontaktbereich rennt, muss gestoppt werden. Seine Mannschaft verliert nicht den Ballbesitz, aber der Ballträger muss zu dem Punkt zurückkehren wo er den Ball entrissen hat und von da aus zu einem anderen Spieler seiner Mannschaft passen.

## 6. Freipässe:

- a) Ein Freipass wird zuerkannt:
  - i. als Eröffnungspass am Anfang jeder Halbzeit von der Mitte des Spielfelds aus;
  - ii. um nach einem erzielten Versuch das Spiel wieder zu starten, erhält die nicht erzielende Mannschaft einen Freipass von der Spielfeldmitte aus;
  - iii. nachdem der Ball oder der Ballträger ins Aus gegangen ist; der Freipass erfolgt 5 Meter feldeinwärts von der Stelle, an der der Ball oder der Ballträger ins Aus ging;
  - iv. bei einem Abseits ohne Vorteil;
  - v. bei einem Regelverstoß (siehe Regel 10).
- b) Bei einem Freipass müssen die Gegner 7 Meter von der Marke entfernt sein.
- c) Bei einem Freipass hält der passende Spieler den Ball mit beiden Händen, und sobald der Schiedsrichter „Spiel/Play“ ruft, wird der Ball durch die Luft nach hinten an einen Mitspieler seiner Mannschaft gepasst. Aus Sicherheitsgründen dürfen die Spieler erst laufen, wenn der Pass den Mitspieler erreicht hat.

## 7. Tackle, Paket (Maul) und Ruck:

- a) Ein Tackle ist, wenn der Ballträger von einem oder mehreren Gegenspielern festgehalten und zu Boden gebracht wird. Ein Ballträger, der nicht festgehalten wird, ist nicht getackelt worden; es handelt sich dann nicht um ein Tackle. Gegnerische Spieler, die den Ballträger festhalten, zu Boden bringen und dabei selbst zu Boden gehen, werden Tackler genannt. Gegnerische Spieler, die den Ballträger festhalten, aber nicht selbst zu Boden gehen, sind keine Tackler. Ein Tackle findet immer unter Beteiligung der Arme statt.
- b) Ist der Ballträger zu Boden gegangen, kann der Schiedsrichter die Mannschaften durch den Ausruf „Tackle – Freigabe/Release“ anleiten.
- c) Ein Paket entsteht, wenn ein Spieler, der den Ball trägt, von einem oder mehreren Gegnern festgehalten wird, und einer der Mitspieler des Ballträgers sich an den Ballträger bindet. Somit besteht ein Paket zu Beginn aus mindestens drei Spielern, die alle auf ihren Füßen sind: dem Ballträger sowie einem Spieler jeder Mannschaft. Den Ballträger mit eingerechnet können nie mehr als zwei Spieler von jeder Mannschaft am Paket beteiligt sein. Alle beteiligten Spieler müssen im Paket gefasst oder am Paket gebunden sein, sich auf ihren Füßen befinden und von der eigenen Seite kommen. Das Paket gilt als stehend, wenn es sich nicht in Richtung einer Mallinie bewegt. Das offene Spiel ist zu Ende.
- d) Ein Ruck ist eine Spielphase, in der sich einer oder mehrere Spieler einer oder beider Mannschaften, auf ihren Füßen, in unmittelbarer Nähe des auf dem Boden liegenden Balles befinden. Das offene Spiel ist zu Ende. Spieler, die auf ihren Füßen und Teil des Rucks sind, dürfen ihre Hände benutzen um den Ball aufzuheben, solange noch kein Gegner dort ist. Danach sind nur noch Füße erlaubt um den Ball rückwärts zu hakeln, ohne dabei Foulspiel anzuwenden. Den Ballträger und den Tackler mit eingerechnet können nie mehr als zwei (2) Spieler von jeder Mannschaft am Ruck beteiligt sein.
- e) Nur der Ballträger kann getackelt werden. Der Ballträger kann potenziellen Tacklern weglaufen und ihnen ausweichen, aber er darf sie nicht per Armabwehr, Bump Off, mit seinen Händen oder mit dem Ball abwehren. Bei solchen Verstöße wird das erste Mal nur verwarnet, ab dem zweiten Mal wird es direkt einen Free Kick für die nicht schuldige

Mannschaft geben, mit einer Vorwarnung, dass ein wiederholter Verstoß zu einer gelben Karte führen kann.

- f) Der Tackler muss den Ballträger an der Taille oder tiefer, am Trikot, an den Shorts oder um die Beine umgreifen.
- g) Bringt der Ballträger in einem Tackle den Ball auf oder über der gegnerischen Mallinie auf den Boden, wird ein Versuch erzielt.
- h) Wird der Ballträger in einem Kontakt festgehalten und verbleibt auf seinen Füßen, darf er sich weiter voranbewegen. Wenn der Vorwärtsschwung gestoppt wurde, muss der Ball aus dem Kontaktbereich weggespielt werden.
- i) Solange der Ballträger nicht zu Boden gegangen ist, kann der Tackler um den Ball kämpfen, indem er ihn ergreift.
- j) Sobald der Ballträger zu Boden gegangen ist, muss der Tackler sofort den Ballträger und Ball loslassen und sobald wie möglich auf die Füße kommen, bevor er daran teilnehmen darf, um den Ball zu kämpfen oder den Pass zu blockieren.
- k) Falls der Ballträger zu Boden geht, muss der Ballträger den Ball sofort passen, wegrollen oder den Ball in Richtung der eigenen Mannschaft platzieren. Der Schiedsrichter kann den Ballträger durch den Ausruf „Tackle – Freigabe/Release“ anleiten.
- l) Wenn sich ein Paket gebildet hat, muss der Ball innerhalb von 5 Sekunden freigegeben werden. Der Schiedsrichter sollte „Nutzen/Use it“ ausrufen, worauf der Ball aus dem Kontaktbereich herausbefördert werden muss. Falls keine der Mannschaften den Ball weg passt, wird der Mannschaft, die vor dem Paket nicht im Ballbesitz war, ein Gedränge gewährt. Den Ballträger mit eingerechnet können nie mehr als zwei (2) Spieler von jeder Mannschaft am Paket beteiligt sein.
- m) Während eines Tackles darf die Mannschaft im Ballbesitz nur von hinten unterstützen.
- n) Wenn der Ballträger beim Tackling auf dem Boden ist, darf ein unterstützender Spieler jeder Mannschaft, sofern er auf den Füßen bleibt und von seiner eigenen Seite kommt:
  - i. dem Ballträger den Ball entreißen, muss ihn dann aber unmittelbar an einen Mitspieler seines Teams passen,
  - ii. den Ball aufheben und loslaufen oder aus dem Kontaktbereich wegpassen, oder
  - iii. sich an der Bildung eines Rucks beteiligen – doch nur von der eigenen Seite aus (d.h. aus Richtung der eigenen Mallinie) – und versuchen, den Ball so mit den Füßen zu hakeln, dass ihre unmittelbaren Gegenspieler vom Ball getrennt werden.
- o) Falls n) iii. wie oben stattgefunden hat, muss der nächste eintreffende Spieler den Ball an einen anderen Spieler passen.
- p) Wenn eine Mannschaft bei einem Ruck den Ball klar gewonnen hat, und er nun gespielt werden kann, kann der Schiedsrichter „Nutzen/Use it“ rufen, wonach der Ball innerhalb von 5 Sekunden gespielt werden muss. Falls der Ball nicht innerhalb von 5 Sekunden gespielt wird, erhält die Mannschaft, die beim Ruck nicht im Ballbesitz ist, ein Gedränge.
- q) Unterstützungsspieler dürfen nicht an einer Seite in großer Nähe zum Ballträger stehen und so Verteidiger von einem Tackle abhalten.
- r) Überzahl in Ruck und Maul: Der Schiedsrichter soll die schuldigen Spieler warnen "Mannschaft X Überzahl/team X release, overnumber". Wenn diese sich nicht entfernen, ist der Ball nach 5 Sekunden unspielbar. Bei solchen Verstößen wird das erste Mal verwarnet, mit der schuldige Mannschaft gesprochen und Scrum angeordnet mit Einwurf

für die unschuldige Mannschaft. Wenn der Fehler sich wiederholt wird es direkt einen Free kick für die nicht schuldige Mannschaft geben statt scrum.

## 8. Variation für Transitional Contact Rugby (Übergang von Tag zu Tackle)

**Diese Regel ist vor Spielbeginn einvernehmlich zwischen Trainer und Schiedsrichter zu beschließen.** Wenn die Spieler hinreichend sicher und geübt für größere Herausforderungen sind: Um gutes Abwehrverhalten zu honorieren und zu fördern, dass die balltragende Mannschaft den Ball durch Passen im Spiel hält noch bevor der Ballträger getackelt wird, darf die Mannschaft im Ballbesitz in einem Spielzug höchstens 6 Mal getackelt worden sein, bis sie einen Versuch erzielt. Beim 7. Tackle unterbricht der Schiedsrichter das Spiel und gibt den Ball an das gegnerische Team durch Vergabe eines Gedränges an der Stelle des Tackles. Falls das 7. Tackle einen Meter oder mehr von der Mallinie entfernt erfolgt und der Ball auf dem Boden abgelegt wird, wird der Versuch nicht gewertet. Die Gegner erhalten den Ball für ein Gedränge, auszuführen in 7 Meter Entfernung zur Mallinie in Verlängerung von der Stelle, an der die Mallinie überquert wurde.

Wenn kein Einvernehmen zwischen Trainern und Schiedsrichter erzielt werden kann, werden die unter Punkt 7 beschriebenen Variationen nicht angewandt.

## 9. Gedränge (Scrum):

- a) Ein Gedränge wird zuerkannt für:
  - i. einen Vorpass (Forward Pass),
  - ii. ein Vorfallen (Knock-on),
  - iii. nach einem „nicht genutzten“ Ball (siehe 6 l) und 6 p)),
  - iv. nach einem „ungefährlichen“ Kickspiel oder
  - v. wenn der Schiedsrichter, ohne dass eine Mannschaft dies verschuldet hat, z. B. aus Sicherheitsgründen das Spiel unterbrechen musste.
- b) Das Gedränge besteht dann aus 3 Spielern jeder Mannschaft, in anderen Worten, je einen Pfeiler auf jeder Seite des Haklers. Zum Zug kommen jeweils die 3 am besten geeigneten Spieler; der viertbeste geeignete Spieler wird Gedrängehalb. Es sollen alle Spieler aufgerufen und ermuntert werden, sich zu beteiligen.
- c) Der Schiedsrichter ruft „Beugen/Crouch“ und dann „Binden/Bind“ aus. Die beiden ersten Reihen gehen in die Hocke und jeder Pfeiler muss sich mit seinem äußeren Arm an den Rücken oder die Seite seines Gegners binden. Nach einer Pause, sobald die Erste-Reihe-Spieler fertig sind, ruft der Schiedsrichter „Set“ aus. Darauf dürfen die Erste-Reihe-Spieler zusammengehen.
- d) Die ersten Reihen dürfen nicht aufeinander zustürmen. Falls sie mit gebeugten Nacken und Rücken zu nah aufeinander zukommen, wird das Gedränge unterbrochen und neu formiert. Die Körperposition der Pfeiler muss parallel zur Seitenauslinie sein; ihre Köpfe und Schultern dürfen sich nicht unterhalb von Hüfthöhe befinden und es darf kein nach unten gerichteter Druck ausgeübt werden.  
Die Schultern dürfen sich nie unterhalb der Hüfthöhe befinden.
- e) Das Gedränge ist unumkämpft und das Team, dem das Gedränge zuerkannt worden ist, hat den Einwurf in das Gedränge und gewinnt den Ball im Gedränge. Umkämpfen und

schieben ist beiden Teams verboten. Nur der einwerfenden Mannschaft darf mit dem Fuß den Ball nach hinten heraus spielen.

- f) Hinweis: Schiedsrichter und Trainer **müssen** folgendes beachten: Wenn ein Gedränge zusammenbricht, muss der Schiedsrichter sofort pfeifen und die entsprechende Sanktion erteilen oder das Gedränge neu anordnen. Falls Spieler wiederholt an Zusammenbrüchen oder regelwidrigem Binden beteiligt sind, dürfen sie nicht mehr am Gedränge teilnehmen. Spieler, die nicht hinreichend geübt sind oder deren Kraft nicht ausreichend ist, müssen ersetzt werden. Alle Spieler, auch die Ersatzspieler, sollten adäquat trainiert und geübt sein.
- g) Sobald das Gedränge nach dem Zusammengehen stabil ist, wirft der Gedrängehalb den Ball gerade und ohne Verzögerung ins Gedränge ein, darf sich aber eine halbe Körperbreite versetzt zu seiner Mannschaft positionieren, sodass sich eine Schulter auf der Mittellinie des Gedränges befindet.
- h) Sobald der Ball spielbar am letzten Fuß des Gedränges liegt, passt der Gedrängehalb den Ball vom Gedränge aus. Er darf nicht mit dem Ball laufen.
- i) Die Hintermannschaftsspieler beider Teams müssen 5 Meter hinter dem Gedränge zurückbleiben, bis der Ball aus dem Gedränge herauskommt oder bis der gegnerische Gedrängehalb den Ball vom Boden aufnimmt. Bis dies passiert, muss der Gedrängehalb der nicht einwerfenden Mannschaft unmittelbar hinter seinem Gedränge zwischen seinen beiden Pfeilern bleiben.
- j) Falls ein Gedränge innerhalb von 5 Metern zur Mallinie gewährt wird, ist die Mittellinie des Gedränges 5 Meter von der Mallinie entfernt zu bilden. In einem solchen Fall müssen die Spieler der verteidigenden Mannschaft mit dem Rücken auf oder hinter der Mallinie bleiben, bis das Gedränge beendet ist.

## 10. Abseits:

- a) Während des Spiels kann allgemein jeder, der sich vor einem Ball abspielenden Mitspieler seines Teams befindet, sanktioniert werden, es sei denn, er begibt sich in eine Position zurück, die nicht Abseits ist (d. h. hinter den Mitspieler, der den Ball besitzt oder gespielt hat).
- b) Beim Tackle entspricht die Abseitslinie dem hinteren Fuß des hintersten Spielers jeder Mannschaft. Alle anderen Spieler müssen sich in Richtung ihrer eigenen Mallinie zurückziehen, bis sie sich hinter dem hinteren Fuß des getackelten Spielers und des Tacklers befinden. Das Abseits endet mit dem Vollenden des Passes oder dem Loslaufen des Ballträgers.
- c) Beim Paket entspricht die Abseitslinie dem hinteren Fuß des hintersten Spielers jeder Mannschaft im Paket.
- d) Beim Ruck entspricht die Abseitslinie dem hinteren Fuß des hintersten Spielers jeder Mannschaft im Ruck. Verteidiger müssen so lange zwischen ihrer eigenen Mallinie und dem getackelten Spieler bleiben, bis der Pass erfolgt ist.
- e) Beim Gedränge ist ein Spieler im Abseits, wenn er sich weniger als 5 Meter vom Gedränge entfernt befindet, bevor der Ball aus dem Gedränge kommt, es sei denn, es handelt sich bei diesem Spieler um den Gedrängehalb oder einen im Gedränge gebundenen Spieler.

## 11. Regelverstöße:

Nicht erlaubt sind die folgenden Aktionen, denen (zusätzlich zum Freipass oder Strafversuch) mindestens eine mündliche Zurechtweisung des Schiedsrichters folgt:

- a) Der Ballträger kann potenziellen Tacklern weglaufen und ihnen ausweichen, aber er darf sie weder mit Arm- oder Handabwehr noch mit dem Ball abwehren.
- b) Der Tackler darf nicht mit dem Ballträger oberhalb dessen Achselhöhlen in Kontakt kommen.
- c) Kicken jeglicher Art.
- d) „Pressball (Squeezeball)“  
*Hinweis: Bei der „Pressball-Methode“ geht der Ballträger ungeachtet des direkten Kontakts zu Gegenspielern mit dem Kopf nach vorn (den Boden berührend oder fast berührend) zu Boden, normalerweise parallel zur Seitenauslinie, während er dabei den Ball vor der Brust hält und so schützt, um den Ball dann, sobald er auf dem Boden ist, zwischen den Beinen zurück zu schieben.*
- e) Im Ruck den Gegner durch eine Krokodil-Rolle (Crocodile-Roll/Body-Roll) wegbewegen.
- f) Im Gedränge schieben oder kämpfen.
- g) Kontakt mit Spielern, die nicht im Ballbesitz sind.
- h) Foulspiel jeglicher Art, welches die Sicherheit und Gesundheit der Mitspieler gefährdet oder gegen das „Fair Play“ beim Rugbyspiel verstößt.

## 12. Strafen:

Es kann die gelbe Karte (Zeitstrafe) und die rote Karte (Ausschluss vom Spiel/Turnier) vergeben werden.

- a) Wird vom Schiedsrichter die gelbe Karte (Zeitstrafe) angezeigt, so beträgt die Zeitstrafe drei Minuten bei 2 x 10 Minuten. Bei Turnieren mit kürzeren Spielzeiten, kann die Zeitstrafe entsprechend verkürzt werden.
- b) Wird vom Schiedsrichter die rote Karte (Ausschluss vom Spiel) angezeigt, muss der schuldige Spieler mindestens für den Rest des Spiels den Platz verlassen. Bei besonders schweren Vergehen darf der Schiedsrichter den Spieler auf Turnieren für weitere Spiele bzw. für den Rest des Turniers sperren lassen.
- c) Trainer und Betreuer einer Mannschaft können ebenso bestraft werden. Sie müssen sich dann unmittelbar vom Rugbyfeld entfernen, sodass ein Eingreifen in das Spielgeschehen nicht mehr möglich ist. Gegebenenfalls entscheidet hierüber der Schiedsrichter.