

# Benjamins 2012 2013

*Zoveel mogelijk spelen*

Dit jaar willen we jullie zo veel mogelijk rugby laten spelen. Daar leer je het meeste van.

We spelen het liefst met 2 teams.

In deze folder wordt uitgelegd wat wij belangrijk vinden en waar wij naar kijken bij zowel trainingen als wedstrijden.

Dit bepaalt ook in welk team je wordt opgesteld.

Voorop staat bij ons het leren van rugby en het spelplezier!

Marc, Mireille, Marc & Ruud



*Wat vinden wij belangrijk*

- teamgeest
- respect/ discipline
- (trainings)inzet
- kwaliteit



Spelplezier

# Team

*Ruig met Respect*

## Ruck - Maul - Try

*De Rotterdamse Rugby Club is in September 1940 opgericht. Een aantal Rotterdammers voelde zich verplicht passief verzet te plegen tegen de Duitse bezetter. Ze bedachten dat een typisch Engelse sport als rugby gespeeld in uiteraard het oranje van het koninklijk huis en het groen van Rotterdam een uitgelezen mogelijkheid was voor een vorm van jeugdig edoch zichtbaar verzet tegen alle boze krachten van die dagen.*

# Teamgeest

- Je helpt andere spelers tijdens de wedstrijd en tijdens de training en je geeft tips
- Je speelt samen: je speelt de bal over naar andere spelers en je geeft je teamgenoten support
- Je maakt gebruik van de sterke kanten van je medespelers en je accepteert de mindere kanten
- Je let goed op wat je team doet en je doet actief mee

”Rugby is a beastly game played by gentlemen; soccer is a gentleman's game played by beasts”



## Respect – discipline

- De scheidsrechter heeft altijd gelijk
- Je luistert naar de coach/ trainers en je doet wat er gevraagd wordt; je houdt je aan de (spel)afspraken
- Je scheldt niet op medespelers, tegenstanders of scheidsrechter; ook gebruik je geen geweld
- Indien je het ergens niet mee eens bent of er is iets aan de hand, bespreek je dit met de coach/ trainers
- Je bent bereid excuses aan te bieden, indien je iets verkeerd hebt gedaan/ iemand pijn hebt gedaan

## Inzet

- Je doet actief mee tijdens trainingen en wedstrijden
- Je speelt/ traint geconcentreerd en je laat je niet afleiden door andere zaken
- Al zit het tegen tijdens wedstrijden en trainingen, je blijft positief naar elkaar

## Kwaliteit

- Je tackelt waar nodig en laag; je gaat de tegenstander niet uit de weg
- Je kan de bal goed gericht en met voldoende snelheid gooien en goed vangen
- Je maakt goede loopacties met de bal (in beide handen); je speelt op het juiste moment af
- Je hebt inzicht in rugby en weet wat de verschillende basisregels zijn
- Je kent de verschillende opstellingen: je weet waar je team en de tegenstander staat