



KOM SUPPORTEREN

26/09/'21	Rc Hasselt- RC Hamme	Thuis
03/10/'21	Lommel/oudsberg - RC Hasselt	Lommel
24/10/'21	Curtrycke - RC Hasselt	Kortrijk
21/11/'21	RC Hasselt - Dendermonde	Thuis
28/11/'21	RC Laakdal - RC Hasselt	Laakdal
12/12/'21	RC Hasselt - Brigandze	Thuis
19/12/'21	Haspinga - RC Hasselt	Landen
23/01/'22	RC Hamme - RC Hasselt	Hamme
30/01/'22	RC Hasselt - Curtrycke	Thuis
13/02/'22	RC Hasselt - Lommel/oudsberg	Thuis
20/02/'22	RC Hasselt - Brugge	Thuis
13/03/'22	Brugge - RC Hasselt	Brugge
20/03/'22	Dendermonde - RC Hasselt	Dendermonde
27/03/'22	Laakdal - RC Hasselt	Runkst

ERVAAR HET

Wil je ervaren hoe het voelt om rugby te spelen?

Kom dan zeker eens **mee trainen!**

Wanneer?

Jeugd:

- Woensdag van 18u30 tot 19u45
- Zaterdag van 10u00 tot 11u30

Volwassen:

- Woensdag van 20u00 tot 21u30
- Vrijdag van 19u30 tot 21u00

Mixar/ Low intensity:

- Vrijdag van 19u30 tot 21u00

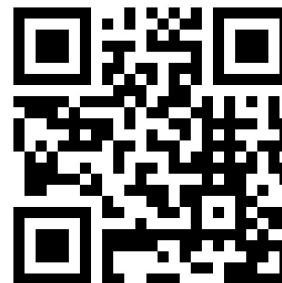
Waar?

Heksenbergcomplex, Heksenbergstraat z/n, 3500 Hasselt

Wat heb je nodig?

- Stevige schoenen (eventueel met studs)
- Sportkleden die tegen een stootje kunnen

Meer info via
info@rchasselt.com
www.rchasselt.be
 +32476 37 69 13
 Find us on
 Facebook & Instagram



RUGBYCLUB HASSELT



RUGBY

Rugby wordt gekenmerkt door een **unieke mentaliteit.**

Discipline, beheersing en **wederzijds respect** leiden tot het typerende gevoel van **fair play.**

lets voor jou?

DOEL VAN HET SPEL

Het is de bedoeling om de bal **over de doellijn van de tegenstander** te dragen en die daar **tegen de grond** te drukken. Dat klinkt misschien eenvoudig, maar er zijn heel wat **regels** waar de spelers zich aan moeten houden.

Per team staan er **15 spelers** op het veld. Een **goede samenwerking** is noodzakelijk om de bal in de richting van de doellijn van de tegenstander krijgen.

Door middel van **achterwaartse passen**, gaan de spelers **voorwaartse bewegingen** proberen te maken. Rugby is **voor iedereen** toegankelijk. Klein of groot,



dik of dun, breed of smal ... er is voor iedereen een **geschikte positie**.

Rugby is een **contactsport**. Tackelen is toegestaan. Voor de manier waarop bestaan er **regels**. Zo mag je een tegenstander alleen tussen borst- en kniehoogte vastgrijpen. Dit is om de **veiligheid** van de spelers te garanderen.

DE BAL VEROVEREN

Scrum

Na een lichte overtreding, wordt het spel hervat met een scrum.

Acht spelers per team stellen zich tegenover elkaar op. De bal wordt tussen de twee eerste rijen gegooid.



De middelste spelers proberen om de bal met hun voet achteruit te trekken. Als één van de ploegen de bal in bezit heeft, gaan ze proberen de tegenstanders achteruit te drijven.

Line-out

Als de bal buiten het speelveld geraakt is, worden er twee rijen gevormd. De bal wordt van de zijlijn in de gang tussen deze rijen gegooid. De spelers die door hun teamgenoten opgeheven worden, gaan proberen de bal te pakken te krijgen.



Tackel

Als een speler de bal draagt, mag hij door de tegenstander getackeld worden. De spelers moeten elkaar en de bal meteen na de tackel loslaten. Zo blijft het spel levend.



SCOREN DOE JE ZO

Try

Als de bal in het doelgebied van de tegenstander neergedrukt kan worden, scoort men een try. Dit levert 5 punten op.



Conversie

Nadat er een try gescoord is, mag het scorende team proberen om de bal tussen de palen, over de dwarslat te schoppen. Als dit lukt, krijgen ze 2 punten.

Penalty

Als de tegenstander een zware overtreding maakt, kan het andere team ervoor kiezen om een penalty te trappen. Dit kan 3 punten opleveren als de bal tussen de palen en over de dwarslat vliegt.

Drop goal

Een speler mag de bal op de grond laten botsen en er tegen trappen. Als de bal dan tussen de palen, over de dwarslat gaat, krijgt zijn team 3 punten.

