

Autor: António Abreu

Apresentação da variante Touch Rugby

O que é o Touch Rugby?

O **Touch Rugby (TR)** é um jogo variante do *rugby* tradicional, evasivo e rápido com um nível de contacto mínimo, jogado em todo o mundo por homens e mulheres de todas as idades e níveis.

O jogo é semelhante ao *Rugby*, mas sem placagens sem *rucks*, *mauls* ou formações ordenadas, sem alinhamentos e sem pontapés.

Este rápido, simples e emocionante jogo promove as aptidões básicas de corrida, *handling*, fuga e apoio no jogo de *rugby* a par do desenvolvimento base dos princípios de ataque e defesa, sem o risco de lesão motivado pelo contacto.

A simplicidade deste jogo é única, tudo o que precisa é uma bola de *rugby*, um espaço para jogar e um grupo de amigos.

Existem muitas variações do TR, sendo o "TR 6 downs" a mais popular e difundida em todo o Mundo, regulada por federações nacionais (1) e pela a F.I.T. (*Federation Of International Touch*) / <http://international-touch.org>.

Como surgiu o Touch Rugby?

Começou na Austrália na década de 60 como uma forma de aquecimento/treino do *rugby League* e *Union*, tendo desde essa altura sido utilizado como uma técnica de treino e uma forma para complementar o *rugby* regular.

Dadas as suas características únicas, depressa cresceu em popularidade e número de praticantes tendo sido disputado o primeiro jogo e competição oficiais em 1968 na cidade de Sydney (Austrália).

Onde se joga o Touch Rugby?

Desde então, o jogo tem crescido exponencialmente sendo que hoje é reconhecido internacionalmente com 7.ª Taça do Mundo de Touch de Stellenboch na África do Sul em 2007, que reuniu mais de 90 equipas de todo o Mundo.

A Escócia vai acolher a próxima Taça do Mundo em Edimburgo em Julho do próximo ano. Já estão inscritos mais de 30 países e mais de 3.000 jogadores, dirigentes, treinadores e árbitros de todo o mundo estarão representadas neste evento.

De dois em dois anos disputasse o Campeonato Europeu, o último, a 18.ª edição teve lugar entre 22 e 25 de Julho de 2010 em Bristol, Inglaterra, com a participação de 17 países, (Inglaterra; Irlanda; País de Gales; Escócia; Jersey; França; Alemanha; Bélgica; Holanda; Itália; Guernsay; Suíça, Australia, Nova Zelandia (como convidados) Espanha e Portugal, entre outros), e aproximadamente 1.500 atletas nos diversos escalões.

Em paralelo, todos estes países disputam campeonatos nacionais de TR. No Reino Unido, por exemplo, a fase nacional do campeonato é jogada em Twickenham e conta com o apoio de vários jogadores internacionais de *rugby league* e *union*.

Em Espanha as regiões da Catalunha, Valência, Aragão e Canárias disputam torneios com muita frequência

O Touch Rugby em Portugal.

Desde Março de 2008 que um grupo de ex jogadores iniciou de forma regular a prática deste jogo nas instalações do Grupo Desportivo Direito em Lisboa.

Cascais já foi palco de um torneio informal que teve grande aceitação junto de um grande número de atletas.

Pontualmente aparecem vários anúncios a publicitar torneios de TR um pouco por todo o país, (Porto; Cascais; Carcavelos; Santarém; Lisboa, etc...), ligados a escolas, clubes ou autarquias, mas sem que haja uma relação entre si e de forma pouco ordenada.

Portugal é também um destino frequente de equipas de TR que, em especial no Algarve, organizam torneios com a participação de residentes estrangeiros nesta zona do país. Este tipo de actividades são por vezes organizadas por grandes multinacionais que aproveitam os seus encontros anuais para a prática de TR entre os seus colaboradores.

Devido às características singulares deste jogo, e à grande receptividade por parte de quem toma contacto pela primeira vez, tem-se assistido a um crescimento de praticantes e interessados em jogar em Portugal, de todas as idades e sem distinção de sexos.

Já foram estabelecidos contactos com federações internacionais, que demonstraram um grande interesse em estabelecer contactos frequentes com Portugal. Várias equipas do Reino Unido, Irlanda, Espanha e Alemanha mostraram disponibilidade em organizarem digressões ao nosso país.

Foi criado um sítio oficial de suporte ao jogo, <http://touchrugbyportugal.com/>, onde são divulgados todos os aspectos relevantes.

Porquê o Touch Rugby.

O TR permite que pessoas de todas as classes e características físicas possam ter um contacto com o *rugby*, sendo por isso uma ótima forma de **divulgação** e **promoção** da modalidade.

Por não haver contacto físico, estão aptos para o jogo homens, mulheres e crianças de todas as idades e características físicas, inclusivamente em equipas mistas, tornando-o ideal para jogos em família, potencializado ao máximo a **componente social** que este jogo têm.

O TR é adequado tanto para principiantes como para jogadores experientes, em qualquer dos escalões. Sendo um jogo de **fácil aprendizagem** tem sido uma porta de entrada de novos jogadores para o *Rugby* e desse modo uma excelente ferramenta de divulgação e captação.

O TR é um jogo recreativo e uma forma de **relacionamento social**, é um jogo divertido que pode ser jogado num qualquer parque local, na praia, num pavilhão coberto ou num campo oficial de relva ou sintético.

Com o interesse pela modalidade gerado após o campeonato do mundo em que Portugal participou, o TR pode ter um papel importante para todos aqueles que gostam do jogo mas que querem evitar o confronto físico, trazendo assim **mais praticantes** para o mundo do *rugby*.

É um jogo muito rápido, com poucos momentos de descanso. É uma ótima maneira de adquirir ou manter a **boa forma física e psíquica**, já que requer no meio do esforço físico a tomada de decisões rápidas. Pode constituir uma excelente ferramenta de apoio à preparação de equipas para a competição, minimizando a possibilidade de lesões.

É ideal **para qualquer jogador**, seja o jovem que se está a iniciar ou o jogador mais avançado, melhorar a capacidade de manuseamento de bola de encontrar e criar espaços.

Tendo uma carga de treinos inferior à do *rugby* tradicional, pela ausência de contacto, **consome menos tempo e dedicação** e permite a quem tenha lesões e queira evitar o contacto uma continuidade de esforço físico.

Principalmente no Hemisfério Sul, Austrália Nova Zelândia e África do Sul, mas também no Reino Unido, o TR tem sido utilizado pelas respectivas federações como variante de “entrada” na modalidade.

Muito recentemente **Eddie Jones** num artigo para *International Rugby News*, reconhece a superioridade e maior desenvolvimento do *rugby* no hemisfério sul, e justifica essa diferença dando exemplos de jogadores como Mark e Gary Ella ou Mils Miliuina que assimilaram os princípios básicos do *rugby* treinando TR todos os dias em períodos pós-escolares.

Do mesmo modo na Nova Zelândia e África do Sul, a formação de novos jogadores, aposta essencialmente no desenvolvimento de **skills individuais** potencializados pelo jogo de TR.

No início de Fevereiro de 2010, e pouco antes de se iniciar o USA Sevens em Las Vegas. Paul Treu, treinador da equipa de sevens da África do Sul contratou para o seu staff técnico como *skill coach* um australiano expert em TR, chamado Jason Stanton, (3 vezes campeão do mundo de TR).

Segundo Paul Treu, a vinda de Stanton pretendia lançar definitivamente a África do Sul para os primeiros lugares do ranking da mais recente modalidade olímpica, com a importância que só por si este facto tem.

E justificou assim a contratação de Stanton: “No TR os jogadores têm de ser espertos, jogar com inteligência, têm de jogar na antecipação visualizando antecipadamente as jogadas e como o adversário irá reagir.”

O TR é um jogo muito estratégico onde a posse de bola é fundamental em detrimento da conquista de terreno, no fundo muito próximo dos sevens. (Nota: a África do Sul conquistou a taça Plate ao bater as Fiji na final).

Como se joga Touch Rugby.

Objectivo do Jogo

O objectivo do jogo é por um lado pontuar através da marcação de ensaios e, por outro lado, impedir a através de oposição a marcação de ensaios por parte da equipa adversária. A bola circula entre jogadores da equipa atacante, que podem ou não avançar com a bola na tentativa de ganhar vantagem territorial e consequentemente pontuarem.

A equipa defensora tenta evitar a progressão territorial da equipa atacante tocando (touch) no portador da bola.

Início do jogo

A equipa que ganha o sorteio (moeda ao ar) escolhe o sentido de jogo, que deve começar no meio do campo com um toque com o pé. A equipa que defende deve estar colocada a 10 metros.

Duração do jogo

A duração do jogo pode variar para atender às circunstâncias. Regra geral, tem a duração de 20 minutos dividido por duas metades de 10 minutos.

Tamanho do campo

O tamanho do campo pode variar, sendo geralmente jogado num espaço correspondente a uma metade de um campo de *rugby* de 15. A existência de postes não é obrigatória.

Número de jogadores

As equipas podem ser constituídas até um máximo de 14 jogadores, com 6 jogadores em campo. Sugere-se equipas entre 8 a 10 jogadores por forma a encorajar a máxima participação possível.

A pontuação

Um ensaio (que vale 1 ponto) é assinalado quando um jogador atacante coloca a bola no chão, dentro ou sobre a linha da área de ensaio da equipa adversária.

Após um ensaio, o jogo é retomado novamente com um toque no meio do campo pela equipa que sofreu o ensaio.

A pessoa que assume o papel de "médio de formação" pode entrar dentro da área de ensaio mas não pode pontuar.

O Toque (touch)

Qualquer jogador de ambas as equipas deve usar a força mínima necessária para efectuar o toque (touch).

É considerado touch em qualquer parte do corpo, equipamento ou bola.

Depois de um touch, o jogador com a posse de bola é obrigado a parar, voltar para a marca onde o touch ocorreu, (se entretanto se afastou demasiado), e executar de imediato um Rollball.

Após o 6.º touch há a perda de posse de bola e entregue à outra equipa adversária que assume a função de equipa atacante.

Se um touch é considerado demasiadamente forte ou violento/ofensivo à integridade física do jogador, será concedida uma penalidade contra a equipa infractora

Ao médio de formação de uma jogada (a pessoa que recebe a bola do jogador que iniciou ou reiniciou o jogo) não é permitido ser tocado enquanto estiver de posse da bola. Se houver um touch sobre este jogador, a posse é entregue à equipa oposta que recomeça a jogar com um Rollball

O Rollball

O Rollball é efectuado pelo posicionamento do jogador atacante sobre a marca, de frente para a área de ensaio da equipa defensora paralelo às linhas laterais, rolando a bola para trás no chão entre seus pés, com o pé ou com a mão, ou simplesmente passando sobre a bola.

Se a bola é rolada mais de 1 metro será concedida uma penalidade para a equipa adversária.

Rollball voluntário

Verifica-se quando o jogador não sendo tocado efectua um Rollball. Este movimento não é permitido e é sancionado com uma penalidade para a equipa adversária.

A penalidade

Havendo lugar a uma penalidade, a equipa infractora deverá recuar 10 metros.

Uma penalidade é efectuada colocando a bola no chão, soltando-a e tocando-a com o pé e imediatamente apanhando-a.

O passe

Um passe para diante é quando um jogador passa a bola para a frente do jogador que tinha a sua posse, e que dá origem a uma penalidade.

Um Touch/Pass é quando o jogador que é tocado, passa no mesmo momento ou imediatamente a seguir a bola. Este movimento não é permitido e é sancionado com uma penalidade para a equipa adversária.

Fora de jogo

Um jogador atacante está fora de jogo quando está à frente do jogador que tem a posse de bola ou do jogador que teve a última posse da bola.

Um jogador a defender está fora de jogo quando não recuou os exigidos 5 metros (Rollball) ou 10 metros (penalidade e reinício do jogo após ensaio) no reinício do jogo.

Estas infracções são puníveis com penalidade.

Fora da marca

Ocorre quando um jogador que foi tocado, tenta reiniciar o jogo (ROLLBALL) num local manifestamente distante do local do touch. Este movimento não é permitido e é sancionado com uma penalidade para a equipa adversária

Bola no chão

Quando por qualquer razão a bola toca no chão, dá-se a troca de posse de bola e o jogo reinicia-se com um ROLLBALL

Obstrução

A obstrução ou qualquer impedimento à normal progressão do jogo é sancionada com uma penalidade.

É ainda considerada obstrução quando num reinício de jogo o jogador defensor não se coloca em jogo (a 5 metros) impedindo de qualquer forma a progressão da equipa atacante.

Perguntas & Respostas Rápidas.

Eu nunca joguei TR, é difícil de aprender?

O TR é muito simples de jogar. Com 2 ou 3 jogos, será já capaz de dominar os seus movimentos básicos e quanto mais jogar mais fácil se tornará. Desde que se mantenha interessado e motivado, irá desenvolvendo as suas aptidões e a sua técnica, tornando-o num jogador de TR e divertindo-se ao máximo com o jogo.

Tenho pouco tempo livre para jogar TR...

Cada jogador tem as suas expectativas e objectivos, mas dada a simplicidade do TR, treinar ou jogar 1 vez por semana pode ser o suficiente para o por em forma e para se divertir ao máximo.

Tenho de estar em boa forma para jogar TR?

Toas as pessoas de todas as idades e tamanhos, e de diferentes formas físicas jogam o TR em conjunto só pela diversão e pelo prazer de jogar *rugby*. Vai notar ao longo do tempo que a sua forma física vai aumentando. Sem se dar conta vai notar que o TR é um excelente exercício físico.

O que preciso para jogar?

Pouco. Só precisa de uma par de sapatilhas ou botas de com pitons de borracha, equipamento de ginásio, inscrevesse num clube e vontade de divertir jogando entre amigos.

Quanto custa jogar TR?

Dependendo de clube para clube, normalmente basta estar inscrito para ter acesso ao local de jogo. O custo é por isso muito reduzido dado não ser necessário nenhum equipamento específico.

Quanto tempo demora um jogo?

Normalmente um jogo demora 40 m (2 x 20 m), mas pode variar dependendo das circunstâncias e ...da sua forma física.

Onde se joga? Qual o cumprimento do campo?

O TR pode ser jogado em qualquer campo, parque, praia e até pavilhão desportivo. O campo standart é de 70m x 50m, mas normalmente joga-se numa metade de campo oficial. .

Quantos jogadores por equipa?

Oficialmente 14 jogadores para cada equipa, 6 sempre em campo. No entanto este número pode variar não sendo rígido um número de jogadores mínimo ou máximo por equipa.

Quem pode jogar em cada equipa?

Dada a facilidade do jogo e a ausência de contacto físico, numa mesma equipa podem jogar atletas de todos os escalões, senhoras e veteranos sem qualquer risco para a integridade física.

É frequente as equipas mistas?

Sim, dada a vertente social deste jogo é frequente a inclusão de senhoras e crianças nos jogos de TR. A ausência de contacto físico esbate as diferenças físicas entre os jogadores.

Que tipo de calçado devo utilizar?

Deve usar sapatilhas ou botas com pitons de borracha consoante as circunstâncias. Os pitons de alumínio são proibidos e não é permitido jogar descalço.

Tive uma lesão grave que me impede de jogar *rugby*, o TR pode ser perigoso?

O TR é um jogo onde não há contacto. É óptimo para ganhar forma física ou apenas manter a forma. É um jogo dinâmico onde a rapidez de bola e a rápida tomada de decisões são decisivas.

Tenho pouco tempo para estar em família nos tempos livres...

O TR é uma boa oportunidade para por toda a família a jogar *rugby*, experimente e traga a família, são sempre bem vindos.

Até onde se pode ir no TR?

Com o desenvolvimento do TR pretende-se criar um nível de competição que permita a organização de selecções nacionais de vários níveis, (Sénior/Senhoras/Mistos e Veteranos +30 +35 e +40), participar em torneios nacionais, competições internacionais e tendo com meta final a participação na Taça do Mundo.