



RUGBY VÄST X-RUGBY RULES 2022

7 A-SIDE

	U14 & P/F 14	U16 P/F	U18 P/F
Planstorlek	30x70	45x70	45x70
Bollstorlek	4	5	5
Antal spelare	7	7	7
Reserver	7	7	7
Spelarbyten	Fritt vid spelaravbrott	Fritt vid spelaravbrott	Fritt vid spelaravbrott
Pojkar/Flickor	Mixed & P/F	P/F	P/F
Matchtid: Enstake match	2x10	2x10	2x10
Matchtid; Turnering	2x7	2x10	2x10
Matchtid: Triangel	2x7	2x10	2x10
Max speltid/dag	60min	80min	80min
Kick	Grubber kick	Grubber kick	Grubber kick
Avvärjning	ja	ja	ja
Avspark	Droppkick	Droppkick	Droppkick
Avstånd avspart	5 meters	7 meters	7 meters
Dropp utspark 22	Dropp kick 10 meter	Dropp kick 10 meter	Dropp kick 10 meter
Tackling	Ja, under bröstbenet	Ja, under bröstbenet	Ja, under bröstbenet
Ruck	Tacklare +1 supportspelare Bollbäraren + 1 supportspelare	Tacklare +1 supportspelare Bollbäraren + 1 supportspelare	Tacklare +1 supportspelare Bollbäraren + 1 supportspelare

Maul	Tacklare +1 supportspelare Bollbäraren + 1 supportspelare	Tacklare +1 supportspelare Bollbäraren + 1 supportspelare	Tacklare +1 supportspelare Bollbäraren + 1 supportspelare
Inkast	2 per lag, inga lyft	2 per lag, inga lyft	2 per lag, inga lyft
Klunga	Närmaste 2, 3eklungshalv, icke stridande Hook bollen	Närmaste 2, 3eklungshalv, icke stridande Hook bollen	Närmaste 2, 3eklungshalv, icke stridande Hook bollen
Offside Klunghalv	Bakom sista fot i klunga	Bakom sista fot i klunga	Bakom sista fot i klunga
Klunga/Backar	3/4	3/4	3/4
Övrigt	Kommer bollen inte ut förloras den eller det lag som skickar in fler spelare förlorar bollen. Det är maul när tacklaren, bollbäraren och 1 till supportspelare är i kontakt på fötterna	Kommer bollen inte ut förloras den eller det lag som skickar in fler spelare förlorar bollen. Det är maul när tacklaren, bollbäraren och 1 till supportspelare är i kontakt på fötterna	Kommer bollen inte ut förloras den eller det lag som skickar in fler spelare förlorar bollen. Det är maul när tacklaren, bollbäraren och 1 till supportspelare är i kontakt på fötterna

RUGBY VÄST X-RUGBY RULES 2022

7 A-SIDE