

Bulldog

Principios del juego:

- Avanzar

Equipamiento necesario:

- 8 conos

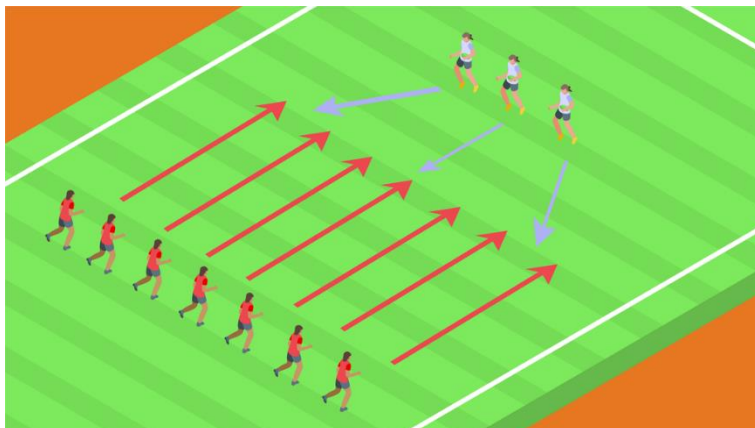
Espacio necesario:

- 3 canales
- 30 metros x 20 metros

Tiempo sugerido:

- 5 minutos

Cómo jugar:



- 10 jugadores por canal, empiezan los 3 defensores nominados en una línea en el medio del canal
- Los otros 7 jugadores se alinean en uno de los lados del canal como atacantes
- Al grito del entrenador, los atacantes tratan de sobrepasar a los defensores para alcanzar el otro lado del canal
- Los defensores intentan atrapar la cinta/tag, tocar en la cintura con las dos manos o tacklear a los atacantes rodeándoles con ambos brazos entre el pecho y las caderas pero sin derribarlos al suelo.
- Aquellos atacantes que sean tackleados se unen a los defensores y, al grito del entrenador o profesor, los restantes atacantes tratan de volver al lado del que partieron
- Continuar hasta que sólo queden unos pocos, o ningún, atacante

Puntos de coaching:

Para los atacantes:

- Buscar el espacio
- Eludir a los defensores

Para los defensores:

- Cabeza arriba - foco en la cintura del portador de la pelota
- Intentar defender en línea - defender en equipo

Dificultad:

Más difícil (para los defensores):

- Cuando los defensores hayan efectuado un tackle tienen que correr y tocar la línea de costado

Más fácil (para los defensores):

- Los atacantes deben saltar en una pierna

Atacar el espacio

Principios del juego:

- Avanzar
- Brindar apoyo
- Crear continuidad
- Aplicar presión
- Marcar puntos

Equipamiento necesario:

- 6 pelotas de Rugby
- 12 conos

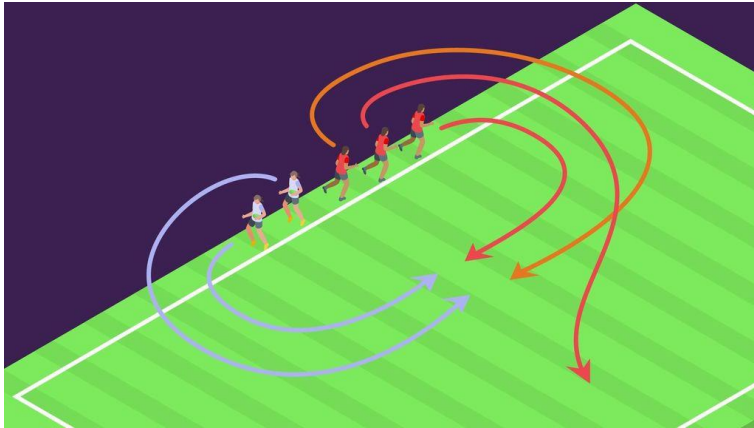
Espacio necesario:

- 6 canales
- 10 metros x 10 metros

Tiempo sugerido:

- 10 minutos

Cómo jugar:



- El portador de la pelota debe correr alrededor del cono D y se puede pedir a uno de los defensores que corra alrededor del cono C
- 5 jugadores en cada canal
- 2 defensores y 3 atacantes (uno de los cuales tiene la pelota) empiezan en el medio de la línea A-B
- Cuando el coach grite “¡Ya!”, los atacantes corren alrededor del cono B (pero el portador de la pelota debe correr alrededor del cono D) y tratar de marcar un try en la línea A-E
- Los defensores corren alrededor del cono A (pero uno podría correr alrededor del cono C) y tratar de impedir que los atacantes marquen agarrando sus cintas/tags, tocándolos con ambas manos, o tackleándolos con ambos brazos entre el pecho y la cintura pero sin llevarlos al suelo.
- Los coaches deben alentar a los atacantes a arrastrar a los defensores a lo ancho y procurar que se abran huecos en el medio del canal
- Es necesario que los atacantes se desplacen constantemente y hagan rápido los pases
- Para aumentar la presión de ambos lados, el coach puede escalonar la salida de los atacantes o de los defensores

Puntos de coaching:

Para los atacantes:

- Dos manos en la pelota todo el tiempo
- Pases suaves adelante del jugador de apoyo
- Los jugadores de apoyo piden la pelota
- Los jugadores de apoyo mantienen las manos arriba listos para recibir el pase
- Correr a lo ancho
- Hacer el pase cuando un compañero esté en mejor posición
- ‘Fijar’ al defensor

Dificultad:

Más difícil (para los defensores):

- Si los defensores tienen suficiente dominio del tackle pueden hacer tackles de contacto

Más fácil (para los defensores):

- Permitir que los defensores entren antes al canal

Desplazar a lo ancho

Principios del juego:

- Avanzar
- Brindar apoyo
- Crear continuidad
- Aplicar presión
- Marcar puntos

Equipamiento necesario:

- 6 pelotas de Rugby
- 12 conos

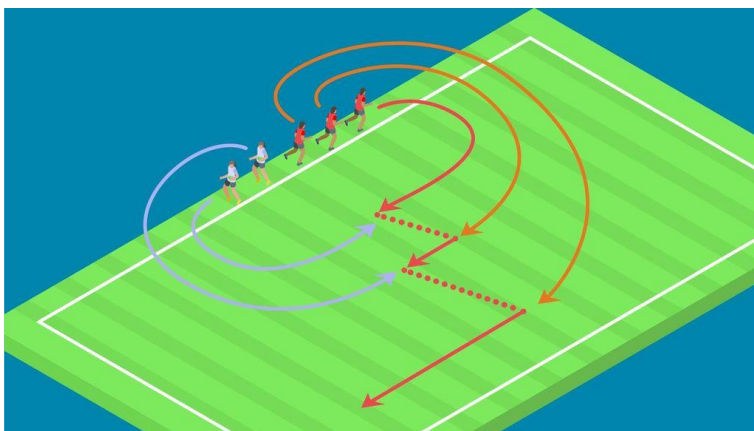
Espacio necesario:

- 6 canales
- 10 metros x 10 metros

Tiempo sugerido:

- 10 minutos

Cómo jugar:



- 5 jugadores en cada canal
- 2 defensores y 3 atacantes (uno de los cuales tiene la pelota) empiezan en el medio de la línea A-B

- Cuando el entrenador grite “¡Ya!”, los atacantes corren alrededor del cono B y tratan de marcar un try en la línea A-E
- Los defensores corren alrededor del cono A y tratan de impedir que los atacantes marquen agarrando sus cintas/tags, tocándoles con ambas manos o tackleándolos rodeándoles con ambos brazos entre el pecho y las caderas pero sin derribarlos al suelo.
- Los entrenadores deben alentar a los atacantes a estar cerca entre ellos y atraer a los defensores y luego hacer el pase ancho al jugador exterior
- Para aumentar la presión de ambos lados, el entrenador puede escalonar la salida de los atacantes o de los defensores

Puntos de coaching:

Para los atacantes:

- Dos manos en la pelota todo el tiempo
- Pase suave adelante del jugador de apoyo
- Los jugadores de apoyo piden la pelota
- Los jugadores de apoyo mantienen las manos arriba listos para recibir el pase
- Correr a lo ancho
- Hacer el pase cuando un compañero esté en mejor posición
- ‘Fijar’ al defensor

Dificultad:

Más difícil (para los defensores):

- Si los defensores tienen suficiente dominio del tackle pueden hacer tackles de contacto

Más fácil (para los defensores):

- Permitir que los defensores entren antes al canal

Pase y Toma de decisiones – 6 v 4

Principios del juego:

- Avanzar
- Brindar apoyo
- Crear continuidad
- Aplicar presión
- Marcar puntos

Equipamiento necesario:

- 3 pelotas de Rugby

- 8 conos

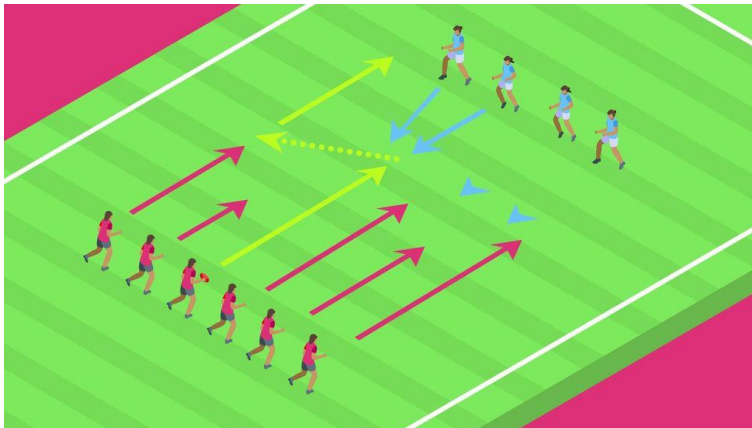
Espacio necesario:

- 3 canales
- 30 metros x 20 metros

Tiempo sugerido:

- 15 minutos

Cómo jugar:



- 10 jugadores en cada canal - cuatro defensores y seis atacantes
- Empezar el juego con un pase libre desde el centro asegurando que el equipo defensor se retire hasta los 7 metros
- Los jugadores atacantes deben tratar de sobrepasar a los defensores para marcar un try
- Los defensores detienen al portador de la pelota tocándolo en la cintura con las dos manos, agarrando una cinta/tag o tackleándolo.
- Si el atacante resulta detenido o tackleado debe pasar la pelota hacia atrás a un compañero
- Después de una detención, agarre de la cinta/tag o tackle exitoso el defensor debe permanecer de su lado de la pelota (onside) y no debe intentar interceptar u obstruir el pase
- Después de varios intentos cambiar los atacantes y defensores pero manteniendo la relación 6 v 4

Puntos de coaching:

Para los atacantes:

- Correr hacia adelante
- Eludir a los defensores
- Solamente hacer un pase si resultó tackleado o si hay un compañero en mejor posición

- Los jugadores de apoyo deben estar detrás de la pelota. Comunicación entre los jugadores

Para los defensores:

- Cabeza arriba - foco en la cintura del portador de la pelota

Los defensores pueden hacer tackles de contacto pero SOLAMENTE si los jugadores dominan el tackle

Dificultad:

Más difícil (para los atacantes):

- Si el equipo en posesión no ha logrado marcar un try después de siete tackles, se otorga la posesión al otro equipo con un pase libre

Más fácil (para los atacantes):

- No está permitido interceptar pases

Ruck 6 v 4

Principios del juego:

- Avanzar
- Brindar apoyo
- Crear continuidad
- Aplicar presión
- Marcar puntos

Equipamiento necesario:

- 3 pelotas de Rugby
- 8 conos

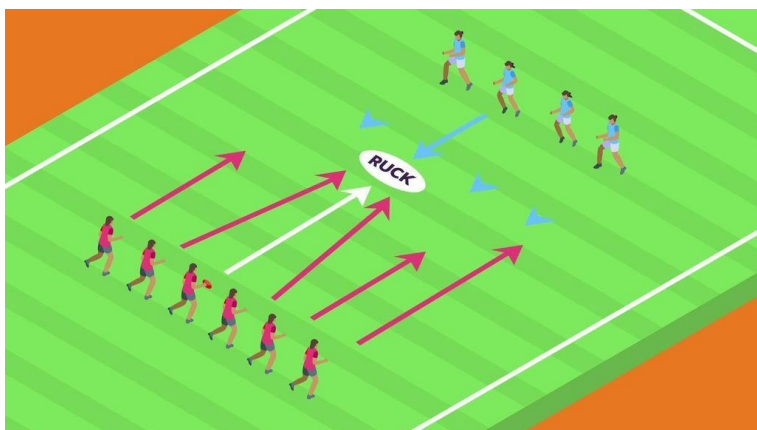
Espacio necesario:

- 3 canales
- 30 metros x 20 metros

Tiempo sugerido:

- 12 minutos

Cómo jugar:



En el Rugby, cuando un jugador tackleado va al suelo, un jugador de apoyo puede acercarse y ayudar a impedir que los defensores tomen la pelota permaneciendo parado sobre el jugador tackleado. Si hubiera 3 jugadores involucrados – 2 atacantes y 1 defensor – se denomina ‘ruck’.

- Separar los 10 jugadores en cada canal en dos equipos: 4 jugadores para defender, 6 jugadores para atacar
- Empezar el juego con un pase libre desde el centro asegurando que el equipo defensor se retire hasta los 7 metros
- Los jugadores atacantes deben tratar de sobrepasar a los defensores para marcar un try
- Si el portador de la pelota resulta tocado con dos manos, su cinta agarrada o tackleado por un defensor que lo tiene agarrado con las dos manos, el portador de la pelota no debe pasar la pelota sino quedarse con la pelota y deslizarse al suelo. El portador de la pelota debe yacer paralelo a la línea de try con la pelota a la distancia de un brazo de su cuerpo hacia sus compañeros de equipo. Otro jugador atacante debe acercarse y pararse sobre el jugador tackleado para impedir que los defensores levanten la pelota
- El tackleador mantiene agarrado al portador de la pelota hasta que el próximo jugador atacante tome la pelota. El tackleador sólo agarra al portador de la pelota y no lucha o da vuelta al portador de la pelota
- Después de un tackle exitoso el defensor debe permanecer de su lado de la pelota (onside) y no debe intentar interceptar u obstruir el pase
- Cuando se haga un tackle, el equipo defensor debe retirarse hasta los 7 metros. Sólo el tackleador puede permanecer con el portador de la pelota

Puntos de coaching:

Para los atacantes:

- Correr hacia adelante
- Eludir a los defensores
- Cuando resulte tackleado, deslícese al suelo y permanezca plano y con la pelota sostenida hacia sus compañeros. Mantenga el cuerpo entre los defensores y la pelota
- El segundo atacante debe estar parado en posición de cuclillas sobre el jugador tackleado para proteger la pelota

Para los defensores:

- Cabeza arriba - foco en la cintura del portador de la pelota
- Después de hacer un tackle, manténgase de pie si es posible y permita que el segundo atacante se pare sobre el jugador tackleado. El defensor puede agarrarse del segundo atacante

Dificultad:

Más difícil (para los atacantes):

- Los tackleadores pueden tratar de agarrar la pelota una vez que haya sido puesta en el suelo

Más fácil (para los atacantes):

- Todos los defensores, aparte del tackleador, deben retirarse hasta los 7 metros cuando se haya efectuado un tackle

Ruck y Maul 6 v 4

Principios del juego:

- Avanzar
- Brindar apoyo
- Crear continuidad
- Aplicar presión
- Marcar puntos

Equipamiento necesario:

- 3 pelotas de Rugby
- 8 conos

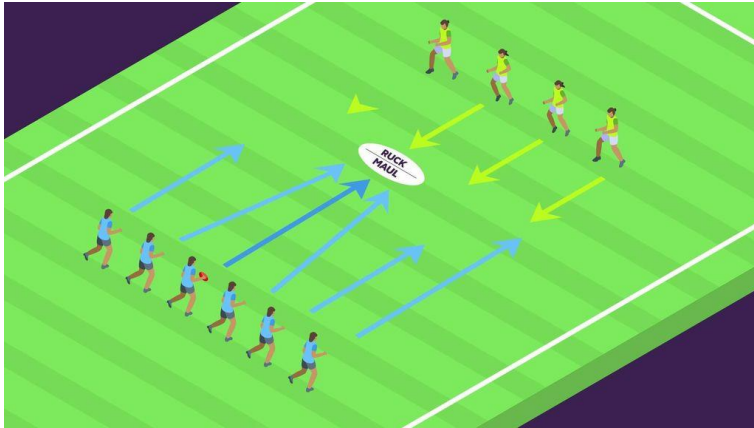
Espacio necesario:

- 3 canales
- 30 metros x 20 metros

Tiempo sugerido:

- 12 minutos

Cómo jugar:



En el Rugby, cuando un jugador tackleado va al suelo, un jugador de apoyo puede acercarse y ayudar a impedir que los defensores tomen la pelota permaneciendo parado sobre el jugador tackleado. Si hubiera 3 jugadores involucrados – 2 atacantes y 1 defensor – se denomina ‘ruck’.

- Usando las habilidades aprendidas previamente, los jugadores atacantes pueden decidir formar un ruck o un maul cuando sean tackleados.
- Después de ser tocado con dos manos, o quedarse sin cinta/tag o tacklear, el defensor debe permanecer de su lado de la pelota (en juego/onside)
- El coach/maestro, puede permitir que los rucks sean disputados.
- Después de ser tocado con dos manos, o quedarse sin cinta/tag o tackleado, o mientras el portador de la pelota permanece sobre sus pies mientras un defensor intenta derribarlo, los atacantes pueden decidir formar un maul.
- El coach/maestro puede decidir:
 - Permitir los mauls con disputa: El portador de la pelota y sus compañeros pueden avanzar el maul no más de dos metros; La pelota debe ser entonces jugada; El equipo defensor puede presentar oposición al avance del maul respetando las leyes de offside.
 - No permitir los mauls con disputa de la pelota: todos los atacantes y defensores en contacto con el portador de la pelota deben permanecer asidos hasta que la pelota sea pasado.

Puntos de coaching:

Para los atacantes:

- Correr hacia adelante
- Eludir a los defensores
- Cuando resulte tackleado mantenga el cuerpo entre los defensores y la pelota
- Los jugadores de apoyo deben estar detrás de la pelota
- Después de hacer un tackle decidir si ir al suelo (ruck) o permanecer de pie (maul) y esperar la llegada de un jugador de apoyo

Para los defensores:

- Cabeza arriba - foco en la cintura del portador de la pelota

- Tackle tocando con las dos manos
- En el ruck, pararse sobre el jugador tackleado y agarrar al segundo atacante
- En el maul, agarrarse al portador de la pelota
- En el maul, agarrarse al portador de la pelota

Dificultad:

Más difícil (para los atacantes):

- Los tackleadores pueden tratar de agarrar la pelota una vez que haya sido puesta en el suelo en el ruck y luchar por la pelota en el maul

Más fácil (para los atacantes):

- Aumentar la cantidad de atacantes en el maul o ruck. Pero recuerde, cuanto más atacantes comprometidos haya en la zona de contacto, menos habrá para usar el espacio afuera del ruck o maul

Maul Touch Rugby - 6 v 4

Principios del juego:

- Avanzar
- Brindar apoyo
- Crear continuidad
- Aplicar presión
- Marcar puntos

Equipamiento necesario:

- 3 pelotas de Rugby
- 8 conos

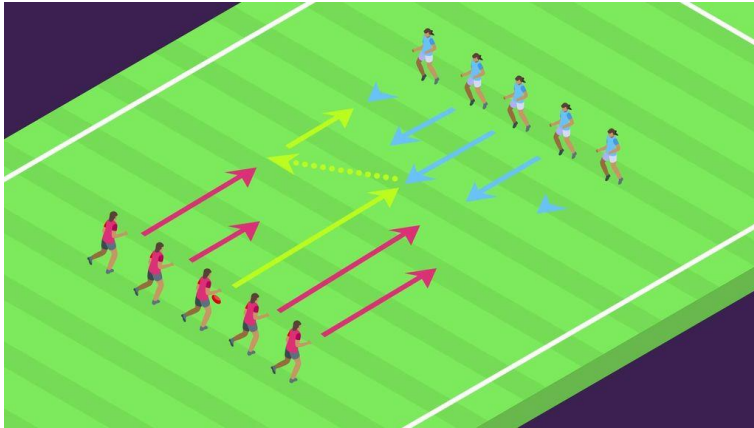
Espacio necesario:

- 3 canales
- 30 metros x 20 metros

Tiempo sugerido:

- 12 minutos

Cómo jugar:



- Divide los 10 jugadores en cada canal en dos equipos – 4 en defensa y 6 en ataque.
- Comience el juego con un pase al centro, asegurándose de que el equipo defensor esté a 7 metros.
- Los atacantes deben de tratar de avanzar y atravesando a los defensores para marcar un try
- En este juego, el portador de la pelota no es derribado al suelo
- Cuando sea tocado con las dos manos, o se agarre una cinta/tag o cuando el defensor agarre con ambos brazos al portador de la pelota entre el pecho y las caderas, los atacantes deberán formar un maul: El portador de la pelota no pasará la pelota, sino que se guardará la pelota hasta que otro jugador atacante llegue y tome la pelota de sus manos.
- El coach/maestro puede decidir:
 - Permitir los mauls con disputa: El portador de la pelota y sus compañeros pueden avanzar el maul no más de dos metros; La pelota debe ser entonces jugada; El equipo defensor puede presentar oposición al avance del maul respetando las leyes del offside.
 - No permitir los mauls con disputa de la pelota: todos los atacantes y defensores en contacto con el portador de la pelota deben permanecer asidos hasta que la pelota sea pasada.

Puntos de coaching:

Para los atacantes:

- Correr hacia adelante
- Eludir a los defensores
- Cuando resulte tackleado, permanezca sobre sus pies y mantenga el cuerpo entre los defensores y la pelota
- Los jugadores de apoyo deben estar detrás de la pelota

Para los defensores:

- Cabeza arriba - foco en la cintura del portador de la pelota

A los efectos de este ejercicio, asegúrese que sólo estén involucrados en el maul 3 jugadores: 2 atacantes y 1 defensor

Dificultad:

Más difícil (para los defensores):

- El jugador tackleado y el jugador de apoyo pueden empujar hacia adelante impulsándose con las piernas mientras permanecen de pie

Más fácil (para los defensores):

- Los defensores no tienen que retirarse hasta los 7 metros cuando se haya efectuado un tackle

5 v 5 con Scrum

Principios del juego:

- Los seis principios

Equipamiento necesario:

- 3 pelotas de Rugby
- 8 conos

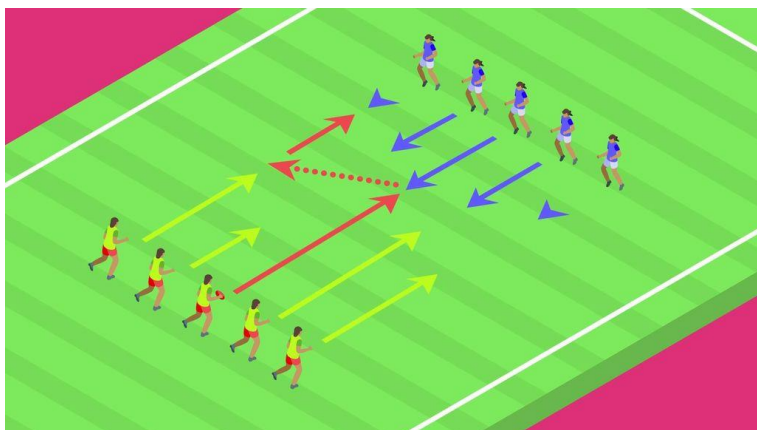
Espacio necesario:

- 3 canales
- 30 metros x 20 metros

Tiempo sugerido:

- 15 minutos

Cómo jugar:



- Antes de hacer este juego el coach/maestro debe releer las técnicas de scrum en: <http://rugbyready.worldrugby.org>
- Divide los 10 jugadores en cada canal en dos equipos de 5 jugadores.
- Comience el juego con un pase al centro, asegurándose de que el equipo defensor esté a 7 metros.
- Los atacantes deben tratar de avanzar y atravesar a los defensores para marcar un try
- Cuando se le escape la pelota de las manos a un jugador hacia delante o haya un pase forward, se formará un scrum de 3 contra 3. No se permitirá empujar en el scrum y el equipo que introduzca la pelota retomará la posesión.
- El coach/maestro podrá permitir la disputa de los rucks (las leyes del offside deben ser respetadas)
- Cuando se toque con las dos manos, o se agarre una cinta/tag o cuando el defensor agarre con ambos brazos al portador de la pelota entre el pecho y las caderas, los atacantes podrán de formar un maul: El portador de la pelota no pasará la pelota, sino que se guardará la pelota hasta que otro jugador atacante llegue y tome la pelota de sus manos.
- El coach/maestro puede decidir:
 - Permitir los mauls con disputa: El portador de la pelota y sus compañeros pueden avanzar el maul no más de dos metros; La pelota debe ser entonces jugada; El equipo defensor puede presentar oposición al avance del maul respetando las leyes del offside.
 - No permitir los mauls con disputa de la pelota: todos los atacantes y defensores en contacto con el portador de la pelota deben permanecer asidos hasta que la pelota sea pasada.

Puntos de coaching:

Para los atacantes:

- Correr hacia adelante
- Eludir a los defensores
- Solamente hacer un pase si resultó tackleado o si hay un compañero en mejor posición
- Los jugadores de apoyo deben estar detrás de la pelota. Comunicación entre los jugadores

Para los defensores:

- Cabeza arriba - foco en la cintura del portador de la pelota

Dificultad:

Más difícil (para los defensores):

- Si los defensores tienen suficiente dominio del tackle pueden hacer tackles de contacto
- Ensanchar el canal

Más fácil (para los defensores):

- Angostar el canal

7 v 7

Principios del juego:

- Los seis principios

Equipamiento necesario:

- 2 pelotas de Rugby
- 8 conos

Espacio necesario:

- 2 canales
- 30 metros x 20 metros

Tiempo sugerido:

- 15 minutos

Cómo jugar:



- 14 jugadores en cada canal - separar los jugadores en dos equipos de 7
- Usar scrums de 3 v 3
- Use lineouts de 3 personas
- Pase libre para reiniciar
- 5 minutos de cada lado

Puntos de coaching:

- Jugar con las Leyes del Juego normales

- Sin embargo, tratar de hacer que el juego fluya jugando la ventaja tanto como sea posible
- Al comienzo puede ser mejor no empujar en el scrum
- Al comienzo permita que el equipo que efectúe el lanzamiento al lineout obtenga la pelota antes de permitir que la oposición compita por ella
- Una vez que los jugadores sean competentes, permita empujar en el scrum y disputa en el lineout

Dificultad:

Más difícil:

- A medida que los jugadores tengan más confianza usted podrá aumentar el número de jugadores y aumentar también el tamaño del área de juego:
 - 9 v 9 (scrum 3 v 3)
 - 10 v 10 (scrum 5 v 5)
 - 12 v 12 (scrum 6 v 6)
 - 15 v 15 (scrum 8 v 8)

Más difícil (para los defensores):

- Ensanchar el canal

Más fácil (para los defensores):

- Angostar el canal

5 v 5 con Lineout

Principios del juego:

- Los seis principios

Equipamiento necesario:

- 3 pelotas de Rugby
- 8 conos

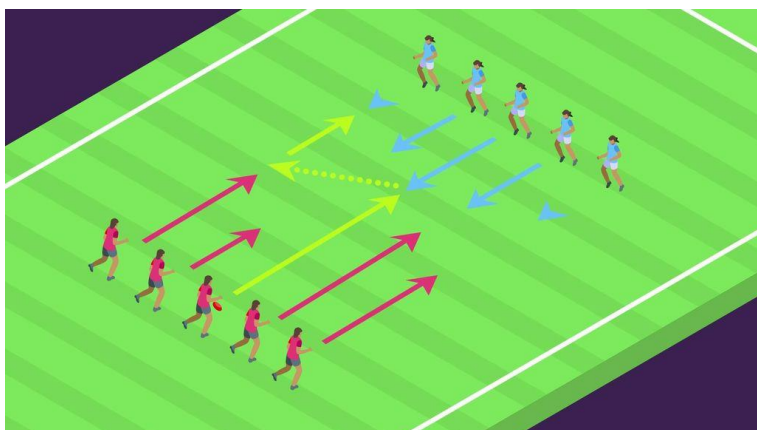
Espacio necesario:

- 3 canales
- 30 metros x 20 metros

Tiempo sugerido:

- 15 minutos

Cómo jugar:



- Antes de hacer este juego el coach/maestro debe releer las técnicas del scrum en: <http://rugbyready.worldrugby.org>
- Dividir a los 10 jugadores en cada canal en dos equipos de 5 jugadores.
- Comenzar el juego con un pase al centro, asegurándose de que el equipo defensor esté a 7 metros.
- Los atacantes deben tratar de avanzar y atravesar a los defensores para marcar un try
- Cuando la pelota salga por la línea de touch se formará un lineout de 2 contra 2 jugadores.
- Los jugadores no podrán ser levantados pero podrán saltar sin ayuda. No estará permitido empujar.
- El coach/maestro podrá permitir la disputa de los rucks (las leyes del offside deben ser respetadas)
- Cuando se toque con las dos manos, o se agarre una cinta/tag o cuando el defensor agarre con ambos brazos al portador de la pelota entre el pecho y las caderas, los atacantes podrán formar un maul: El portador de la pelota no pasará la pelota, sino que guardará la pelota hasta que otro jugador atacante llegue y tome la pelota de sus manos.
- Entrenadores y profesores pueden decidir:
 - Permitir los mauls con disputa: El portador de la pelota y sus compañeros pueden avanzar el maul no más de dos metros; La pelota debe ser entonces jugada; El equipo defensor puede presentar oposición al avance del maul respetando las leyes del offside.
 - No permitir los mauls con disputa de la pelota: todos los atacantes y defensores en contacto con el portador de la pelota deben permanecer asidos hasta que la pelota sea pasada.

Puntos de coaching:

Para los atacantes:

- Correr hacia adelante
- Eludir a los defensores
- Solamente hacer un pase si resultó tackleado o si hay un compañero en mejor posición
- Los jugadores de apoyo deben estar detrás de la pelota. Comunicación entre los jugadores

Para los defensores:

- Cabeza arriba - foco en la cintura del portador de la pelota

Dificultad:

Más difícil (para los defensores):

- Si los defensores tienen suficiente dominio del tackle pueden hacer tackles de contacto
- Ensanchar el canal

Más fácil (para los defensores):

- Angostar el canal

5 v 5 con Scrum y Lineout

Principios del juego:

- Los seis principios

Equipamiento necesario:

- 3 pelotas de Rugby
- 8 conos

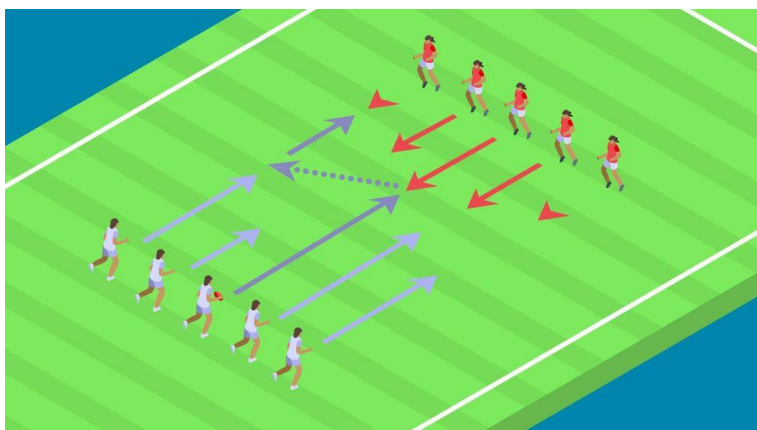
Espacio necesario:

- 3 canales
- 30 metros x 20 metros

Tiempo sugerido:

- 15 minutos

Cómo jugar:



- Dividir los 10 jugadores en cada canal en dos equipos de 5 jugadores.
- Comenzar el juego con un pase al centro, asegurándose de que el equipo defensor esté a 7 metros.
- Los atacantes deben tratar de avanzar y atravesar a los defensores para marcar un try
- Cuando se le escape la pelota de las manos a un jugador hacia delante o haya un pase forward, se formará un scrum de 3 contra 3. No se permitirá empujar en el scrum y el equipo que introduzca la pelota retomará la posesión.
- Cuando la pelota salga por la línea de touch, se formará un lineout de 2 contra 2 jugadores. Los jugadores no podrán ser levantados, pero podrán saltar sin ayuda. No estará permitido empujar.
- El coach/maestro podrá permitir la disputa de los rucks (las leyes del offside deben ser respetadas)
- Cuando se toque con las dos manos, o se agarre una cinta/tag o cuando el defensor agarre con ambos brazos al portador de la pelota entre el pecho y las caderas, los atacantes podrán formar un maul: El portador de la pelota no pasará la pelota, sino que guardará la pelota hasta que otro jugador atacante llegue y tome la pelota de sus manos.
- El coach/maestro puede decidir:
 - Permitir los mauls con disputa: El portador de la pelota y sus compañeros pueden avanzar el maul no más de dos metros; La pelota debe ser entonces jugada; El equipo defensor puede presentar oposición al avance del maul respetando las leyes del offside.
 - No permitir los mauls con disputa de la pelota: todos los atacantes y defensores en contacto con el portador de la pelota deben permanecer asidos hasta que la pelota sea pasada

Puntos de coaching:

Para los atacantes:

- Correr hacia adelante
- Eludir a los defensores
- Solamente hacer un pase si resultó tackleado o si hay un compañero en mejor posición

- Los jugadores de apoyo deben estar detrás de la pelota. Comunicación entre los jugadores

Para los defensores:

- Cabeza arriba - foco en la cintura del portador de la pelota

Dificultad:

Más difícil (para los defensores):

- Ensanchar el canal

Más fácil (para los defensores):

- Angostar el canal

Jugar: juego de Rugby con tackle

Principios del juego:

- Avanzar
- Brindar apoyo
- Crear continuidad
- Aplicar presión
- Marcar puntos

Equipamiento necesario:

- 3 pelotas de Rugby
- 8 conos

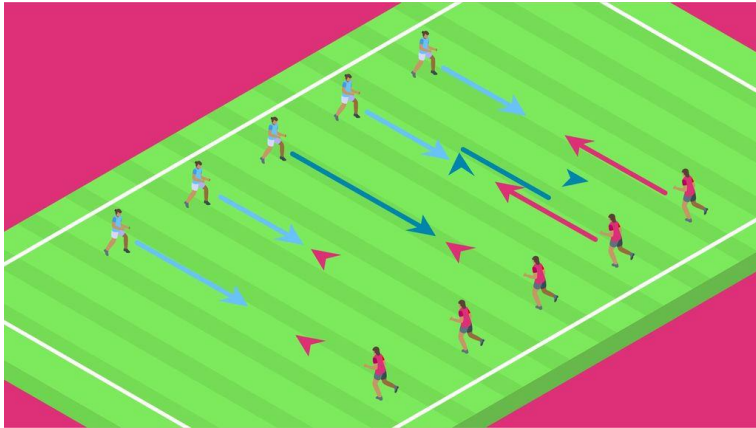
Espacio necesario:

- 3 canales
- 10 metros x 20 metros

Tiempo sugerido:

- 12 minutos

Cómo jugar:



- 2 equipos de 5 en cada canal - un equipo defiende, un equipo ataca
- Iniciar el juego con un pase libre en el centro, asegurando que el equipo defensor se retire 7 metros
- Los jugadores atacantes deben tratar de sobrepasar a los defensores para marcar un try
- Los defensores pueden tacklear realizando algunas de las siguientes acciones:
 - Sostener de pie al portador de la pelota – luego el portador de la pelota es soltado para que haga el pase
 - Tacklear al portador de la pelota al suelo como se muestra en Rugby Ready
- Si el portador de la pelota resulta tackleado por un defensor debe pasar la pelota hacia atrás a un compañero dentro de los tres pasos o tres segundos
- Después de un tackle exitoso el defensor debe retirarse 5 metros y no debe intentar interceptar u obstruir el pase

Puntos de coaching:

Para los atacantes:

- Correr hacia adelante
- Eludir a los defensores
- Solamente hacer un pase si resultó tackleado o si hay un compañero en mejor posición
- Los jugadores de apoyo deben estar detrás de la pelota

Para los defensores:

- Cabeza arriba - foco en la cintura del portador de la pelota

Inicialmente puede parecer un caos pero la perseverancia permitirá que los jugadores le sientan el gusto al juego

Dificultad:

Más difícil (para los defensores):

- Después de 3 tackles cambiar la posesión

Más fácil (para los defensores):

- Aumentar el ancho del canal