



FEDERAȚIA  
ROMÂNĂ  
DE RUGBY

# JOCUL ÎNAINȚĂRII

# INTRODUCERE

- In mod traditional, inaintasii au fost responsabili cu castigarea posesiei din momentele fixe (gramezi ordonate, margini, lovituri de pedeapsa si libere, lovituri de incepere si reincepere).
- Odata castigata posesia, inaintasii erau responsabili cu asigurarea suportului pentru linia de treisferturi si pentru mentinerea posesiei.
- Oricum, in situatia rugbyului modern, inaintasiilor li se cere nu doar sa asigure posesia ci si sa alerge, sa paseze sa prinda sa suteze cu eficienta.
- Deasemenea li se cere sa asigure un rol integrat in sistemul de joc.

# IN GRAMADA

- Asigura o platforma exploziva, solida pentru a castiga propriile baloane si a recastiga baloanele opozititei.

# IN MARGINE

- Asigura o platforma exploziva, solida pentru a castiga propriile baloane si a recastiga baloanele opozititei. Asigura suportul saritorului. Asigura o saritura exploziva.
- Se arunca balonul in zona libera a adversarului.
- Eliberarea balonului in functie de atacul viitor.

# LA LOVITURILE DE INCEPERE SI REINCEPERE

- Asigura suport eficient pentru prinzator.
- Prinderea balonului si asigurarea actiuniilor viitoare.
- Asigurarea avansarii, stand in picioare si asigurand posesia balonului.

## LA MISCAREA GENERALA

- Asigurarea avansarii, stand in picioare si asigurand posesia balonului.
- Asigurarea suportului liniei de treisferturi pentru urmatoarele momente de joc.

# IN APARARE

- Placheaza puternic si is domina adversarul direct.
- In colaborare cu ceilalti inaintasii si mijlocasul la deschidere asigura apararea in jurul punctelor de fixare.
- Asigurarea avansarii, stand in picioare si asigurand posesia balonului.
- Prin presiune, creaza dezorganizare in linia de atac adversa.
- Se reintegreaza in linia de aparare cand este nevoie.



