

NÁVRAT DO RAGBY 2021

KATEGORIE: DĚTI (U6 - U12)



FÁZE	0	1	2	3	4
DOBA TRVÁNÍ	Do povolení kontaktního tréninku.	2 tréninkové týdny, tzn. druhý víkend je možné hrát	2 tréninkové týdny, tzn. druhý víkend je možné hrát	2 tréninkové týdny, tzn. druhý víkend je možné hrát	Po 6 tréninkových týdnech
POČET SPOLEČNĚ SPORTUJÍCÍCH OSOB	Dva	Dva až šest* <small>*dle znění opatření</small>	Deset až dvacet* <small>*dle znění opatření</small>	Dvacet a více* <small>*dle znění opatření</small>	Bez omezení
NÁPLŇ TRÉNINKU	Trénink základních dovedností bez kontaktu.	Trénink základních dovedností včetně kontaktu.	Trénink základních dovedností včetně kontaktu.	Trénink základních dovedností včetně kontaktu a specifických dovedností (mlýny, auty)	Běžný trénink
FORMA HRÝ	Žádná	Bez kontaktní ragby - Touch - Tag	Bez omezení	Bez omezení	Bez omezení
FORMA UTKÁNÍ	Žádná	Žádná	Pravidla U6 - U12 <small>*dle znění opatření</small>	Pravidla U6 - U12 <small>*dle znění opatření</small>	Pravidla U6 - U12
POZNÁMKY	Trénink ve dvojicích s rozestupy. Individuální průprava na kontakt zahrnuje pádové techniky.	*pokud to dovolí konkrétní opatření Ministerstva zdravotnictví. Doporučuje se použití skládacích vest a dalších pomůcek.	- zákaz zdvojených skládek - zákaz prorážení - skládka pouze od pasu dolů	- bez omezení kontaktu	

Podmínkou uplatnění pravidel je soulad s právními předpisy včetně opatření Ministerstva zdravotnictví. Uváděné termíny jsou nejkratší možné z hlediska zabezpečení dostatečné přípravy hráčů. S ohledem na delší je na trenérech, aby věnovali zvýšenou pozornost přípravě pro kontakt (pádové techniky, úpoly) a zároveň stavu každého hráče jednotlivě. Fáze 0 odpovídá současnému stavu. Fáze 1 začíná od povolení kontaktního tréninku a další fáze se odvíjejí od ní.

NÁVRAT DO RAGBY 2021

KATEGORIE: MLÁDEŽ (U14, U16, U19), ŽENY, MUŽI (kromě 1. LIGY)



FÁZE	0	1	2	3	4
DOBA TRVÁNÍ	Do povolení kontaktního tréninku.	2 tréninkové týdny, tzn. druhý víkend je možné hrát	2 tréninkové týdny, tzn. druhý víkend je možné hrát	2 tréninkové týdny, tzn. druhý víkend je možné hrát	Po 6 tréninkových týdnech
POČET SPOLEČNĚ SPORTUJÍCÍCH OSOB	Dva	Dva až šest* <small>*dle znění opatření</small>	Deset až dvacet* <small>*dle znění opatření</small>	Dvacet a více* <small>*dle znění opatření</small>	Bez omezení
NÁPLŇ TRÉNINKU	Trénink základních dovedností bez kontaktu.	Trénink základních dovedností včetně kontaktu.	Trénink základních dovedností včetně kontaktu.	Trénink základních dovedností včetně kontaktu a specifických dovedností (mlýny, auty)	Běžný trénink
FORMA HRÝ	Žádná	Bez kontaktní ragby - Touch - Tag	Moderovaný kontakt	Moderované mlýny a auty	Bez omezení
FORMA UTKÁNÍ	Žádná	Žádná	XRugby, 7s, 10s <small>*dle znění opatření</small>	XRugby, 7s, 10s, 12s, XV <small>*dle znění opatření</small>	Bez omezení
POZNÁMKY	Trénink ve dvojicích s rozestupy. Individuální průprava na kontakt zahrnuje pádové techniky.	*pokud to dovolí konkrétní opatření Ministerstva zdravotnictví. Doporučuje se použití skládacích vest a dalších pomůcek.	- zákaz zdvojených skládek - zákaz prorážení - skládka pouze od pasu dolů - mlýny bez tlaku (lze mlít) - auty nesoutěžní (v U16 a U19 lze zvedat)	Moderované mlýny: 1. týden - pouze staticky - v zapření - žádný postup vpřed 2. týden - tlak max. 0,5 m	Po dobu dvou týdnů tlak v mlýnu pouze 1,5 m

Podmínkou uplatnění pravidel je soulad s právními předpisy včetně opatření Ministerstva zdravotnictví. Uváděné termíny jsou nejkratší možné z hlediska zabezpečení dostatečné přípravy hráčů. S ohledem na delší je na trenérech, aby věnovali zvýšenou pozornost přípravě pro kontakt (pádové techniky, úpoly) a zároveň stavu každého hráče jednotlivě. Fáze 0 odpovídá současnému stavu. Fáze 1 začíná od povolení kontaktního tréninku a další fáze se odvíjejí od ní.

NÁVRAT DO RAGBY 2021

KATEGORIE: MUŽI (1. LIGA)



FÁZE	0	1	2	3	4
DOBA TRVÁNÍ	Do povolení kontaktního tréninku.	2 tréninkové týdny, tzn. druhý víkend je možné hrát	2 tréninkové týdny, tzn. druhý víkend je možné hrát	2 tréninkové týdny, tzn. druhý víkend je možné hrát	Po 6 tréninkových týdnech
POČET SPOLEČNĚ SPORTUJÍCÍCH OSOB	Dva	Dle vyjímky	Dle vyjímky	Dle vyjímky	Bez omezení
NÁPLŇ TRÉNINKU	Trénink základních dovedností bez kontaktu.	Trénink základních dovedností včetně kontaktu.	Trénink základních dovedností včetně kontaktu.	Trénink základních dovedností včetně kontaktu a specifických dovedností (mlýny, auty)	Běžný trénink
FORMA HRÝ	Žádná	Bez kontaktní ragby - Touch - Tag	Moderovaný kontakt	Moderované mlýny a auty	Bez omezení
FORMA UTKÁNÍ	Žádná	Žádná	XRugby, 7s, 10s <small>*dle znění opatření</small>	XRugby, 7s, 10s, 12s, XV <small>*dle znění opatření</small>	Bez omezení
POZNÁMKY	Trénink ve dvojicích s rozestupy. Individuální průprava na kontakt zahrnuje pádové techniky.	*pokud to dovolí konkrétní opatření Ministerstva zdravotnictví. Doporučuje se použití skládacích vest a dalších pomůcek.	- zákaz zdvojených skládek - zákaz prorážení - skládka pouze od pasu dolů - mlýny bez tlaku (lze mlít)	Moderované mlýny: 1. týden - pouze staticky - v zapření - žádný postup vpřed 2. týden - tlak max. 0,5 m	Po dobu dvou týdnů tlak v mlýnu pouze 1,5 m

Podmínkou uplatnění pravidel je soulad s právními předpisy včetně opatření Ministerstva zdravotnictví. Uváděné termíny jsou nejkratší možné z hlediska zabezpečení dostatečné přípravy hráčů. S ohledem na delší je na trenérech, aby věnovali zvýšenou pozornost přípravě pro kontakt (pádové techniky, úpoly) a zároveň stavu každého hráče jednotlivě. Fáze 0 odpovídá současnému stavu. Fáze 1 začíná od povolení kontaktního tréninku a další fáze se odvíjejí od ní.