

Sportjournal

Diese Sportart geht an die Substanz

Rugby Wer schon immer mit diesem Sport liebäugelte, aber den harten Körperkontakt scheute, der hat eine Anlaufstelle. Der Rugby Club Luzern bietet nun Touch Rugby an. Gefördert werden Ballgefühl und Teamgeist – aber nicht nur.

Theres Bühlmann
regionalsport@luzernerzeitung.ch

In Baden gibt es diese Sportart, in Basel auch, in Zürich und Bern, in Egg, in Zug und die Westschweiz ist durch Lausanne und Genf vertreten – und seit kurzem auch Luzern. Die Rede ist von Touch Rugby, welches der Rugby Club Luzern anbietet. Touch Rugby ist eine Version des klassischen Rugbys (15er und 7er), ohne harten Körperkontakt, ohne Tackling, dafür sehr dynamisch und konditionell anspruchsvoll (siehe Kasten).

«Diese Sportart eignet sich sehr gut für Einsteiger, wird gerne aber auch von Rugby-Spielern ausgeführt, die von einer Verletzung zurückkommen», sagte Marco Felder (37), seit zwei Jahren Präsident des Rugby Club Luzern (RCL). Touch Rugby sei für beide Geschlechter ideal, für Jung und Alt, gefördert werde nicht nur Kondition und Taktik, sondern auch das Ballgefühl, so Marco Felder, der seit acht Jahren Rugby spielt. Er verhehlt nicht, dass er hofft, der eine oder andere möge auf diese Weise auch den Weg zum klassischen Rugby finden.

In der Luzerner «Ufschöttli» fing alles an

Die Luzerner Anfänge des Touch Rugbys sind in der Parkanlage «Ufschöttli» zu finden. Dort frönten seit Jahren einige Spieler plauschhalber dieser Sportart, animiert durch John Barton, der in der Innerschweiz arbeitet und Kollegen für diese Sportart gewinnen konnte. Um sich intensiver dem Touch Rugby zu widmen und bessere Trainingsbedingungen zu bekommen, starteten die Spieler eine Anfrage an den RCL, und fanden dort offene Türen. Seit zwei Jahren konnten sie einem organisierten Training auf der Luzerner Allmend nachgehen und an der Generalversammlung 2019 wurde die Sektion Touch Rugby aufgenommen. «Wir feiern in diesem Jahr den 40. Geburtstag unseres Vereins, und somit bildet dieser Anlass einen idealen Rahmen, um Touch Rugby aufzunehmen», sagte Präsident Felder.

Frauenteam ist das Aushängeschild

250 Mitglieder zählt der Rugby Club Luzern, davon etwa 30 Frauen und 50 Männer, die alle aktiv in einer Mannschaft (15er oder 7er) involviert sind, der Rest setzt sich aus Passivmitgliedern und Gönnern zusammen. Die Männer spielen in der NLC (15er). Das Aushängeschild bildet aber klar die NLFA-Mannschaft (15er), bekannt unter dem Namen Dangels, die schon mehrmals nationale Meisterinnen wurden und in der aktuellen Tabelle ganz vorne platziert sind. Nun schickt sich auch das Touch-Team an, in der Meisterschaft ein Wörtchen mitzureden. Nachdem sie im vergangenen Jahr inoffiziell dabei waren, sind sie nun ein fester Bestandteil. Das erste Turnier, alles in allem sind vier angesetzt, fand am Samstag in Unterägeri statt.

Den letzten Schliff vor der Premiere holte sich diese Mannschaft beim wöchentlichen Training am Donnerstag auf der Luzerner Allmend, an dem 22 Personen teilnahmen. Der Besuch zeigte, Touch Rugby geht ganz schön an die Substanz. Einen fest zugeteilten Übungsleiter gibt es (noch) nicht, diesen Part übernimmt John Barton, der auch schon für die Schweizer U40-Nationalmannschaft spielte und der von weiteren Clubmitgliedern in seiner Trainer-tätigkeit unterstützt wird. Erst hiess es



Beim Touch-Rugby-Training auf der Luzerner Allmend nahmen 22 Frauen und Männer teil.

Bild: Manuela Jans-Koch (Luzern, 25. April 2019)

Einlaufen mit dem Ball, Aufwärmen, Stretchen, Dehnen, bevor es ans Spielen ging. Bei einem Platz so gross wie ein Fussballfeld und bei lediglich sechs Akteuren pro Team, wobei bei nationalen Wettkämpfen mindestens drei Frauen dabei sein müssen, da legt jede und jeder eine grosse Laufstrecke zurück – gefragt ist also viel Kondition. Zwischen-durch sind John Bartons Anfeuerungs-rufe zu hören, «come on, come on». Bei den fliegenden Wechsellern blieb nur kurz Zeit, den «Wasserhaushalt» aufzufüllen und tief durchzuatmen.

«Eine Verletzung wäre für mich sehr ungünstig»

In diesem Touch-Team dabei ist auch die 35-jährige, in Goldau wohnhafte Petra



Trainer John Barton erklärt den Beteiligten den Trainingsablauf.

Imhof, medizinische Masseurin mit eigener Praxis. Seit 2006 spielt sie mit Unterbrüchen Rugby, immer bei Luzern, kennt sowohl die Variante 7er und 15er, mit leichter Vorliebe für Letztere, «weil man da weniger laufen muss». Beim Touch Rugby sei das Lauffensum höher, und dies ohne Pause. Manchmal fehle ihr der Körpereinsatz und Körperkontakt, welche bekanntlich ein Bestandteil des 15er- und 7er-Rugbys sind. Aber sie habe nicht zuletzt zum Touch Rugby gewechselt, weil dies weniger Verletzungsgefahr berge, «denn bei meinem Beruf wäre es sehr ungünstig, wenn ich mich und vor allem meine Hände verletzen würde».

Zurück zum samstäglichem Turnier in Unterägeri. In der Gruppenphase gewann Luzern gegen Zug und verlor

gegen Zürich und Egg. In den Playoffs resultierte ein Sieg gegen Baden, in der Verlängerung mussten sie sich erneut Egg geschlagen geben. Da Luzern nur mit zwei Frauen agierte, gab es bei jedem Spiel zwei Strafpunkte. Petra Imhof und Daniela Herzig wurden bei allen Partien eingesetzt und spielten ohne Pause durch.

Die Aufzählung über den Rugby Club Luzern wäre nicht vollständig, ohne noch einen weiteren Aspekt zu berücksichtigen: Der Verein bietet auch ein Kids-Training an für Interessierte im Alter von 5 bis 14 Jahren.

Hinweis
Bildergalerie zum Touch Rugby unter: www.luzernerzeitung.ch/bilder.

«Diese Sportart eignet sich sehr gut für Einsteiger.»



Marco Felder
Präsident Rugby Club Luzern

Sportart Touch Rugby ist eine dem Rugby angelehnte Mannschaftssportart. Bei dieser Variante gibt es jedoch keinen harten Körperkontakt, kein Tackling, sodass das Verletzungsrisiko äusserst gering ist. Touch Rugby zeichnet sich durch Taktik, Geschwindigkeit, Kondition und Einfachheit aus und kann mit geringem Aufwand gespielt werden. Der Ball ist etwas kleiner und leichter als beim Rugby. Die Gemeinsamkeiten zwischen klassischem Rugby und Touch Rugby bestehen lediglich darin, dass bei beiden Sportarten der Ball hinter der gegnerischen Ziellinie auf dem Boden aufgesetzt werden muss und der Ball nur rückwärts gepasst werden darf.

Ursprung liegt in Australien

Die Heimat von Touch Rugby ist Australien, wo sich in den 1960er-Jahren die Profis der «National Rugby League» mit verschiedenen Übungen ohne harten Körperkontakt aufwärmten. Daraus wurden später eigenständige Regeln geschaffen und das Touch Rugby war geboren. Heute wird diese Sportart in rund 50 Ländern gespielt.

2001 wurde in der Schweiz der erste Touch-Rugby-Verein in Zürich ins Leben gerufen und drei Jahre später fanden die ersten Turniere statt. 2007 kam es zur Gründung des Schweizerischen Touchverbandes. Im gleichen Jahr nahm die Schweiz zum ersten Mal an den Weltmeisterschaften teil.

Grosse internationale Anlässe wie Weltmeisterschaften und Europameisterschaften werden mit reinen Frauen- oder Männerteams bestritten. Es gibt auch offizielle Wettkämpfe mit gemischten Mannschaften. In dieser Form wird auch die Schweizer Meisterschaft unter dem Namen «Swiss Cup» im Turniermodus mit vier Spielrunden ausgetragen. Von den sechs Akteuren pro Team müssen drei Frauen sein. Ist dies nicht der Fall, gibt es Strafpunkte. (T.B.)

Hinweis
Mehr Infos zum Touch Rugby unter www.touchswitzerland.ch; www.rcl.ch