Aangepaste spelregels Jeugd
Seizoen 2026-2027 (v1)

VOORWOORD

Er zijn in Nederland de volgende leeftijdsgroepen:

GEBOORTEJAAR	Leeftijd	CATEGORIE	TEAMGROOTTE
2021 en later	U6	Guppen	5 spelers
2019 en 2020	U8	Turven	6 spelers
2017 en 2018	U10	Benjamins	8 spelers
2015 en 2016	U12	Mini's	12 spelers
2013 en 2014	U14	Cubs	15 spelers
2011 en 2012	U16	Junioren	15 spelers
2009 en 2010	U18	Colts	15 spelers
2008 en eerder		Senioren	15 spelers

Dit document bevat de aangepaste spelregels voor de jeugd zoals deze zijn vastgesteld door Rugby Nederland en gelden vanaf 1 augustus 2026 en later vastgestelde wijzigingen.

Wedstrijden moeten worden gespeeld volgens de regels vastgesteld door World Rugby. Het is echter toegestaan, indien beide coaches het daarover eens zijn, in de leeftijdscategorie van U6 tot en met U12, de regels van een jongere leeftijdscategorie te hanteren. Soms kan het ook zo zijn dat het beter is bepaalde zaken aan te passen zoals de duur van de wedstrijd en de grootte van het veld zolang dit maar in overeenstemming is met de principes die in de regels zijn vastgelegd en het geheel veilig is. Tracht daarbij wel zoveel mogelijk de breedte van de velden conform de opgegeven afmetingen te handhaven omdat dit de spelontwikkeling van spelers ten goede komt.

ALGEMENE OPMERKINGEN

De aangepaste spelregels voor de jeugd zijn een aanvulling op het Voorschrift Wedstrijd Wezen (VWW). In conflicterende staties is het VWW leidend.

De aangepaste spelregels voor de jeugd zijn er op gericht kinderen op een plezierige en verantwoorde wijze kennis te laten maken met rugby. De kinderen worden stap voor stap, naar gelang hun leeftijdscategorie, op verantwoorde wijze opgeleid naar 15-a-side rugby en het uiteindelijk spel bij de senioren.

Leidraad voor de ontwikkeling van de rugbyspeler is het Meerjaren Opleidingsplan Rugby. Coaches proberen hierbij de individuele- en teamvaardigheden, evenals de kennis van het spel, door een nuttige en plezierige activiteit te ontwikkelen. Zo moet het kind de tijd krijgen om zich stap voor stap de benodigde sociale en sportieve vaardigheden eigen te kunnen maken zoals: het leggen van sociale contacten, samenwerken, spelregelkennis vergaren, spelinzicht krijgen etc.

De wedstrijden hebben vooral tot doel de ontwikkeling van het spelniveau van de spelers, zowel individueel als in teamverband, te verbeteren en te toetsen:

- wat heeft een kind van de training geleerd?
- waar moet in verdere trainingssessies de nadruk op komen te liggen?

Het is van groot belang dat de trainer/begeleider, gezien zijn voorbeeldfunctie, zich sportief opstelt tijdens de wedstrijden. Alleen bij de Guppen mag de coach in het speelveld staan tijdens de wedstrijd

Een beslissing van de scheidsrechter moet altijd gerespecteerd worden. Het waarborgen van een veilig verloop van het spel is zijn/haar belangrijkste taak Door te voorzien in een sportieve atmosfeer kan ook hij/zij een positieve bijdrage aan het spel leveren.

INHOUD

VOORWOORD 2
ALGEMENE OPMERKINGEN 3
INHOUD 4
ALGEMENE REGELS 5
EXTRA AANDACHTSPUNTEN BIJ GTBM 8
GUPPEN 9
TURVEN 10
BENJAMINS 13
MINI'S 16
AFWIJKENDE SPELREGELS VOOR CUBS, JUNIOREN EN COLTS 20
REGELS BEACHRUGBY VAN TURVEN, BENJAMINS EN MINI'S 23
REGELS BEACHRUGBY VAN CUBS T/M COLTS 24

ALGEMENE REGELS

HET VELD

Guppen	25 X 18 meter exclusief 2 meter trygebied.
Turven	30 X 22 meter exclusief 2 meter trygebied.
Benjamins	60 X 35 meter exclusief 5 meter trygebied. (in de breedte van het hoofdveld, tussen de 10 meter lijn en de 5 meter lijn, de trygebieden liggen tussen de uitlijn en de 5 meter lijn).
Mini's	70 X 45 meter exclusief 5 meter trygebied. (in de breedte van het hoofdveld, in de lengte tussen de uitlijnen van het hoofdveld - exclusief de trygebieden - en in de breedte tussen de middenlijn en de 5 meterlijn).
Cubs, Junioren en Colts	100 x 70 meter (=Gehele veld) exclusief trygebied van minimaal 7 meter.

Smalle strook tussen 2 velden $\leq$ 10 meter alleen voor trainers, verzorgers en reservespelers toegankelijk houden. (player welfare)
Bij de MINI'S kan dit betekenen bij 2 velden naast elkaar dat er een middenstrook van 5-6 meter aangehouden moet worden en een miniveld daardoor 2,5m à 3m smaller wordt.

DE BAL

Leeftijdsgroep:	Maat van de bal:
Guppen	3
Turven	3
Benjamins	3
Mini's	4
Cubs, Junioren en Colts	5

DE SCHEIDSRECHTER EN DE GRENSRECHTER

De scheidsrechter is de enige die beslist. Grensrechters assisteren de scheidsrechter in het aangeven van de juiste afstand van het verdedigende team en waar de bal is uitgegaan. De belangrijkste taak voor de scheidsrechter is te zorgen voor een veilig verloop van het spel.

Probeer met name bij de 4 jongste leeftijdsgroepen (GTBM) meer een "Game Coach" te zijn dan een scheidsrechter. Leg goed uit waarvoor gefloten is.

DE SPELERSKAARTEN

Op de aangepaste spelregels voor de jeugd is het VWW van toepassing. Spelers moeten geregistreerd staan in het digitale ledenregistratiesysteem van Rugby Nederland (Unify) en speelgerechtigd zijn om deel te mogen nemen aan verzameldagen, wedstrijden en toernooien (VWW art. 3.0.6 & 3.3.6).
Voor de GTBM-groep is geen officiële competitie en werken we met "Toernooilijsten" uit Unify (VWW Jeugd art. 3.3.10). Verenigingen zijn verplicht gebruik te maken van de "Toernooilijsten" bij iedere verzameldag, wedstrijd of toernooi. Deze lijst moet u zelf aanmaken en bij aanvang aan organiserende vereniging worden afgegeven. De organiserende verenging is verplicht deze lijsten te controleren. Teams die geen "Toernooilijst" kunnen inleveren mogen niet deelnemen aan verzameldag, wedstrijd of toernooi.

De handleiding voor het aanmaken van "Toernooilijsten" staat op www.rugby.nl onder Unify, of zie bijgevoegde directe LINK.

SCHOENEN / NOPPEN

Voor de leeftijdscategorie GTBM geldt dat alleen zachte niet-afschroefbare noppen zijn toegestaan. *Voor kunstgrasvelden gelden de regels zoals door de betreffende club wordt aangegeven.*

GEBITSBESCHERMER

Voor alle leeftijdscategorieën verplicht.

SCRUMCAP / SHOULDER PADS / HANDSCHOENEN

Deze beschermende kleding is conform de richtlijnen van World Rugby toegestaan. Bij de jongste jeugd GTBM wordt geadviseerd om dergelijke kleding uitsluitend in overleg met de trainer aan te schaffen en te gebruiken. Indien er medische redenen aanwezig zijn, kan er positief geadviseerd worden.
De toegestane scrumcaps zijn niet om hoofdletsel van enige vorm te voorkomen en ook niet als zodanig bedoeld. Alleen ter voorkoming van bijv. schrammen. Meest effectieve maatregel rondom voorkoming hiervan blijft dat spelers die op het veld staan spelen op het juiste niveau en voldoende getraind zijn.

TOERNOOIEN

Deelnemen aan een toernooi, waarbij vele rugbyliefhebbers samen komen, behoort voor elke speler een waar feest te zijn. Door zelf wedstrijden te spelen en anderen aan het werk te zien, leert de jeugdspeler tevens het rugbyspel beter begrijpen.
Houd hierbij rekening met het maximaal aantal speelminuten op een toernooi dat een halve of hele dag of twee dagen is.

	½ dag	1 dag	2 dagen
Guppen	30	---	---
Turven	40	60	80
Benjamins	40	60	80
Mini's	60	80	120

Praktische tips voor het organiseren van een toernooi:

1. Maak gebruik van reeds bestaande belijning voor het uitzetten van de velden.
2. Gebruik oranje (zachte) hoedjes en vlaggetjes om de belangrijkste lijnen aan te geven.
3. Zorg voor tenminste 2 meter vrije zone om het veld heen waar alleen linesman en trainers in mogen begeven.
4. Hang het wedstrijdprogramma op.
5. Zorg ervoor dat er een EHBO-er/verzorger aanwezig is.
6. Roep voor aanvang van het toernooi trainers/begeleiders en scheidsrechters bij elkaar om nog even te benadrukken dat het vooral om het speelplezier gaat.
7. Zorg voor aandacht in de media.

Gelijk eindigen
Achtereenvolgens gelden de volgende criteria:

Aantal rode en gele kaarten.
Doelsaldo.
Aantal tries vóór in poulewedstrijden.
Aantal tries tegen in poulewedstrijden

VOORBEELD WEDSTRIJDSCHEMA

Wedstrijdschema voor toernooien

Categorie	Poule				Datum			Plaats		
Namen teams	1	2	3	4	5	6	Punten Totaal	Eind-Klass.	Tries Voor	Tries tegen
1.	XX XX									
2.		XX XX								
3.			XX XX							
4.				XX XX						
5.					XX XX					
6.						XX XX				
Winst: 3 punten Gelijk: 2 punten Verlies: 1 punt Niet opdagen of Wangedrag: 0 punten	Wedstrijdvolgorde (per poule)									
	3	4			5			6		
	1-2 2-3 3-1	1-2 3-4 1-4	3-2 1-3 2-4	1-2 3-4 5-1	2-3 5-4 1-3	2-5 4-1 5-3 2-4	1-2 3-4 5-6	2-3 4-5 1-6 2-4	3-6 1-5 4-6 2-5	1-3 2-6 1-4 3-5

VANUIT DE PRAKTIJK	EXTRA AANDACHTSPUNTEN BIJ GTBM WEDSTRIJDEN
VELDAFMETINGEN	Hanteer de juiste afmetingen. Mocht dit met het oog op veiligheid niet mogelijk zijn dan zo dicht mogelijk bij de juiste afmeting. Bij de MINI'S kan dit betekenen bij 2 velden naast elkaar dat er een middenstrook van 5-6 meter aangehouden moet worden en een miniveld daardoor 2,5m à 3 m smaller wordt.
TOESCHOUWERS	Bij een smalle strook (<20m) tussen 2 velden zijn met het oog op veiligheid geen toeschouwers toegestaan alleen trainers en reserves. Toeschouwers op minimaal 2 meter zijlijn en/of achter de boarding (CJC)
GUPPEN / TURVEN	GEEN FYSIEK CONTACT. (Dus niet bewust tegen speler aanlopen en dan snel afpassen) GEEN HANDEN EN/OF ARMEN WEG SLAAN.
BENJAMINS	Verdediging op **7 meter afstand** bij alle spelhervattingen. (tryline indien dit binnen de 7 meter afstand valt) Verdediging mag bij een scrum pas oplopen als de bal wordt gepasst. Spelhervattingen op minimaal 5 meter afstand van try-line en 2 meter zijlijn. Bij Ruck en Maul maximaal 2 spelers van beide teams (tackelaar-getackelde + 1 speler van beide kant), sanctie: free kick. Tackles op navelhoogte of lager. **Bij Ruck niet bridgen, steunen en/of vasthouden van speler op de grond.**
MINI'S	Verdediging op **7 meter** afstand bij spelhervattingen behoudens **bij de scrum, dan 5 meter** afstand. (tryline indien dit binnen de 7 meter afstand valt) Spelhervattingen op minimaal 5 meter tryline en 2 meter zijlijn. Bij Ruck en Maul maximaal 3 spelers van beide teams, (tackelaar-getackelde + 2 spelers van beide kant), sanctie: free kick. Tackles op navelhoogte of lager. **Bij Ruck niet bridgen, steunen en/of vasthouden van speler op de grond**. Bij line outs is het **niet toegestaan** dat de vangende speler direct wordt aangevallen. Er mag pas contact gemaakt worden wanneer de bal door de vanger is afgespeeld of na dat de vanger gaat lopen. Dit ter voorkoming dat een vangende speler met zijn handen in de lucht direct in zijn ribben wordt gelopen. Het is de verdediging **niet toegestaan** vroegtijdig de line of touch te passeren om de ontvanger aan te vallen. Over het algemeen betekent dat wanneer de ontvangende speler in de line out meteen afspeelt aan de scrumhalf er qua timing pas vanuit de line out mag worden opgelopen wanneer de scrumhalf de bal in zijn handen heeft of dat de bal de grond heeft geraakt.

GUPPEN

In de basis kunnen voor de Guppen de regels van de Turven worden aangehouden of in overleg aangepaste regels. Er zijn nog geen reguliere toernooiwedstrijden. Clubs kunnen onderling afspreken om gedurende het seizoen deze leeftijd tegen elkaar te laten spelen.

ALGEMEEN	
Aantal spelers	5
Wissels	Onbeperkt.
Bijzonderheden	Teams hebben altijd een gelijk aantal spelers..
Veldgrootte	25 x 18 meter exclusief trygebieden van 2 meter diep.
Balmaat	3.
Wedstrijdduur	2 x 10 minuten (enkele wedstrijd). 2 x 7 minuten (2 wedstrijden). Maximaal 60 minuten speeltijd per dag (behoudens grote toernooien)
Bijzonderheden	Geen blessuretijd bijtellen.

SPELSOORT	**TAGRUGBY (zie deze LINK)**
Regels	Zie U-8 (Turven)
Toepassing spelregels	Soepel omgaan met voorwaarts, offside e.d. (behoudens afstand bij start/herstart).

TURVEN

ALGEMEEN	SPELSOORT TAGRUGBY (zie deze LINK)
Aantal spelers	6
Wissels	Onbeperkt.
Coach	Niet toegestaan in het veld.
Bijzonderheden	Teams hebben altijd een gelijk aantal spelers..
Veldgrootte	30 x 22 meter exclusief trygebieden van 2 meter diep.
Balmaat	3
Wedstrijdduur	2 x 12 minuten (enkele wedstrijd). 2 x 10 minuten (2 wedstrijden). Maximaal 60 minuten speeltijd per dag (behoudens grote toernooien)
Bijzonderheden	Geen blessuretijd bijtellen.
Scrum / line-out	Geen. Spelhervattingen d.m.v. vrije pass.
Kicken	Niet kicken.
Hand-off	Niet toegestaan (gevaarlijk spel).
Bijzonderheden	Bal mag in één arm gedragen worden zolang de andere arm/hand niet als hand-off wordt gebruikt of de Tag's mee wordt afgeschermd.
Tackelen	Fysiek contact is niet toegestaan.
TAG's	2 linten vastgeplakt aan een band rondom de heup aan weerszijde. De linten mogen niet door kleding of andere middelen afgeschermd worden. Een speler kan niet deelnemen aan het spel zolang de linten niet juist zijn bevestigd.

BASISREGELS	
Aanvang/herstart	Altijd vrije pass.
Hoe	Startende speler houdt de bal in hand en tikt met zijn voet de bal aan om vervolgens aan een medespeler af te spelen. De ontvangende speler moet tenminste op 2 meter achter de startende speler staan. De ontvangende speler mag pas gaan oplopen op het moment van de pass.
Afstand	Tegenstander(s) op 5 meter afstand. Tegenstander(s) mogen oplopen wanneer de bal door de speler van de aanvallende partij met zijn/haar voet is aangetikt.
Waar	Op plaats van de overtreding, minimaal 2 meter van zijlijn en minimaal 5 meter van de tryline. Bij aanvang en herstart na try: midden van het veld.
Bijzonderheden	De startende speler moet eerst de bal afpassen en mag niet zelf met de bal gaan lopen . Bij aanvang/herstart hoeft de bal bij het aantikken met voet niet even los gelaten worden.
"Tackle"	1 lint afgepakt => (=TAG), bal verplicht overspelen. Bij 5 succesvolle TAGS gaat de bal naar de tegenstander.

	2 linten afgepakt => bal gaat over naar tegenstander (kan door verschillende verdedigers zijn) De verdediger houdt het lint boven zijn hoofd en roept luid **'tag'**. De scheidrechter telt hardop het aantal tags. Verdedigers moeten één meter afstand naar achteren nemen om de baldrager de bal te laten spelen naar een medespeler. Ze mogen onder geen beding de bal uit de handen slaan van de tegenpartij of de tegenpartij ernstig hinderen om de bal te spelen. De baldrager mag niet 360 graden om zijn as (rondjes maken) draaien om de tackelaar te ontwijken. Eenmaal getackeld, moet de baldrager zo snel mogelijk stoppen en de bal binnen 2 seconden passen naar een medespeler. Beginnelingen krijgen meer tijd. Spelers kunnen nog 1 stap zetten om te scoren nadat ze zijn getackeld. Als ze door hun snelheid meerdere stappen hebben gezet, dan moeten ze de bal passen naar een medespeler, ook als ze dan al over de trylijn zijn. Lint(en) moeten door de "tackelaar" terug worden gegeven aan de "getackelde" (dus niet op de grond gooien) Na het tackelen, mogen de tackelaar als de getackelde speler niet eerder aan het spel deelnemen als dat de getackelde speler: - de tag heeft teruggekregen van de tackelaar en; - deze weer aan de band rondom de heup bevestigd heeft. Pas dan mogen beide spelers weer aansluiten bij hun team en weer deelnemen aan het spel.
Off Side	Na een TAG moeten de verdedigers achter de buitenspellijn staan. De spelers die in off-side positie toch deelnemen aan het spel worden eerst gewaarschuwd. Als er herhaaldelijk sprake is van buitenspel, zal de scheidsrechter over gaan tot een vrije pass. De scheidrechter ziet toe dat er geen verdedigers bewust blijven hangen om zo een pass van de aanvallende partij te voorkomen. De scheidsrechter kan dit kenbaar maken door te roepen "achter de bal".
Bijzonderheden	In overleg, bv bij de Guppen, kan er besloten worden om na 6 Tag's (1 lintje er maar afgetrokken) de bal aan de andere partij te geven.
Opmerkingen	Verdedigers mogen onder geen beding de bal uit de handen slaan van het aanvallende team of dat team ernstig hinderen om de bal te spelen.
Strafmaatregelen	De speler die een ernstige overtreding begaat (gevaarlijk spel, opstandigheid, wangedrag) kan een officiële waarschuwing krijgen of eruit gestuurd worden. Wordt er een speler uitgestuurd dan roept de scheidsrechter de betreffende speler en zijn coach bij zich om uit te leggen waarom hij/zij deze beslissing neemt. De scheidsrechter adviseert de coach om een wisselspeler in te brengen voor de speler die uit het veld is gestuurd.

ADVIES		

Een try is 1 punt.

Regels toepassen maar wees niet té strikt/streng maar ook niet te soepel. Een goede mix en een coachende scheidsrechter houdt het spel voor deze leeftijd levendig en leuk.

Let goed op de afstand van minimaal 5 meter van het verdedigend team bij aanvang of herstart.

Deel indien mogelijk leeftijdsgroepen in naar 1 geboorte jaar, team U7 tegen elkaar te laten spelen en hetzelfde voor U8 spelers. Dit advies dient als opmaat naar eenjarige leeftijdscategorieën in de toekomst.

In het kader van de algemene opleiding van spelers en in het bijzonder de voorbereiding van 2e jaars Turven op de overgang naar de Benjamins het seizoen daarop, kunnen teams in de loop van het seizoen tijdens trainingen kiezen voor het spelen met tackle i.p.v. TAG's.
Voor wedstrijden in districtverband bij voorkeur niet eerder dan maart en in samenspraak met de tegenstander en scheidrechter beslissen of er met tackle i.p.v. TAG's wordt gespeeld.

BENJAMINS

ALGEMEEN	
Aantal spelers	8
Wissels	Onbeperkt.
Bijzonderheden	Teams hebben altijd een gelijk aantal spelers...
Veldgrootte	60 x 35 meter exclusief trygebieden van 5 meter diep (in de breedte van het hoofdveld, tussen de 10 meter lijn en de 5 meter lijn, de trygebieden liggen tussen de uitlijn en de 5 meter lijn).
Balmaat	3
Wedstrijdduur	2 x 15 minuten (enkele wedstrijd). 2 x 10 minuten (2 wedstrijden). Maximaal 60 minuten speeltijd per dag (behoudens grote toernooien)
Bijzonderheden	Geen blessuretijd bijtellen.
Scrum	3-mans scrum. “Uncontested”: er mag niet gedrukt worden. Team dat de bal ingooit wint de bal.
Line-out	Geen. Spelhervatting d.m.v. vrije pass.
Kicken	Kicken (direct) vanuit de hand is toegestaan over het gehele veld. Het schoppen tegen de bal op de grond mag niet en wordt bestraft met een free kick voor het andere team.
Bijzonderheden	Rechtstreeks uit: Volgens geldende regels. (spelhervatting door middel van free kick van waar de bal werd uitgekickt). Geen ‘22’ metergebied.
Hand-off	Niet toegestaan. (=gevaarlijk spel = sanctie penalty)
Bijzonderheden	Bal mag in één arm gedragen worden zolang de andere arm/hand niet als hand-off wordt gebruikt.
Tackelen	Onder de navel. Niet op de bal tackelen (ontmoedig maul-vorming, bevorder tackle- en off-load-vaardigheden)
Bijzonderheden	Geen slingertackles. Geen hoge tackles. Geen spear ("tip") tackles. Geen lift tackles
Frontal charge	Niet toegestaan is rechtstreeks tegen een tegenstander (verdediger) aanlopen. (=gevaarlijk spel = sanctie penalty) Er is een grote kans op blessures als iemand op snelheid recht tegen een stilstaande verdediger aanloopt.
Bijzonderheden	Speler mag nog steeds contact opzoeken als de speler de looplijn verandert en wordt hiermee gestimuleerd om de schouders en ruimte aan te vallen.
Gevaarlijk spel	Direct affluiten, geen voordeel laten spelen.

BASISREGELS	
Aanvang/herstart bij try	Vrije pass midden van het veld.
Hoe?	Startende speler houdt bal in de hand en tikt met zijn voet de bal aan om vervolgens aan een medespeler af te spelen. De ontvangende speler moet tenminste op 2 meter achter de startende speler staan. De ontvangende speler mag pas gaan oplopen op het moment van de pass.
Line-out	Vrije pass waar speler uit ging op 2 meter van de zijlijn en minimaal 5 meter van de tryline.
Scrum	Bij lichte overtredingen conform de geldende spelregels.
Hoe	3-Mans scrum. De drie spelers dichtst bij de bal vormen de scrum. "Uncontested". Ingooiende partij wint de bal. Scrum-half ingooiende partij moet passen. Scrum-half van de niet ingooiende partij moet achter zijn scrum staan (niet schuin ernaast) en mag pas oplopen als de bal wordt gepasst.
Afstand Driekwarten	5 meter achter de laatste voet van de scrum en mogen pas oplopen als de bal door de scrum-half wordt gepasst.
Waar	Op de plek van de overtreding op minimaal 5 meter van de tryline en 2 meter van de zijlijn.
Drop-out	Vrije pass op 10 meter van de tryline.
Penalty/Free kick	Op de plek van de overtreding minimaal 2 meter van de zijlijn en 5 meter van de tryline (gegeven conform de geldende spelregels).
Hoe	Op dezelfde wijze als de (her)start van de wedstrijd.
Afstand	Tegenstanders op 5 meter afstand. Pas oplopen wanneer de bal door de speler van de aanvallende partij met zijn/haar voet heeft aangetikt.
Bijzonderheden	De startende speler moet eerst de bal afpassen en mag niet zelf met de bal gaan lopen. Bij aanvang/herstart hoeft de bal bij het aantikken met voet niet even losgelaten worden.
Maul	Een maul bestaat uit maximaal 4 spelers. Buiten de baldrager en diens tegenstander, mogen maximaal 1 speler van elk team deelnemen aan de maul. Sanctie: free kick. Indien de Maul langer duurt dan 5 seconden zal de scheidsrechter aangeven dat de bal binnen 3 tellen uit de Maul moet komen. Na 3 tellen affluiten. Spelhervatting is voor het team dat **niet** de bal inbracht.
Bijzonderheden	Niet tackelen in een Maul of de Maul laten instorten.
Ruck	Buiten de tackelaar en de getackelde mag er maximaal 1 speler van elk team deelnemen in de ruck. Sanctie: free kick. Bij positie over de bal moeten hoofd en schouder boven de heupen blijven.
Opmerkingen	Spelers die niet met beide voeten op de grond staan moeten de bal direct loslaten en/of plaatsen cq passen.

Strafmaatregelen	De speler die een ernstige overtreding begaat (gevaarlijk spel, opstandigheid, wangedrag) kan een officiële waarschuwing krijgen of eruit gestuurd worden. Wordt er een speler uitgestuurd dan roept de scheidsrechter de betreffende speler en zijn coach bij zich om uit te leggen waarom hij/zij deze beslissing neemt. De scheidsrechter adviseert de coach om een wisselspeler in te brengen voor de speler die uit het veld is gestuurd.

ADVIES		
Buiten deze aanpassingen gelden de officiële spelregels voor senioren. Overtredingen in het trygebied worden bestraft gelijk overtredingen in het veld. Let goed op de juiste afstand van het verdedigend team bij aanvang of herstart. Deel indien mogelijk leeftijdsgroepen in naar 1 geboorte jaar, team U9 tegen elkaar te laten spelen en hetzelfde voor U10 spelers. Dit advies dient als opmaat naar eenjarige leeftijdscategorieën in de toekomst.		

MINI'S

ALGEMEEN	
Aantal spelers	12 (5 voorwaartsen / 7 driekwarten)
Wissels	onbeperkt
Bijzonderheden	Teams hebben altijd een gelijk aantal spelers.
Veldgrootte	70 x 45 meter exclusief trygebieden van 5 meter diep. In de breedte van het hoofdveld, in de lengte tussen de zijlijnen van het hoofdveld (exclusief de trygebieden) en in de breedte tussen de middenlijn en de 5 meterlijn.
22 meter gebied	Tussen tryline (=zijlijn hoofdveld) en 15-meter lijn.
Balmaat	4
Wedstrijdduur	2 x 18 minuten (enkele wedstrijd) 2 x 12 minuten (2 wedstrijden) Maximaal 60 minuten speeltijd per dag (behoudens grote toernooien)
Bijzonderheden	Geen blessuretijd bijtellen (strafschop altijd nog laten nemen).
Scrum	5-mans scrum "contested" Push voor bal winst. Zodra de bal bij de tweede rij is moet de push stoppen
Bijzonderheden	Scheidsrechter begeleidt ingaan in scrum met: Crouch – Bind – Set. Set staat voor ingaan zonder push met focus op houding (rustig posities kiezen). Scheidsrechter geeft 'stop push' aan.
Line-out	Ja, met 2 tot 4 spelers van elk team zonder spelers te liften en uncontested. Wel recht ingooien!
Bijzonderheden	Uncontested: het ingooiende team vangt de bal. De balvanger passt de bal of gaat zelf lopen. Dan is pas contact toegestaan door de tegenstander. Bij herhaald scheef ingooien, is de sanctie een reverse line-out (het andere team neemt de line-out.
Kicken	Kicken vanuit de hand is toegestaan over het gehele veld. Het schoppen tegen de bal op de grond mag niet en wordt bestraft met een free kick voor het andere team. Kick bij een penalty of free kick is toegestaan over het gehele veld.
Hand-off	Toegestaan, alleen op het lichaam (schouder en lager) en niet in het gezicht van de tegenstander, tenzij tijdens de wedstrijd de scheidsrechter van mening is dat de hand-off voor onveilige situaties zorgt door het (veelvuldig) niet op correcte wijze toepassen van de hand-off.
Bijzonderheden	De hand-off wordt gedaan met de palm van de hand op het lichaam van de verdediger, onder de schouders, met gestrekte arm door de baldrager. Geen slaande bewegingen dus. (=gevaarlijk spel = sanctie penalty)
Tackelen	Onder de navel. Niet op de bal tackelen. (ontmoedig de maul-vorming, bevorder de tackle- en off-load-vaardigheden)

Bijzonderheden	Geen slingertackles. Geen hoge tackles. Geen spear ("tip") tackles. Geen lift tackles
Frontal charge	Niet toegestaan is rechtstreeks tegen een tegenstander (verdediger) aanlopen. (=gevaarlijk spel = sanctie penalty) Er is een grote kans op blessures als iemand op snelheid recht tegen een stilstaande verdediger aanloopt.
Bijzonderheden	Speler mag nog steeds contact opzoeken als de speler de looplijn verandert en wordt hiermee gestimuleerd om de schouders en ruimte aan te vallen.
Gevaarlijk spel	Direct affluiten, geen voordeel laten spelen.

BASISREGELS	
Aanvang/herstart bij try	Dropkick midden van het veld, kick minimaal 7 meter ver.
Herstart	Naar gelang situatie: Scrum Line-out Dropkick Penalty Free kick
Line-out	Op de plaats waar bal over de zijlijn ging en/of rekening houdend met de geldende spelregels. Minimaal 5 meter van de tryline af.
Hoe	Uncontested en rekening houdend met het navolgende: - 1e speler op 2 meter van de zijlijn, achterste speler niet verder dan 8 meter van zijlijn. - Tenminste 2 spelers van elk team in line-out. 1 Speler, doorgaans de - - Hooker, van het niet ingooiende team moet aan de eigen zijde op minstens 1 meter van de ingooiende lijn en 1 meter van de 2 meter lijn staan. - Niet liften. - Het verdedigende team mag pas in actie komen wanneer: - de vangende speler een pass heeft gegeven naar een andere speler; - de vangende speler nadat hij of zij de bal heeft gevangen met de bal in de hand gaat lopen en daarmee een eind maakt aan de line-out; - Het is de verdediging niet toegestaan vroegtijdig de gain-line te passeren om de scrum half (of een daaraan gelijkgestelde speler) aan te vallen. (zie ook blz. 8) - De vangende speler moet direct de bal passen of gaan lopen. Het is dus niet toegestaan de vangende speler, vaak nog met zijn armen in de lucht, direct te tackelen. (=gevaarlijk spel = sanctie penalty ter hoogte line-out en 8 meter van de zijlijn).
Afstand driekwarten	7 Meter, behoudens de speler die tijdens de line-out als scrum-half fungeert. Voor het overige zijn de geldende spelregels van toepassing.

Scrum	Bij lichte overtredingen conform de geldende rugbyregels
Hoe	5-mans scrum, “contested" Push voor bal winst. Zodra de bal bij de tweede rij is moet de push stoppen Scrumhalf van de niet ingooiende partij moet achter zijn scrum staan (niet schuin ernaast) en mag pas oplopen als de bal uit de scrum is. De scrum-half die de bal ingooit, moet, als zijn team de bal verliest, zich echter ook terugtrekken achter de scrum (buitenspellijn). Bij wheel van scrum, meer dan 45° de scrum opnieuw formeren, de ingooi blijft bij hetzelfde team.
Afstand Driekwarten	5 Meter achter de laatste voet van de achterste speler in de scrum
Waar	Plaats van overtreding op minimaal 5 meter van de tryline en 2 meter van de zijlijn.
Drop-out	Dropkick op 15 meter van de tryline.
Penalty/Free kick	Op de plek van de overtreding minimaal 2 meter van de zijlijn en 5 meter van de tryline (gegeven conform de geldende Rugby regels).
Hoe	Startende speler houdt bal in hand (of bal op de grond) en tikt met zijn voet de bal aan om vervolgens aan een medespeler af te spelen of zelf te gaan lopen. De ontvangende speler mag pas gaan lopen wanneer de bal met de voet is aangeraakt.
Afstand	De tegenstander dient op 7 meter afstand te blijven totdat de speler van de aanvallende partij met zijn/haar voet de bal heeft aangetikt.
Bijzonderheden	De startende speler mag zelf met de bal gaan lopen. Snel nemen van de free- of penaltykick is toegestaan.
Maul	Een maul bestaat uit maximaal 6 spelers. Buiten de baldrager en diens tegenstander, mogen maximaal 2 spelers van elk team deelnemen aan de maul. Sanctie: free kick. Indien de Maul langer duurt dan 5 seconden zal de scheidsrechter aangeven dat de bal binnen 3 tellen uit de Maul moet komen. Na 3 tellen affluiten. Bal is voor het team wat **niet** de bal inbracht.
Bijzonderheden	Niet tackelen in een Maul of de Maul laten instorten.
Ruck	Buiten de tackelaar en de getackelde mogen er maximaal 2 spelers van elk team deelnemen in de ruck. Sanctie free kick. Bij positie over de bal moeten hoofd en schouder boven de heupen blijven.
Opmerkingen	Spelers die niet met beide voeten op de grond staan moeten de bal direct los laten en/of plaatsen c.q. passen.
Strafmaatregelen	De speler die een ernstige overtreding begaat (gevaarlijk spel, opstandigheid, wangedrag) kan een officiële waarschuwing krijgen of eruit gestuurd worden. Wordt er een speler uitgestuurd dan roept de scheidsrechter de betreffende speler en zijn coach bij zich om uit te leggen waarom hij/zij deze beslissing neemt. De scheidsrechter adviseert de coach om een wisselspeler in te brengen voor de speler die uit het veld is gestuurd.

ADVIES		
Buiten deze aanpassingen gelden de officiële spelregels voor senioren. Overtredingen in het trygebied worden bestraft gelijk overtredingen in het veld. Let goed op de juiste afstand van het verdedigend team bij aanvang of herstart. Beoogd doel bij kicken over het hele veld: extra opties voor aanvallen, verdediging meer rekening houden met positionering, betere ontwikkeling en aansluiting met Cubs. Ontwikkelen en toepassen kicking skills. Aanvallend kicken leert spelers beter ruimte herkennen achter de verdedigingslijn en maakt het spel sneller en dynamischer. (kicken van bal op grond blijft verboden om gevaarlijke situaties te voorkomen)		

AFWIJKENDE SPELREGELS VOOR CUBS, JUNIOREN EN COLTS

Voor de leeftijdsgroepen Cubs, Junioren en Colts, gelden de officiële 15-a-side regels behoudens enkele aanpassingen:

WEDSTRIJDDUUR		
Cubs	2 x 25 minuten	
Junioren	2 x 30 minuten	
Colts	2 x 35 minuten	

BIJTELLING BLESSURETIJD

Wedstrijden verlengen en zo ja voor hoelang in geval van gelijk spel in een "Knock-out" competitie worden nader vastgesteld door de competitieleider en/of toernooileiding. De competitieleider en/of toernooileiding kan ook beslissen op een andere wijze de winnaar te bepalen. Voorafgaand aan de wedstrijd dient dit duidelijk voor beide teams te zijn.

CROC-ROLL

De croc roll is voor de jeugd **niet** toegestaan.
De croc-roll is een manier om in een ruck de over de bal staande tegenstander van de bal halen door deze te hitten, armen om hem heen te slaan en samen met hem zijwaarts weg te rollen in een soort judo rol.

SQUEEZE BALL

De squeeze ball is voor de jeugd **niet** toegestaan
Squeeze ball is de bal naar achter brengen tussen je benen door vanuit een knielende positie (zie voorbeeld: Squeeze Ball)

TACKEL HOOGTE

a) Tackelen beneden het borstbeen. Een tackel die start of eindigt boven de toegestane hoogte resulteert in een penalty kick. De speler in overtreding loopt de kans op een mogelijke gele of rode kaart.
b) Tweede tackelaar mag zoals hiervoor beschreven bij a.
c) Aankomende spelers kunnen proberen te concurreren of de bal te stelen.
d) De scheidsrechter zal bij de beoordeling van wel of niet een te hoge tackle (grensgevallen) in de besluitvorming meenemen of de baldrager de bal nog heeft kunnen afspelen. De scheidsrechter kan in een dergelijk grensgeval, waarbij de bal is afgespeeld, zonder voordeel laten doorspelen.
e) De baldrager mag niets doen dat roekeloos of gevaarlijk is voor anderen. Bijvoorbeeld door vlak voor contact het bovenlichaam op een dusdanige wijze naar beneden te brengen, waardoor er voor de tackellaar een gevaar ontstaat. Voor de beoordeling van de situatie door de scheidsrechter wordt tevens gekeken of de baldrager een poging tot ontwijken deed op het moment van contact.
f) De baldrager kan vanuit de ruck een pick & go doen. Hiermee wordt erkend dat de tackle in dat geval hoger kan uitvallen, maar waarbij contact met het hoofd van de baldrager vermeden moet worden. Sanctie is gelijk aan de huidige regelgeving World Rugby.

FRONTAL CHARGE

CUBS EN JUNIOREN:
Niet toegestaan is rechtstreeks tegen een tegenstander (verdediger) aanlopen. Er is een grote kans op blessures als iemand op snelheid recht tegen een stilstaande verdediger aanloopt
(=gevaarlijk spel = sanctie penalty).

LINE-OUT

CUBS:
Bij de Cubs is support geven ofwel ondersteunen tijdens de sprong op geen enkele manier toegestaan, en dus moeten spelers weer met beide benen op de grond staan na het springen vóórdat andere spelers mogen binden.

COLTS EN JUNIOREN:
Hiervoor gelden dezelfde regels als voor de senioren.

HAND-OFF

CUBS EN JUNIOREN:
Hand-off alleen op het lichaam toegestaan (schouder en lager) en niet in het gezicht van de tegenstander.

SCRUM

CUBS, JUNIOREN EN COLTS:
In een 8-mans scrum moet de formatie 3-4-1 zijn met één speler op het eind (normaal de Nr.8) die bindt tussen de locks (tweede rijers) welke moeten binden, elk met hun hoofd aan een andere zijde van de hooker.

Uitzondering:
Als een team niet in staat is een volledig team op te stellen, hetzij vanwege de beschikbaarheid van het aantal spelers, hetzij omdat één of meerdere spelers uit het veld zijn weggestuurd wegens spelbederf, hetzij vanwege een blessure, dan moet het aantal spelers in de scrum van elk team gelijk zijn. Het is niet toegestaan om, indien een ¾ speler uit het veld is gestuurd vermindering van het aantal spelers in de scrum te eisen bijvoorbeeld doordat een scrum speler de plek in de ¾ gaat opvullen.

Ook rekening houdend met bovengenoemde uitzondering, mogen er nooit minder dan vijf spelers van elk team in de scrum staan.

Als een team niet in staat is, om welke reden dan ook, een volledig team op te stellen of in het veld te houden, dan is de formatie van de scrum als volgt:
Als een team 1 speler mist, moeten beide scrums een 3-4 formatie hebben (i.e. zonder Nr.8).
Als een team 2 spelers mist, moeten beide scrums een 3-2-1 formatie hebben (i.e. zonder flankers),
Als een team 3 spelers mist, moeten beide scrums een 3-2 formatie hebben (i.e. alleen een eerste rij met twee locks).

Om een normale scrum te kunnen laten plaatsvinden, moeten de spelers op de posities in de eerste en in de tweede rij afdoende getraind zijn voor deze posities. Indien echter een team:
- niet in staat is om getrainde spelers op te stellen bij het begin van de wedstrijd of tijdens de wedstrijd wegens een gebrek aan spelers, of
- niet in staat is om een getrainde vervanger voor een geblesseerde speler op één van deze vijf posities op te stellen, of
- te maken krijgt met het feit dat van deze spelers er één of meer zijn weggestuurd vanwege spelbederf en er zijn geen getrainde spelers beschikbaar

dan:
moet de scheidsrechter een gesimuleerde ('veteranenscrum' of uncontested scrum) geven.

De 'veteranenscrum' of uncontested scrum is een normale scrum behalve dat:
- Er geen gevecht is om de bal.
- Het team dat ingooit wint de bal,
- Geen van de teams mag naar voren gaan.

EERSTE RIJ

Gelet op veiligheid en internationale regels is het niet toegestaan om in de eerste rij een verschil van leeftijd te hebben van meer dan 2 jaar. Een omhoog gedispenseerde speler die op de eerste rij wilt spelen moet een aanvullende dispensatie aanvragen. Zie hiervoor het Dispensatiereglement. Een speler die omlaag is gedispenseerd mag **niet** in de eerste rij spelen. Indien niet anders mogelijk zal er met een onbetwiste (uncontested) scrum gespeeld moeten worden.

HET INKOMEN DOOR EERSTE RIJERS IN DE SCRUM

Conform de spelregels

Niet "wheelen".
Een scrum mag niet opzettelijk worden gewheeld. Straf: penaltykick.
De scheidsrechter moet het spel stoppen als een onopzettelijke wheel de 45 graden bereikt. De scrum wordt opnieuw geformeerd op de plaats van de stopzetting. Hetzelfde team gooit in.

Maximaal 1,5 meter push.
Het is verboden om de tegenstander meer dan 1,5 meter over de oorspronkelijke middellijn van de scrum in de richting van de tryline te duwen. Straf: freekick.

Uit de scrum brengen van de bal.
Een speler mag niet opzettelijk de bal in de scrum houden, wanneer deze gecontroleerd achter in de scrum is gebracht. Straf: freekick.

CUBS:
Voor de Cubs geldt, naast de bovenstaande regels voor Colts en Junioren, tevens het volgende:
De scrum-half die niet de bal ingooit in de scrum, mag zich niet voorbij de middellijn van de scrum begeven voordat de bal uit de scrum is, dus niet de scrum-half volgen. Wint de tegenstander de bal in de scrum, dan geldt ditzelfde voor de scrum-half die de bal had inbracht.

WISSELS

CJC: doorwisselen tijdens de wedstrijden is toegestaan. Een wissel kan alleen plaatsvinden wanneer het spel doodligt en met melding aan scheidsrechter. Indien een team zich niet aan deze regel houdt kan de scheidsrechter een penalty kick toewijzen aan het andere team op de plek waar op dat moment het spel zich afspeelde. Met inachtneming van Internationale regels m.b.t. wissels eerste rij, bloedwissels, onderzoek hersenschudding (“Head Injury Assessment”) en wissel veroorzaakt door “foul play”.

SIN BIN

7,5 minuut (Cubs en Junioren) of 10 (Colts) minuten zuivere speeltijd.

SPELPLEZIER & ONTWIKKELING

CUBS EN JUNIOREN:
Maximale score +45 (in de Cup en Plate competitie geldt deze regel niet)
Indien er een stand van 45 punten of meer verschil is behaald stopt de scheidsrechter de wedstrijd en zal dit de eindstand zijn. Het restant van de wedstrijd zal gespeeld worden, maar teams worden gestimuleerd om te zorgen voor gelijkwaardige teams. Dit kan door sterke spelers te wisselen en/of bij de tegenstander te laten spelen zodat er balans komt. Hiermee zullen teams zich sneller ontwikkelen en bevordert dit het spelplezier voor alle partijen.

Doelsaldo: Doelsaldo zal niet meer zichtbaar zijn op de website voor het algemene publiek.

ADVIES VAN RUGBY NEDERLAND

Rugby Nederland adviseert verenigingen om alle spelers op het wedstrijdformulier minimaal een halve wedstrijd te laten spelen. Ontwikkelen doe je door te spelen dus spelers moeten allemaal evenveel spelen.

REGELS BEACHRUGBY VAN TURVEN, BENJAMINS EN MINI'S

Voor het beachrugby gelden dezelfde regels als voor het bekende 15 mans rugby, met uitzondering van onderstaande regels:

1. Een Turventeam bestaat uit 8-10 spelers: 5 spelers in het veld en 3-5 reserves.
2. Een Benjaminteam bestaat uit 10-11 spelers: 7 spelers in het veld en 3-4 reserves.
3. Een miniteam bestaat uit 10-14 spelers: 7 – 9 spelers in het veld en 3-5 reserves
4. Het veld moet van los zand zijn en omlijnd worden door een duidelijk zichtbare lijn.
5. Afmeting Turven veld 25x15. Afmeting Benjamins veld 35x25. Afmeting Miniveld 50x35.
6. Het trygebied kan eventueel worden opgedeeld in vakken die dan een verschillende puntenwaardering krijgen. (middelst 3 punten, 2 daarnaast 2 punten en de twee buitenste vakken 1 punt.) Indien 1 trygebied dan is een try 1 punt.
7. Turven en Benjamins spelen met een nr. 3 rugbybal, de mini's met een nr. 4 rugbybal.

AANGEPASTE REGELS

Naast andere regels kent het beachrugby ook aangepaste regels:

1. **De kick-off van de wedstrijd** is voor het team dat de toss wint. De kick-off vindt plaats d.m.v. een tapkick.
2. **De kick-off van de 2e helft** is voor het andere team, ook d.m.v. een tapkick.
3. **De kick-off na een score** wordt genomen door het team dat de try tegen kreeg en een speler doet dit op dezelfde manier zoals een penaltykick genomen wordt. Uit de handen op de voet (niet op de knie) en weer vangen waarna hij mag passen of aanvallen.
4. **Tackelen.** Turven begin van het seizoen Tag rugby, na februari van dat seizoen tackle niet hoger dan de navel. Benjamins en Mini's conform de geldende aangepaste jeugdregels.
5. **Kicken.** Het is niet toegestaan om te kicken.
6. **Lineout** gebeurt via een tapkick langs de lijn (1-2 meter van de zijlijn) en wordt onmiddellijk gevolgd door een pass.
7. **Scrum.** Turven en Benjamins geen scrum, mini's 3 man scrum contested.
8. **Reservespelers.** Er mag continu doorgewisseld worden. Een reservespeler mag het speelveld pas betreden als de speler die het veld verlaat ook daadwerkelijk het veld heeft verlaten.
9. **Speeltijd.** Een Turvenwedstrijd duurt in totaal 10 minuten, 5 minuten per helft. Een Benjaminwedstrijd duurt in totaal 12 minuten, 6 minuten per helft. Een miniwedstrijd duurt in totaal 14 minuten, 7 minuten per helft. Na de 1e speelhelft wordt er gewisseld van kant en direct doorgespeeld. De scheidsrechter beslist uiteindelijk over de totale speeltijd.
10. **Blessuretijd.** Als meer dan een minuut zuivere speeltijd verloren gaat aan een blessurebehandeling, wordt tijd bijgetrokken. In de eerste helft gaat dit ten koste van de rust, in de tweede helft wordt deze tijd bijgetrokken.
11. **Uitrusting.** De spelers van 1 team moeten **dezelfde shirts, shorts en sokken** dragen. Schoenen zijn verboden.

De toernooiorganisatie van een beachtoernooi kan afwijken van bovenstaande en/of aangeven wat van toepassing is b.v. toegestaan aantal spelers/reserves.

REGELS BEACHRUGBY VAN CUBS T/M COLTS

Voor het beachrugby gelden dezelfde regels als voor het bekende 15 mans rugby, met uitzondering van onderstaande regels:

1. **Een team bestaat uit 10 spelers: 7 spelers in het veld en 3 reserves.**
2. Het veld moet van los zand zijn en omlijnd worden door een duidelijk zichtbare lijn.
3. De afmeting van het veld is 60 x 35 meter, de lengte is inclusief de trygebieden van beide helften (ieder 5 meter).
4. Er worden geen palen gebruikt. Het trygebied wordt opgedeeld in vakken die een verschillende puntenwaardering krijgen of in 1 trygebied.
5. Er wordt gespeeld met een nr. 4 rugbybal.

AANGEPASTE REGELS

Naast andere regels kent het beachrugby ook aangepaste regels:

1. **De kick-off van de wedstrijd** is voor het team dat de toss wint. De kick-off vindt plaats d.m.v. een placekick.
2. **De kick-off van de tweede helft** is voor het andere team, ook d.m.v. een placekick.
3. **De kick-off na een score** wordt genomen door het team dat de try tegen kreeg en een speler doet dit op dezelfde manier zoals een penaltykick genomen wordt. Uit de handen op de voet (niet op de knie) en weer vangen waarna hij mag passen of aanvallen.
4. KICKEN: Het is niet toegestaan om te kicken voor terreinwinst. Ook is het niet mogelijk om ‘in touch’ te kicken, d.w.z. onder druk de bal uitschoppen (in 15-a-side vanuit de ‘22’). De straf hiervoor is een freekick (die niet gekickt mag worden).
5. Vanwege het puntenwaarderingsysteem en het ontbreken van palen, volgt er **geen conversie** op een try.
6. DE SCRUM: Er wordt een driemanscrum geformeerd, waarbij de scrum-half van het team, dat de bal niet in de scrum brengt, achter de off-side lijn van zijn eigen scrum moet blijven.
7. LINEOUT: De line-out mag uit maximaal 2 spelers bestaan. Een derde speler gooit de bal in. De bal moet 3 meter afgelegd hebben voordat een speler de bal mag aanraken. De spelers die niet in de lineout staan, moeten een afstand in acht nemen van 5 meter. Zij mogen oplopen indien een van de spelers de bal heeft aangeraakt.
8. PUNTENTELLING: Voor een try in de buitenste gebieden krijgt een team 3 punten, voor de twee ernaast 4 punten en voor een try in het midden 5 punten. Indien 1 trygebied dan 5 punten per try.
9. RESERVESPELERS: Voor het wisselen van spelers wordt gebruik gemaakt van de ijshockeyregel: continu ‘door wisselen’.
10. Een reservespeler mag het speelveld pas betreden als de speler die het veld verlaat ook daadwerkelijk het veld heeft verlaten.
11. SPEELTIJD: Een wedstrijd duurt in totaal 12 minuten, 6 minuten per helft. De rust is 3 minuten. Enige uitzondering is de finale die 2 x 7 minuten duurt. Als meer dan een minuut zuivere speeltijd verloren gaat aan een blessurebehandeling, wordt tijd bijgetrokken. In de eerste helft gaat dit ten koste van de rust, in de tweede helft wordt deze tijd bijgetrokken.
12. GELIJK SPEL IN DE KNOCK-OUTRONDES: Als een wedstrijd in een knock-outronde eindigt in een gelijkspel, wint het team dat de meeste 5-punts tries heeft gescoord. Indien dit gelijk is; de meeste 4-punts tries en als dit gelijk is de meeste 3-punts tries. Is dit ook gelijk, dan geldt het volgende: Het team dat de meeste tries scoort in een 1-tegen-1 situatie. Na de toss start de aanvaller op de middellijn, de verdediger op de try-lijn. Zodra de aanvaller begint mag de verdediger oplopen. Als de aanvaller met zijn lichaam en/ of met 1 knie op de grond komt, moet de poging worden gestaakt. Als dit geen winnaar oplevert, wordt de serie doorgezet op basis van ‘sudden death’. Om en om tot een team mist waar de ander scoort.
13. UITRUSTING: De spelers van 1 team moeten **dezelfde shirts, shorts en sokken** dragen. **Schoenen zijn verboden** behalve schoenen met een zeer soepele zool, zoals boks- of worstelschoenen. Ter bescherming van de voeten wordt de spelers aangeraden **twee paar sokken** over elkaar te dragen.

De toernooiorganisatie van een beachtoernooi kan afwijken van bovenstaande en/of aangeven wat van toepassing is b.v. toegestaan aantal spelers/reserves.