



**KARJALAN
RUGBY**

Syöttäminen

"The ball is our precious.."

Joku voi kertoa sinulle kuinka syötetään, mutta kukaan ei voi opettaa sinua syöttämään. Sen oppii vain harjoittelemalla. Löydä oma tapasi.

Syöttöjä on olemassa paljon erilaisia, eikä ole vain yhtä oikeaa tapaa syöttää. Syöttötyyli ja -tapa valitaan tilannekohtaisesti mm. seuraavien asioiden perusteella:

1. Etäisyys (lyhyt tai pitkä syöttö)
2. Tarkoitus (eteneminen, pelin levittäminen tai esim. purkupotku)
3. Sääolosuhteet (sade, tuuli, kylmyys jne.)
4. Omat taidot (vältetään turhia riskejä -> ei haluta menettää palloa!)

Syötön kaksi tärkeintä asiaa:

1. Kohde (vaihtelee tarkoituksen mukaan)
2. Tapa (valitse oikea syöttötapa tilanteen mukaan)

Kohde: Rinnan ja vyötärön välimaastoon.

Paikallaan oleva pelaaja: käsivarren mitan päähän.

Liikkuva pelaaja: Siihen missä oletat kaverin olevan syötön saavuttaessa hänet. (huom. tunnettava joukkuetovereiden nopeus!)

Mieluummin liian korkealle kuin liian matalalle.

Mieluummin liian eteen kuin liian taakse.

Tapa: Spin / Suora / Vatsa / Pop / Dive / jne.

Mieti minkälainen syöttö mihinkin tilanteeseen - riippuu myös

vastaanottajasta! Eri pelipaikoilla korostuu tietynlaiset syötöt, mutta jokaisen

on osattava syöttää monilla eri tavoin, että pelitilanteessa on varaa valita.

Pallo on meidän kaikista tärkein aarre. ÄLÄ SIIS SYÖTÄ JOS ET OLE VARMA ETTÄ JOKU ON VASTAANOTTAMASSA SYÖTTÖÄ!

Aina kaveri mukana:

-PUHE takana tulevalta pelaajalta (Missä on, mitä tehdään)

-KATSO MINNE SYÖTÄT!

Älä kuitenkaan juokse ja katso sivulle, vaan vilkaise ennen syöttöä, sillä

pallonkantajan on tiedettävä mitä edessä tapahtuu! Esim. jos puolustaja ennakoii ja merkkää sinut huonosti - älä syötäkään vaan mene itse läpi!