

## Was ist Touch Rugby?

Touch Rugby ist eine energetische Sportart, die Geschwindigkeit, Wendigkeit und strategisches Denken in den Vordergrund stellt.

Es ist eine aufregende und schnelle Variante des traditionellen Rugbysports. Anders als beim klassischen Rugby, bei dem physischer Kontakt erwünscht ist, geht es beim Touch Rugby darum, die gegnerischen Spieler zu fangen, anstatt sie zu tackeln. Die Spieler tragen keine Schutzkleidung und der Fokus liegt bei Strategie und Geschicklichkeit. Touch Rugby fördert die Fitness, die Hand-Augen-Koordination und die Teamarbeit und baut auf ein positives soziales Umfeld.

## WAS MACHT TOUCH RUGBY SO BESONDERS?

Touch Rugby zeichnet sich durch eine Reihe von besonderen Merkmalen aus, die es zu einem einzigartigen Sport machen:

1. **Nonkontaktspiel:** Der wohl markanteste Unterschied zu herkömmlichem Rugby ist das Fehlen von Körperkontakt und Tackling. Spieler berühren ihre Gegner leicht mit den Händen, um den Ball zu erobern, was Touch Rugby zu einer sicheren Option für Spieler aller Altersgruppen macht.
2. **Fitness und Bewegung:** Obwohl es keinen Körperkontakt gibt, ist Touch Rugby dennoch ein intensiver Sport, der Laufen, Wendigkeit und Passspiel erfordert. Spieler verbessern ihre Ausdauer, Schnelligkeit und Koordination, während sie Spaß auf dem Spielfeld haben.
3. **Taktik und Strategie:** Touch Rugby mag weniger physisch sein, aber es ist dennoch sehr taktisch. Spieler müssen sich strategisch positionieren, um den Ball voranzutreiben und Gegner zu überlisten. Dies fördert ein tieferes Verständnis für das Spiel und stärkt die geistige Agilität.
4. **Teamarbeit:** Touch Rugby erfordert enge Teamarbeit und Kommunikation. Spieler müssen zusammenarbeiten, um effektive Angriffs- und Verteidigungsstrategien zu entwickeln. Dies stärkt nicht nur die Bindungen innerhalb des Teams, sondern vermittelt auch wertvolle Fähigkeiten für den Alltag.
5. **Inklusivität:** Touch Rugby ist extrem inklusiv und ermöglicht Menschen unterschiedlicher Geschlechter und Altersgruppen die Teilnahme zusammen zu spielen.
6. **Spaß und soziale Bindungen:** Touch Rugby steht für Spaß auf und außerhalb des Spielfelds. Die lockere Atmosphäre fördert den sozialen Austausch und den Aufbau von Freundschaften.

Insgesamt macht die Kombination aus Fitness, Taktik, Teamarbeit, Sicherheit und Spaß Touch Rugby zu einem besonderen Sport, der Menschen jeden Alters und Hintergrunds anzieht und begeistert.

*Bereit, in die Welt von Touch Rugby einzutauchen?*

Egal, ob du ein Rugby-Neuling, bereits ein erfahrener Spieler bist, oder deine Fitness und Fähigkeiten in einem anderen Ballsport verbessern möchtest, der WMTV Touch Rugby Verein in Solingen Wald ist der perfekte Ort, um die Freude am Spiel zu entdecken. Schließe dich uns an und erlebe, wie Touch Rugby dein Leben bereichern kann!

Hier ein paar Youtube links fuer mehr Infos über Touch

[Touch Rules](#)

[Touch Rugby Highlights](#)

Danke an [Touch Rugby Bonn](#), deren Website ich als Vorlage genutzt habe.