



# Matten-Rugby

## Regeln:

- 2 Teams / 1 Ball / 2 Leichtathletik-Matten (gross)
- Frontal sind alle Fouls erlaubt
- Fouls von Seiten und Hinten mit Strafe belegen (Liegestützen / Rumpfbeugen etc.)
- Ziel: Ball auf gegnerische Matte legen

## Optionen:

- ohne Prellen
- verschiedene Arten von Bällen verwenden

