



# Matten-Rugby-Spezial

## Regeln:

- 2 Teams / 1 Ball / 1 Leichtathletik-Matte (gross) 2 kleine Matten Frontal sind alle Fouls erlaubt
- Fouls von Seiten und Hinten mit Strafe belegen (Liegestützen / Rumpfbeugen etc.)
- Ziel: Den Ball auf die Matte legen. Der Ball muss immer abwechselungsweise auf die grosse Matte in der Mitte und dann auf eine der kleinen Matte aussen abgelegt werden, dann wieder in die Mitte, usw. usw.

## Optionen:

- ohne Prellen
- verschiedene Arten von Bällen verwenden

