



# TORNEO PROMOCIÓN “UNIVERSIDAD DE JAÉN”

## RUGBY SEVEN

### 1. DÍAS Y HORARIOS DE ENTRENAMIENTOS Y TORNEO

|  DÍA |  HORA |  SESIÓN |  LUGAR |
|---|--|--|---|
| Miércoles<br><b>23/10/2024</b>  | 19:00h - 20:00h  | <b>ENTRENAMIENTO</b>   | Campo de fútbol<br>rugby Universidad de<br>Jaén   |
| Miércoles<br><b>30/10/2024</b>  | 21:00h - 22:00h  | <b>ENTRENAMIENTO</b>   | Campo de fútbol<br>rugby Universidad de<br>Jaén   |
| Miércoles<br><b>06/11/2024</b>  | 19:00h - 20:00h  | <b>ENTRENAMIENTO</b>   | Campo de fútbol<br>rugby Universidad de<br>Jaén   |
| Miércoles<br><b>13/11/2024</b>  | 21:00h - 22:00h  | <b>ENTRENAMIENTO</b>   | Campo de fútbol<br>rugby Universidad de<br>Jaén   |
| Miércoles<br><b>20/11/2024</b>  | 16:00h - 20:00h  | <b>TORNEO</b>  | Campo de fútbol<br>rugby Universidad de<br>Jaén   |

### 2. INSCRIPCIONES

Para poder inscribirte debes acceder al siguiente enlace e inscribirte en “*Torneo UJA de Promoción de Rugby Seven*”:

<https://uja.i2a.es/CronosWeb/Login>

#### REQUISITOS:

- Tener en vigor la **Tarjeta Deportiva de la UJA** que podrás obtener en el siguiente enlace: <https://www.ujaen.es/servicios/safyd/tarjeta-deportiva>

#### Contacto:

Carmen Carmona +34 662932283



Mínimo deberá haber 7 jugadores/as por equipo y máximo 10.

La competición seguirá el Reglamento de la Federación Española de Rugby.

### 3. MATERIAL E INSTALACIONES

Las sesiones de entrenamientos y el torneo se realizan en el Campo Fútbol y Rugby de la Universidad de Jaén.

#### DIRECCIÓN:

Campos de Fútbol 7 Universidad de Jaén, C. Alcalde Montón Civera, 32, 23071 Jaén.

#### MATERIAL:

- 16 Balones Talla 5.
- Conos.
- 4 escudos protectores.

### 4. ENTRENAMIENTOS

| <b>ENTRENAMIENTO 23/10/2024</b><br><b>FOCO: Ataque</b> |  |                 |
|--|--|-----------------|
| <b>19:00h</b><br>5'                                    | Presentación y bienvenida  |                 |
| <b>19:05h</b><br>15'                                   | Movilidad + Activación   |                 |
| <b>19:20h</b><br>7'                                    | Línea de pases.<br>Variantes:<br><ul style="list-style-type: none"> <li>- Ampliación del campo</li> <li>- Cruces en puntas</li> </ul>                    | Conos y balones |
| <b>19:27h</b><br>15'                                   | Toma de decisiones:<br><ul style="list-style-type: none"> <li>- 1vs1</li> <li>- 2vs1</li> <li>- 2vs 1 + 1</li> <li>- 3vs2</li> <li>- 3vs2 + 1</li> </ul> | Conos y balones |

#### Contacto:

Carmen Carmona +34 662932283



|                      |  |         |
|----------------------|--|---------|
| <b>19:42h</b><br>3'  | AGUA   |         |
| <b>19:45h</b><br>10' | Tocata + 1 (Jugador/a que toca pasa al ataque) | Balones |
| <b>19:55h</b><br>5'  | Feedback<br>FIN ENTRENAMIENTO                  |         |

| ENTRENAMIENTO 30/10/2024 |   |                          |
|--------------------------|---|--------------------------|
| FOCO: Defensa            |   |                          |
| <b>21:00h</b><br>5'      | Presentación y bienvenida                                     |                          |
| <b>21:05h</b><br>15'     | Movilidad + Activación  |                          |
| <b>21:20h</b><br>7'      | 1vs1 espacio abierto<br>- Encuadre defensivo<br>- Placaje     | Conos, balones y escudos |
| <b>21:27h</b><br>7'      | 2vs2 espacio abierto<br>- Organización defensiva<br>- Placaje | Conos, balones y escudos |
| <b>21:37h</b><br>10'     | 5vs5<br>- Colocación defensiva<br>- Placaje                   | Conos, balones y escudos |
| <b>21:40h</b><br>3'      | AGUA  |                          |
| <b>21:43h</b><br>10'     | 7vs7<br>- Organización defensiva<br>- Placaje                 | Balones                  |

**Contacto:**

Carmen Carmona +34 662932283



|               |                   |
|---------------|-------------------|
| <b>21:55h</b> | Feedback          |
| 5'            | FIN ENTRENAMIENTO |

**ENTRENAMIENTO 06/11/2024**  
**FOCO: Delantera: melé; 3/4 : lanzamientos de juego.**

|               |                                |                 |
|---------------|--------------------------------|-----------------|
| <b>19:00h</b> | Presentación y bienvenida      |                 |
| 5'            |                                |                 |
| <b>19:05h</b> | Movilidad + Activación         |                 |
| 15'           |                                |                 |
| <b>19:20h</b> | Técnica de pase desde el suelo | Balones y conos |
| 10'           |                                |                 |
| <b>19:30h</b> | Delantera: melé                | Balones y conos |
| 15'           | 3/4 : lanzamientos de juego    |                 |
| <b>19:45h</b> | AGUA                           |                 |
| 2'            |                                |                 |
| <b>19:47h</b> | Tocata 7vs7                    | Balones         |
| 10'           |                                |                 |
| <b>19:57h</b> | Feedback                       |                 |
| 3'            | FIN ENTRENAMIENTO              |                 |

**ENTRENAMIENTO 13/11/2024**  
**FOCO: Organización ofensiva y defensiva**

|               |                           |  |
|---------------|---------------------------|--|
| <b>21:00h</b> | Presentación y bienvenida |  |
| 5'            |                           |  |
| <b>21:05h</b> | Movilidad + Activación    |  |
| 15'           |                           |  |

**Contacto:**

Carmen Carmona +34 662932283



|                      |   |  |
|----------------------|---|--|
| <b>21:20h</b><br>15' | Toma de decisiones<br>- 2vs1<br>- 3vs2<br>- 5vs3                          |  |
| <b>21:35h</b><br>2'  | AGUA  |  |
| <b>21:37h</b><br>20' | Partido 7vs7<br>- Organización<br>ofensiva<br>- Organización<br>defensiva |  |
| <b>21:57h</b><br>3'  | Feedback<br>FIN ENTRENAMIENTO   |  |

### TORNEO 20/11/2024

El campeonato se jugará en dos fases; una primera fase con grupos de equipos participantes que juegan mediante el sistema de liguilla a una sola vuelta y una segunda fase que se desarrollará mediante eliminatorias a un solo partido hasta la final (semifinales y final).

**Contacto:**

Carmen Carmona +34 662932283