



RUGBY 2015 MANUAL



初心者
大々大
奮闘!!

◎ 年間スケジュール

4月～6月	7月	8月～9月	10月～11月	12月～2月	3月
春シーズン	オフ (練習あり)	夏シーズン	リーグ戦	オフ	春シーズン スタート
イベント お花見・OB戦・BBQ		ビーチ・猿島・夏合宿		アイス・OB戦・たけな	その他 誕生日祝いなど

◎ 基本情報

練習日

④ ③ ② ①
@ グラウンド

4月の間は
平日 17:30～19:30 / 土曜日 9:00～11:00
(4月以降は皆の時間帯小見出しが
参加しやすい時間帯を選ぶ)

**本気でラグビー
ができる**
(初心者活躍中)



**楽しいイベント
盛りだくさん**

**バイト・留学・ゼミ
自分のやりたいこと
もできる**



ラグビーとは

◎ひとつのボールをつないでトライを目指す陣地取りゲーム

15人がそれぞれのポジションでの役割を持ち、ボールを相手陣地の一番奥“インゴール”に運んだらTRY=得点が入る

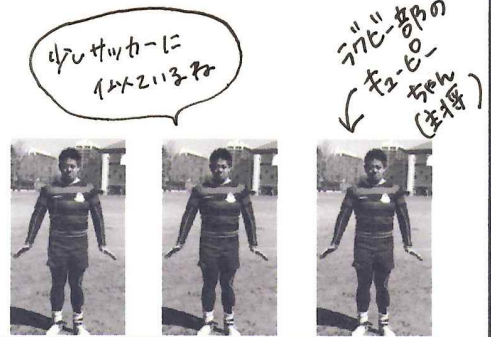
オフェンス(攻め):パス・ステップ・キックで、ディフェンスを破り、トライを目指す

ディフェンス(守り):タックルで相手の動きを止めたり、ミスを誘い出して相手のトライを防ぐ

◎基本ルール

- ・ボールを前に落としてはいけない
- ・ボールを前に投げてはいけない
- ・倒れたらボールを離さなければならない
- ・ボールがコートからはみ出てはいけない

→いずれかのルールを破ると、相手ボールになる



スクラム

軽い反則やミスのあとに行われる。8人对8人で組み合って押し合い、真ん中に投げられたボールを取り合う。



ラインアウト

ボールがコート外に出た際に行われる。2列に並んだプレイヤーの間にボールを投げて、取り合う。サッカーにおけるスローインの様なもの。



キック

試合が始まる際、トライ後、試合中に行われる。前にボールを投げてはならないラグビーで、前方にボールを飛ばせる唯一の手段。

ポジション

体が大きくと小さと

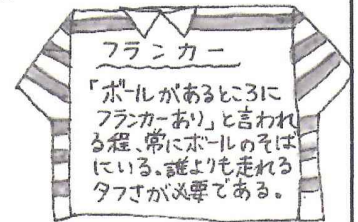
足が速くと遅くと

いかに自分の力を活かせるポジションがあるかはランビの鬼才の1つだよ (r0)!

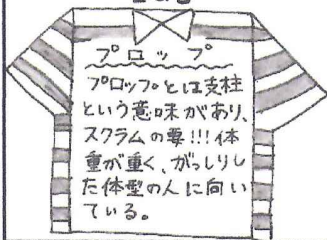
◎フォワード(FW)

ボール争奪戦を行い、チームを支える 8人

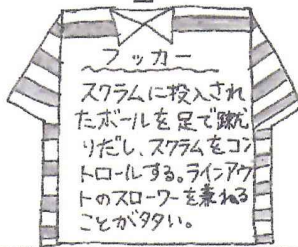
6 & 7



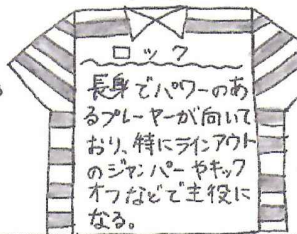
1 & 3



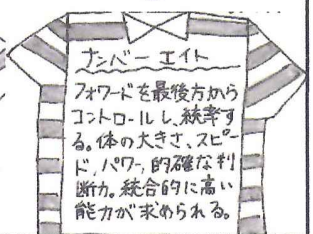
2



4 & 5



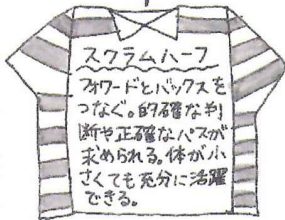
8



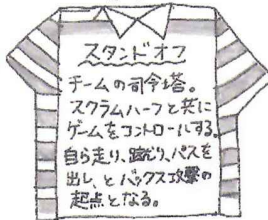
◎バックス(BK)

スピードとパス回しでトライを狙う 7人

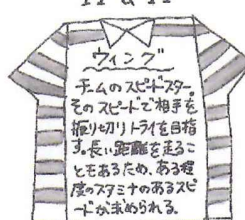
9



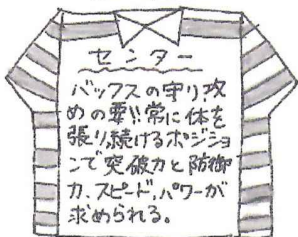
10



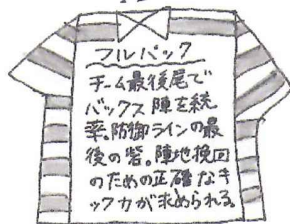
11 & 14



12 & 13



15




体が小さくと軽くと
アイジョーブ!




← 軽く宇宙に行きたい


女しんと
③ 経営
が何れも良ければ
態度も良い。
「おじいちゃん」
語り手
「おじいちゃん」



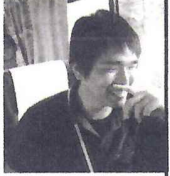
女ととびさ
② 理
真面目系
オライ系
先輩にも意見が
熱血男児




*NICK
院① 理
「おじいちゃん」
エース
その容姿から
「おじいちゃん」の寛平
師匠以上の味




女D (マイ)
③ 理(生命医科)
いじられキャラ
又ソフトキャラ
「おじいちゃん」
完全スルー




留学経験
アリ(1年)




海外(12月)
赤馬軍着
(1年)




女パリジャン
③ 理
「おじいちゃん」
山登り
登山月
「おじいちゃん」
北半球の「おじいちゃん」
王者「おじいちゃん」



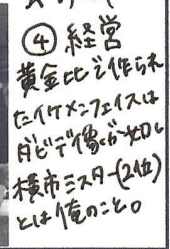
女たくお
② 理
ヤキ-高校からの
某期待の星
真面目なのに
成績が比較にならない
(代表例)



女くほちゃん
③ 経営
酒がなげな
絶食系
隠れオライ
キャラNo1.




女けーや
④ 経営
黄金比で作る
「おじいちゃん」
「おじいちゃん」
「おじいちゃん」
「おじいちゃん」
「おじいちゃん」
「おじいちゃん」




産学和レミジ(此活動の2)
2年連続最優秀賞


女オショー
④ 経営
「おじいちゃん」
国籍が「おじいちゃん」
「おじいちゃん」
「おじいちゃん」
「おじいちゃん」
「おじいちゃん」




女いろは
④ 教養
沖島・横浜・YKJ
月々にかける長距離練習
セミ学外活動もが「おじいちゃん」
かおん系




女ほなちゃん
② 経営
有村架純に「おじいちゃん」
似ている気がする
目元良し食生活は「おじいちゃん」
「おじいちゃん」




女キマイ
④ 理
去年「おじいちゃん」
「おじいちゃん」
「おじいちゃん」
「おじいちゃん」
「おじいちゃん」




留学経験者
アリ(1年)




留学経験者
アリ(1年)




留学経験者
アリ(1年)




留学経験者
アリ(1年)




女メイ
④ 教養
スリムの長身
「おじいちゃん」
「おじいちゃん」
「おじいちゃん」
「おじいちゃん」




女しほか
④ 理
モモロエニ「おじいちゃん」
「おじいちゃん」
「おじいちゃん」
「おじいちゃん」
「おじいちゃん」



女はるか
③ 経営
語の流暢は
「おじいちゃん」
「おじいちゃん」
「おじいちゃん」
「おじいちゃん」



女あいちちゃん
② 理
「おじいちゃん」
「おじいちゃん」
「おじいちゃん」
「おじいちゃん」
「おじいちゃん」



体験も見学も大歓迎!(^o^)/

① 系東習習 / 17:30 ~ 19:30 @ "フレンド"
 (火) (水) (金) (土) 土曜日は 9:00 ~ 11:00

② 新卒パーティー

4/10 (金) 17:45 ~ @ 薬理理科館 232
 4/13 (月) 17:45 ~ @ 薬理理科館 232
 4/17 (金) 17:30 ~ @ シーガル食堂

ラグビー部一同、君のルキョウを心待ちにしています!(^o^)/

質問・問い合わせ

- 先輩へライン LINE
- ツイッター DM
- @ Ycu-rfc
- X-iv

(2年 高橋 i140378a@yokohama-u.ac.jp) 心遣いも大丈夫!!

そいふ大事なのどもう一度言います

★ラグビー部は今年も初心者大大大歓迎!! ☆
 (初心者へのサポート・フォローは任せ下さい(*o*))

よくある質問☺

◎部活とサークルの違い

サークルの目的は“楽しむこと”、部活の目的は“成果を残すこと”。一つの成果に向けて協力する部活は、一生付き合える仲間ができる。部活・遊び・バイト・勉強とバランスの取れたメリハリのある生活が送れるのも部活のメリットの一つ。

◎就活が心配。。

就活では「4年間何を頑張ってきたか」というのが、企業が学生を選ぶ重要な判断材料となっています。その中でも体育会の学生は、スポーツを通じた協調性があるとして高く評価されています。なかでもラグビー部は横浜市体育会のなかでも他の追随を許さないダントツの就職実績を誇っています。また、ラグビー部のOBに実際に会い、相談することもできます。

・過去5年のラグビー部就職実績

全日本空輸・伊藤忠商事・サッポロビール・東レ・大成建設・博報堂・三井住友銀行・ヤマハ発動機・麒麟ビバレッジ・三井物産・日立製作所グループ・横浜市消防局(書ききれません...)

◎部活と勉強・バイトとの両立はできますか

できます！基本的に授業のある平日の練習は4限後で、5限に授業がある場合は授業を優先しています。あくまで文武両道の部活を目指しています。ゼミ活動で活躍している人も多く、我が主将のオシヨーは学長奨励賞もとりました。去年は、東大大学院に進学した先輩もいます。

バイトは全員やってます！先輩からお得なバイトを紹介してもらえるのもラグビー部の魅力です。

◎ラグビー経験が無いんですが。。

大丈夫です！！ラグビー部には大学から始めた人もたくさんいます。初心者にはしっかりサポートもするので問題ありません！また体が小さくても、大きくても必ず自分の力を活かせるポジションがあります！

◎タックルとかあるしケガが、、

ラグビーがスポーツである以上けがはあります。そしてタックルをして相手を止めなきゃ試合に勝つことはできません。しかしタックルは正しい姿勢で行えばけがをすることはありません。そのため練習を基礎からしっかりやっていくので、大丈夫です！最初は怖いかもしれませんが、慣れればある意味快感なんです。