

ENTRENAMIENTO DEL LINE OUT

RICRDO IMHOFF

Esta formación ha evolucionado enormemente en los últimos años con los cambios reglamentarios y la adaptación de los jugadores a estos, incluso ha traído cambios en los biotipos de los jugadores, con 2 líneas más espigados y veloces en la ejecución de los saltos, con pilares cada vez más altos y conocedores de las técnicas de levantar con enormes progresos en la coordinación de las plataformas de saltos y con la formación de mini unidades con sincronización casi perfecta.

Es sabido por estudios de partidos, que hay casi el doble de líneas que de scrum y que es donde más se disputa la obtención, siendo quizás, de las posiciones fijas, donde más se pueda perder la posición de la pelota y en donde se debe tener evolución permanente y cambiar de partido a partido, por lo cual el aporte de los ejecutores es de invaluable importancia. Actualmente cada saltador debe poseer varias opciones y debe saber perfectamente a que rival se enfrenta para poder decidir cuáles son las mejores para usar en ese partido.

En principio es fundamental que la técnica de arrojar la pelota este perfectamente entrenada, esta destreza es individual y debe ser practica por los ejecutores en forma permanente, fuera de los horarios en que se realiza la practica de conjunto, para poder desarrollar todas las variantes posibles, en todas las plataformas que pueda tener el conjunto, sabiendo que cuanto más atrás se pida el tiro este debe ser muy veloz y con una altura perfecta, debe ser como un pase al saltador, en donde este encuentre a la pelota a la altura ideal y en el momento justo, para evitar ser anticipado por el contrario.

Es necesario tener tres plataformas de saltos con uno o más levantadores móviles, con opciones de movimientos muy veloces y coordinados, ya sea que se muevan los que van a saltar o utilizar engaños y producir el salto en el sitio donde se encuentra el saltador. Generalmente es necesario no repetir los movimientos ni los tiros ya sea que usemos el mismo saltador u otro distinto, por ejemplo, si arrojamos uno o dos tiros al saltador 4, el próximo debería ser un amague del 4 hacia delante y ejecutar un salto posterior o caminar rápidamente uno o dos pasos hacia atrás y saltar velozmente, la pelota seguramente tendrá que ir más bombeada para sobrepasar el 4 contrario y caer en la zona en donde este nuestro saltador evitando llegar a la zona del último saltador contrario, ya que algunos equipos pueden tener entrenadas tres zonas de plataformas defensivas introduciendo al 2 como levantador.

En general cada plataforma de salto debe tener entrenada tres tipos de saltos en el lugar, uno adelante, otro en el lugar y otro posterior, como también tres tipos de saltos en movimiento con amagues muy bien coordinados y ejecutados con mucha velocidad para que el contrario no nos pueda seguir ni anticipar.

Es importante trabajar con líneas reducidos de 5 o 4 saltadores e incluso con tres, también se debe trabajar con un jugador ubicado como $\frac{1}{2}$ scrum y entrar en el line ya sea para saltar o para levantar al saltador.

Cualquier estrategia que usemos debe ser practicada para, primero obtener con seguridad la pelota y segundo para usarla según lo planeado de antemano y con todo nuestro equipo en conocimiento de lo que vamos a realizar.

Por supuesto que hay saltadores que se usan más en algunas posiciones del terreno, como por ejemplo el salto del 2 en zona defensiva, pero no por esto debemos, en circunstancias en donde ya sea por las dificultades que nos presenta el rival o como sorpresa para producir algún movimiento posterior, usemos otro saltador para esta zona del terreno.

Por todo lo anterior esta formación debe llevar mucho tiempo de practica y ser muy dinámica su conducción en el desarrollo del partido, tratando de entrenar en momentos

con fuerte oposición, tratando que esta nos complique de la misma manera que se va a producir cuando estemos en el próximo partido.

A partir de esta formación nosotros podemos dirigir nuestro primer movimiento, posterior a la obtención, a distintos lugares del terreno, ya sea atacando con un maul dinámico, con un desprendimiento por el lado ancho, o con un movimiento de engaño atacar por la boca del line, atacando directamente por la cola del line, con un pase del 9 al centro y atacar el canal del 10 o del 12 contrario o con juego a nuestros backs y atacar por el canal más externo.

Es muy importante que en nuestro primer movimiento usemos la sorpresa ya

que los backs contrarios se encuentran a 10 metros y ganemos rápidamente terreno para colocarnos dentro de la zona del rival y según lo que vayamos a realizar actuemos en consecuencia, sabiendo siempre que para ganar terreno debemos correr hacia delante y no lateralmente y que aunque nuestro objetivo sea el canal externo la carrera de nuestros jugadores debe ser bien recta al ingoal contrario, tratando de que el rival no pueda deslizar la marca ni nos agarre en nuestro campo, también debemos tener en cuenta el lado bueno de nuestros pases para elegir que canal usar, en base a todos estos elementos se deberá trabajar la profundidad de nuestros $\frac{3}{4}$, tratando de usar todo tipo de señuelos para que el rival no descubra de antemano nuestras intenciones.

Como premisa sabemos que cuanto más atrás sea el tiro nuestro del line más lejos nuestros backs recibirán el pase del 9 y más forwards contrarios alejaremos de la zona donde vamos a tratar de romper la barrera defensiva, si la acción la ejecutaran nuestros backs, pero también debemos saber que los backs tendrán poca ayuda de los forwards en el mantenimiento de la posesión de la pelota, por lo cual el movimiento debe ser entonado, en caso de interrupción por tackle, quienes irán a ese ruck y como seguirá el movimiento según sea la velocidad de salida de pelota y quienes serán los encargados de ejecutar la próxima fase, sabiendo que si la salida es veloz se continuara por el mismo lado con los backs que no han sido usados en la primera fase y si la salida es lenta deberán ser los forwards que no intervinieron en la obtención quienes deberán continuar la próxima fase, indicando perfectamente cual es la función de cada jugador en las dos o tres fases que entrenemos, por lo cual se juntan movimientos entrenados de los forwards en la obtención, movimientos practicados de los backs según el canal que vayamos a usar y luego movimientos mezclados de forwards y backs juntos. Si el juego se desarrolla que luego de la obtención serán los mismos forwards quienes realizaran la primera y quizás segunda fase, como seguirá el movimiento y el encadenamiento con los backs, ya sea con transformación luego de un ruck o con transformación directa de continuación de forwards y back. Por ejemplo, line al sexto hombre, juego con los primeros del line con pase del saltador o con pase del 9 por dentro o por fuera de él y luego penetración de un centro entrando en ángulo invertido o producir luego de un ruck otro movimiento de penetración de los forwards tratando de abrir un lado angosto importante, con juego posterior del 10, 15 y 14 por el lado angosto. También si decidimos ejecutar un line con menos gente, los forwards sobrante se colocaran detrás de los backs y usaremos un forward con capacidad de penetración por fuera o por dentro del 10 o del 12 y liberación rápida de pelota para atacar por el mismo lado, o usando los forwards de señuelo producir un movimiento que lleve la pelota a la zona externa.

Cualquier movimiento que ejecutemos debemos saber que hay que ganar rápidamente terreno y no debemos permitir el deslizamiento de la defensa, por lo cual el mismo se debe realizar como dije anteriormente, con nuestra carrera dirigida rectamente hacia el ingoal contrario y con suficiente apoyo por si se produce un quiebre de la barrera defensiva se pueda continuar el juego hacia el ingoal contrario, por lo cual hay que estipular y entrenar quienes son los penetradores y los apoyos más próximos, sabiendo que debemos tener dos apoyos laterales muy cerca y no planos y un apoyo posterior,

en donde el penetrador pueda pasar por la espalda del rival a no más de un metro y si es tackleado pueda pasar en forma posterior al apoyo profundo, ya sea de pie o desde el piso y si esto no fuera posible son estos apoyos los encargados de realizar el ruck o el maul y serán los responsables de mantener la posesión de la pelota.

Si el line es defensivo, primero una muy segura obtención, luego realizar un buen maul, tratando de ganar terreno ordenadamente y llevar la zona de despeje de nuestro 9 o 10 lo más lejos de nuestro ingoal siempre teniendo en cuenta que el que va a ejecutar el despeje, si va a ser directo al touch, debe estar dentro de nuestros 25 metros.

Como premisa es que ningún saltador abandone el line antes de que sea obtenida la pelota, ejemplo, si el tiro va al 2 el cuatro tiene que quedarse en el line tratando que los contrarios no ganen espacio y estar atento por si se produce un rebote para tratar de atrapar la pelota, por lo cual el primero en ir a consolidar el salto del 2 será el jugador que ocupe el puesto posterior a nuestro 4 saltador, lo mismo si el salto se produce en el 4 el saltador 2 y 6 no deben abandonar el line, siendo el encargado de consolidar la pelota el jugador numero 1 del line

Hablaremos del line cuando arroja la pelota el contrario. Se pueden tener dos o tres plataformas defensivas. Si son dos ambas son móviles, quedando el último hombre del line suelto para intervenir rápidamente en defensa, pudiendo usar el 9 en la boca del line y colocar un 3 línea como $\frac{1}{2}$ scrum, colocado a la altura del último hombre del line, así también este interviene en la primera línea defensiva por dentro del último hombre del line, el problema de esta defensa es que a la segunda torre defensiva le queda generalmente mucho espacio que abarcar si el contrario tiene tres torres de salto. Otra posibilidad es usar el hooker como único levantador de la primera torre defensiva y los otros seis forwards armando dos torres defensivas más. Aquí se pone mucha presión defensiva en la obtención de la pelota dejando un poco más indefensa la cola y la boca del line, esta forma de defensa es muy útil cuando el contrario debe arrojar la pelota cerca de su ingoal.

Luego de entrenar muy bien la defensa de la obtención, debemos trabajar en la defensa del maul, si el primero derrumba, como se trabaja si no se logra este objetivo, el line situado muy cerca de nuestro in goal, en donde debemos definir si saltamos o no, si saltamos con cuantas torres y si no, como trabajamos en la defensa del maul. Como premisa siempre dar funciones específicas a los jugadores, como trabajar en las distintas opciones del lanzamiento del contrario. Es clave recibir al contrario antes que gane espacio en el pasillo del line, como trabajar sobre el saltador y sobre los apoyos y como evitar el giro del maul. Jugadores muy atentos, con buena posición corporal, con rodillas semiflexionadas y rápidamente ponerse en posición de empuje, tratando de empujar hacia su campo a la torre donde se obtuvo la pelota, bloqueando los costados de la misma para que nos se produzcan giros rápidos de la misma, tratando siempre de entrar más bajo que el rival y empujarlos hacia arriba y atrás para lograr sacarles apoyo contra el piso y arrojarlos hacia atrás, es fundamental anticiparnos al contrario ya que si estos logran entrar en nuestro terreno con su maul bien armado es muy difícil parar el empuje posterior.

Luego de esto debemos entrenar la defensa de las pelotas obtenidas y jugadas con velocidad. Es muy importante la comunicación del ultimo hombre del line con el 10, porque son estos dos jugadores los que deben ensamblarse para armar la primera barrera defensiva y llevarla lo más arriba posible, definiendo con claridad los canales que van a ocupar cada uno, llevando el 6 a su marcador interno y el 10 a ambos centros muy rápido y para adelante y no deslizar hasta que la pelota no salga de las manos del 10 contrario, cuidando todo posible juego interno y penetradores por el lado externo. Debemos parar al 10 nuestro un poco por fuera del 10 contrario y subir derecho a la zona de tackle, llegando al misma a una velocidad, que nos permita realizar un

buen tackle o en su defecto un rápido deslizamiento, siempre sabiendo que debemos seguir ocupando nuestros canales defensivos, dejando al 9 y algún otro forwards como 2 barrera defensiva.

El wing del lado angosto junto con el 15 siempre como tercera barrera defensiva profunda defendiendo el posible uso del pie, el wing del lado ancho decidirá si subir rápido o no según el lugar del campo en donde se ponga en movimiento el juego. Luego de definido los roles en esta primera fase se debe ubicar al equipo para la defensa de las próximas fases, involucrando aparte del tackleador algún pescador y si es necesario otro que entrando al ruck dificulte y luche por la pelota, dejando cobertura ambos lados de la formación, sabiendo que los primeros en llegar deberán cubrir el espacio del lado ancho, dejando cubierto el espacio angosto, siempre mirando la disposición que adquiere el rival, es fundamental entrenar en la visualización del rival para poder ubicarse en un lugar útil, por lo cual aquellos jugadores que no intervinieron en la zona de tackle deben mirar rápido al rival y ubicarse bien en situación on side, aunque esto signifique que por un instante nos despreocupemos como se esta definiendo la formación, confiando en las informaciones orales más que en las visuales, ya que según lo que ejecute el rival debemos estar listos para defender las próximas fases. Esta actitud se debe entrenar intensamente ya que nuestros jugadores miran más la pelota que el rival y cuando esta es jugada en la segunda fase, siempre nos sorprenden mal ubicados.

Este juego es de oposición y debo aprender a ubicarme según donde este mi oponente y no confiar en nuestra intuición. Siempre tener en cuenta que los jugadores a partir del line están más rápidamente puestos en situación de ataque y debemos estar muy atentos a todos los posibles engaños y señuelos que nos provoque el rival, por lo cual debe haber un gran conocimiento de mis tareas, con gran comunicación verbal, con códigos claros y muy precisos.

Algunas cuestiones que sirven de reflexión y discusión. En este país por ser amplios concededores del scrum y dedicarle mucho tiempo a ello, es posible que elijamos al hooker por su formación en el scrum antes que por su forma de arrojar la pelota al line out, creo que deberíamos entender que el line es una formación más importante que el scrum, por su número de veces que se produce en un partido y por su disputa muy entrenada, por lo cual es indispensable que el equipo cuente con un lanzador al line que sea muy preciso y veloz y que si el arrojador va a ser el 2 este cuente con esta destreza muy entrenada y sea esta la destreza más requerida para armar al equipo y no sea al revés, con el 2 que forme muy bien el scrum y arroje en forma mediocre su lanzamiento al line. Lo mismo debe ser para los saltadores en el line, que generalmente son los segundas líneas y un tercera línea. Estos deben ser lo suficientemente altos y veloces para cumplir perfectamente su función en el salto en la hilera y esta función debe ser la más importante, por lo cual si tenemos muy buenos saltadores y que no son tan perfectos empujadores en el scrum, debemos resignar esta función en beneficio de la anterior. Estos perfiles de jugadores se deben ir buscando y entrenando en divisiones inferiores para que al llegar a los planteles superiores podamos con ellos buscar y ejecutar las mejores tácticas de nuestro line.