

EL RINGO

1 - ¿QUÉ ES el ringo?

1.1 UN POCO DE HISTORIA

El ringo es un deporte, que nació como un juego para mantener la condición física. A finales de los años 50 (1959), el capitán del equipo polaco de esgrima, Włodzimierz

Strzyżewski , buscando alternativas a la preparación física habitual y evitando los fríos inviernos de Polonia, inventó un juego para mantenerse en forma que además ayudara a desarrollar la agilidad, coordinación y rapidez que tan importantes son en la esgrima.

1.2. PERO... ¿QUÉ ES EL RINGO?

El ringo es un deporte de cancha dividida (los equipos juegan en zonas distintas de un campo dividido en dos). Puede practicarse tanto de forma individual como por equipos. Se juega con una aro y el objetivo es conseguir que el ringo caiga en el campo del contrario

2. ¿CÓMO JUGAR AL RINGO?

2.1. OBJETIVO DEL JUEGO Y PUNTUACIÓN

El objetivo del juego es conseguir 15 puntos, defendiendo el campo propio y lanzando el aro por encima de la red de ringo y consiguiendo que caiga en la zona del campo contrario.

Si empatamos a 14 puntos se continúa el juego hasta que algún lado obtenga 2 puntos de ventaja cambiando el saque (servicio) a cada punto. Si se empata a 16 tantos, el primer jugador que consiga el punto 17 logrará la victoria.

2.2. MATERIALES Y ZONA DE JUEGO

Para jugar al ringo necesitamos:

- Un ringo (aro de unos 20-25 cm de diámetro externo y 13-18 cm interno), con vuelo estable y lo suficientemente blando como para evitar dolorosos golpes (se puede autoconstruir).
- Un campo de 8-9 metros de ancho por 18 de largo
- Una red de ringo (igual que la de voleibol) o una cinta de ringo (de al menos 1 cm de ancho donde se colocan lazos cada 20 cm, de colores y de 25 cm de largo), colocada a 2'43 m de altura

El campo del ringo queda dividido en dos por la línea "límite de la paz"

2.3. REGLAS BÁSICAS

2.3.1. - Juego de individuales

El servicio (saque)

- El saque o servicio se realiza tras la señal del árbitro, detrás de la línea de fondo y dentro de los límites de las líneas laterales. El capitán sirve en primer lugar. En individuales, la posesión del servicio se cambia cada 3 puntos.
- Si en el juego de individuales, tras el servicio, el aro toca la línea de ringo (red) y cae en la mitad oponente del campo, se repite el saque. Sin embargo, otra red sucesiva implica la pérdida de 1 punto.
- Se obtiene un punto cuando conseguimos que el aro caiga dentro de los límites del campo contrario.

El vuelo del aro

- El aro debe volar más o menos paralelo al suelo. Aunque el ringo puede temblar durante su vuelo, en ningún momento puede adoptar una posición vertical. En ese caso el equipo que lanzó mal el Ringo pierde un punto (se da un punto al equipo contrario).

El lanzamiento del aro

- El lanzador debe tocar el suelo, al menos con alguna parte de un pie (no hacerlo supone la pérdida de 1 punto). Debe lanzarse desde el lugar donde se recogió o tras realizar el paso de parada permitido cuando uno de los pies toca el suelo.

- Una vez iniciado el lanzamiento, se debe continuar en la misma dirección, y lanzar el aro antes de volver a poner el pie en el suelo.

- El lanzamiento debe realizarse por el jugador que recibió el ringo, es decir, no se puede pasar a un compañero/a para que lance él/ella

Recepción del aro

- Está permitido recoger el aro con cualquier mano, incluso con un solo dedo, pero con la condición de que se devuelva con la misma.

- Si un aro se resbala de la mano en un primer intento, puede recogerse con la misma antes de que caiga al suelo, o bien si toca en un compañero y es recogido por otro.

- Dos compañeros pueden coger el aro simultáneamente pero sólo uno de

ellos podrá devolverlo. Sin embargo, no se permite coger los dos aros a la

vez con la misma mano

- El aro sujeto en la mano no debe tocar el cuerpo del jugador o de sus

compañeros, ni el suelo, ni la línea de ringo (red), ni el área debajo de él. El jugador que recibe puede cambiar el agarre del ringo siempre que éste toque la mano, pero nunca cambiar de mano.

Cambio de campo.

- Para dar igualdad de oportunidades y teniendo en cuenta factores como la luz o el viento, los jugadores deben cambiar de campo después de que uno de los lados llegue a 8 puntos (8+1, con dos aros).

Posiciones en la cancha.

- Los jugadores pueden adoptar cualquier posición en su cancha.

- El aro puede cogerse y lanzarse también desde fuera de la cancha, pero siempre sobre la línea de ringo y dentro de los límites de la línea central establecida para cada categoría.

2.3.2. - Juego de dobles

Las reglas son básicamente las mismas que las de individuales pero con ciertos matices:

- Se juega con dos aros

- En el servicio los aros se sacan de forma simultánea

- Si tras la señal de empezar, uno de los aros alcanza la línea central mientras el otro no ha sido lanzado todavía, este último equipo pierde 1 punto.

- La posesión del servicio se cambia cada 5 puntos

- Cuando se juega con dos aros un fallo en el lanzamiento de uno de los dos causa la pérdida de 1 punto. Sin

embargo, el aro que cayó al suelo debe permanecer allí hasta que termine el juego con el otro aro.

- En el juego de dobles, si uno de los aros toca la red no interrumpe el juego con el otro ni causa la pérdida del punto, independientemente del número de redes sucesivas. Si los aros chocan durante el servicio o intercambio de lanzamientos, se penaliza con la pérdida de 1 punto al equipo en cuya mitad de campo cayó el aro o a aquel equipo cuyo aro cayó fuera de la cancha.

- No se permite coger los dos aros a la vez con la misma mano .