

## オーストラリアン・フットボールへようこそ

オーストラリアン・フットボール・リーグでは、すべての文化背景の人々を心より歓迎しています。オーストラリアン・フットボールは、あらゆる文化を包括し、オーストラリア全国にわたり、個人、家族、そして地域社会を結び付けるものです。このスポーツの重要な要素を皆様に理解していただくために、このパンフレットを作成しました。

**得点：**ゴールをキックすることで、得点となります。キックしたボールが内側の高いボール（ゴールポスト）の間を通り抜けると、ゴールとして6点が加算されます。ボールが1本のゴールポストと低い外側の1本のポスト（ビハインド・ポスト）の間を通り抜けると、ビハインドとして1点が加算されます。4ページの図を参照してください。

得点を読む、または記述する場合は、最初にゴール数、次にビハインド数、そして最後に合計点の順にします。たとえば、10ゴールと6ビハインドの場合、合計点は66で、10.6 (66) のように得点を記述します。

ゴールとビハインドの合計点が高いチームが勝利を収めます。

**チーム：**各チームから22名の選手が出場し、試合中は18名グラウンドに出てプレイすることができます。サイレンが鳴り、フィールド・アンパイヤーがグラウンドの中央でボールをバウンドさせた時点で、試合開始となります。各クォーターの始めと、ゴールの得点後にも、フィールド・アンパイヤーがグラウンドの中央でボールをバウンドさせます。

**試合時間：**1試合は、4つのクォーター（各20分）に分けられており、エキストラタイム（延長時間）が追加されます。各クォーターの後、チームはサイドをチェンジします。チームは、ボールを取って走り、グラウンドの端にあるゴールに向かってボールをキックまたはハンドボールします。選手は、15メートルごとにボールをドリブルすれば、ボールを持って走り続けることができます。

**ボールの移動：**選手は、キックまたはハンドボールでお互いにボールをパスし合います。ハンドボールする場合、ボールを片手にのせ、もう一方の手で拳を作り、パンチして飛ばします。選手がボールをマーク（キックされ、最低15メートル飛んだボールを他の選手が触れる前にノーバウンドで取る）すると、その選手にはその地点からのフリーキックが与えられ、マークした選手が試合続行するまで相手チームの選手によるタックルは許可されません。

**タックル：**相手チームの選手にタックルして、ボールを奪うことができます。正規のタックルは、ボールを保持している相手の肩から下、膝より上を捕らえることになっています。タックルしている間は相手の背中を押してはならず、タックルされた選手は、妥当な時間（1〜2秒）内にボールを適切に放さなければなりません。不正にタックルされた選手には、フリーキックが与えられます。場合によっては、マークまたはフリーキックが与えられたときに、相手側の選手が不正に試合を遅らせたり、アンパイヤーを罵倒したりすると、追加の50メートル・ペナルティーが課されることもあります。

さらに詳しい情報が必要ですか？AFLのWebサイト ([afl.com.au](http://afl.com.au)) をご覧になるかまたは、AFL Multicultural Coordinator, Australian Football League, GPO Box 1449, Melbourne Victoria, Australia 3001まで手紙で質問をお寄せください。

## Xin chào mừng quý bạn đến với môn thể thao Bóng bầu dục Úc

Liên đoàn Bóng Bầu dục Úc thành thật chào mừng mọi người thuộc tất cả các nguồn gốc văn hóa. Môn thể thao Bóng Bầu dục Úc dành cho mọi nguồn gốc văn hóa và liên kết cá nhân, gia đình và cộng đồng khắp nước Úc với nhau. Chúng tôi đã biên soạn tài liệu hướng dẫn này để giúp quý vị hiểu những điểm then chốt của môn thể thao này.

**GHI BÀN THẮNG:** Mục đích của môn thể thao bóng bầu dục Úc là ghi bàn thắng, tức là đá trái banh qua hai cột gôn cao nhất (cột gôn chính) ở trong để ghi sáu điểm. Nếu banh lọt qua giữa cột gôn cao và cột thấp (cột gôn phụ) ở hai bên trái và phải, gọi là bàn thắng phụ (được tính một điểm). Xin xem hình vẽ ở trang 4.

Khi đọc hoặc ghi điểm, điểm gôn chính đứng trước, rồi đến điểm gôn phụ, rồi đến tổng số điểm. Thí dụ như điểm số 10 gôn chính và sáu gôn phụ tính ra tổng cộng là 66 và ghi là 10.6 (66).

Đội nào có tổng số bàn thắng gôn chính (goal) và bàn thắng gôn phụ (behind) cao nhất sẽ thắng trận đấu.

**CÁC ĐỘI BANH:** Trận đấu của bộ môn thể thao này gồm hai đội banh, mỗi đội có 22 cầu thủ và ở bất cứ lúc nào trên sân cỏ mỗi đội cũng chỉ có 18 cầu thủ thi đấu mà thôi. Trận đấu bắt đầu sau hồi còi hụ và trọng tài chính thổi trái banh ở ngay giữa sân cỏ. Ngoài ra, trọng tài chính cũng sẽ thổi trái banh ở ngay giữa sân cỏ khi mỗi một phần tư trận đấu (một hiệp) mới bắt đầu và sau khi cầu thủ ghi được bàn thắng gôn chính (goal).

**THỜI HẠN:** Trận đấu được chia thành bốn hiệp, mỗi hiệp 20 phút, cộng thêm giờ phụ trội và sau mỗi hiệp, hai đội banh lại đổi bên. Hai đội banh cố gắng giành banh, chạy, đá và chuyển banh về phía gôn ở cuối sân. Cầu thủ có thể ôm banh chạy bao lâu cũng được miễn sao cứ 15 mét thì phải thổi banh một lần.

**CHUYỂN BANH:** Cầu thủ chuyển banh cho nhau bằng cách đá trái banh hoặc chuyển banh bằng tay. Chuyển banh bằng tay là một tay giữ trái banh rồi dùng nắm tay của tay kia đánh trái banh. Nếu một cầu thủ có thể bắt được trái banh (bắt được trái banh sau khi có người đá đi xa ít nhất 15 mét và miễn là trái banh chưa rơi xuống đất hoặc một cầu thủ khác đã chạm tay vào), cầu thủ này được quyền tự do đá trái banh mà đối thủ không được phép đụng đến anh ta cho đến khi cầu thủ này lại thi đấu tiếp tục.

**CHẶN/GIÀNH BANH:** Cầu thủ có thể giành banh bằng cách tranh giành với đối thủ. Cách giành banh hợp lệ là ôm choàng lấy đối thủ đang giữ banh trong khoảng từ vai đến đầu gối. Cầu thủ không được phép xô đẩy đối thủ từ sau lưng khi giành banh theo cách này và cầu thủ nào giành được banh thì phải đá/chuyển trái banh đi trong khoảng thời gian hợp lý (một đến hai giây). Cầu thủ nào bị giành banh bất hợp lệ sẽ được hưởng cú đá banh tự do. Trong một số trường hợp khi bắt được banh hoặc được đá banh tự do, đội banh đối nghịch sẽ bị phạt thêm 50 mét nếu cầu thủ cố tình câu giờ hoặc có hành vi/thái độ bất nhã với trọng tài.

**Muốn biết thêm chi tiết?** Xin vào trang mạng (website) của AFL tại [afl.com.au](http://afl.com.au) hoặc viết thư gởi cho **AFL Multicultural Coordinator (Điều hợp viên Đa văn hóa), Australian Football League, GPO Box 1449, Melbourne Victoria, Australia 3001**



# Malugod na Pagtanggap sa Australian Football

Ipinaabot ng Australian Football League ang isang matapat na pagtanggap sa mga taong may iba't-ibang kulturang pinagmulan. Kasali ang lahat ng mga kultura sa laro ng Australian Football at pinaglalapit nito ang mga indibiduwal, mga pamilya at mga pamayanan sa ibayo ng Australya. Ginawa namin ang patnubay na ito upang tulungan kayo sa mga kinakailangang bahagi ng laro.

**ISKORING:** Ang layunin ng larong ito ang sumipa ng goals. Ang ibig sabihin ay sipain ang bola sa tall inner posts (ang mga the goalpost) para magka-iskor ng anim na puntos. Kung ang bola ay pumasok sa pagitan ng isang goalpost at sa anumang maliit na outer posts (ang behind posts), ang isang behind (nagkakahalaga ito ng isang punto) ay iniiskoran. Tignan ang diagram sa pahina 4.

Pagdating sa pagbasa at pagsulat ng mga iskor, nauuna muna ang goals, pagkatapos ang behinds, pagkatapos ang kabuuang mga puntos. Halimbawa, ang isang punto ng 10 goals at anim na behinds ay may total na 66 at isinusulat na 10.6 (66).

Ang koponan na nakatapos nang may pinakamataas na total ng goals at behinds ay siyang nagwagi.

**MGA KOPONAN:** Ang laro ay binubuo ng dalawang koponan ng 22 manlalaro na may 18 mula sa bawat koponan sa field sa anumang isang pagkakataon. Magsisimula ang laro sa sandaling tumunog ang silbato at isang field umpire ang magdidribol ng bola sa gitna ng ground. Iddribol din ang bola sa gitna upang pasimulan ang bawat quarter at pagkatapos na iskoran ang isang goal.

**TAGAL NG LARO:** Hinahati ang laro sa apat na quarter ng may 20 minutos, dagdag ang ekstrang oras, at ang pagbabago ng mga koponan ay nagwawakas pagkatapos ng bawat quarter. Sinusubukan angkinin ng mga koponang ang football at pagkatapos tumakbo, sipain at ihanbol ito patungo sa kanilang goals na nasa kabilang dulo ng ground. Maaaring itakbo ng mga manlalaro ang bola sa kondisyong idribol nila ang bola isang beses sa bawat 15 metro.

**PAGPASA NG FOOTBALL:** Ipinapasa ng mga manlalaro ang bola sa bawat isa sa pamamagitan ng pagsipa o hanbol. Ang hanbol ay ginagawa sa pamamagitan ng paghawak ng football sa isang kamay at pinapalo ito ng tikom na kamao ng isang kamay. Kung maaaring markahan ng manlalaro ang football (pagsalo nito mula sa pagsipa na naglaktay ng halos 15 metro sa kondisyong hindi ito sumayad sa lupa o nahawakan ng sinumang manlalaro), may karapatan siyang magtakda ng pagsipa at ang kalaban ay hindi papayagang sunggaban (tackle) siya hanggang sa kanyang paglalaro.

**PAGSUNGGBAB (TACKLING):** Ang isang manlalaro ay maaaring makuha ang bola sa pagsunggab sa kalaban. Ang legal na pagsunggab ay ginagawa sa pagsunggab sa kalaban, na may bola, sa ilalim ng mga balikat at sa ibabaw ng mga tuhod. Hindi pinapayagan ang mga manlalarong itulak ang kalaban sa likuran habang gumagawa ng pagsunggab at ang mga sinunggabang manlalaro ay kailangang wastong ipaubaya ang bola sa loob ng makatwirang panahon (isa o dalawang segundo). Ang isang manlalarong iligal na sinunggaban ay gagawaran ng isang liberng pagsipa (free kick). Sa ilang pagkakataon ang isang mark o librenng pagsipa, isang karagdang 50-metrong penalty ay igawagaw laban sa kalabang koponan kung ang manlalaro ay hindi makatwirang inantala ang manlalaro o inabuso ang isang umpire.

**Nais pa ba ninyong maragdagan ang inyong kaalaman?** Kung gayon mangyaring dalawin ang AFL website sa [afl.com.au](http://afl.com.au) o sulatan ang **AFL Multicultural Coordinator, Australian Football League, GPO Box 1449, Melbourne Victoria, Australia 3001**

# Ku soo dhowow kubbada Australian Football

**Naadiga Australian Football wuxuu u fidinayaa soo dhowayn heer sarre ah dadka ka kala yimid wadamada kale. Cayaarta loo yaqaan Australian Football waa cayaar ay u dhan yihiin dhamaan shakhsiyaadka, qoysaska iyo bulshooyinka ku dhaqan Australia. Waxaan u soo saaray tusahaan inuu kaa caawimo inaad barato qaybaha ugu muhiimsan cayaartaan.**

**DHALINTA:** ujeedada cayaartu waa in lagu laado goolka. Taas macneheedu waa ku laadida kubbada labada biroot oo dhaadheer dhexdooda si lix buundo loogu guulaysto. Haddii kubaddu maro labada biroot oo goolka dhexdooda iyo labada biroot oo yaryar (buundada) waxaa la hellayaa hal buundo. Arag sawirka bogga afraad.

Markay noqoto akhrinta ama qorida goolasha, goolasha ayaa hormaraya, dabadeedna buundooyinka, dabadeedna isku darka. Tusaale, dhalinta 10 gool iyo lix buundo waxay isku noqonayaan 66 waxaana loo qoraa 10.6 (66).

Kooxda ku dhamaysa isku darka ugu badan oo goolasha iyo buundooyinka ayaa noqonaya kuwa guulaysta.

**KOOXAHA:** cayaarta waxaa ka qaybgala 22 cayaartoy mar walbana waxaa ku jira cayaarta dhexdeeda 18 cayaartoy mar walba. Cayaartu waxay bilaabataa marka firinbigu yeero waxaana kubbada dhexda ku dhifanaya garsooraha. Kubbada waxaa lagu dhuftaa bartamaha si loo bilaabo ka dib marka la joojiyo ama gool la dhaliyo.

**MUDADA AY SOCOTO:** cayaarta waxaa loo qaybiyaa afar waqti oo waqtigiiba yahay 20 daqiiqo, taas oo uu weheliyo waqti siyaada ah kooxuhuna waxay isbedelaan mar kasta oo cayaarta la joojiyo. Kooxuhu waxay isku dayaan inay yeeshaan kubbada dabadeedna la cararaan, laadaan kuna beegaan goolkooda, kaas oo ah ka soo horjeedka dhamaadka gegida. Cayaaryahanadu waxay la cararaan kubbada waase inay dhulka ku dhifanayaan hal mar 15kii mitirba.

**KAXAYNTA KUBBADA:** cayaaryahanada ayaa isu gudbiya kubbada iyagoo laadaya ama gacanta ku dhifanaya. Gacan ku tuuridu waa ku qabashada kubbada hal gacan iyo ku dhifashada gacanta kale. Markii cayaaryahan hantiyo kubbada (uu qabto ka dib marka la laado oo ay socoto ugu yaraan 15 mitir kubbaduna aanay dhulka taaban ama aanu qaban cayaaryahan kale), wuxuu xaq u leeyahay inuu laado qofka ka soo horjeedana looma ogola inuu qabto ilaa uu cayaarta sii wado.

**QABASHADA:** cayaaryahan waa ku guulaysan karaa kubbada isagoo qabanaya qofka la loolamaya. Qabashada sharciga ah waxaa la sameeyaa iyadoo la xanibayo ama qabanayo qofka kaa soo horjeeda, kaas oo kubbada ku haysta, meel ka hoosaysa garbaha kana saraysa ruugaga. Cayaaryahanada looma ogola inay riixaan qofka ka soo horjeeda markay qof qabanayaan cayaaryahanada la qabtaana waxaa waajib ku ah inay iska dhiibaan kubbada si sax ah waqti macquulla (hal ilaa laba ilmirqisi). Cayaaryahanka si sharci daro ah loo qabtay waxaa la siinayaa laadid bilaash ah oo hal mar ah. Xaalladaha qaarkood marka laadid la bixiyo, waxaa lagu daraya 50 mitir oo siyaada ah oo la siinayo kooxda ka soo horjeeda haddii cayaaryahan si aan loo baahnayn u daahiyi cayaarta ama u dhibaateeyo garsooraha.

**Ma doonaysaa in wax badan ogaato?** Fadlan booqo websaytka [afl.com.au](http://afl.com.au) ama u qor Xiriiriyaha dhaqamada kala duwan, **Australian Football League, GPO Box 1449, Melbourne Victoria, Australia 3001**



# ወደ አውስትራሊያ የአግሮ ካስ አንኳን ደህና መጡ

AMHARIC

በተለያየ ባህል ካላቸው አገር የመጡ ሰዎች በአውስትራሊያ አግሮ ካስ ቡድን ለመሳተፍ በትሕትና ይቀበላል። የአውስትራሊያ አግሮ ካስ ጨዋታ ሁሉንም ባህሎች በማካተትና በሞላው አውስትራሊያ ያሉትን ግለሰቦች፣ ቤተሰቦችና ማህበረሰባት ወደ አንድነት እንዲቀረቡ ያደርጋል። ለእነዚህ ጠቃሚ በሆኑ የጨዋታ ክፍሎች ላይ ለመርዳት ደህን መመሪያ አውጥተናል።

የግብ ነጥብን ማስቀመር፡ የጨዋታው ኅላማ ግቦችን ለማሳገባት ይሆናል። ይህ ማለት ስድስት ነጥቦችን ለማስቀመር ካሏን በመርገጥ በሁለት ቋሚ ባላዎች (የግብ ምሰራዎች) መካከል ካላፈች ይሆናል። ካሏ በገል ምሰራዎች መካከል ከኪደቶች በውጭ ባለው ትናንሽ ምሰራዎች ካላፈች ወይም በስተኋላ ማሳገባት አንድ ነጥብ ያስቆጥራል። በገፅ 4 ላይ ያለውን ስልል መመልከት።

ነጥቦች በሚነበቡት ወይም በሚጻፉበት ጊዜ ግብ መጀመሪያ ሲጻፉ ከዚያም የበስተኋላ እና ከዚያም ጠቅላላ ነጥቦች ይጻፋል። ለምሳሌ፡ 10 ግቦች ካስቆጠሩ ስድስት የበስተኋላዎች ከሆኑ በጠቅላላው 66 ሲሆን 10.6 (66) ተብሎ ይጻፋል።

በአጠቃላይ ከፍተኛ ግቦችና የበስተኋላ ያስቆጠረ ቡድን አሸናፊ ይሆናል።

ቡድኖች፡ በጨዋታዎች ሁለት ቡድኖች ይገጥማሉ፤ እያንዳንዱ ቡድን 22 ተጫዋቾች ሲኖሩት ግጥሚያ ሲደረግ ከእያንዳንዱ ቡድን 18 ተጫዋቾች በሜዳ ላይ ይጫወታሉ። የሰፖርት ጻፍ የፍሽክ ድምፅ ሲያሰማር ካሏን በሜዳው መካከል ላይ ሲያጥሩት ጨዋታው ይጀምራል፤ እንዲሁም በእያንዳንዱ የፈረቃ ጨዋታ ላይ እና የግብ ነጥብ ካስቆጠሩ በኋላ ካሏን በሜዳው መካከል ላይ በማንጠር ጨዋታው ይጀመራል።

የሚወስደው ጊዜ፡ ጨዋታዎች በአራት ፈረቃ የተከፈሉ ሲሆን እያንዳንዱ የ20 ደቂቃና ተጨማሪ ጊዜ ሲኖረው በቡድኖች ላይ የሚደረግ ቅደሞ ከፈረቃው በኋላ ያበቃል። ቡድኖች የአግሮ ካስን ባለቤትነት ማግኘት ከቻሉ በኋላ በተቃራኒ ሜዳ ማውረጃ ወደሚገኘው ጎሳቸው አቅጣጫ መርጥ፤ ካሏን መርገጥና በእጅ ለሌላ ማስተላለፍ ይሆናል። ተጫዋቾች ካሏን በየ15 ሜትር አርቀት እያከፈሩ ይዘው መርጥ ይችላሉ።

የአግሮ ካስን ስለማንቀሳቀስ፡ ተጫዋቾች ካሏን በመርገጥ ወይም በእጅ አድርገው ይቀበላሉ። የእጅ ካስ ሲባል ካሏን በአንድ እጅ መያዝና በሌላው እጅ ጨብጦ በቡጢ መምታት ይሆናል። አንድ ተጫዋች (የተረገጠችና ቢያንስ ለ15 ሜትር የተጓዘች ካስ መሬት ሳትካካ ወይም ሌላ ተጫዋች ሳይካካ መያዝ ከቻለ ስህራጫውን ድረስ ተቃራኒው ቡድን ሳይከሰክል) መርገጥ ይፈቀድለታል።

ካሏን ማስጣል፡ አንድ ተጫዋች የካስ ባለቤት ለመሆን ማሸነፍ የሚችለው ተቃራኒውን ካሏን በማስጣል ነው። ተቃራኒውን በመያዝ ህጋዊ የሆነ ማስጣል ሲደረግ ይህም ካሏን ለያዘ ተጫዋች ከትከሻው በታችና ከጉልበትቹ በላይ በመያዝ ይሆናል። ተጫዋቾች ካሏን ለማስጣል ሲሉ ተቃራኒውን በስተኋላ ሆኖ መግፋት አይፈቀድላቸውም። እንዲሁም የተከፈቱ ተጫዋቾች ካሏን ከአንድ አስከ ሁለት ደቂቃ ባለው ጊዜ ውስጥ በትከክል ካሏን ማስወገድ አለባቸው። ህጋዊ ባልሆነ መንገድ ካሏን ለተከፈቱ ተጫዋች የጻፉ ምት ይሰጠዋል። አንዳንድ ጊዜ አንድ ተጫዋች ጨዋታውን ከሚገባ በላይ ካዘገየ ወይም ጻፍውን ከሰደደ ለተቃራኒ ቡድኑ የጻፉ ምት ቅጠት እና በተጨማሪ የ50 ሜትር ቅጠት ምት ይሰጣል።

በበለጠ ማወቅ ይፈልጋሉ? ኦክስዎ AFL [የአውስትራሊያ አግሮ ካስ ቡድን] የሚሰጠውን በድረገፅ፡ [afl.com.au](http://afl.com.au) ላይ ማየት ወይም በአድራሻ፡ **AFL Multicultural Coordinator, Australian Football League, GPO Box 1449, Melbourne Victoria, Australia 3001** መጻፈፍ

## به فوتبال استرالیایی/آسترالین فوتبال خوش آمدید

آسترالین فوتبال لیگ از صمیم قلب به تمام مردم از هر نوع زمینه فرهنگی خوش آمدید می گوید. بازی آسترالین فوتبال دربرگیرنده تمام فرهنگها بوده و افراد، خانواده ها و جوامع را در سر تاسر استرالیا به هم نزدیک می نماید. ما این رهمن را به منظور آشنایی شما با عناصر اساسی این بازی تهیه نموده ایم.

نمره گرفتن: هدف بازی گول زدن می باشد. برای گرفتن شش نمره باید توپ را با لگد از وسط پایه های بلند (پایه های گول) عبور بدهند. اگر توپ از میان یکی از پایه های گول و هر یک از پایه های کوچک خارجی (پایه های عقبی) عبور کند، نمره عقبی (با ارزش یک نمره) گرفته می شود. شکل صفحه 4 را نگاه کنید. در وقت خواندن و نوشتن نمرات، اول گول ها، بعد عقبی ها و بعد مجموع نمرات قرار داده می شود. به طور مثال، نمره 10 گول و شش عقبی 66 می باشد و به صورت (66) 6.10 نوشته می شود. هر تیمی که دارای بلند ترین تعداد گول و عقبی باشد برنده می شود.

تیم ها: بازی ها شامل دو تیم 22 نفره می باشد که از هر تیم 18 نفر در میدان در یک وقت حضور دارند. بازی زمانی شروع می شود که زنگی به صدا در آمده و داور/ریفری توپ را در وسط میدان بازی به منظور جهش به زمین می زند. توپ را همچنان در هر شروع هر ربع بازی و بعد از هر گول باز هم به زمین می زنند.

دوام وقت بازی: بازی ها علاوه بروقت اضافی، به چهار ربع 20 دقیقه ای تقسیم شده اند و تیم ها بعد از هر ربع جهت/سر بدل می کنند. تیم ها تلاش می کنند توپ فوتبال را بدست آورده و بعد از آن با دوش، لگد و دست توپ را به طرف گول شان که در سمت مقابل میدان است ببرند. بازیکنان تا هر وقتی که قادر هستند، می توانند با توپ بدون بشرطی که در هر 15 متر یک بار توپ را به زمین بزنند.

حرکت دادن توپ فوتبال: بازیکنان توپ را به همدیگر با لگد یا با دست/هندبال پاس می دهند. هندبال عبارت است از گرفتن توپ با یک دست و زدن با مشت بسته به توپ با دست دیگر. اگر بازیکنی بتواند توپ فوتبال را مارک کند (بعد از لگد توپی را که حد اقل 15 متر حرکت کرده باشد، از هوا بگیرد، بشرطی که توپ به زمین نخورده باشد و یا بازیکن دیگری به آن تماس نه نموده باشد) او مستحق است یک لگد بزند و تا زمانیکه او به بازی ادامه ندهد، بازیکنان مخالف حق ندارند تا با او گلاویزشوند/تکل کنند.

گلاویزشدن/تکل کردن: بازیکن می تواند توپ را از بازیکن مخالف با استفاده از تکل بدست بیاورد. تکل قانونی عبارت است از آنا محکم گرفتن از زیر شانه تا بالای زانوهای شخص مخالفی که توپ را با خود دارد. بازیکنان حق ندارند تا بازیکن مخالف را از پشت/کمر در وقت تکل تپله نمایند و بازیکنی که مورد تکل قرار گرفته است باید در مدت زمان لازم (یک یا دو ثانیه) توپ را از دست بدهد. بازیکنی که مورد تکل غیر قانونی قرار گرفته است با زدن یک لگد آزاد به توپ پاداش داده می شود. در بعضی موارد وقتیکه یک مارک یا لگد آزاد اعطا می شود، یا در صورتیکه یک بازیکن بدون موجب بازی را به تاخیر می اندازد و یا به داور/ریفری توهین میکند یک جزا/پنالتی اضافی 50 متره نیز برعلیه تیم مخالف اعطا می شود.

آیا میخواهید بیشتر بدانید؟ پس لطفا از آدرس انترنیتی AFL در [afl.com.au](http://afl.com.au) دیدن نموده و یا با آدرس زیر مکاتبه نمایید.

AFL Multicultural Coordinator, Australian Football League, GPO Box 1449, Melbourne  
Victoria, Australia 3001





play on

Footy brings out the passion and commitment in all of us. That's why we love it. To the coaches, players and everyone else involved in this great sport of ours, we say play on.

NAB. Proudly supporting  
AFL and the rules Aussies love.



nab