

NOMBRE DE JOUEURS	Pratique à X	
REPLACEMENTS	Illimités pendant les temps de pause et/ou sur blessure	
TERRAIN	56 mètres X 35 mètres	
TEMPS DE JEU SUR ½ JOURNEE	40 minutes	
TEMPS DE JEU SUR 1 JOURNEE	45 minutes	
TEMPS MAXIMUM PAR PERIODE	10 minutes	
TEMPS DE PAUSE	3 minutes entre les périodes – 5 minutes entre deux rencontres	
ARBITRAGE	1 éducateur-arbitre	
JEU DELOYAL	Du remplacement temporaire de 2 minutes à l'exclusion définitive, selon la gravité de la faute. Le remplacement est obligatoire. Si brutalité caractérisée ou récidive, exclusion définitive du tournoi.	
PLAQUAGE	Le plaquage doit être impérativement exécuté au niveau de la ceinture. Toute prise au dessus sera sanctionnée. La caillière est strictement interdite.	
REMISE EN JEU	Où ?	Comment ?
COUP D'ENVOI	Au centre du terrain	Coup de pied tombé, adversaires à 5 mètres
COUP D'ENVOI Après essai	Au centre du terrain par l'équipe qui a concédé l'essai.	
COUP DE RENVOI	A 10 mètres de l'en-but	Coup de pied franc Adversaires à 5 mètres
EN AVANT ou ballon injouable	A l'endroit de la faute, à 5 mètres de toute ligne  La mêlée n'est <b>jamais</b> rejouée Sanction : CP Franc. Cas exceptionnel, pas de faute, CP Franc en faveur de l'équipe défendant.	Mêlée éducative sans impact : 3 contre 3, sans poussée. Le ballon revient à l'équipe qui introduit. Lignes de hors jeu à 5 mètres. 4 temps : 1. Flexion 2. Touché (la main reste posée) 3. Regard 4. Placement Le ½ de mêlée introduit sans délai. Son adversaire reste derrière la mêlée.
PENALITE	Remplacée par un coup de pied franc	
COUP DE PIED FRANC	A l'endroit de la faute, à 5 mètres de toute ligne.	Adversaires à 5 mètres. Pas de choix de la mêlée.
SORTIE EN TOUCHE OU TOUCHE INDIRECTE	A l'endroit de la sortie, à 5 mètres minimum de la ligne d'en-but. Alignement à 3 pas de la ligne de touche	Touche sans aide au sauteur, non disputée. Le lancer est effectué au dessus de l'alignement (sinon CPF). Le jeu commence lorsqu'un sauteur a tenté de capturer le ballon. 1 lanceur, 2 sauteurs et 1 relayer. Lignes de hors jeu à 5 mètres.
TOUCHE DIRECTE	Frappe au delà des 10 mètres : à l'endroit de la frappe Frappe dans l'en-but ou à moins de 10 mètres : à l'endroit de la sortie	Remise en jeu rapide autorisée
COUP DE SIFFLET DE L'ARBITRE, LE PORTEUR DU BALLON LE POSE IMMEDIATEMENT AU POINT DE FAUTE - SINON SANCTION (DU CPF AU REPLACEMENT)		
5 ESSAIS D'ECART OU PLUS A LA MI-TEMPS : SCORE ACQUIS POUR L'EQUIPE VAINQUEUR ET RE-EQUILIBRAGE POUR LA FIN DE LA RENCONTRE		
HORMIS CES MODIFICATIONS, LES REGLES DU RUGBY A XV SONT APPLICABLES		

## Moins de 11 ans

<b>Jeu de mouvement</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Assurer la continuité du jeu en évitant le blocage.</li> <li>Prendre en compte le partenaire.</li> <li>Arrêter le porteur du ballon.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Se placer dans l'axe du porteur du ballon</li> <li>Passer le ballon en relais.</li> <li>Soutenir le porteur du ballon sur le plan latéral</li> <li>Plaquer le porteur du ballon</li> <li>Défendre avec son partenaire proche</li> </ul>
<b>Gestion des contacts et des luttes</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>S'investir dans le regroupement</li> <li>Rendre le ballon disponible</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Assurer les différents rôles : arracher-protéger-pousser-ramasser</li> <li>Placer son buste</li> <li>Fléchir ses jambes, être équilibré</li> <li>Amener le ballon loin de la ligne de front et l'utiliser</li> </ul>
<b>Lancements de jeu</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Se placer pour franchir la ligne d'avantage au plus vite</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Faire avancer le premier rideau</li> <li>Réagir vite à la mise en place</li> <li>Organiser les soutiens au porteur du ballon</li> </ul>
<b>Respecter les règles</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Intégrer les règles fondamentales</li> <li>Respecter le Hors-jeu sur les phases de blocage</li> <li>Respecter les règles de la touche et de la mêlée</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>S'engager dans le plaquage</li> <li>Placer son dos et sa tête, serrer les bras</li> <li>Se replacer pour soutenir ses partenaires</li> <li>Etre peu pénalisé</li> <li>Ne pas faire mal</li> <li>Ne pas se faire mal</li> <li>Veiller soigneusement à la bonne position du dos en mêlée</li> </ul>