



FEDERATION LUXEMBOURGEOISE DE RUGBY

PÔLE DEVELOPPEMENT

SAISON SPORTIVE 2020-2021

RÈGLEMENT U10

OBJECTIF PRIORITAIRE	<p><u>LTAD Lëtzebuerg Rugby = Apprendre à s'entraîner / Learn to Train & Practise</u> "Créer et exploiter les situations de déséquilibre"</p> <p>Rugby à Plaquer</p>	
NOMBRE DE JOUEUR	<p>Pratique à 7 contre 7 (Parité obligatoire = pas de déséquilibre numérique) <u>11 joueurs maximum par équipe</u> sur la feuille de match (7 joueurs + 4 remplaçants max) <u>Mixité autorisée</u></p>	
REPLACEMENTS	<p>Illimités <u>pendant les arrêts de jeu et/ou sur blessure</u></p>	
TAILLE DU BALLON	<p>Taille 3</p>	
TAILLE DU TERRAIN	<p>40 mètres x 30 mètres (en-but non compris)</p>	
TEMPS DE JEU	<p>50 Minutes pour 1 demi-journée de compétition / 70 Minutes pour 2 demi-journées de compétition Cf. Tableau ci-joint en Page 2</p>	
JEU DELOYAL	<p>Du <u>remplacement temporaire de 2 minutes à l'exclusion définitive</u> selon la gravité de la faute <u>Remplacement Obligatoire du joueur exclu (Jeu en équilibre numérique)</u> => Si brutalité caractérisée ou récidive, exclusion définitive du tournoi <u>Le Porteur de Balle (PB) n'est pas autorisé à percuter volontairement un défenseur immobile (charge INTERDITE)</u> => il doit éviter le défenseur <u>Sanction = Pénalité contre l'équipe fautive à l'endroit de la faute => Tap & Pass</u></p> <p>Au coup de sifflet de l'arbitre, le joueur de l'équipe fautive pose immédiatement le ballon au point de faute <u>Sanction = Pénalité contre l'équipe fautive à l'endroit de la faute => Tap & Pass (ou 5 mètres de plus ou remplacement du joueur fautif en cas de fautes répétées)</u> Préconiation Management Entraîneur-Arbitre = <u>Utilisation des "cartons" interdite: favoriser le dialogue et la communication ("exclusion verbale")</u></p>	
RUCK & MAUL + Temps autorisé de blocage	<p><u>Ruck & Maul AUTORISÉS</u> <u>1 joueur maximum de chaque équipe impliqué à la lutte</u> dans ces phases de blocages pour chaque équipe (+ plaqueur-plaqué ou PB & Défenseur direct) <u>Sanction = Pénalité contre l'équipe fautive à l'endroit de la faute => Tap & Pass</u> Décompte de 5 secondes pour utilisé le ballon à partir du moment où ruck / maul est formé <u>Application du Principe "Use it" ou "Lose it"</u></p>	
RAFFÛT	<p><u>Raffût INTERDIT</u> <u>Sanction = Pénalité contre l'équipe fautive à l'endroit de la faute => Tap & Pass</u></p>	
SQUEEZE BALL	<p>Définition = balle entre les genoux, tête vers l'avant et ventre au sol => <u>Squeeze Ball INTERDIT</u> <u>Sanction = Pénalité contre l'équipe fautive à l'endroit de la faute => Tap & Pass</u></p>	
LE PLAQUAGE	<p>Le plaquage, <u>exécuté obligatoirement avec les 2 bras</u>, doit être <u>impérativement effectué au niveau de la ceinture ou en dessous</u> (entre la taille et les pieds) <u>ATTENTION: il est INTERDIT de plonger directement dans les pieds d'un adversaire</u> <u>Toutes prises au dessus ou sans engager les 2 bras sera sanctionnées</u> Un joueur qui se rend coupable d'un plaquage dangereux doit être systématiquement exclu par l'arbitre (<u>2 minutes</u>) avec remplacement <u>Les projections et la cuillère sont STRICTEMENT INTERDITES et doivent être sanctionnées</u> <u>Sanction = Pénalité contre l'équipe fautive à l'endroit de la faute => Tap & Pass</u></p>	
ARBITRAGE	<p><u>1 Entraîneur-arbitre neutre</u> aidé par les entraîneurs des équipes en jeu pour la touche <u>ou 1 Jeune Joueur de U12 à U18 ans formé + 1 Entraîneur-accompagnant</u> chargé de l'arbitrage de la mêlée et de la sécurité <u>Beaucoup de Communication</u> => L'Entraîneur-arbitre parle aux joueurs avant d'utiliser le sifflet (prévention avant sanction) Management des fautes avec <u>priorité laissée à la Règle de "l'Avantage"</u></p>	
REMISE EN JEU	Où?	Comment?
COUP D'ENVOI	Au centre du terrain	<p>Coup de Pied tombé (Drop-Kick) Le ballon doit franchir la ligne des 5 mètres Adversaires placés à 5 mètres</p>
COUP D'ENVOI APRES ESSAI	Au centre du terrain Par l'équipe qui a concédé l'essai	
COUP DE RENVOI 22M	A 10 mètres de la ligne d'en-but	
EN-AVANT ou BALLON INJOUABLE	A l'endroit de la faute A 5 mètres de toutes lignes	<p><u>Mêlée éducative sans impact à 3 contre 3</u> (Formation mêlée avec 3 joueurs de 1ère ligne) <u>Poussée autorisée dans l'axe, limitée au gain du ballon (= ballon derrière les pieds d'un des joueurs de 1ère ligne)</u> <u>Talonnage autorisé mais pas de possibilité de regagner le ballon (gain de balle = fin de poussée)</u> L'entraîneur-arbitre/accompagnant annonce "l'arrêt de la poussée" = <u>communication verbale "STOP"</u> Liaisons des joueurs de 1ère ligne (Cf. WR Laws) Les autres joueurs seront positionnés sur la ligne de hors-jeu à 5 mètres L'entraîneur-arbitre/accompagnant s'assure de la <u>maîtrise des postures</u> (alignement des épaules + ligne d'épaule au-dessus des hanches) et annonce les <u>3 commandements</u> pour la formation de la mêlée: "<u>Flexion - Liez - Jeu</u>" ou "<u>Crouch - Bind - Set</u>" <u>Le demi de mêlée introduit le ballon sans délai</u> - Son adversaire se place soit à ses côtés <u>sans suivre la progression du ballon</u>, soit derrière la mêlée dans l'axe <u>L'entraîneur-arbitre/accompagnant interviendra immédiatement en cas d'instabilité de la mêlée</u> => Reprise du jeu par 1 CPF <u>La mêlée prend fin lorsque le demi de mêlée décolle le ballon du sol</u>: les joueurs de la mêlée se désolidarisent et tous les joueurs participent au jeu <u>La mêlée n'est jamais rejouée</u>: > Liaisons incorrectes ou mauvaises postures = <u>CPF contre le joueur fautif</u> > Mêlée tournée ou lorsqu'une faute n'est pas décelée et que le ballon devient injouable ou pour raison de sécurité = <u>CPF en faveur de l'équipe ayant introduit le ballon en mêlée</u></p>
PENALITEE (CPP)	A l'endroit de la faute à 5 mètres de toutes lignes	<p><u>CPP remplacé par un CPF</u> = Jeu à l'initiative du joueur <u>Tap & Pass (Tap & Go + Passe obligatoire)</u> => Tap & Go réalisé ballon au sol ou quittant les mains Adversaires placés à 5 mètres <u>Impossible de choisir une mêlée à partir du CPF</u></p>
COUP DE PIED FRANC (CPF)		
SORTIE EN TOUCHE ou TOUCHE INDIRECTE	A l'endroit de la sortie A 5 mètres minimum de la ligne d'en-but	<p><u>Touche = Conquête disputée</u> 1 Lanceur + 2 Sauteurs + 1 Relayeur <u>Pour les opposants, 1 vis-à-vis obligatoire</u> à chacun des joueurs participants bénéficiant de la remise en jeu (lanceur, sauteur et relayeur => équilibre numérique) <u>Pas d'aide aux sauteurs = Lift interdit</u></p>
TOUCHE DIRECTE	<u>Frappe au-delà des 10 mètres = Touche à l'endroit de la frappe</u>	<p>Début de l'alignement à 3 mètres de la ligne de touche - Fin de l'Alignement déterminé par dernier joueur attaquant de l'alignement (vérrouilleur) Le joueur opposé au Lanceur se positionne à 2 mètres de l'alignement (en largeur et profondeur)</p>

	<p>Frappe dans l'en-but ou à moins de 10 mètres = Touche à l'endroit de la sortie à 5 mètres minimum de la ligne d'en-but</p>	<p>Les Relayeurs se positionnent à 2 mètres de l'alignement en profondeur Remise en jeu rapide autorisée avec respect des lignes de hors-jeu Non participants placés à 5 mètres (Ligne de hors-jeu) <u>Remarque:</u> Si le ballon sort en ballon mort sur jeu au pied, le ballon revient à l'équipe adverse = CPF à l'endroit du coup de pied</p>
<p>TRANSFORMATION, DROP & TIR AU BUT</p>	<p>Non</p>	
<p>PRECISIONS</p>	<p>Le jeu au pied est autorisé Hormis ces modifications les règles WR Laws sont applicables</p>	

**TEMPS DE JEU EN U10
SUR 1 DEMI-JOURNEE (MAX 50 MINUTES)
JEU A 7 CONTRE 7**

Nb d'équipes	Nb total de Rencontres	Nb de rencontres par équipe	Nb de périodes	Durée max par périodes	Pause entre 2 périodes	Arrêt entre 2 matches	Temps total
3	3	2	3	8'	2'	5'	48'
4	6	3	2	8'	2'	5'	48'
5	10	4	2	6'	2'	5'	48'
6	15	5	1	10'	néant	5'	50'
7	21	6	1	8'	néant	5'	48'

**TEMPS DE JEU EN U10
SUR 2 DEMI-JOURNEES (MAX 70 MINUTES)
JEU A 7 CONTRE 7**

Nb d'équipes	Nb total de Rencontres	Nb de rencontres par équipe	Nb de périodes	Durée max par périodes	Pause entre 2 périodes	Arrêt entre 2 matches	Temps total
3	3	2	4	9'	2'	5'	72'
4	6	3	2	12'	2'	5'	72'
5	10	4	2	9'	2'	5'	72'
6	15	5	2	7'	2'	5'	70'
7	21	6	1	12'	néant	5'	72'

4 EQUIPES = 6 MATCHES

	A	B	C	D
A		AB	AC	AD
B			BC	BD
C				CD
D				

5 EQUIPES = 10 MATCHES

	A	B	C	D	E
A		AB	AC	AD	AE
B			BC	BD	BE
C				CD	CE
D					DE
E					

6 EQUIPES = 15 MATCHES

	A	B	C	D	E	F
A		AB	AC	AD	AE	AF
B			BC	BD	BE	BF
C				CD	CE	CF
D					DE	DF
E						EF
F						

7 EQUIPES = 21 MATCHES

	A	B	C	D	E	F	G
A		AB	AC	AD	AE	AF	AG
B			BC	BD	BE	BF	BG
C				CD	CE	CF	CG
D					DE	DF	DG
E						EF	EG
F							FG
G							