



Mise à jour septembre 2011

REGLEMENT MOINS DE 15 ANS A XV NIVEAUX A ET B

Objectif prioritaire : « préparation aux compétitions »

NOMBRE DE JOUEURS	Pratique à XV sous réserve que l'équipe soit titulaire du « passeport pour le XV » et remplisse les conditions pour jouer à XV »	
REPLACEMENTS	Illimités pendant les temps de pause (23 joueurs maximum par équipe) et/ou sur blessure	
TERRAIN	Terrain normal	
TEMPS DE JEU SUR 1/2 JOURNEE	60 minutes	
TEMPS DE JEU SUR 1 JOURNEE	60 minutes (sur 2 jours : 75 minutes, maximum 50 minutes par jour)	
TEMPS MAXIMUM PAR PERIODE	15 minutes	
ARBITRAGE	2 jeunes-joueurs arbitres titulaires du passeport « arbitrage » OU « 2 arbitres en cours de formation » ASSISTES par un référent arbitrage* présent sur le terrain.	*En match comme en tournoi, si un référent en arbitrage n'a pas été désigné par le DTA, Pratique à XII OBLIGATOIRE
TEMPS DE PAUSE	4 minutes entre les séquences – 5 minutes entre deux rencontres	
JEU DELOYAL	Du remplacement temporaire de 5 minutes à l'exclusion définitive, selon la gravité de la faute. Le remplacement est obligatoire.	
PLAQUAGE	Si brutalité caractérisée ou récidive, exclusion définitive du tournoi. Le plaquage, exécuté obligatoirement avec les 2 bras, doit être impérativement effectué au niveau de la ceinture. Toute prise au dessus sera sanctionnée. La cuillère est strictement interdite.	
REMISE EN JEU	Où ?	Comment ?
COUP D'ENVOI	Rugby à XV catégories C et D	
COUP D'ENVOI Après essai		
COUP DE RENVOI		
EN AVANT ou ballon injouable	A l'endroit de la faute, à 5 mètres de toute ligne La mêlée n'est jamais rejouée Sanction : CP Franc. Cas exceptionnel, pas de faute, CP Franc en faveur de l'équipe qui bénéficiait de l'introduction	Mêlée éducative sans impact en formation : 3+4+1, poussée limitée au gain du ballon autorisée dans l'axe. Pas de mêlée tournée. Après gain du ballon (derrière les derniers pieds de la première ligne), pas de transport vers l'avant. Pas de possibilité de regagner le ballon, lignes de hors jeu à 5 mètres. 4 temps : 1. Flexion 2. Placement 3. Stop 4. Prêt Le 1/2 de mêlée introduit sans délai.
SORTIE EN TOUCHE OU TOUCHE INDIRECTE	Règlement à XV catégories C et D	Règlement à XV Pas d'aide au sauteur
TOUCHE DIRECTE		
PENALITE		
COUP DE PIED FRANC		
DROP		
TRANSFORMATION (temps arrêté)		
AU COUP DE SIFFLET DE L'ARBITRE, LE PORTEUR DU BALLON LE POSE IMMEDIATEMENT AU POINT DE FAUTE - SINON SANCTION (DU CPF AU REMPLACEMENT)		
5 ESSAIS D'ECART A N'IMPORTE QUEL MOMENT : SCORE ACQUIS DEFINITIVEMENT POUR L'EQUIPE VAINQUEUR ET RE-EQUILIBRAGE OBLIGATOIRE POUR LA FIN DE LA RENCONTRE SOUS QUELQUE FORME QUE CE SOIT		
HORMIS CES MODIFICATIONS, LES REGLES DU RUGBY A XV CATEGORIES C ET D SONT APPLICABLES		



Mise à jour septembre 2011

REGLEMENT MOINS DE 15 ANS A XII NIVEAUX A, B, C

Objectif prioritaire : « créer, exploiter et conserver les situations de déséquilibre sur les différentes phases de jeu »

NOMBRE DE JOUEURS	Pratique à XII	
REPLACEMENTS	Illimités pendant les temps de pause (20 joueurs maxi par équipe) et/ou sur blessure	
TERRAIN	90 mètres X 56 mètres	
TEMPS DE JEU SUR 1/2 JOURNEE	60 minutes	
TEMPS DE JEU SUR 1 JOURNEE	60 minutes (sur 2 jours : 75 minutes - maximum 50 minutes par jour)	
TEMPS MAXIMUM PAR PERIODE	15 minutes	
ARBITRAGE	2 jeunes-joueurs arbitres ASSISTES par leur éducateur ou des « arbitres en cours de formation » ou des jeunes de catégories supérieures formés et encadrés	
TEMPS DE PAUSE	4 minutes entre les périodes – 5 minutes entre deux rencontres	
JEU DELOYAL	Du remplacement temporaire de 5 minutes à l'exclusion définitive, selon la gravité de la faute. Le remplacement est obligatoire.	
PLAQUAGE	Si brutalité caractérisée ou récidive, exclusion définitive du tournoi. Le plaquage, exécuté obligatoirement avec les 2 bras, doit être impérativement effectué au niveau de la ceinture. Toute prise au dessus sera sanctionnée. La cuillère est strictement interdite.	
REMISE EN JEU	Où ?	Comment ?
COUP D'ENVOI	Rugby à XV catégories C et D	
COUP D'ENVOI Après essai		
COUP DE RENVOI		
EN AVANT ou ballon injouable	A l'endroit de la faute, à 5 mètres de toute ligne La mêlée n'est jamais rejouée Sanction : CP Franc. Cas exceptionnel, pas de faute, CP Franc en faveur de l'équipe qui bénéficiait de l'introduction	Mêlée éducative en formation 3+2+1 Pas de poussée, non disputée, lignes de hors jeu à 5 mètres. 4 temps : 1. Flexion 2. Placement 3. Stop 4. Prêt Le 1/2 de mêlée introduit sans délai. Son adversaire se place à ses côtés. Il ne peut pas la progression du ballon. Il peut se placer derrière sa mêlée, dans l'axe.
PENALITE	Rugby à XV catégories C et D	Rugby à XV catégories C et D
COUP DE PIED FRANC		
SORTIE EN TOUCHE OU TOUCHE INDIRECTE	Rugby à XV catégories C et D	Rugby à XV catégories C et D Pas d'aide au sauteur
TOUCHE DIRECTE		
DROP		
TRANSFORMATION	En face de la marque	Aussitôt après la marque par des joueurs différents. Le temps est arrêté.
AU COUP DE SIFFLET DE L'ARBITRE, LE PORTEUR DU BALLON LE POSE IMMEDIATEMENT AU POINT DE FAUTE - SINON SANCTION (DU CPF AU REMPLACEMENT)		
5 ESSAIS D'ECART A N'IMPORTE QUEL MOMENT : SCORE ACQUIS DEFINITIVEMENT POUR L'EQUIPE VAINQUEUR ET RE-EQUILIBRAGE OBLIGATOIRE POUR LA FIN DE LA RENCONTRE SOUS QUELQUE FORME QUE CE SOIT		
HORMIS CES MODIFICATIONS, LES REGLES DU RUGBY A XV CATEGORIES C ET D SONT APPLICABLES		

TABLEAU RECAPITULATIF POUR LA SAISON 2010 – 2011 ECOLES DE RUGBY

Catégorie	Mêlée : décomposition des temps	Mêlée : particularités liées à la catégorie
Moins de 11 ans à IX	<ul style="list-style-type: none"> Au 1^{er} commandement « flexion » les joueurs de première ligne fléchissent les jambes (et non le dos), imbriquent leur tête en quinconce sans s'engager (pas de contact avec l'épaule du vis-à-vis), les joueurs de 2^{ème} ligne (en moins de 13 et en moins de 15) et les joueurs de 3^{ème} ligne (en moins de 15) mettent un genou au sol 	<ul style="list-style-type: none"> Mêlée à 3, non poussée et non disputée Le ½ de mêlée introduit sans délai Son adversaire se place à ses côtés, ne suit pas la progression et peut rester derrière la mêlée dans l'axe
Moins de 13 ans à XI	<ul style="list-style-type: none"> Au 2^{ème} commandement « Placement » les joueurs de 1^{ère} ligne se placent sans impact en se liant à leur vis-à-vis, puis les joueurs de 2^{ème} ligne (en moins de 13 et moins de 15) et les joueurs de 3^{ème} ligne (en moins de 15) se placent en se relevant 	<ul style="list-style-type: none"> Mêlée en 3+2, non poussée non disputée Le ½ de mêlée introduit sans délai Son adversaire se place à ses côtés, ne suit pas la progression et peut rester derrière la mêlée dans l'axe Pas de possibilité pour un avant de prendre le ballon dans la mêlée Les joueurs de 2^{ème} ligne ont un genou au sol et le décollent à l'annonce « placement »
Moins de 15 ans à XII	<ul style="list-style-type: none"> Au 3^{ème} commandement « stop », après qu'ils se soient repositionnés (appuis hauts et bas) l'arbitre exige des joueurs un maintien de leur position et une stabilité de la mêlée 	<ul style="list-style-type: none"> Mêlée en 3+2+1, non poussée non disputée Le ½ de mêlée introduit sans délai Son adversaire se place à ses côtés, ne suit pas la progression et peut rester derrière la mêlée, dans l'axe Les joueurs de 2^{ème} et 3^{ème} lignes ont un genou au sol et le décollent à l'annonce « placement »
Moins de 15 ans à XV (Apprentissage collectif de la mêlée à 8)	<ul style="list-style-type: none"> Au 4^{ème} commandement « jeu » le ½ de mêlée introduit sans délai 	<ul style="list-style-type: none"> Mêlée éducative sans impact en formation : 3+4+1 (rugby à XV catégories C et D) Poussée limitée au gain du ballon autorisée dans l'axe Pas de mêlée tournée Après gain du ballon (derrière les derniers pieds de la première ligne), pas de transport vers l'avant. Pas de possibilité de regagner le ballon Lignes de hors jeu à 5 mètres Le ½ de mêlée introduit sans délai Les joueurs de 2^{ème} et 3^{ème} lignes ont un genou au sol et le décollent à l'annonce « placement » Chaque 8 au complet L'arbitre doit ordonner une mêlée simulée lorsqu'un joueur ne possède plus la capacité de jouer devant, ou lorsque la lutte en mêlée est trop déséquilibrée du fait de la faiblesse d'une équipe.
TOUTES CATEGORIES	<ul style="list-style-type: none"> Interdiction d'aller volontairement au sol Squeeze ball interdit S'engager dans le ruck/maul en se liant. Engagement maximum autorisé sur ruck : au pas qui suit 	

TABLEAU RECAPITULATIF POUR LA SAISON 2010 – 2011 ECOLES DE RUGBY

Catégorie	Mêlée : décomposition des temps	Mêlée : particularités liées à la catégorie
Moins de 15 ans à XV (Apprentissage collectif de la mêlée à 8)	<ul style="list-style-type: none"> Au 1^{er} commandement « flexion » les joueurs de première ligne fléchissent les jambes (et non le dos), imbriquent leur tête en quinconce sans s'engager (pas de contact avec l'épaule du vis-à-vis), les joueurs de 2^{ème} ligne et les joueurs de 3^{ème} ligne mettent un genou au sol. Au 2^{ème} commandement « Placement » les joueurs de 1^{ère} ligne se placent sans impact en se liant à leur vis-à-vis, puis les joueurs de 2^{ème} ligne et les joueurs de 3^{ème} ligne se placent en se relevant. Au 3^{ème} commandement « stop », après qu'ils se soient repositionnés (appuis hauts et bas) l'arbitre exige des joueurs un maintien de leur position et une stabilité de la mêlée. Au 4^{ème} commandement « jeu » le ½ de mêlée introduit sans délai. 	<ul style="list-style-type: none"> Mêlée éducative sans impact en formation : 3+4+1 (rugby à XV catégories C et D) Poussée limitée au gain du ballon autorisée dans l'axe Pas de mêlée tournée Après gain du ballon (derrière les derniers pieds de la première ligne), pas de transport vers l'avant. Pas de possibilité de regagner le ballon Lignes de hors jeu à 5 mètres Le ½ de mêlée introduit sans délai Les joueurs de 2^{ème} et 3^{ème} lignes ont un genou au sol et le décollent à l'annonce « placement » Chaque 8 au complet L'arbitre doit ordonner une mêlée simulée lorsqu'un joueur ne possède plus la capacité de jouer devant, ou lorsque la lutte en mêlée est trop déséquilibrée du fait de la faiblesse d'une équipe.
REGLES DE SECURITE (TOUTES CATEGORIES)	<ul style="list-style-type: none"> Interdiction d'aller volontairement au sol Squeeze ball interdit S'engager dans le ruck/maul en se liant. Engagement maximum autorisé sur ruck : au pas qui suit 	
Conditions d'obtention par une équipe du « Passeport pour le XV »	<ul style="list-style-type: none"> Au moins deux éducateurs diplômés ayant suivi la journée de formation à la sécurité (délivrance d'un « passeport éducateur ») Au moins deux joueurs titulaires du « passeport joueur-arbitre » Au moins dix joueurs titulaires du passeport « joueur de devant » 	
Conditions à remplir pour pratiquer à XV	<ul style="list-style-type: none"> Présence d'au moins 1 éducateur titulaire du « passeport éducateur » Présence d'au moins 2 joueurs titulaires du « passeport joueur-arbitre » Présence en mêlée de 8 joueurs titulaires du passeport joueur de devant Présence d'un « REFERENT EN ARBITRAGE » désigné par le DTA 	

REGLEMENT MOINS DE 11 ANS

Objectif prioritaire : « créer et exploiter des situations de déséquilibre »

NOMBRE DE JOUEURS	Pratique à IX	
REPLACEMENTS	Illimités pendant les temps de pause et/ou sur blessure	
TERRAIN	56 mètres X 30 mètres OU 50 mètres X 30 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 ou 2 jeunes de la catégorie ou de catégories supérieures formés et encadrés	
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, exécuté obligatoirement avec les 2 bras, doit être impérativement effectué au niveau de la ceinture. Toute prise au dessus sera sanctionnée. La cuillère 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	Le ballon doit franchir les 5 mètres
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 jamais rejouée Sanction : CP Franc. Cas exceptionnel, pas de faute, CP Franc en faveur de l'équipe qui bénéficiait de l'introduction	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. Placement 3. Stop 4. Piét Le ½ de mêlée introduit sans délai. Son adversaire se place à ses côtés. Il ne suit pas la progression du ballon. Il peut se placer derrière sa mêlée, dans l'axe.
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. Frappe au delà des 10 mètres : à l'endroit de la frappe	1 lanceur, 2 sauteurs et 1 relayeur. Pour les opposants, 1 vis-à-vis à chacun des participants bénéficiant de la remise en jeu (lanceur, sauteurs et relayeur) Pas d'aide au sauteur. Convoquée disputée. Début de l'alignement à 3 mètres. Fin de l'alignement déterminée par le dernier joueur attaquant de l'alignement (Verrouilleur). Le joueur opposé au lanceur à 1,50 mètre de l'alignement (tangeur et profondeur). Les relayeurs à 1,50 mètre en profondeur de l'alignement. Remise en jeu rapide autorisée, avec respect des lignes de hors jeu.
TOUCHE DIRECTE	Frappe dans l'en-but ou à moins de 10 mètres : à l'endroit de la sortie	Non-participants à 5 mètres
AU COUP DE SIFFLET DE L'ARBITRE, LE PORTEUR DU BALLON LE POSE IMMEDIATEMENT	NON PARTICIPANTS	
5 ESSAIS D'EGART A N'IMPORTE QUEL MOMENT : SCORE ACQUIS DEFINITIVEMENT POUR L'EQUIPE VAINQUEUR ET RE-EQUILIBRAGE OBLIGATOIRE POUR LA FIN DE LA RENCONTRE SOUS QUELQUE FORME QUE CE SOIT	NON PARTICIPANTS	
HORMIS CES MODIFICATIONS, LES REGLES DU RUGBY A XV CATEGORIES C ET D SONT APPLICABLES	NON PARTICIPANTS	

REGLEMENT MOINS DE 13 ANS

Objectif prioritaire : « créer et exploiter des situations de déséquilibre individuellement et collectivement »

NOMBRE DE JOUEURS	Pratique à XI	
REPLACEMENTS	Illimités pendant les temps de pause et/ou sur blessure	
TERRAIN	56 mètres X 46 mètres	
TEMPS DE JEU SUR ½ JOURNEE	48 minutes	
TEMPS DE JEU SUR 1 JOURNEE	55 minutes (sur 2 jours : 60 minutes, maximum 40 minutes par jour)	
TEMPS MAXIMUM PAR PERIODE	12 minutes	
ARBITRAGE	2 jeunes joueurs-arbitres assistés par un éducateur-arbitre	
TEMPS DE PAUSE	3 minutes 30 entre les périodes – 5 minutes entre deux rencontres	
JEU DELOYAL	Du remplacement temporaire de 5 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, exécuté obligatoirement avec les 2 bras, doit être impérativement effectué au niveau de la ceinture. Toute prise au dessus sera sanctionnée. La cuillère est strictement interdite.	
REMISE EN JEU	Où ?	Comment ?
COUP D'ENVOI	Au centre du terrain	Coup de pied tombé Adversaires à 10 mètres
COUP D'ENVOI Après essai	Au centre du terrain par l'équipe qui a concédé l'essai	Le ballon doit franchir les 10 mètres
COUP DE RENVOI	A 10 mètres de l'en-but	Coup de pied tombé
EN AVANT ou ballon injouable	A l'endroit de la faute, à 5 mètres de toute ligne La mêlée n'est jamais rejouée Sanction : CP Franc. Cas exceptionnel, pas de faute, CP Franc en faveur de l'équipe qui bénéficiait de l'introduction	Mêlée éducative en formation 3+2 Pas de poussée, non disputée. lignes de hors jeu à 5 mètres. 4 temps : 1. Flexion 2. Placement 3. Stop 4. Piét Le ½ de mêlée introduit sans délai. Son adversaire se place à ses côtés. Il ne suit pas la progression du ballon. Il peut se placer derrière sa mêlée, dans l'axe. Pas de possibilité pour un avant de prendre le ballon dans la mêlée.
PENALITE	Remplacée par un coup de pied franc	
COUP DE PIED FRANC	Rugby à XV catégories C et D	
SORTIE EN TOUCHE OU TOUCHE INDIRECTE	A l'endroit de la sortie, à 5 mètres de toute ligne Frappe au delà des 10 mètres : à l'endroit de la frappe	1 lanceur, 2 à 4 sauteurs et 1 relayeur. Pas d'aide au sauteur, touche disputée. Les opposants à la conquête se placent en miroir. Respect des distances identiques M11.
TOUCHE DIRECTE	Frappe dans l'en-but ou à moins de 10 mètres : à l'endroit de la sortie	Lignes de hors jeu à 5 mètres pour les non participants. Remise en jeu rapide autorisée, avec respect des lignes de hors jeu.
TRANSFORMATION - DROP	NON	
AU COUP DE SIFFLET DE L'ARBITRE, LE PORTEUR DU BALLON LE POSE IMMEDIATEMENT	NON PARTICIPANTS	
5 ESSAIS D'EGART A N'IMPORTE QUEL MOMENT : SCORE ACQUIS DEFINITIVEMENT POUR L'EQUIPE VAINQUEUR ET RE-EQUILIBRAGE OBLIGATOIRE POUR LA FIN DE LA RENCONTRE SOUS QUELQUE FORME QUE CE SOIT	NON PARTICIPANTS	
HORMIS CES MODIFICATIONS, LES REGLES DU RUGBY A XV CATEGORIES C ET D SONT APPLICABLES	NON PARTICIPANTS	

Moins de 13 ans

<p>Jeu de mouvement</p>	<ul style="list-style-type: none"> Assurer la continuité du mouvement qui avance en évitant le blocage Réaliser le choix « passe ou perce » Utiliser le jeu déployé « court » S'opposer directement ou glisser 	<ul style="list-style-type: none"> Avancer dans les intervalles Avancer dans des espaces à faible densité de joueurs adverses Choisir le meilleur soutien Soutenir dans l'axe : « retard » pour meilleure vitesse et plus de puissance Soutenir latéralement : s'écarter du porteur, jouer avec l'espace S'opposer collectivement sur l'espace menacé Conservé une réserve défensive
<p>Gestion des contacts et des luttes</p>	<ul style="list-style-type: none"> S'organiser dans le blocage Sortir des axes de poussée des Utilisateurs / Opposants 	<ul style="list-style-type: none"> Entrer en contact en protégeant son ballon Faire le choix : Rester debout ou aller au sol Extraire le ballon du regroupement Combattre collectivement Respecter son rôle Contourner la pression adverse Se lier et repousser les attaquants Retourner le porteur du ballon Se démarquer Changer les trajectoires de courses Avancer et provoquer l'adversaire Reconnaître les points faibles et les utiliser
<p>Lancements de jeu</p>	<ul style="list-style-type: none"> Lancer le jeu « loin » ou « près » (approche des stratégies) 	<ul style="list-style-type: none"> Etre peu pénalisé Se positionner correctement : Liaisons-placements dos-flexion Regarder à l'entrée en mêlée Talonner et conduire le ballon Apprendre la mêlée collectivement <ul style="list-style-type: none"> 1^{er} commandement : les joueurs se mettent en flexion et imbriquent leur tête en quinconce 2^{ème} commandement : les joueurs se placent sans impact en se liant à leur vis à vis 3^{ème} commandement : après qu'ils se soient repositionnés (appuis hauts et bas) ils maintiennent la position et marquent un temps d'arrêt 4^{ème} commandement : le 1/2 de mêlée introduit sans retard
<p>Respecter les règles</p>	<ul style="list-style-type: none"> Respecter la règle du Hors jeu sur le jeu au pied Respecter les Règles de la mêlée et de la touche Respecter les règles de sécurité 	<ul style="list-style-type: none"> Interdiction d'aller volontairement au sol Squeeze ball interdit S'engager dans le ruck/maul en se liant Engagement maximum autorisé sur ruck : au pas qui suit

Moins de 11 ans

<p>Jeu de mouvement</p>	<ul style="list-style-type: none"> Assurer la continuité du jeu en évitant le blocage. Prendre en compte le partenaire. Arrêter le porteur du ballon. 	<ul style="list-style-type: none"> Se placer dans l'axe du porteur du ballon Passer le ballon en relais. Soutenir le porteur du ballon sur le plan latéral Plaqué le porteur du ballon Défendre avec son partenaire proche
<p>Gestion des contacts et des luttes</p>	<ul style="list-style-type: none"> S'investir dans le regroupement Rendre le ballon disponible 	<ul style="list-style-type: none"> Assurer les différents rôles : arracher-protéger-pousser-ramasser Placer son buste Fléchir ses jambes, être équilibré Amener le ballon loin de la ligne de front et l'utiliser
<p>Lancements de jeu</p>	<ul style="list-style-type: none"> Se placer pour franchir la ligne d'avantage au plus vite 	<ul style="list-style-type: none"> Faire avancer le premier rideau Réagir vite à la mise en place Organiser les soutiens au porteur du ballon
<p>Respecter les règles</p>	<ul style="list-style-type: none"> Intégrer les règles fondamentales Respecter le Hors-jeu sur les phases de blocage Respecter les règles de la touche et de la mêlée 	<ul style="list-style-type: none"> S'engager dans le plaquage Placer son dos et sa tête, serrer les bras Se replacer pour soutenir ses partenaires Etre peu pénalisé Ne pas faire mal Ne pas se faire mal Veiller soigneusement à la bonne position du dos en mêlée <ul style="list-style-type: none"> 1^{er} commandement : les joueurs se mettent en flexion et imbriquent leur tête en quinconce 2^{ème} commandement : les joueurs se placent sans impact en se liant à leur vis à vis 3^{ème} commandement : après qu'ils se soient repositionnés (appuis hauts et bas) ils maintiennent la position et marquent un temps d'arrêt 4^{ème} commandement : le 1/2 de mêlée introduit sans délai Interdiction d'aller volontairement au sol Squeeze ball interdit S'engager dans le ruck/maul en se liant <ul style="list-style-type: none"> Engagement maximum autorisé sur ruck : au pas qui suit