



**FFR**

# **Règles du jeu Rugby loisir avec plaquage**

Sept-2024



Selon le Titre VIII des Règlements Généraux de la FFR : le Rugby Loisir avec plaquage est accessible à tout membre de sexe masculin ou féminin d'une association affiliée à la FFR, âgé de plus de 18 ans (titulaire d'une licence à la FFR « Rugby Compétition » ou « Rugby Loisir avec plaquage » en cours de validité).

La mixité est autorisée dans le cadre de la pratique du Rugby Loisir avec plaquage, selon les règles du jeu adoptées par l'instance dirigeante compétente de la FFR (règles en page 5).

## RUGBY LOISIR AVEC PLAQUAGE

### A) DIVERS

**JOUEURS** : Majeurs au jour du match

**TEMPS DE JEU** : voir tableau ci-dessous

**TERRAIN** : voir tableau ci-dessous

**TABLE DE MARQUE** : NON

**CARTON BLEU** : OUI

**ARBITRAGE** : 2 CAL (1 de chaque équipe) présents sur le terrain – Principes de l'arbitrage à 2

### B) NOMBRE DE JOUEURS ET REMPLACEMENTS

➤ **Minimum** : voir tableau ci-dessous

**Maximum** : illimité

**PAS DE JOUEUR DE 1<sup>ère</sup> LIGNE EXIGE**

➤ Les mêlées sont simulées

**REPLACEMENTS TACTIQUES**

Illimités sans table marque. Le remplacement peut être effectué à tout moment. Le joueur sortant doit avoir quitté le champ de jeu avant que le joueur entrant y pénètre

### C) MELEE

➤ **Nombre de joueurs** : voir tableau ci-dessous

➤ **Commandements de l'arbitre** : 3 Temps = Flexion - Liez - Placement

➤ **Mêlée simulée** : pas de poussée, l'équipe qui introduit le ballon le conserve

➤ **Le N°9 adverse** : ne peut pas suivre la progression du ballon (ligne de hors-jeu = tunnel)

➤ **Si N° 8** : départ autorisé

### D) PLAQUAGE

**PLAQUAGE : Application de la règle du plaquage du rugby amateur**

**4 éléments essentiels :**

- Un joueur est autorisé à plaquer un adversaire porteur du ballon en le ceinturant à l'aide des deux bras, de la taille jusqu'aux pieds
- Pas de blocage sur le haut du corps
- Plaquage à deux en simultané interdit
- Le porteur du ballon ne doit pas projeter son buste vers l'avant au moment du contact



Tout joueur porteur du ballon ne peut aller volontairement au sol sans avoir été plaqué (sauf pour faire un touché à terre en en-but).

Un joueur ne doit pas plonger directement dans les pieds du porteur du ballon

La cuillère est interdite

**Sanction** : Pénalité

## **E) PHASE POST PLAQUAGE**

### **Suite à un plaquage :**

- Le premier soutien offensif et le premier soutien défensif peuvent disputer le ballon. Pour cela les joueurs doivent se lier au moment du contact (pas de percussion) et rester sur leurs appuis (lutte en poussée)
- Lorsque le ballon est gagné par une équipe, l'arbitre annonce la couleur de cette équipe. L'équipe qui a gagné le ballon (annonce de l'arbitre) doit le jouer dans les 5 secondes, sans possibilité pour l'équipe adverse de pouvoir intervenir avant que le ballon n'ait été décollé du sol par le relayeur.

**Sanction** : Pénalité

**Conduite à tenir par l'arbitre** : dès qu'une équipe a gagné le ballon l'arbitre annonce la couleur de cette équipe. A partir de ce moment-là l'équipe adverse ne peut plus contester le ballon de quelque manière que ce soit

## **F) JEU AU PIED**

Pas de tentative de coup de pied de pénalité

Pas de drop

Pas de transformation d'essai

Le dribbling est interdit

Tout autre forme de jeu au pied est autorisée

Interdiction de lutter en l'air pour le gain du ballon

## **G) JEU DELOYAL**

Lorsqu'un joueur commet un acte jugé contraire à l'esprit du rugby l'arbitre demandera au capitaine de le remplacer.

Un joueur qui reçoit un carton jaune sera exclu et remplacé (durée : voir tableau ci-dessous)

Un joueur qui reçoit un carton rouge sera exclu définitivement et ne sera pas remplacé.

**HORMIS CES DISPOSITIONS SPECIFIQUES, LES REGLES DU RUGBY à XV  
CATEGORIE C SONT APPLICABLES**



NOMBRE DE JOUEURS	DIMENSIONS TERRAIN	TEMPS DE JEU	NOMBRE DE JOUEURS EN MELEE	DUREE EXCLUSION TEMPORAIRE
15C15	Terrain normal	<b>Match sec</b> : accord entre les deux équipes (mi-temps, tiers temps, quart temps) mais maximum 80 minutes <b>Tournoi 1 journée</b> = maxi 80 minutes <b>Tournoi 2 journées</b> = maxi 120 minutes	8C8	Temps de jeu 80' = 10' Temps de jeu 60' = 5'
14C14	Terrain normal	<b>Match sec</b> : accord entre les deux équipes (mi-temps, tiers temps, quart temps) mais maximum 80 minutes <b>Tournoi 1 journée</b> = maxi 80 minutes <b>Tournoi 2 journées</b> = maxi 120 minutes	7C7 (pas de N°8)	Temps de jeu 80' = 10' Temps de jeu 60' = 5'
13C13	<b>Longueur</b> : terrain normal <b>Largeur</b> : moins 5 mètres de chaque côté	<b>Match sec</b> : accord entre les deux équipes (mi-temps, tiers temps, quart temps) mais maximum 80 minutes <b>Tournoi 1 journée</b> = maxi 80 minutes <b>Tournoi 2 journées</b> = maxi 120 minutes	6C6 (pas de 3 <sup>ème</sup> ligne aile)	Temps de jeu 80' = 10' Temps de jeu 60' = 5'
12C12	<b>Longueur</b> : terrain normal <b>Largeur</b> : moins 5 mètres de chaque côté	<b>Match sec</b> : accord entre les deux équipes (mi-temps, tiers temps, quart temps) mais maximum 60 minutes <b>Tournoi 1 journée</b> = maxi 60 minutes <b>Tournoi 2 journées</b> = maxi 120 minutes	5C5 (pas de 3 <sup>ème</sup> ligne)	5'
11C11	<b>Longueur</b> : terrain normal <b>Largeur</b> : moins 10 mètres de chaque côté	<b>Match sec</b> : accord entre les deux équipes (mi-temps, tiers temps, quart temps) mais maximum 60 minutes <b>Tournoi 1 journée</b> = maxi 60 minutes <b>Tournoi 2 journées</b> = maxi 120 minutes	5C5 (pas de 3 <sup>ème</sup> ligne)	5'
10C10	<b>Longueur</b> : terrain normal <b>Largeur</b> : moins 10 mètres de chaque côté	<b>Match sec</b> : accord entre les deux équipes (mi-temps, tiers temps, quart temps) mais maximum 60 minutes <b>Tournoi 1 journée</b> = maxi 60 minutes <b>Tournoi 2 journées</b> = maxi 120 minutes	5C5 (pas de 3 <sup>ème</sup> ligne)	5'
9C9	Demi-terrain (56m X 45m)	<b>Match sec</b> : accord entre les deux équipes (mi-temps, tiers temps, quart temps) mais maximum 40 minutes <b>Tournoi 1 journée</b> = maxi 40 minutes <b>Tournoi 2 journées</b> = maxi 80 minutes	3C3	3'
8C8	Demi-terrain (56m X 45m)	<b>Match sec</b> : accord entre les deux équipes (mi-temps, tiers temps, quart temps) mais maximum 30 minutes <b>Tournoi 1 journée</b> = maxi 30 minutes <b>Tournoi 2 journées</b> = maxi 60 minutes	3C3	2'
7C7	Demi-terrain (56m X 45m)	<b>Match sec</b> : accord entre les deux équipes (mi-temps, tiers temps, quart temps) mais maximum 30 minutes <b>Tournoi 1 journée</b> = maxi 30 minutes <b>Tournoi 2 journées</b> = maxi 60 minutes	3C3	2'



## **RUGBY LOISIR EN MIXITE PLAQUAGE + TOUCHER + 2 secondes**

### **A) DIVERS**

**JOUEURS** : Majeurs au jour du match

**TEMPS DE JEU** : voir tableau ci-dessous

**TERRAIN** : voir tableau ci-dessous

**TABLE DE MARQUE** : NON

**CARTON BLEU** : OUI

**ARBITRAGE** : 2 CAL (1 de chaque équipe) présents sur le terrain – Principes de l'arbitrage à 2

### **B) NOMBRE DE JOUEURS ET REMPLACEMENTS**

➤ **Minimum** : voir tableau ci-dessous

**Maximum** : illimité

#### **PAS DE JOUEUR DE 1<sup>ère</sup> LIGNE EXIGE**

➤ Les mêlées sont simulées

#### **REMPLEMENTS TACTIQUES**

Illimités sans table marque. Le remplacement peut être effectué à tout moment. Le joueur sortant doit avoir quitté le champ de jeu avant que le joueur entrant y pénètre

### **C) MELEE**

➤ **Nombre de joueurs** : voir tableau ci-dessous

➤ **Commandements de l'arbitre** : 3 Temps = Flexion - Liez - Placement

➤ **Mêlée simulée** : pas de poussée, l'équipe qui introduit le ballon le conserve

➤ **Le N°9 adverse** : ne peut pas suivre la progression du ballon (ligne de hors-jeu = tunnel)

➤ **Si N°8** : départ autorisé

### **D) PLAQUAGE + TOUCHER + 2 secondes**

**Plaquage autorisé uniquement entre deux personnes du même sexe**

**Toucher + 2 secondes entre deux personnes de sexe opposé autorisé**

#### **Chasubles**

Il faut 1 couleur de chasubles pour identifier les filles dans chaque équipe

**Exemple** : l'équipe A joue en vert, l'équipe B en bleu il faut des chasubles jaunes pour identifier les filles dans chaque équipe

#### **PLAQUAGE : Application de la règle du plaquage du rugby amateur**

##### **4 éléments essentiels :**

- Un joueur est autorisé à plaquer un adversaire porteur du ballon en le ceinturant à l'aide des deux bras, de la taille jusqu'aux pieds
- Pas de blocage sur le haut du corps
- Plaquage à deux en simultané interdit
- Le porteur du ballon ne doit pas projeter son buste vers l'avant au moment du contact



Tout joueur porteur du ballon ne peut aller volontairement au sol sans avoir été plaqué (sauf pour faire un touché à terre en en-but).

Un joueur ne doit pas plonger directement dans les pieds du porteur du ballon

La cuillère est interdite

**Sanction** : Pénalité

**TOUCHER + 2 secondes** : toucher avec les deux mains simultanément entre les épaules et le bassin (bras inclus)

L'arbitre annonce « toucher, 1, 2 »

Le joueur touché à 2 secondes pour libérer le ballon (passe, jeu au pied, libération au sol)

Un toucher = un plaquage donc respect des droits d'intervention des joueurs adverses dans la zone de plaquage

Si le joueur touché n'a pas libéré le ballon au bout des 2 secondes le ballon revient à l'équipe adverse

**Vigilance pour l'arbitre** : pas de blocage des bras du porteur

**Sanction** : Pénalité

## E) PHASE POST PLAQUAGE

### **Suite à un plaquage :**

- Le premier soutien offensif et le premier soutien défensif peuvent disputer le ballon. Pour cela les joueurs doivent se lier au moment du contact (pas de percussion) et rester sur leurs appuis (lutte en poussée)
- Si le premier soutien offensif ou défensif est une fille seule une fille de l'équipe adverse peut venir disputer le ballon. Si pas de fille à proximité le ballon est considéré comme étant gagné par ce premier soutien.
- Si le premier soutien offensif ou défensif est un garçon, le premier soutien de l'équipe adverse peut être un garçon ou une fille
- Lorsque le ballon est gagné par une équipe, l'arbitre annonce la couleur de cette équipe. L'équipe qui a gagné le ballon (annonce de l'arbitre) doit le jouer dans les 5 secondes, sans possibilité pour l'équipe adverse de pouvoir intervenir avant que le ballon n'ait été décollé du sol par le relayeur.

**Sanction** : Pénalité

**Conduite à tenir par l'arbitre** : dès qu'une équipe a gagné le ballon l'arbitre annonce la couleur de cette équipe. A partir de ce moment-là l'équipe adverse ne peut plus contester le ballon de quelque manière que ce soit

## F) JEU AU PIED

Pas de tentative de coup de pied de pénalité

Pas de drop

Pas de transformation d'essai

Le dribbling est interdit

Tout autre forme de jeu au pied est autorisée

Interdiction de lutter en l'air pour le gain du ballon

## G) JEU DELOYAL

Un joueur qui reçoit un carton jaune sera exclu et remplacé (durée : voir tableau ci-dessous)

Un joueur qui reçoit un carton rouge sera exclu définitivement et ne sera pas remplacé. La procédure disciplinaire applicable est fixée par les règlements généraux de la FFR.

**HORMIS CES DISPOSITIONS SPECIFIQUES, LES REGLES DU RUGBY à XV  
CATEGORIE C SONT APPLICABLES**



NOMBRE DE JOUEURS	DIMENSIONS TERRAIN	TEMPS DE JEU	NOMBRE DE JOUEURS EN MELEE	DUREE EXCLUSION TEMPORAIRE
<b>15C15</b>	Terrain normal	<b>Match sec</b> : accord entre les deux équipes (mi-temps, tiers temps, quart temps) mais maximum 80 minutes <b>Tournoi 1 journée</b> = maxi 80 minutes <b>Tournoi 2 journées</b> = maxi 120 minutes	8C8	<b>Temps de jeu 80' = 10'</b> <b>Temps de jeu 60' = 5'</b>
<b>14C14</b>	Terrain normal	<b>Match sec</b> : accord entre les deux équipes (mi-temps, tiers temps, quart temps) mais maximum 80 minutes <b>Tournoi 1 journée</b> = maxi 80 minutes <b>Tournoi 2 journées</b> = maxi 120 minutes	7C7 (pas de N°8)	<b>Temps de jeu 80' = 10'</b> <b>Temps de jeu 60' = 5'</b>
<b>13C13</b>	<b>Longueur</b> : terrain normal <b>Largeur</b> : moins 5 mètres de chaque côté	<b>Match sec</b> : accord entre les deux équipes (mi-temps, tiers temps, quart temps) mais maximum 80 minutes <b>Tournoi 1 journée</b> = maxi 80 minutes <b>Tournoi 2 journées</b> = maxi 120 minutes	6C6 (pas de 3 <sup>ème</sup> ligne aile)	<b>Temps de jeu 80' = 10'</b> <b>Temps de jeu 60' = 5'</b>
<b>12C12</b>	<b>Longueur</b> : terrain normal <b>Largeur</b> : moins 5 mètres de chaque côté	<b>Match sec</b> : accord entre les deux équipes (mi-temps, tiers temps, quart temps) mais maximum 60 minutes <b>Tournoi 1 journée</b> = maxi 60 minutes <b>Tournoi 2 journées</b> = maxi 120 minutes	5C5 (pas de 3 <sup>ème</sup> ligne)	<b>5'</b>
<b>11C11</b>	<b>Longueur</b> : terrain normal <b>Largeur</b> : moins 10 mètres de chaque côté	<b>Match sec</b> : accord entre les deux équipes (mi-temps, tiers temps, quart temps) mais maximum 60 minutes <b>Tournoi 1 journée</b> = maxi 60 minutes <b>Tournoi 2 journées</b> = maxi 120 minutes	5C5 (pas de 3 <sup>ème</sup> ligne)	<b>5'</b>
<b>10C10</b>	<b>Longueur</b> : terrain normal <b>Largeur</b> : moins 10 mètres de chaque côté	<b>Match sec</b> : accord entre les deux équipes (mi-temps, tiers temps, quart temps) mais maximum 60 minutes <b>Tournoi 1 journée</b> = maxi 60 minutes <b>Tournoi 2 journées</b> = maxi 120 minutes	5C5 (pas de 3 <sup>ème</sup> ligne)	<b>5'</b>
<b>9C9</b>	Demi-terrain (56m X 45m)	<b>Match sec</b> : accord entre les deux équipes (mi-temps, tiers temps, quart temps) mais maximum 40 minutes <b>Tournoi 1 journée</b> = maxi 40 minutes <b>Tournoi 2 journées</b> = maxi 80 minutes	3C3	<b>3'</b>
<b>8C8</b>	Demi-terrain (56m X 45m)	<b>Match sec</b> : accord entre les deux équipes (mi-temps, tiers temps, quart temps) mais maximum 30 minutes <b>Tournoi 1 journée</b> = maxi 30 minutes <b>Tournoi 2 journées</b> = maxi 60 minutes	3C3	<b>2'</b>
<b>7C7</b>	Demi-terrain (56m X 45m)	<b>Match sec</b> : accord entre les deux équipes (mi-temps, tiers temps, quart temps) mais maximum 30 minutes <b>Tournoi 1 journée</b> = maxi 30 minutes <b>Tournoi 2 journées</b> = maxi 60 minutes	3C3	<b>2'</b>



**FÉDÉRATION FRANÇAISE DE RUGBY**  
3-5 rue Jean de Montaigu - 91 463 Marcoussis Cedex  
T: +33 (0) 1 69 63 64 65  
[www.ffr.fr](http://www.ffr.fr)