

RUGBY5 à 5

Convivial
Séniors
Entreprises
Festif
Féminines
Mixte
Accessible
Jeunes
Sans contact

LES ATOUTS DU RUGBY A 5 SONT NOMBREUX :

- Levier majeur du développement du Rugby féminin.
- Permet aux plus de 35 ans, plus de 40 ans et plus de continuer à se retrouver autour du ballon ovale dans une ambiance festive
- Axe majeur de développement du rugby dans les entreprises
- Praticable sur tous les terrains : gazonnés, durs, synthétiques
- Support pédagogique sur des problématiques telles que la santé – sport santé
- Atout clé pour la cohésion sociale avec des interventions dans des milieux difficiles (carcéral).

POUR LES CLUBS, LE RUGBY A 5 EST UNE OPPORTUNITE A SAISIR :

- Il permet de garder au club des joueurs et joueuses âgés de 35 ans et plus.
- Il permet de se rapprocher des entreprises de leur zones de chalandise en leur proposant d'organiser des tournois, trophées, entraînement en semaine à l'heure du déjeuner... et pourquoi pas aussi de devenir par ce biais partenaires du club.

MEMO ORGANISATION DE TOURNOI DE RUGBY A 5 :

DECLARATION DE TOURNOI	Demande d'autorisation de tournoi au Comité
PARTICIPANTS	Association affiliée à la FFR ou regroupement occasionnel avec une association affiliée en support Licenciés FFR : compétition, loisir, nouvelles pratiques Non licenciés FFR : Pass Rugby
CATEGORIES	+ 35 ans Mixte : minimum 2 femmes Open Masculin (+18 ans) Open Féminin (+16 ans)
REGLES DU JEU	Cf au verso – intégralité des règles sur le site de la FFR
CHECK LIST ORGANISATION	Sportif : format compétition, briefing, arbitrage, coordinateur tournoi, responsable terrain, table de marque Infrastructures et logistique : terrains, vestiaires, matériel, espace restauration Administratif : inscriptions, déclarations, assurance, feuilles de match, licences, feuilles de score Médical, sécurité Communication



SYNTHESE DES REGLES DU JEU

EFFECTIF	10 joueurs : 5 sur le terrain + 5 remplaçants ; remplacements illimités
TERRAIN	Surface du sol : gazonnée, synthétique, dure Aire de jeu : longueur : entre 50 et 70m ; largeur : entre 30 et 50m
TEMPS DE JEU	Une rencontre durera au maximum 20 minutes (deux mi-temps de 5 à 10 minutes et un repos de 2 à 5 minutes. La durée des matchs est fixée par l'organisateur. Ne pas dépasser 40 minutes par ½ journée; 80 minutes par journée par équipe
COUP D'ENVOI	Coup de pied libre d'au moins 5 mètres restant sur le terrain. L'équipe qui engage ne peut avancer que lorsque le ballon est saisi ou bloqué du pied par l'équipe adverse.
DROITS ET DEVOIRS DU JOUEUR	L'objectif du rugby à 5 consiste à inscrire plus d'essais que son adversaire et l'empêcher d'en marquer. Tout joueur peut courir, attraper et lancer la balle en arrière sur tout le terrain et marquer en aplatissant la balle. Tout joueur peut empêcher de marquer en s'opposant à l'adversaire, en le touchant à 2 mains, des hanches aux épaules. Le jeu au pied est autorisé si la balle est reprise sans rebond par le botteur ou un partenaire en jeu. Ballon tombé au sol : balle à l'adversaire.
LE TOUCHER	Avec les deux mains simultanément entre les épaules et les hanches. Le joueur touché doit immédiatement poser le ballon au sol à l'endroit du « toucher ». La remise en jeu doit se faire immédiatement à l'endroit précis du « toucher », le ballon doit être posé au sol avant d'être saisi par un partenaire du joueur touché. Le touché et le toucheur doivent rester en contact et ne peuvent rejouer que lorsque le relayeur aura parcouru 5m avec celui-ci ou aura effectué une passe. Le nombre de toucher est illimité.
ESSAIS	Aplatir le ballon sur ou derrière la ligne d'essai avec toute partie du corps entre le cou et la ceinture. Chaque essai vaut 1 point - Après essai, l'équipe qui a marqué, engage.
HORS JEU	Les partenaires du porteur du ballon placés en-avant de celui-ci par rapport à la ligne de ballon mort adverse. Lors de la remise en jeu d'un « toucher », les joueurs placés devant le dernier pied de leur partenaire concerné par le touché.
REFUS DE JEU	Après 3 pick and go et avertissement de l'arbitre : pénalité et ballon donné à l'adversaire
JEU DELOYAL	Il y a jeu déloyal dans les cas suivants : tirage de maillot, pousser l'adversaire fortement lors du toucher, percussion ou placage. Sanction : une pénalité jouée à l'emplacement de la faute et remplacement ou exclusion du joueur fautif pour 2 min ou pour le match en cas de comportement excessif.
PENALITE ET REMISE EN JEU	Une pénalité se joue à l'endroit de la faute, le ballon est posé au sol, à 5m de toutes les lignes, les adversaires sont à 5 mètres. Le jeu reprend à la prise de balle.

