



# PLAN DE REDEMARRAGE

UNE REPRISE DU RUGBY  
PROGRESSIVE ET EN TOUTE  
SÉRÉNITÉ DANS VOTRE CLUB

DU 20 MAI AU 9 JUIN 2021

ÉTAPE 2

ÉTAPE 1

JUSQU'AU 19 MAI 2021



- Couvre-feu à 19h
- Fin des restrictions de déplacements



## ENTRAÎNEMENT

- Maintien de l'activité dans le cadre du Stade Rugby 3
- Parcours individuels ou collectifs et jeux avec passes sans contact
- Situation d'opposition : ultimate – tennis rugby – dodge ball



## MATCHS ET TOURNOIS Jeunes et Seniors

- Pas de rencontres interclubs



## PLATEAUX ET TOURNOIS EDR

- Pas de rencontres interclubs



- Couvre-feu à 21h
- Pas de restriction de déplacement



## ENTRAÎNEMENT

- Parcours collectifs, situations d'entraînement et jeux avec contact
- Situations d'opposition : jeu à ceinturer et à plaquer
- Préparer le retour au jeu avec contact en mettant en place des situations pour les techniques de chutes au sol, de plaquages et de rucks.



## MATCHS ET TOURNOIS Jeunes et Seniors

- Seules les rencontres de rugby à toucher (rugby à 5) sont autorisées
- Possibilité de rencontres interclubs sans de limitation du nombre d'équipes
- Possibilité de spectateurs (35% de la jauge du stade dans la limite de 1000)



## PLATEAUX ET TOURNOIS EDR

- U6 : premiers pas à l'EDR
- U8, U10, U12 : toucher 2 secondes
- U14, : toucher 2 secondes ou rugby à 5.



## ADAPTATION FFR

- Délai réduit à 1 semaine pour toute demande d'organisation de rencontre rugby à 5

APRÈS LE 30 JUIN 2021

ÉTAPE 4

ÉTAPE 3

DU 10 AU 30 JUIN 2021



- Couvre-feu à 23h
- Pas de restriction de déplacement



## ENTRAÎNEMENT

- Poursuite du travail des situations de contact
- Situations d'entraînement et jeux avec contact
- Situation d'opposition : jeu à ceinturer et à plaquer
- Continuer les travaux pour améliorer les techniques de chutes au sol, de plaquages et de rucks.



## PLATEAUX ET TOURNOIS EDR

- U6 : premiers pas à l'EDR
- U8: toucher 2 secondes ou Jeu au contact
- U10 et U12: toucher 2 secondes et jeu au contact ou rugby éducatif
- U14: rugby à 5 ou rugby éducatif



## MATCHS ET TOURNOIS Jeunes et Seniors

- À partir du 16 juin possibilité de jouer avec plaquage
- Règles aménagées pour le X et XV (Mêlée simulée entre autre)
- Pour le rugby à 7 possibilité de choisir entre les règles olympiques ou les règles du X7 (pratique World Rugby)
- Matches, tournois ou festivals possibles entre équipes
- Public possible (65% de la jauge du stade dans la limite de 5000)
- Utilisation du Pass sanitaire au-delà de 1000 personnes.



- Fin du couvre-feu
- Pas de restriction de déplacement



## ENTRAÎNEMENT

- Continuité de l'étape 3



## MATCHS ET TOURNOIS Jeunes et Seniors

- Règles et organisations identiques à l'étape 3
- Public possible (jauge à 100%) > limite possible en fonction de la situation locale
- Utilisation du Pass Sanitaire au-delà de 1000 personnes.



AVANT DE SE RENDRE À SA SÉANCE D'ENTRAÎNEMENT  
OU DE COMPÉTITION, CHAQUE JOUEUR DOIT EFFECTUER  
UNE AUTO-ÉVALUATION QUOTIDIENNE DE SA SANTÉ :

Est-ce que je présente l'un des symptômes suivants ?

- ✗ Toux
- ✗ Mal de gorge
- ✗ Essoufflement
- ✗ Fièvre supérieur à 38 degrés
- ✗ Perte de l'odorat et du goût

Si oui

- Suivre les conseils des autorités sanitaires locales
- Rester chez soi et consulter son médecin traitant
- Prévenir son club.

Chaque club doit en cas de suspicion de personne infectée :

- ✓ Prévenir les membres du groupe d'entraînement pour qu'ils restent confinés,
- ✓ Fournir la liste du groupe et les coordonnées des personnes au médecin traitant.



**IMPORTANT** : un joueur ne peut pas aller à l'entraînement s'il présente les symptômes ci-dessus ou si lui-même ou une personne de son foyer a été diagnostiquée comment ayant la maladie COVID 19. Pour les personnes ayant contracté la Covid-19, une consultation médicale s'impose avant la reprise de l'activité.