

RUGBY LOISIR AVEC PLAQUAGE JEU à X Plus de 40 ans – CATEGORIE D

DIVERS

JOUEURS : Plus de 40 ans au 1^{er} juillet de la saison en cours – **Dérogation** : 3 joueurs majeurs de moins de 40 ans sur la feuille de match et possible sur le terrain

TEMPS DE JEU

Match sec : 4 X 10 min (2 min entre chaque quart temps) ou 2 X 20 min **ou 3 X 20** – **Prolongations possibles** : 2 X 5 min (mort subite)

Tournoi sur une journée : 90 minutes maxi

Tournoi sur 2 jours : 120 minutes maxi

TERRAIN : En travers du terrain des 50m à la ligne de but, en-but = les 5 mètres. Ligne des 22m = ligne des 15m (si protections sur les poteaux ligne de touche = ligne de but, si pas de protection = ligne de touche = ligne des 5 mètres. Si deux terrains en même temps espace de 5 mètres entre les deux terrains)

TABLE DE MARQUE : NON

CARTON BLEU : OUI

NOMBRE DE JOUEURS ET REMPLACEMENTS

- **Minimum** : 10 **Maximum** : illimité

PAS DE JOUEUR DE 1^{ère} LIGNE EXIGE

- Les mêlées sont simulées

REPLACEMENTS TACTIQUES

Illimités sans table marque. Le remplacement doit être effectué lors d'un arrêt de jeu

MELEE

- **Mêlée à 5 contre 5**
- **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)

PLAQUAGE – Dispositions spécifiques FFR

Application de la règle du plaquage du rugby amateur

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

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).

Sanction : Pénalité

PHASE POST PLAQUAGE

Le premier soutien offensif ou défensif qui met les mains sur le ballon et/ou qui l'enjambe, gagne le ballon pour son équipe qui doit le jouer dans les 5 secondes, sans possibilité pour l'équipe adverse de pouvoir le disputer (pas de contre ruck, pas de déblayage) avant que le ballon n'ait été décollé du sol par le relayeur.

Sanction : Pénalité

JEU AU PIED

Pas de tentative de coup de pied de pénalité

Pas de drop

Pas de transformation d'essai

HORMIS CES DISPOSITIONS SPECIFIQUES, LES REGLES DU RUGBY à X CATEGORIE D SONT APPLICABLES