

REGLE 1 : LE TERRAIN

Champ de jeu : Zone située entre les lignes de touche et les lignes d'en-but, ces lignes exclues. Aire de jeu : Comprend le champ de jeu et les en-buts (entre 5 et 10 mètres).

En but : Zone délimitée par la ligne de but, de touche de but et la ligne de ballon mort. Seule la ligne de but appartient à l'en-but.

Sol de l'aire de jeu : La surface du sol doit être gazonnée, ou recouverte de gazon synthétique. On peut également jouer sur surface dure. En revanche, il n'est pas possible de jouer sur une surface gelée pour des raisons de sécurité.

Dimension de l'aire de jeu : Longueur : entre 50 et 70 mètres Largeur : entre 35 et 50 mètres 4 Un terrain type peut être tracé sur la moitié d'un terrain de rugby dans le sens de la largeur, les 5 mètres de part et d'autre représentant les zones d'en-but

REGLE 2 : LE BALLON

Le rugby à 5 est joué avec un ballon de taille 4

REGLE 3 : NOMBRE DE JOUEURS

Nombre maximum de joueurs : Une équipe est composée de 10 joueurs maximums et ne peut avoir plus de 5 joueurs présents sur l'aire de jeu. Les équipes jouant avec un minimum de deux femmes en permanence sur le terrain se verront obtenir un avantage d'un essai en début de match par rapport à une équipe entièrement masculine.

Remplacements : Les remplacements sont illimités et peuvent avoir lieu lors des arrêts de jeu ou également lorsque le ballon est vivant pour l'équipe attaquante. Le joueur entrant doit attendre que le joueur sortant ait la totalité de son corps en dehors du terrain. Le changement de joueur doit s'effectuer dans la zone dite « de remplacement », qui mesure 20 mètres et se situe au centre du terrain (10 mètres de part et d'autre de la ligne médiane).

Chaque équipe dispose de sa propre zone de remplacement de part et d'autre du terrain. Si les deux zones de remplacement sont impossibles à mettre en place par manque d'espace, alors les deux équipes partagent la même zone de remplacement. L'arbitre signalera le manque de respect de la règle, s'il apparaît une gêne caractérisée au déroulement du jeu et arrêtera le jeu le temps que le changement soit effectué.

REGLE 4 : EQUIPEMENTS DES JOUEURS

Tous les joueurs d'une même équipe doivent être vêtus de maillots ou t-shirts similaires.

Chaussures : Les chaussures avec des crampons plastiques sont autorisées.

Bijoux ou accessoires : Le port de bijoux ou accessoires pouvant s'avérer dangereux pour la sécurité ou l'intégrité des joueurs est interdit.

REGLE 5 : DUREE DE LA PARTIE

Une rencontre dure au maximum 20 minutes, dont deux mi-temps de 5 à 10 minutes et un repos de 2 minutes. La durée des matchs est fixée par l'organisateur en fonction du nombre d'équipes engagées, du nombre de terrains disponibles, et de la durée du tournoi. Chaque équipe ne devra pas jouer plus de 60 minutes sur une demi-journée. Le ballon devient mort lorsque l'arbitre a sifflé.

REGLE 6 : DERNIERE ACTION

Quand le temps de jeu est expiré, la partie s'achève au 3ème toucher ou sur un essai marqué avant le 3ème toucher. La partie ne pourra pas se terminer si une pénalité (acte d'anti-jeu) est sifflée et jouée.

REGLE 7 : OFFICIEL DE MATCH

Chaque partie est arbitrée par au moins 1 arbitre (officiel ou non). Ils sont les seuls juges en matière de faits et ils officient en jugeant selon les règles du jeu durant le match

REGLE 8 : MANIERE DE JOUER

But du jeu : L'objectif du rugby à 5 consiste à inscrire plus d'essais que son adversaire et à l'empêcher d'en marquer.

Mode de jeu : Tout joueur peut courir, attraper et lancer le ballon en arrière sur tout le terrain en vue de gagner un avantage territorial et de marquer un essai. Le jeu au pied dans le jeu courant est autorisé, mais le botteur ou l'un de ses partenaires en jeu doit rattraper le ballon de volée, sans rebond au sol.

=> Sanction : pénalité pour l'équipe adverse à l'endroit du coup de pied. La règle de l'avantage peut s'appliquer, à l'appréciation des arbitres.

Le « toucher » : Le plaquage, la percussion et le raffut sont interdits Les défenseurs empêchent l'équipe attaquante d'emporter l'avantage territorial en réalisant un « toucher ». Le « toucher » s'effectue à pleines mains, avec les deux mains simultanément. Le toucher est réalisé par un joueur entre les épaules et le bassin. L'équipe qui avait la possession du ballon conserve celle-ci. Le « toucher » peut s'effectuer en nombre illimité. Après un « toucher », le jeu reprend de la façon suivante : touché et toucheur sont debout et restent au contact (une main minimum) à l'endroit où est posé le ballon. Les adversaires se tiennent en arrière de leur partenaire (derrière le dernier pied). Le touché et le toucheur ne peuvent rejouer que lorsque le relayeur a passé le ballon ou parcouru 5 mètres avec celui-ci. Le toucheur et le touché ne peuvent être remis en jeu que si le relayeur attaquant a parcouru 5m ou fait une passe. => Sanction : pénalité pour l'équipe attaquante. Lorsqu'il y a simultanément entre la passe et le « toucher », le ou les arbitres laissent le jeu se dérouler.

Remise en jeu : Suite à un « toucher », la remise en jeu doit se faire rapidement à l'endroit précis du « toucher ». Le ballon doit être posé au sol, immobile et entre les pieds du joueur touché avant d'être saisi par un partenaire du joueur touché. Le défenseur peut monter dès que le ballon est relevé par un partenaire du joueur touché. Les remises en jeu doivent se faire à 5 mètres des lignes de touches et d'en-but.

=> Sanction : pénalité pour l'équipe adverse.

Interception : L'interception par des joueurs en jeu est autorisée. À la suite d'une interception, le jeu continue jusqu'au prochain « toucher », un essai ou un arrêt dû à une autre action. Il est interdit d'arracher le ballon des mains de son adversaire. En cas de lutte équilibrée entre un utilisateur et son opposant à la réception d'une passe ou d'un coup de pied, l'arbitre sifflera un toucher en faveur de l'équipe utilisatrice.

L'avantage : L'arbitre est seul juge pour décider si une équipe a obtenu un avantage ou non. Il a toute

l'aptitude pour prendre ses décisions. L'avantage doit être territorial. Il doit être clair et réel. Si l'avantage de l'équipe non fautive ne se concrétise pas, l'arbitre revient à l'endroit de la faute et fait jouer une pénalité.

REGLE 9 : ETABLISSEMENT DU SCORE

La marque : Un essai est accordé quand un attaquant qui n'a pas été touché aplatit le ballon au sol, sur ou au-delà de la ligne d'essai et dans la zone d'en-but avec toute partie du corps entre le cou et les hanches. Un essai compte pour 1 point. Lors d'une tentative d'essai, la priorité sera donnée au joueur qui plonge depuis le champ de jeu, pour scorer et ce sans plonger sur un joueur défenseur en barrage, dans ce cas l'arbitre (les arbitres) ne sifflera pas un touché mais accordera l'essai. Dans le cas où le porteur de balle plonge sur un défenseur en barrage, l'essai ne sera pas validé et l'arbitre accordera une pénalité à l'équipe défendante.

Le vainqueur : L'équipe qui a marqué le plus d'essais à la fin de la partie est déclarée vainqueur. Si aucune équipe n'a marqué ou en cas d'égalité au score, le match nul est déclaré. Dans le cas où l'on doit déterminer un vainqueur suite à un match nul, on procède à la mort subite.

Points attribués – phase de poule :

- Match gagné : 4 points
- Match nul : 2 points
- Match perdu : 0 point
- Bonus offensif : match gagné par au moins 4 essais d'écart : 1 point
- Bonus défensif : match perdu par au plus 2 essais d'écart : 1 point
- Match forfait : 0 point
- Match gagné par forfait : 5 points

Procédure de « mort subite » :

- Chaque équipe enlève un joueur de l'aire de jeu.
- La partie redémarre à 4 contre 4.
- Il y aura un nouveau tirage au sort pour déterminer l'équipe qui engage. Le jeu reprend par un coup d'envoi de l'équipe qui a perdu le tirage au sort. Si au bout de 2 minutes, aucun essai n'a été marqué, un second joueur de chaque équipe doit être retiré. Durant le temps de « mort subite », aucun changement n'est autorisé, avec un minimum de deux joueurs présents par équipe. Pour les équipes mixtes, 2 filles doivent être sur le terrain comme durant la durée du match.

REGLE 10 : JEU DELOYAL ET REFUS DE JEU

Jeu déloyal : Il comprend les obstructions, les manquements à la loyauté, le jeu dangereux (plaquage, poussée, percussion, plongeon délibéré sur un ou des joueurs pour marquer l'essai...), Les incorrections (tirage de maillots...) qui sont préjudiciables au jeu et à toute action d'anti-jeu.

=> Sanction : pénalité (ou essai de pénalité) pour l'équipe non fautive et remplacement du joueur

fautif. En cas de non-possibilité de remplacement : exclusion temporaire de 1 minute du joueur fautif.

Refus de jeu : Une équipe qui, par son absence d'initiative (jeu systématique en pick and go ou vise un joueur en approche de la zone toucheur-touché, par exemple...) montrerait un comportement contraire à l'esprit sportif, sera avertie par les arbitres, poing levé de l'arbitre + communication verbale « Attention, non jeu », l'équipe à 5 secondes maximum pour jouer le ballon, si elle ne le fait pas, l'arbitre accordera une pénalité pour l'équipe adverse.

REGLE 11 : HORS-JEU ET EN JEU

Pour les utilisateurs, le hors-jeu est défini par le placement d'un joueur en avant d'un coéquipier qui porte le ballon. « Hors-jeu » signifie qu'un joueur ne peut momentanément plus participer au jeu. Tout joueur en position de hors-jeu est passible de pénalité s'il participe au jeu. Pour les opposants, lors d'un toucher, tout joueur placé en avant du dernier pied de son partenaire toucheur est considéré en position de hors-jeu. Il ne sera remis en jeu que lorsqu'il sera revenu dans son camp derrière la zone de hors-jeu du « toucher ».

=> Sanction : Pénalité pour l'équipe non fautive.

REGLE 12 : EN AVANT, PASSE EN AVANT ET BALLON TOMBE AU SOL

Suite à un en-avant ou à une passe en avant, la remise en jeu s'effectue à l'endroit de la faute, par l'équipe non fautive et selon les mêmes modalités que pour une pénalité. Ballon tombé au sol : Si la faute est sifflée, la remise en jeu se fera à l'endroit de la faute et non au point de chute du ballon par l'équipe non fautive et selon les mêmes modalités que pour une pénalité. Si l'avantage est accordé par l'arbitre, le jeu peut se dérouler sans attendre. S'il y a un en-avant et ballon tombé au sol, la règle du ballon tombé est appliquée.

REGLE 13 : COUP D'ENVOI ET COUP DE RENVOI

Coup d'envoi au début du match ou à la reprise de la mi-temps : Il est donné par un coup de pied libre. Ce dernier doit faire au minimum 5m et rester dans l'aire de jeu. S'il n'en est pas ainsi, le jeu reprend pour l'équipe non fautive au centre du terrain, selon les remises en jeu après pénalité. L'équipe qui engage ne peut monter en pression défensive que lorsque le ballon est saisi par l'équipe qui réceptionne le ballon. Le contrôle du pied pour stopper la balle est autorisé. Dans ce cas, l'équipe qui a engagé peut avancer sans attendre la saisie du ballon à la main. Coup de pied de reprise de jeu après essai : La remise en jeu est réalisée par l'équipe qui a marqué, selon les modalités du coup d'envoi.

REGLE 14 : TOUCHE

Il y a touche lorsque le ballon ou le joueur qui le porte va en touche (par l'intermédiaire d'un contact avec la ligne ou la zone hors du terrain). La remise en jeu s'effectue par l'équipe adverse à l'endroit où le ballon (ou le joueur) est sorti selon les modalités de remises en jeu sur pénalité. Il est possible de jouer rapidement la touche hors du terrain par l'intermédiaire d'une passe à un partenaire. =>

Sanction : Pénalité pour l'équipe adverse.

REGLE 15 : PENALITE

Toute pénalité est jouée à l'endroit de la faute, par un ballon posé au sol, à 5 mètres de toutes lignes, les adversaires à 5 mètres. Le joueur qui se saisit du ballon a la possibilité de le conserver pour une

action personnelle. Dès que le joueur s'est saisi du ballon, les adversaires ont la possibilité de jouer. (Le ballon doit être posé et relâché au sol pour pouvoir être joué, si ce n'est pas le cas l'arbitre fera revenir le joueur au lieu de la faute pour lui refaire faire action de jeu)

REGLE 16 : EN-BUT

Toucher en-but par l'équipe qui défend : Lorsque l'équipe qui défend fait un « toucher » dans la zone d'en-but, ou envoie le ballon en touche de but ou en ballon mort, la remise en jeu est effectuée par l'équipe qui attaque, à 5 mètres de la ligne de but, face à l'endroit où le ballon est devenu mort, et selon les modalités de la remise en jeu sur une pénalité. Ballon rendu mort par l'équipe attaquante : Lorsque l'équipe attaquante met le ballon en touche de but ou en ballon mort, la remise en jeu s'effectue à 5 mètres de la ligne de but, face à l'endroit où le ballon est devenu mort et selon les modalités de la remise en jeu sur pénalité.

REGLE 17 : Avantage

Si une faute est commise par l'équipe attaquante (ballon tombé et ou en avant) et qu'un joueur de l'équipe adverse récupère le ballon sans qu'il ait été touché par un adversaire une fois qu'il ait touché le sol il y a avantage, si l'avantage ne profite pas l'arbitre fera revenir l'équipe bénéficiant de la faute au lieu de la faute