

FÉDÉRATION  
FRANÇAISE  
DE RUGBY



# RUGBY 5 à 5

## REGLES DU JEU



# SOMMAIRE

|  |    |
|--|----|
| LEXIQUE.....   | 3  |
| REGLE 1 : LE TERRAIN.....  | 3  |
| REGLE 2 : LE BALLON.....   | 4  |
| REGLE 3 : NOMBRE DE JOUEURS .....                                | 4  |
| REGLE 4 : EQUIPEMENTS DES JOUEURS .....                          | 5  |
| REGLE 5 : DUREE DE LA PARTIE.....                                | 5  |
| REGLE 6 : OFFICIEL DE MATCH.....                                 | 6  |
| REGLE 7 : MANIERE DE JOUER .....                                 | 6  |
| REGLE 8 : AVANTAGE .....   | 7  |
| REGLE 9 : ETABLISSEMENT DU SCORE .....                           | 7  |
| REGLE 10 : JEU DELOYAL.....                                      | 8  |
| REGLE 11 : HORS-JEU ET EN JEU .....                              | 8  |
| REGLE 12 : EN-AVANT, PASSE EN-AVANT ET BALLON TOMBE AU SOL ..... | 9  |
| REGLE 13 : COUP D’ENVOI, COUP DE RENVOI.....                     | 9  |
| REGLE 14 : TOUCHE.....   | 9  |
| REGLE 15 : PENALITE.....   | 10 |
| REGLE 16 : EN-BUT.....   | 10 |



## LEXIQUE

Attaquant : Joueur ou équipe en possession du ballon, dans le but d'inscrire un essai dans l'en-but adverse.

Utilisateur : Joueur de l'équipe attaquante.

Opposant : Joueur défenseur ou équipe qui s'oppose à l'équipe qui possède le ballon.

Défenseur : Joueur ou équipe n'ayant pas la possession du ballon et essayant d'empêcher l'équipe attaquante de marquer un essai.

Avantage territorial : Distance gagnée par rapport à l'endroit de la faute lors d'un ballon récupéré par l'équipe défendant sur un ballon tombé de l'équipe attaquante.

Joueur en jeu : Joueur ne se trouvant pas en position de hors-jeu.

Relayeur : Joueur de l'équipe attaquante relevant le ballon sur une remise en jeu après un toucher.

## REGLE 1 : LE TERRAIN

### Champ de jeu

Zone située entre les lignes de touche et les lignes d'en but.

### Aire de jeu

Comprend le champ de jeu et les zones d'en-but (entre 5 et 10 mètres)

### Sol de l'aire de jeu

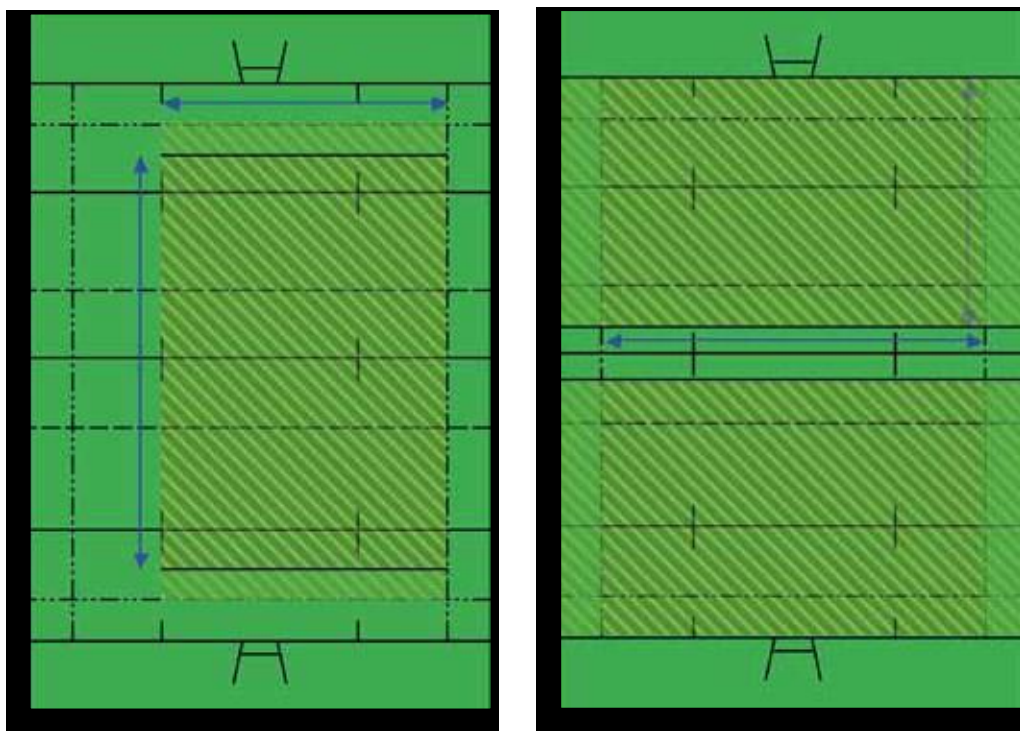
La surface du sol doit être gazonnée, ou recouverte de gazon synthétique. On peut également jouer sur surface dure. En revanche, il n'est pas possible de jouer sur une surface gelée pour des raisons de sécurité.

### Dimension de l'aire de jeu

Longueur : entre 50 et 70 mètres

Largeur : entre 30 et 50 mètres

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 taille 4.

## REGLE 3 : NOMBRE DE JOUEURS

### Nombre maximum de joueurs

Une équipe est composée de 10 joueurs et ne peut avoir plus de 5 joueurs présents sur l'aire de jeu.

Dans les équipes mixtes, le nombre minimum de féminines sur l'aire de jeu est de 2.

### Remplacements

Les remplacements sont illimités et peuvent avoir lieu à n'importe quel moment du match, y compris lorsque le ballon est vivant.

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.

## **REGLE 4 : EQUIPEMENTS DES JOUEURS**

Tous les joueurs d'une même équipe doivent être vêtus de maillots ou t-shirts similaires et numérotés de façons à pouvoir identifier chaque joueur.

### Chaussures

Les chaussures avec des crampons vissés sont interdites

Les chaussures avec des semelles moulées 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 à 5 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 80 minutes sur une journée et 40 minutes sur une demi-journée.

Le ballon devient mort lorsque l'arbitre a sifflé.

Quand le temps de jeu est expiré, la partie s'achève au « toucher » n°3 ou au prochain « ballon mort ». La partie ne pourra pas se terminer si une pénalité (acte d'anti-jeu) est sifflée.

## REGLE 6 : OFFICIEL DE MATCH

Chaque partie est arbitrée par au moins 2 arbitres (officiels 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 7 : 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'origine du coup de pied.

La règle de l'avantage peut s'appliquer, à l'appréciation des arbitres.

### Le « toucher »

Le plaquage est interdit. 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.

Il 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 de celui-ci.

=> Sanction : pénalité pour l'équipe adverse.

Lorsqu'il y a simultanéité 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 immédiatement à l'endroit précis du « toucher ». Le ballon doit être posé au sol avant d'être saisi par un partenaire du joueur touché.

=> 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.

## **REGLE 8 : 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.

Si un joueur est touché lors d'un plongeon pour marquer, l'essai est accordé.

### 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.

## **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...), les incorrections (tirage de maillots...) qui sont préjudiciables au jeu et à toute action d'anti-jeu.

=> Sanction : Une pénalité jouée à l'emplacement de la faute et remplacement ou exclusion du joueur fautif pour 2 minutes ou pour le match en cas de comportement vraiment excessif.

#### Refus de jeu :

Une équipe qui, par son absence d'initiative (jeu systématique en pick and go) montrerait un comportement contraire à l'esprit sportif, serait avertie puis sanctionnée par les arbitres.

=> Sanction : pénalité pour l'équipe non fautive

## **REGLE 11 : HORS-JEU ET EN JEU**

Pour les utilisateurs, le hors-jeu est défini par le remplacement 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, 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.

## 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.