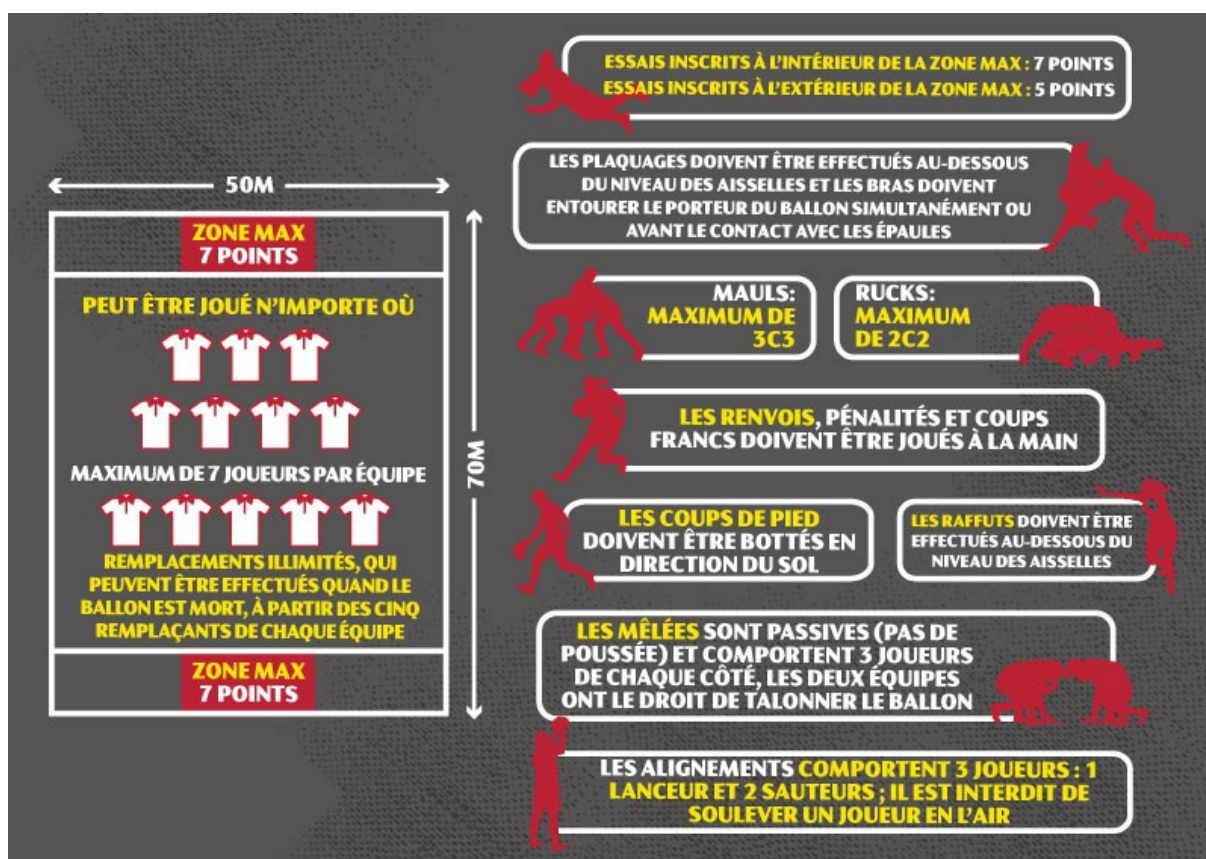


## Le XRUGBY à 7

<b>REGLES</b>	Voir ci-dessous
<b>OPPOSITION</b>	Pas de différenciation
<b>TEMPS DE JEU</b>	<p>Un match dure 2 X 7 minutes</p> <p><b>Tournoi sur une journée</b> Temps de jeu maximum par joueur = 60 minutes (= 4 matchs par joueur)</p> <p><b>Si tournoi sur 2 jours</b> Le temps de jeu total maximum autorisé sur un tournoi est de 90 minutes pour les U16, U19 et les féminines et de 100 minutes pour les plus de 18 ans masculins Le temps de jeu par joueur ne doit pas dépasser 60 minutes sur des journées du tournoi</p>





DOMAINE	EXPLICATIONS
<b>Le terrain</b>	<p>Les dimensions de l'aire de jeu sont indiquées dans le schéma du terrain. Lorsque deux parties se jouent côte à côte, (p. ex. sur la largeur des deux moitiés d'un terrain normal) un espace minimum de 6 mètres doit être aménagé entre les deux terrains.</p> <p>Sur un terrain entier normal, les zones d'en-but se trouvent entre les lignes de touche et les lignes des 5m du terrain normal.</p> <p>La ligne de touche la plus proche des poteaux de but doit être au moins à 3 mètres de ces poteaux.</p>
<b>Score</b>	<p>Un essai marqué donne un total de 5 points sauf s'il est marqué dans la « Zone Max », un espace de 15 mètres de large au centre de la zone d'en-but. Un essai inscrit dans cette zone donne un score de 7 points.</p> <p>Il n'y a pas de transformations dans le XRugby.</p>

<b>Équipe</b>	<p>Chaque équipe n'a pas plus de sept joueurs dans l'aire de jeu pendant le jeu. Une équipe peut désigner jusqu'à cinq remplaçants.</p> <p>Une équipe peut remplacer n'importe quel nombre de joueurs au cours d'un match, à tout moment (lorsque le ballon est mort). Les joueurs entrant dans le champ de jeu doivent y entrer au niveau de la ligne médiane, après la sortie du champ de jeu du joueur qui est remplacé</p>
<b>Plaquage</b>	<p>Le plaqueur doit saisir le porteur du ballon au-dessous des aisselles, par le maillot, le short ou autour des jambes. Cette action doit être simultanée, ou se faire avant le contact avec l'épaule.</p> <p>Un joueur ne doit pas plaquer, ou tenter de plaquer, un adversaire au-dessus du niveau des aisselles, même si le plaquage débute au-dessous du niveau des aisselles.</p> <p>Lorsqu'un plaquage est effectué, il se crée deux lignes de hors-jeu, parallèles aux lignes de but, une pour chaque équipe. Chaque ligne de hors-jeu passe par la partie du corps du ou des joueurs au sol qui se trouve la plus en arrière.</p> <p>Un joueur d'une équipe qui n'est pas impliqué dans le plaquage peut jouer le ballon uniquement en arrivant en arrière de la dernière partie du corps du ou des joueurs au sol. Ce joueur ne peut être plaqué que si le ballon est ramassé et qu'il a fait un mouvement pour avancer, passer ou botter le ballon.</p> <p>La ligne de hors-jeu continue de s'appliquer jusqu'à ce que le ballon soit ramassé par un joueur qui arrive.</p>
<b>Raffut</b>	<p>Un raffut doit être une action de poussée effectuée (main ouverte) au-dessous du niveau des aisselles.</p>
<b>Ruck</b>	<p>Un ruck est formé par un maximum de deux joueurs de chaque équipe.</p>
<b>Maul</b>	<p>Un maul se compose d'un maximum de trois joueurs de chaque équipe.</p>
<b>Mêlée</b>	<p>Une mêlée est formée par trois joueurs de chaque équipe.</p> <p>Aucune équipe n'est autorisée à pousser en mêlée mais la mêlée est contestée en ce sens que les deux équipes peuvent talonner le ballon et en gagner ainsi la possession.</p> <p>Le demi de mêlée adverse n'est pas autorisé à dépasser le milieu de la mêlée, où les premières lignes sont en contact, avant que le ballon ne soit soulevé par le demi de mêlée de l'équipe qui gagne la possession.</p>
<b>Alignement</b>	<p>Un alignement est formé par trois joueurs de chaque équipe.</p> <p>Deux joueurs se positionnent dans l'alignement, tous derrière une marque à 5 mètres indiquée par l'arbitre.</p> <p>Le troisième joueur de l'équipe qui bénéficie du lancer lancera le ballon alors que le troisième joueur de l'équipe adverse est positionné à moins de cinq mètres de la ligne de touche.</p> <p>Il est interdit de soulever un joueur en l'air.</p>

<p><b>Coups de pied</b></p>	<p>Il n'est autorisé de jouer au pied que dans le jeu courant, de volée, et le ballon doit être botté vers le sol (dans le style d'un coup de pied à suivre rasant). La sanction pour tout autre type de coup de pied sera jouée à la main au lieu de l'infraction (Coup franc)</p> <p>Si, sur un coup de pied à suivre, le ballon sort directement en touche, l'équipe non fautive pourra jouer le ballon à la main du lieu où le ballon a été botté (Coup Franc)</p> <p>Si, sur un coup de pied à suivre, un défenseur fait un touché en but dans l'en-but ou si le ballon devient mort, la reprise se fera à la main à partir de la ligne des 15 mètres (Coup Franc)</p>
<p><b>Pénalité et Coup Franc</b></p>	<p>Toutes les pénalités sont jouées à la main.</p> <p>L'équipe qui bénéficie d'une pénalité peut choisir de jouer rapidement à la main, du lieu de l'infraction, ou attendre que l'arbitre fasse reculer l'équipe fautive à 10 mètres, ou sur sa ligne d'essai, si l'infraction a été commise à moins de 10 mètres de cette ligne.</p> <p>Tous les coups francs doivent être joués à la main.</p>
<p><b>Coups d'envoi et renvoi</b></p>	<p>Le coup d'envoi est joué à la main, obligatoirement sur ou en arrière du centre de la ligne médiane (Coup Franc)</p> <p>Un renvoi après un score est joué à la main, au signal de l'arbitre, par l'équipe qui a concédé le score (Coup Franc)</p>
<p><b>Jeu déloyal</b></p>	<p>Tout joueur qui a reçu un carton jaune doit quitter le champ de jeu jusqu'à ce que le prochain essai soit marqué.</p>

**NB** : hormis ces dispositions spécifiques faire référence aux règles du jeu de World Rugby