



SOCIÉTÉ GÉNÉRALE

NEWSLETTER  
DIRECTION  
SPORTIVE



3



4/5/6



## SOMMAIRE

- ③ 3 - L'ÉDITO DU DTN
- ④ 4/5/6 - RETOUR D'EXPÉRIENCE : DAVID COURTEIX
- ⑦ 7 - ACADÉMIE OLYMPIQUE PÔLE FRANCE FÉMININ
- ⑧ 8 - CHALLENGE M15 RUGBY POUR ELLES : PHASE 2
- ⑨ 9 - NOUVEAU LABEL CLUB ENGAGÉ
- ⑩ 10 - LE RUGBY SANTÉ POUR PRENDRE SOIN DE VOUS
- ⑪ 11 - LE RUGBY LOISIR AVEC PLAQUAGE
- ⑫ 12 - LE CQP TECHNICIEN SPORTIF DE RUGBY À XV
- ⑬ 13 - INFOS « FORMATION »
- ⑭ 14 - LES BRÈVES DES ÉCOLES DE RUGBY
- ⑮ 15 - LES BRÈVES / DOCUMENTS À TÉLÉCHARGER



7



8



9



10



11



12/13



14

Cette nouvelle édition de la newsletter est marquée de l'empreinte du rugby féminin avec un témoignage de notre entraîneur national du 7 olympique de ces 12 dernières années. Comme un symbole des prochaines olympiades, David Courteix passe la main et c'est l'occasion de le remercier pour son engagement, le projet olympique perdure avec l'académie Olympique qui accompagne nos meilleures athlètes pour intégrer nos équipes de France majeures à 7 et à XV.

Les logiques de développement et de haut niveau étant étroitement liées, le challenge U15 féminin vient faire le lien pour accompagner le développement de la pratique féminine sur les territoires. Nous devons continuer de mettre toute notre énergie au service de l'augmentation de l'offre de pratique pour les filles et d'améliorer la qualité de leur accueil.

Soucieux de vous informer sur l'ensemble des pratiques nous vous proposons un éclairage sur le rugby loisir à plaquer avec un focus sur la dernière évolution règlementaire de la mixité dans cette pratique.

Le rugby santé est également un secteur clé dans la construction d'une fédération à mission. Cet éclairage vient renforcer l'idée selon laquelle le rugby est un formidable outil au service de la santé de toutes et tous.

Enfin, le nouveau label club engagé vient sublimer le contenu de cette newsletter. Ce dispositif est un formidable outil au service de la politique de valorisation du travail des clubs qui s'engagent dans la formation, mais plus largement dans une démarche éducative et citoyenne.

Plus que jamais, le mot d'ordre est d'aider nos clubs pour les rendre plus forts.

Bonne lecture !

Olivier Lièvremont  
Directeur Technique National



## RETOUR D'EXPÉRIENCE : DAVID COURTEIX

**Dans cette nouvelle rubrique, nous allons aborder la thématique de la gestion sportive et humaine d'un groupe sur le long terme avec David COURTEIX qui a entraîné l'équipe de France Féminine à 7 pendant 14 ans, lors desquelles il a été notamment vice-champion du monde en 2018 et vice-champion olympique lors des J.O. de Tokyo.**



### **COMMENT GÈRE-T-ON UN GROUPE SUR LE LONG TERME ?**

#### **« Le rapport à l'institution, la nature du contrat »**

« Pour qu'un entraîneur dure, il faut que l'institution le lui permette. C'est le premier élément à mon sens. Pour ce faire il faut être, je pense très clair dans le contrat de départ. Il faut éviter les zones d'ombre et définir à minima clairement les responsabilités de chacun, les objectifs à court, moyen, long terme, les moyens et les temps d'évaluation, la philosophie, l'identité de jeu etc... Bref il faut un cadre très clair. Il faut ensuite faire preuve de courage chacun à son niveau et assumer ensemble de façon solidaire les mystères de la performance, du fonctionnement humain, être conscient des défis de l'époque.

#### **«Une Vision claire, des engagements mutuels, de la souplesse, un processus d'analyse et d'évaluation régulière»**

Une vision claire et le partage de la mise en œuvre concrète du projet par les dirigeants et le staff scellent une base plutôt solide. L'engagement mutuel, la confiance ainsi qu'une saine complicité entretenue de façon régulière donnent les moyens à la relation de perdurer. Il est possible d'être francs et bienveillants sans pour autant s'épargner ou se préserver de façon inappropriée.

En ce qui me concerne, c'est la chance que j'ai eue. Même quand les résultats tardaient à décoller, l'analyse s'est toujours basée sur la progression du jeu, de l'équipe et des athlètes comme sur la fidélité aux bases évoquées ci-dessus. L'évaluation de la situation a toujours été pensée pour se faire de la façon la plus objective possible. J'ai tendance par ailleurs à considérer le temps et la stabilité comme des éléments importants susceptibles de peser dans l'éventuel accès à « la réussite » mais aussi de construire une forme de robustesse précieuse quand la tempête fait rage.



#### **« Le sens du partage, le dialogue, l'évolution, la capacité à garder le cap »**

Je pense également que le fait de partager la vision avec le staff mais aussi de la faire mûrir, évoluer avec ce dernier et le groupe sont des éléments importants. Rester fidèle à ses lignes directrices et maintenir le contrat dans la tête de chacun doit y être pleinement associé. L'évolution du projet de base est un processus logique qu'il convient d'accompagner.

#### **« Se sentir à l'aise / Être prêt à partir »**

J'ai tendance à défendre le point de vue selon lequel il faut, si vous êtes en responsabilité, que le projet vous ressemble. Difficile je pense d'être réellement productif, investi, passionné, enthousiaste au quotidien et donc de durer si l'on ne se sent pas chez soi (être en cohérence avec soi-même et son environnement). Pour durer, il faut, je pense être souple, agile, adaptable mais il faut aussi savoir fixer les limites de ce qui est acceptable et ne l'est pas. En plus simple, il faut être à l'écoute mais aussi, et cela peut paraître très paradoxale, être prêt à partir. »



### **COMMENT FAIRE ÉVOLUER SON DISCOURS POUR PERDURER ?**

#### **« L'art de manier constance et évolution parfois perçues comme opposées »**

« L'enjeu n'est pas de perdurer mais de faire en sorte que le projet avance et qu'il se développe. Il s'agit de manier avec le plus d'habileté possible ce qui peut apparaître à chaque fois comme un paradoxe ou une ambiguïté. Il me semble ainsi qu'il faut savoir garder le cap tout en cherchant sans cesse à évoluer, innover, creuser, remettre en cause. L'exercice n'est pas simple et suppose également, particulièrement de nos jours, de ne pas céder à la mode pour devenir conforme.

L'objectif est de faire en sorte que l'équipe joue de mieux en mieux en gardant sa philosophie, sa culture au niveau du jeu et que les athlètes s'améliorent à titre individuel. C'est une première clé je pense. Dans la mesure où le projet évolue, le discours évolue tout naturellement avec lui et le processus est vertueux.

## RETOUR D'EXPÉRIENCE : DAVID COURTEIX

### « Les vertus, le plaisir de l'exigence de la quête l'idéal. Nourrir sa propre curiosité »

La quête d'un idéal en termes de jeu est une source de remise en question permanente et une quête infinie puisqu'inaccessible. Faire toujours mieux, s'améliorer sans cesse, faire évoluer la méthode, les situations, s'adapter aux individus et à leurs différences ... sont des puits sans fond d'évolution et d'innovations. Le discours s'inscrit lui aussi dans cette continuité.

### « L'inspiration »

S'ouvrir, échanger, faire preuve de curiosité en allant voir chez les autres, en partageant sans retenue sans jamais vouloir copier, semblent également pour moi des pistes à explorer sans cesse et sans retenue.

On peut y compris je pense s'aventurer très loin de ce que sont les sentiers battus du rugby : autres disciplines / quotidien / art / sciences / jeux vidéo / NTIC...

L'inspiration peut naître de ces petites bulles d'air et de ces échanges parfois informels.

### « Assumer ses différences et les porter par l'argument »

Faire différent peut représenter une opportunité de surprendre, d'inventer et de se défier soi-même. Creuser le passé et interroger la mode peut être intéressant à ce sujet.

Chercher à identifier des idées reçues, remettre en cause des certitudes peut s'avérer très stimulant. L'assumer est parfois un réel défi et il convient de s'y préparer en s'appuyant sur des arguments.

La science peut ici se révéler un levier essentiel redoutable même si elle ne peut souvent rien face aux croyances. Faire confiance à sa capacité d'analyse, consulter et confronter ses idées à la réalité et aux opinions contraires permet de les polir, de les faire avancer, de les remettre en cause également.

### « Les vertus et les limites du débat »

S'entourer de personnes de valeurs au caractère bien trempé est une valeur ajoutée importante à mon sens.

La fidélité au projet doit nourrir la vision initiale et ses paris d'idées novatrices, d'interrogations permanentes, de processus sans cesse revisités. Le débat, la contradiction doivent sans cesse animer la quête de plus d'évolution et d'amélioration sans jamais nuire à l'avancée du projet et à ses principes de base.

### « Satisfaire sa curiosité personnelle et s'intéresser à autre chose »

Être ouvert sur le monde et avoir d'autres passions me semble créer les conditions d'un discours constant sur le fond mais évolutif dans le temps. »



### COMMENT GARDER OU RETROUVER LA MOTIVATION ?

#### « Être au clair avec soi-même »

« En ce qui me concerne, elle ne s'est jamais réellement démentie. Il y a naturellement eu des hauts et des bas, des questionnements intenses mais la motivation a perduré. Je pense qu'il faut bien se connaître et s'accepter :

- L'idée de relever de nouveaux défis, de les identifier, de les évaluer et d'y souscrire, faisant en sorte qu'ils soient toujours la marche suivante.
- Le désir de se relever après la chute. La confiance dans l'avenir et le processus de progression.
- La performance pour accéder au résultat, la capacité à rêver, le plaisir de se transcender, de repousser les limites, le goût du difficile.
- Le plaisir du travail en équipe et d'entreprendre en collectif, la passion du rugby, la poursuite d'un idéal associé à tout ce que je viens d'évoquer

L'idée d'un absolu en termes de jeu, d'une imperturbabilité, de répondre à toutes les situations de façon intelligente et collective avec comme objectif de bien jouer pour gagner. Ces éléments sont ceux sur lesquels je construis et reconstruis ma motivation. Je suis conscient que chacun a les siens.

Un match est unique, une compétition, une saison aussi. Ils ont leur histoire propre et quel que soit le degré d'aboutissement de la performance, le prochain défi sera toujours unique, difficile d'épuiser sa motivation ainsi.

#### « Être Conscient »

Prendre conscience de la responsabilité et de la chance que l'on a, participent aussi pour moi de cette motivation.

## RETOUR D'EXPÉRIENCE : DAVID COURTEIX

### « Avoir de l'énergie »

Je dirais que cette motivation est un carburant indispensable qui nécessite de l'énergie et que chacun se doit d'aller puiser l'énergie là où il la trouve. Le processus doit être connecté avec la réalité et les exigences du métier. »

### COMMENT SE REMET-ON EN QUESTION ?

#### « Les vertus du doute et de l'interrogation »

« Pour ma part, le doute est toujours là, bien présent et je ressens sa présence comme quelque chose de sain et rassurant. Comment progresser si l'on ne doute pas de ce que l'on vient de faire et si l'on n'a pas la conviction du fait que l'on peut faire mieux.

Quand l'entraînement m'a semblé moyen, quand l'équipe joue loin de son potentiel, quand le projet semble dysfonctionner, je commence toujours par remettre en cause mon action.

Quant à l'inverse tout semble rouler et aller pour le mieux, j'essaie également de me demander comment faire en sorte que cela dure, comment faire en sorte que ce soit mieux encore.

#### « L'intérêt porté à l'analyse, la science (vidéo/statistiques/prudence/patience et distance) et la contradiction »

Les outils modernes permettent de poser un regard plus objectif sur la production de l'équipe et des athlètes. Si des biais existent et qu'il faut tenter de les identifier sur la durée pour prendre la distance nécessaire à une vision la plus large et la plus fidèle possible à la réalité, toutes ces possibilités techniques permettent de lever des filtres personnels afin de ne pas sur-estimer le poids du ressenti ou des émotions.

Ces analyses peuvent réellement aider les entraîneurs que nous sommes à affiner notre œil et devenir plus experts encore. Discuter, échanger, se confronter, croiser les regards, bref débriefer le plus souvent possible me semblent être un investissement en temps indispensable.

#### « Faire preuve d'humilité et rester à sa place »

La performance est la propriété des joueurs et des joueuses. Elle est unique et non reproductible, elle est multifactorielle.

Elle dépend essentiellement d'une faculté à s'adapter aux circonstances et à saisir les opportunités qui se présentent. Il s'agit essentiellement dans les grandes compétitions et dans les grands matchs d'interagir efficacement ensemble quelles que soient les conditions. La part d'incertitude est donc immense.

Comprendre que l'on est loin de tout pouvoir maîtriser aide à mon sens à ne jamais penser que l'on a la solution magique de la gagne. Elle permet la remise en cause permanente, les défis à relever étant inépuisables. »



### COMMENT SE RÉINVENTE-T-ON EN TANT QU'ENTRAÎNEUR ET MANAGER ?

#### « Le principe fondamental : l'échange »

« Les questions posées renvoient toutes à cette idée que je trouve capitale de rester fidèle à soi-même tout en se réinventant sans cesse.

Pour ce qui me concerne, la dimension olympique du 7 et son champ immense m'ont offert la possibilité de partager énormément.

J'ai pu échanger sur mes pratiques, mes difficultés, mes doutes, mes paris, mes convictions avec des entraîneurs aux visions et aux expériences différentes. Cette richesse fût une valeur ajoutée majeure.

J'ai pu également à intervalles réguliers échanger avec des collègues (tous corps de métiers confondus) des enseignants, des chercheurs venus de disciplines variées telles que l'EPS, la sociologie, l'histoire ...

Au-delà de la richesse des discussions et des débats, ces échanges m'ont ouvert des pistes de lectures et de visionnages en tout genre.

Il me semble indispensable de garder à l'esprit, que l'accompagnement, l'aide apportée aux athlètes est une relation humaine, singulière et quelle oblige par nécessité à s'adapter à l'individu, à chercher à le comprendre et capter les clés de sa motivation. Cet aspect là, oblige à se réinventer sans cesse et à garder l'idée selon laquelle le groupe reste l'objet ultime. Cette dimension là, m'apparaît de plus en plus complexe de nos jours.

Mon envie de réussir et mon envie d'évoluer, de progresser, ma curiosité m'ont également aidées.

Mes convictions si elles ont évolué sont toujours restées. »

## ACADÉMIE OLYMPIQUE PÔLE FRANCE FÉMININ

**Dans le cadre du parcours d'excellence de la Fédération Française de Rugby, la promotion saison 2024/2025 de l'Académie Olympique Pôle France est composée de 31 joueuses, entre 18 et 22 ans, meilleures potentielles de ces générations, et est ponctuellement étoffée d'une dizaine de joueuses U18 Premium inscrites en APER**



L'objectif de l'Académie Olympique est d'accompagner avec les clubs tout au long de la saison les **meilleures potentielles** à 7 et à XV afin de préparer les **internationales de demain**.

**Guillaume LAFONT**, responsable sportif et interlocuteur auprès des managers sportifs des clubs pour le suivi des joueuses de l'Académie :

« L'académie olympique, c'est **le centre de formation** des équipes de France.

Nous avons 10 regroupements de septembre à juin d'une semaine par mois, où l'on s'oppose à chaque fois contre les pros du 7 afin que les meilleures du moment de cette génération se confrontent aux meilleures françaises et cela permet aussi à l'équipe de France à 7 d'avoir des partenaires d'entraînement. Nous échangeons aussi beaucoup avec le staff du XV de France féminin par rapport à leurs attentes sur les joueuses profilées XV.

La **dynamique d'échange** est géniale et bénéfique pour toutes les joueuses.

Ce n'est pas un dû d'être à l'académie olympique, le sport de haut niveau c'est **un engagement au quotidien**. Les joueuses doivent jouer le jeu et s'engager pleinement, cela ne nécessite pas de talent, il faut juste être sérieuse. Il est essentiel que ces joueuses ne soient pas forcément les meilleures sur le terrain mais démontrent des attitudes de joueuses qui ont envie d'**apporter à l'équipe, d'apporter une valeur ajoutée**, c'est capital. Auprès de chacune d'elle, j'ai été très factuel sur l'écart avec les exigences du haut niveau. Si elles sont là, c'est qu'elles ne sont pas loin mais il y a des étapes incontournables à franchir pour y arriver. Le but étant de franchir des palliers très rapidement.

Nous les faisons travailler dur mais avec bienveillance et dans un climat serein, on va leur dire les choses factuellement mais tout en les encourageant et surtout en leur donnant les outils pour s'améliorer. Il est évident que le rugby est changeant mais il est évident aussi qu'il y a des principes immuables. Notre rôle, c'est d'**entraîner des principes**.

Nous voulons entraîner chacune des joueuses pour qu'elles comprennent ce qui se passe sur le terrain et leur donner les outils pour pouvoir y répondre. Trouver le bon timing, la bonne profondeur, les habituer à scanner, nous voulons que le quotidien de leur entraînement soit axé sur toutes ces petites actions, ces petits repères que l'on peut leur donner pour être **en condition d'efficacité**. C'est ça ce que nous voulons leur amener.

Nous cherchons à toujours répondre aux besoins individuels des joueuses et à les rendre performantes dans tous **les domaines de la performance**. D'ailleurs en lien avec leur coach, nous avons partagé leurs plans individuels de développement sur l'année, on s'est mis d'accord sur les orientations à donner et pour les joueuses M18 nous échangeons avec les managers PPF et d'APER. Et comme nous travaillons main dans la main avec les clubs, on libère les joueuses le jeudi midi afin qu'elles puissent s'entraîner avec leur club et ainsi préparer sereinement leur match du week-end.

Tout est fait pour que les joueuses soient **accompagnées au quotidien** dans différents domaines avec l'apport d'un staff riche d'une diététicienne, d'analystes vidéo, 2 préparateurs physique, 1 analyste de performance, 1 stagiaire DESJEPS, 4 kinés sur l'année et une médecin sur tous les rassemblements. Nous avons créé par exemple un compte Instagram où elles trouvent des routines individuelles ciblées, les suivis GPS et les analyses de leurs matchs du week-end.

Nous avons des jeunes joueuses qui sont au lycée, d'autres qui sont étudiantes et qui ne sont pas tout à fait autonomes, donc nous sommes très attentifs sur le suivi scolaire. Si on veut qu'elles soient bien sur le terrain, il faut qu'elles soient sereines. Ainsi afin de leur permettre de vivre leur **double projet** dans les meilleures conditions, elles bénéficient de la mise en place d'une **aide et soutien** à l'organisation et au **suivi scolaire**, en présentiel lors des stages et à distance entre ceux-ci. »

## CHALLENGE M15 RUGBY POUR ELLES : PHASE 2

Depuis plusieurs saisons, le Challenge M15 Féminines « Rugby pour Elles » permet à des jeunes filles de découvrir et de s'épanouir dans la pratique du rugby entre filles.

Suite aux journées découvertes de la phase 1, que nous avons abordé dans la newsletter précédente, place aux rencontres sportives de la phase 2 à partir de janvier 2025



Dès janvier, l'objectif sera de constituer des équipes M15 pour organiser des rencontres sur six dates prévues au calendrier :

- 25 janvier 2025
- 8 février 2025
- 15 mars 2025
- 5 avril 2025
- 17 mai 2025
- 31 mai 2025

Ces journées de plateaux permettront aux clubs de proximité de collaborer pour composer des équipes selon les effectifs disponibles.

Que les clubs aient un effectif suffisant pour constituer une équipe complète, ou que les clubs se regroupent à plusieurs sous un club support, ou même faire appel au comité départemental ou à ligue régionale, l'important est d'optimiser la participation de toutes les filles sans élitisme, en assurant une continuité tout au long de la saison.

- les inscriptions pour les équipes sont ouvertes et peuvent être faites auprès des référents de Ligues en charge de la pratique féminine via leur tableau de bord.
- les clubs, comités départementaux et ligues régionales peuvent inscrire leur équipe.
- des aides fédérales sont prévues : aide aux déplacements et dotation Adidas complète (composée d'un jeu de maillots / shorts / chaussettes, cette dotation sera disponible courant avril 2025) à chaque équipe inscrite aux rencontres sportives et participant au moins à trois des quatre premières dates.
- les outils mis à disposition : la mallette pédagogique sur la pratique féminine et le cahier des charges pour la saison 2024/2025.



MALLETTE PÉDAGOGIQUE



CAHIER DES CHARGES



La F.F.R. compte sur votre mobilisation et votre implication pour faire de cette édition 2024-2025 un véritable succès et pour permettre à nos jeunes de continuer à découvrir, jouer et s'épanouir dans notre sport.

Le Challenge « Rugby pour Elles » est une formidable opportunité pour le rugby féminin et chaque club a un rôle essentiel à jouer dans cette dynamique de développement.

## NOUVEAU LABEL CLUB ENGAGÉ

La Fédération Française de Rugby est fière d'annoncer le lancement du « nouveau Label Club Engagé », une initiative innovante visant à dynamiser et valoriser les clubs qui font du bien au rugby car ils s'engagent dans l'éducation par le sport ou pour des actions citoyennes. Un nouvel outil qui fixe le cap stratégique de la Fédération et permet, chaque année, de mesurer les progrès accomplis.



Un club engagé est un club qui fait l'effort de la **formation sportive** par la base ou fait la différence, pour ses membres ou pour sa communauté locale.

Ce label innovant a pour but de **dynamiser** et de **soutenir les clubs** qui s'engagent sur le terrain pour la relance du rugby par la base et pour créer du lien.

Chaque club est apprécié annuellement sur la base de 47 critères quantitatifs et qualitatifs répartis autour de 5 piliers :

- éducation par le sport
- inclusion
- citoyenneté
- santé et bien-être
- transition écologique

Ce nouveau label permet aux clubs de valoriser leurs actions et d'être soutenus dans leur développement local et national, grâce à des ressources additionnelles, des conseils personnalisés et des exemples d'actions inspirantes.



### Une remontée d'informations automatique pour les clubs !

Pour les clubs, aucune action ne sera nécessaire, aucun dossier à remplir, puisque l'évaluation des **47 critères** est directement issue du logiciel fédéral Oval-e, ou fait suite aux déclarations du Président du club ou de son représentant accompagné du Conseiller Technique de Club (CTC).

Chaque CTC pourra suivre les scores et le positionnement des clubs de son bassin sur l'ensemble des piliers grâce à un outil dédié et personnalisé. Le club, son comité départemental ou sa Ligue régionale pourra également accéder à :

- son **positionnement dans la Ligue** régionale et au niveau national
- des **conseils personnalisés** pour faire évoluer son score
- des **exemples d'actions à succès** dans les clubs de sa région et à l'échelle nationale
- une **communauté d'acteurs terrains** qui ont mis en place des projets à succès pour bénéficier de leurs conseils.

### Un baromètre annuel qui fixe le cap !

Le « nouveau label club engagé » va révolutionner la manière d'accompagner les clubs, les comités départementaux et les Ligues régionales.

Chaque club est indépendant mais la FFR fixe un cap stratégique qui consiste à **soutenir les clubs** qui contribuent à la relance du rugby par la base en investissant sur **l'éducation par le sport** pour les plus jeunes ou en s'engageant dans des **actions citoyennes**.

Mis à jour tous les ans, le « nouveau label club engagé » va permettre de suivre les progrès accomplis chaque année et sera l'outil de reporting des mécènes et partenaires qui accompagnent la FFR dans la Fédération à mission.

**Florian Grill**, Président de la FFR : « Ce nouveau label club engagé incarne notre engagement pour un rugby qui fait du bien à la société grâce à l'éducation par le sport ou l'action citoyenne locale. Il s'inscrit dans la logique de la Fédération à mission et de notre fonds de dotation Rugby au Cœur. L'objectif de la FFR est maintenant de trouver des ressources (mécénat ou partenariat) pour aider les clubs qui s'engagent. Avec ce nouvel outil qui permet de positionner tous les clubs automatiquement, la FFR se dote d'un véritable baromètre annuel qui permet tout à la fois de fixer le cap et de mesurer les progrès. »

# RUGBY SANTÉ : LE RUGBY POUR PRENDRE SOIN DE VOUS

Le Rugby Santé est une version adaptée du Rugby à 5, où le toucher à deux mains remplace les plaquages.

Accessible à tous, le Rugby Santé est une activité référencée dans le cadre du sport sur ordonnance.

L'activité est encadrée par un éducateur formé, pour les publics sédentaires ou atteints de pathologies en prévention tertiaire (affection longue durée, diabète, cancers...). Son objectif est d'améliorer la qualité de vie des pratiquants, par une activité collective mixte et sécuritaire.



## LE RUGBY SANTÉ, C'EST :

- › Une activité collective, mixte et sans plaquage
- › La pratique sport-santé proposée par la FFR, dans le cadre du sport sur ordonnance
- › Un encadrement référent (dirigeant, éducateur, professionnel de santé) pour accueillir les pratiquants dans les meilleures conditions
- › Des éducateurs formés pour accueillir des personnes atteintes d'une affection de longue durée ou d'une maladie chronique présentant des facteurs de risques et des personnes en perte d'autonomie grâce à une formation adaptée (brevet fédéral rugby à 5 – Niveau 2 « Santé »)
- › Une activité physique adaptée à la pathologie, aux capacités physiques et au risque médical du patient.

## Pour les clubs, le rugby santé permet de développer son offre de pratique et une dynamique de club :

(Données enquête FFR auprès des sections rugby santé actives, saison 2023/2024)



**97%**  
de fidélisation

**Création de réseaux**  
avec le monde médical et territorial (Hôpital, clinique, ligue contre le cancer, réseau sport-santé, association de prévention...)

**47%**  
ont plus de 50 ans

**77%**  
de licenciés comptent moins de 3 ans de pratique du rugby

Pour les pratiquants, le rugby santé est une activité dont les retours sont très positifs :

BIEN-ÊTRE  
ECOUTE  
PARTAGE  
INCLUSION  
CONVIVIALITÉ

Les données sur le développement des capacités physiques, grâce au rugby santé sont également importantes :

- > Augmentation de la santé cardio-vasculaire
- > Augmentation de la santé cardio-respiratoire



En septembre 2024, plus de **80 clubs** ont ouvert une section rugby santé en France et plus de **150 éducateurs** ont été formés au Brevet Fédéral Rugby à 5 – Niveau 2 Santé.

« Sentiment de bien être, de sécurité, de bulle protectrice, d'entraide, de convivialité et de plaisir »

Contactez votre ligue régionale de rugby pour plus d'informations sur le développement du rugby santé, sur votre territoire ou pour toutes questions.



Retrouvez la section rugby santé la plus proche de chez-vous sur le site [FFR.FR](https://www.ffr.fr)



> PAGE «RUGBY SANTÉ» SUR [FFR.FR](https://www.ffr.fr)



> PLAYLIST YOUTUBE «RUGBY SANTÉ»



> KIT DE COMMUNICATION



## LE RUGBY LOISIR AVEC PLAQUAGE

**Le Rugby Loisir avec plaquage se caractérise par l'absence de compétition et la pratique de différentes formes de Rugby en règles adaptées. Accessible aux novices et joueurs expérimentés, la pratique du Rugby Loisir avec plaquage se déroule dans le cadre d'entraînements et de rencontres strictement amicales.**



Sur le territoire, de nombreuses manifestations Rugby Loisir avec plaquage sont organisées. Ces événements proposent des rencontres sportives reposant sur **le plaisir du jeu, le fair-play, la convivialité et l'absence de notions de compétition.**

Plusieurs Ligues Régionales de Rugby ont mis en place la « **bourse aux matchs** ». Il s'agit d'un **calendrier des événements** « Rugby Loisir avec plaquage » sur la saison.

Un **outil adapté** à l'organisation de rencontres loisirs, pour **l'ensemble des équipes** de la région concernée.

N'hésitez pas à prendre contact avec votre Ligue Régionale d'appartenance, pour plus d'informations.

Les **règles du jeu sont adaptées** pour permettre à tous, une pratique avec plaquage **accessible et sécuritaire**, modulable selon le nombre de joueurs présents.

La **saison 2024/2025** marque **l'intégration de la mixité** dans la pratique du Rugby Loisir avec Plaquage. Dans un contexte de plus en plus orienté vers **l'accessibilité des pratiques loisirs**, des demandes des pratiquant(e)s ont été recensées pour l'ajout de la mixité dans la pratique (18 ans et plus).

A l'issue d'une phase expérimentale lors de la saison 2023/2024, **l'intégration de la mixité** a été inscrite dans les règles du jeu, par l'intermédiaire du **toucher + 2 secondes**, entre joueurs de sexe opposé.

Ce cadre permet aujourd'hui aux femmes, de participer aux manifestations rugby loisir avec plaquage dans un **cadre sécuritaire**, autorisé par la FFR.

### RÈGLES DU JEU RUGBY LOISIR AVEC PLAQUAGE + MIXITÉ

Le Rugby Loisir avec plaquage se pratique avec des **règles adaptées** :

- **jeu à XV, 7 ou X** (selon le nombre de joueurs sur le terrain)
- **mêlée** simulée
- **plaquage** autorisé de la taille jusqu'aux pieds
- **les coups de pied de pénalité** et les tentatives de but après essai ne sont pas tentées
- **les coups de pied tombés** (drop-goal) « réussis » ne sont pas accordés
- **temps de jeu** modulable
- **remplacements** illimités
- **mixité** (selon les règles édictées par la FFR, voir document officiel)



Retrouvez toutes les infos sur le rugby loisir

# LE CQP TECHNICIEN SPORTIF DE RUGBY À XV

Suite à l'avis favorable de France Compétence en mai dernier, le CQP Technicien sportif de rugby à XV est de nouveau inscrit au RNCP jusqu'au 31/05/2027.

Il permet à son titulaire d'obtenir une carte professionnelle d'éducateur sportif et d'exercer des missions d'entraîneurs contre rémunération (temps plein ou temps partiel).



Emploi temps plein ou temps partiel

Entraîneur au niveau amateur (hors Top 12 / Pro D2 / Nationale / Nationale 2 / Élite jeune)

**CQP TECHNICIEN SPORTIF DE RUGBY À XV**

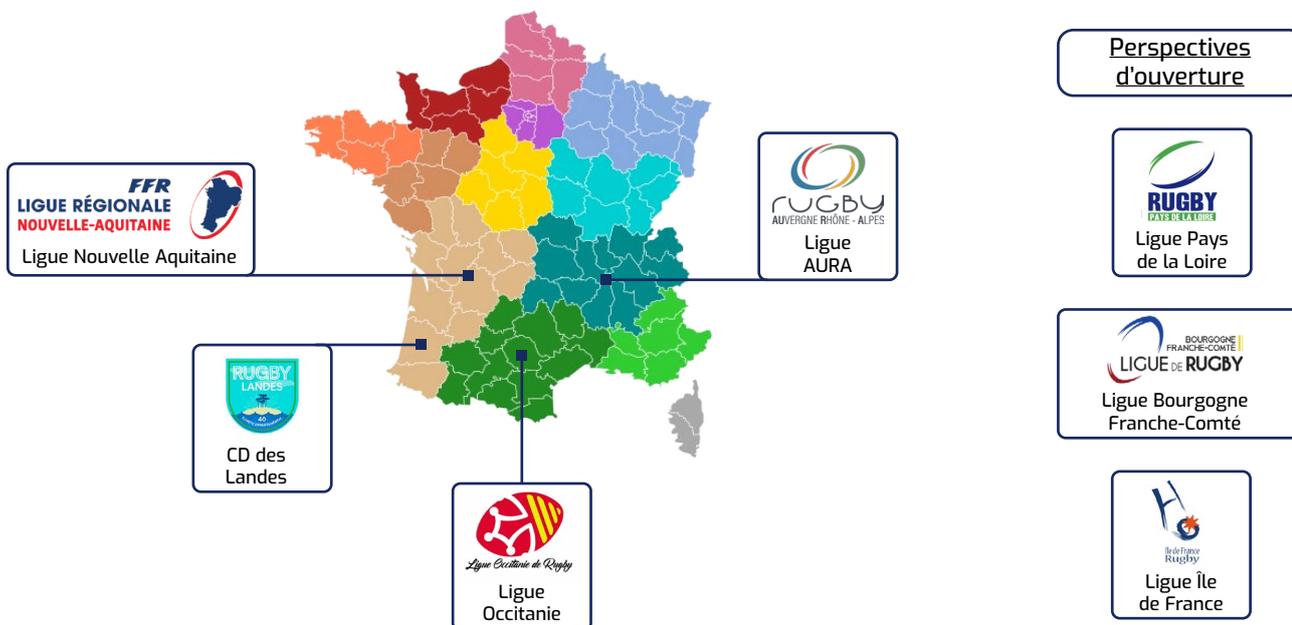
Carte professionnelle Diplôme de niveau 4

Auprès de collectifs pratiquants le rugby à XV (M14 aux séniors)



Pour plus d'informations

## OÙ SE FORMER CETTE SAISON



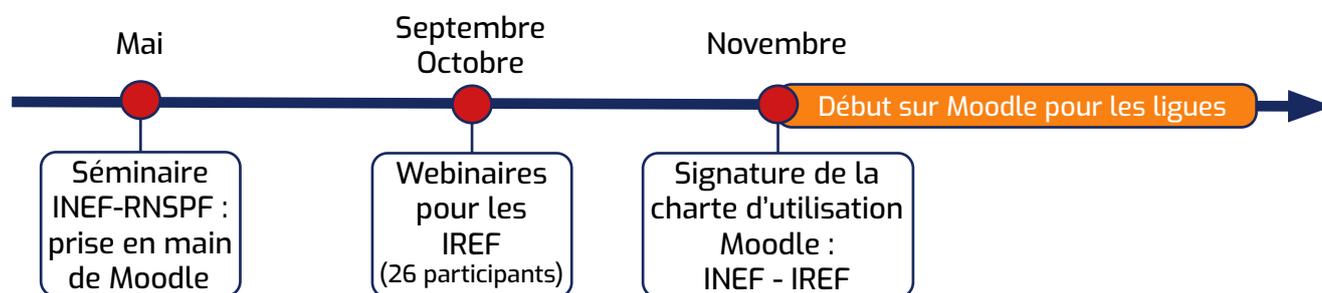
Retrouvez toutes les information utiles  
sur les différentes formations proposées par  
l'Institut National Emploi et Formation de la F.F.R.



### De Claroline à Moodle



La plateforme de formation en ligne « CLAROLINE » utilisée par la FFR depuis plusieurs saisons, disparaîtra définitivement le **31/12/2024** pour laisser place à **Moodle**.  
La transition est en cours :



**Aurélie BARAZER** (directrice adjointe de l'INEF) dresse un point d'étape :

« Un référent Moodle a été désigné pour chaque ligue régionale, les conventions d'utilisation de la plateforme sont en cours de signature, les acteurs régionaux de la formation ont été formés sur 3 webinaires... Tout a été mis en place pour permettre aux IREF de faire leur 1er pas sur Moodle et de s'approprier au mieux ce nouvel outil. »



### Masterclass « Management d'équipe et haute performance » le 13 et 14 décembre 2024 au CNR

Cette formation est ouverte à tous ceux qui encadrent et dirigent des équipes, que ce soit dans le domaine du sport ou en entreprise : managers, entraîneurs, dirigeants sportifs, chefs d'équipe... c'est une opportunité unique de partager l'expérience du XV de France et des équipes de France Olympiques !

Intervenants de renom :

Raphaël IBANEZ / William SERVAT / Jean-Marc BÉDERÈDE / Christophe REIGT / Mickaël CAMPO



Inscription



### DES JEPS :

La promotion 2024-2025 a réalisé son 5ème séminaire de formation les 4, 5 et 6 novembre au CNR. Ce séminaire placé sous le **thème du haut niveau et des équipes de France** a été l'occasion pour les stagiaires de mieux comprendre les contours du projet Bleu (**Jean-Marc Béderède**), de connaître le fonctionnement de l'équipe de France des M20 : **Cédric Laborde / Bertrand Mathieu**. **Jérôme Daret** est également revenu sur son aventure olympique avec le 7 de France masculin.

Les stagiaires ont aussi pu assister à un entraînement du XV de France en préparation du match contre le Japon et ont eu la chance d'avoir un temps d'échanges en suivant avec **Fabien Galhié**.

# LES BRÈVES DES ÉCOLES DE RUGBY

## CAMPAGNE 2024/2025 DE LABELLISATION DES ÉCOLES DE RUGBY :



Les documents relatifs à la labellisation des Ecoles de Rugby pour des dépôts de dossiers au cours de la saison 2024-2025 sont en ligne sur le site de la FFR :



### Le calendrier reste inchangé :

- avant le 30 avril : dépôt du dossier au comité départemental
- avant le 15 mai : Evaluation du dossier par le comité départemental et visite d'évaluation par la commission école de rugby départementale. Validation du dossier par le comité départemental et transmission à la ligue.
- avant le 31 mai : Le dossier complet est transmis par la ligue à la FFR.
- fin juin : validation et attribution du label par la FFR
- à partir du 1er juillet : début de la labellisation et envoi des kits de valorisation de la labellisation

### Pour cette saison les modifications :

- 1.3.8 modifications de l'intitulé : « Espace de repli pour assurer les activités EDR toute l'année »
- 2.4.1 : suppression de l'Orange Rugby Challenge et du critère : Participation à l'Orange Rugby Challenge pour les M12
- 2.5.5 : modification des attendus pour la 3ème étoile « Passage du passeport d'arbitrage pour les M12 » : « Mini 2 équipes de 2 joueurs »

## CHASUBLES ÉDUCATEUR ET ORGANISATEUR :

Dans la continuité du programme « #BienJoué », en vue d'**encadrer et sécuriser la pratique à l'école de rugby** et ainsi **lutter contre les incivilités et les violences** sur et en dehors des terrains de rugby, la Fédération Française de Rugby renouvelle la distribution de chasubles pour les Ecoles de Rugby. Pour la saison 2024-2025, deux types de chasubles seront envoyés dans les Comités Départementaux (courant novembre) et à distribuer aux clubs qui disposent d'une école de rugby, la nouveauté est que nous avons tenu à les « féminiser ».

- La chasuble « Educateur » de couleur orange : « Je suis un éducateur / une éducatrice responsable », qui s'adresse aux éducateurs des catégories EDR. Cette année c'est un réassort de 9 000 chasubles sur le territoire qui est effectué.



- La chasuble « Organisateur » de couleur rouge : « Je suis un organisateur / une organisatrice responsable », qui s'adresse au responsable de tournoi /plateau EDR. Cette année c'est un réassort de 7 000 chasubles distribuées sur tout le territoire.



Retrouvez le plan de lutte contre les violences et les incivilités

## JOURNÉES DE CLÔTURE CHALLENGE FÉDÉRAL M14 : APPEL À CANDIDATURE ORGANISATION

Les journées de clôture du Challenge Fédéral M14 jeu à X et à XV se dérouleront les **21 et 22 juin 2025** : Un appel à candidature est lancé pour déterminer les sites qui accueilleront les tournois.

**Jeu à X** : 3 tournois avec 8 équipes seront organisés sur les ligues suivantes (rotation chaque saison) :

- Nouvelle Aquitaine
- Auvergne Rhône Alpes
- Grand Est

**Jeu à XV** : 3 tournois avec 12 équipes seront organisés sur les ligues suivantes (rotation chaque saison) :

- Occitanie
- Ile de France
- Hauts de France

Un club et la ligue et le CD éventuellement candidatent ensemble pour accueillir un tournoi. Les ligues devront transmettre à la FFR avant le **5 décembre 2024** les informations sur le site qui accueillera les journées de clôture :



[ecoles.rugby@ffr.fr](mailto:ecoles.rugby@ffr.fr)

## LES BRÈVES

### LIVRET NUTRITION : GARDER LE BON CAP :



La FFR, en collaboration avec son partenaire **Lustucru**, a élaboré un livret nutrition pour aider les pratiquants à adopter de bonnes habitudes alimentaires adaptées à leur niveau sportif.

Pour être performant, le corps a besoin non seulement d'énergie mais aussi d'un nombre important de nutriments non énergétiques. Le corps ne sachant pas fabriquer la plupart de ces nutriments, il est nécessaire de les trouver dans l'assiette.

Ainsi, l'assiette du joueur ou de la joueuse de rugby doit comporter des aliments permettant de remplir l'objectif **CAP** :

- Construire / réparer les muscles
- Approvisionner les muscles et le cerveau en énergie
- Protéger l'organisme des différents stress qu'il rencontre. Cet aspect est très important tant pour la performance que pour la santé.

Retrouvez dans ce guide, tout ce qu'il faut savoir sur le petit déjeuner, la collation après les entraînements, l'avant match, l'hydratation et de multiples recettes pour bien se préparer avant les rencontres et bien récupérer après la victoire.

LIVRET NUTRITION 

### RÉSULTATS DU CHAMPIONNAT DE FRANCE RUGBY À 7 M18 FÉMININES CLUBS 2024 :

A l'issue de la date de brassage le week end du 21 et 22 septembre et de la finale nationale les 28 et 29 septembre, ce sont les joueuses du **Stade Toulousain** qui sont championnes de France de rugby à 7 M18 Féminines de clubs 2024. Elles succèdent au Stade Bordelais vainqueur l'an dernier pour la première édition.



RÉSULTATS COMPLET DU CHAMPIONNAT M18 FÉMININES 

### DOCUMENTS À TÉLÉCHARGER





SOCIETE  
GENERALE