

Joueurs et joueuses.

Mixité pour cette catégorie

Nombre maximum de joueurs / joueuses par équipe	16
Nombre minimum de joueurs / joueuses par équipe sur le terrain	6
Nombre maximum de joueurs / joueuses par équipe sur le terrain	8
Dans tous les cas, la règle de parité est de vigueur par rencontre	=/=

Staff d'équipe

L'entraîneur n'est pas autorisé sur l'aire de jeu
Seul les staffs des deux équipes sont autorisé dans la zone neutre

Arbitrage.

Un arbitre sur le terrain.

Règles de jeu.

Taille du ballon : 3

Quoi ?	Où/quand ?	Comment ?
Remplacement	Sur arrêt de jeu	Illimités
Plaquage	Tout le terrain	En dessous de la ceinture. Le plaqueur ne joue pas le ballon. Projeter le joueur au sol en le prenant par le maillot. Sanction: Pénalité
Raffut	Tout le terrain	Sous la ligne des épaules. Sanction: pénalité
Coup d'envoi et de renvoi	Du centre du terrain	Remise en jeu avec tap kick - passe obligatoire Pas de remise en jeu rapide
Jeu au pied	Tout le terrain	Autorisé dans tout le terrain. Pas de coup de pied directement en touche . Sanction: Pénalité
Pénalité /coup franc	Tout le terrain	Remise en jeu avec tap kick - passe obligatoire. La défense est à 5m et peut monter dès que le tap kick est réalisé.
Sortie des 22 m	Dans les 22 m	Remise en jeu avec tap kick – passe obligatoire.
Ruck	Tout le terrain	Maximum 1 joueur au soutien par équipe au dessus de la zone plaqueur/plaqué. Sanction: Pénalité

Maul	Tout le terrain	Maximum 2 joueurs par équipe dans le maul. (Porteur du ballon compris) Sanction: Pénalité
Touche	NON	Remise en jeu avec un tap kick (à 2m de la touche et 5m de l'en but) - passe obligatoire. La défense est à 5 mètres et peut monter que le tap kick est réalisé
Mêlée	NON	Remise en jeu avec tap kick - passe obligatoire.
Charge du porteur du ballon	NON	Le porteur du ballon n'est pas autorisé à percuter un défenseur immobile (charge), il doit éviter le défenseur. Sanction: Pénalité
Squeeze Ball (balle entre les genoux, tête vers l'avant et ventre au sol)	NON	Sanction: Pénalité



Règlement de match en U10

Temps de jeu.

Maximum pour 1/2 journée : 50 minutes par joueur

Maximum pour 1 journée : 70 minutes par joueur

Maximum pour 2 journées : 90 minutes par joueur

Pour 1/2 journée

Nombre équipes	Total de rencontres	Rencontres /équipe	Nombre de périodes	Durée / période	Mi-temps	Pause entre deux matchs	Total de jeu
3	3	2	3	8'	3'	5'	48'
4	6	3	2	8'	3'	5'	48'
5	10	4	2	6'	3'	5'	50'
6	15	5	2	5'	3'	5'	50'

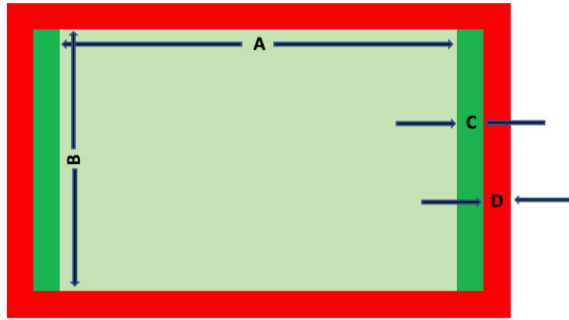
Pour 1 journée

Nombre équipes	Total de rencontres	Rencontres /équipe	Nombre de périodes	Durée / période	Mi-temps	Pause entre deux matchs	Total de jeu
5	10	4	2	8'30	3'	5'	70'
6	15	5	2	7'	3'	5'	70'

Pour 2 journées

Nombre équipes	Total de rencontres	Rencontres /équipe	Nombre de périodes	Durée / période	Mi-temps	Pause entre deux matchs	Total de jeu
5	10	4	2	11'	3'	5'	90'
6	15	5	2	9'	3'	5'	90'

Terrain U10



Aire de jeu A : 40 mètres
B : 28 mètres

Embuts C : 2 mètres B : 28 mètres

Zone neutre D : 2 mètres
Sur tout le périmètre

Dimensions maximales peuvent être adaptées au site hôte
Balisage avec des cônes plats tous les + - 1,50 mètres