



Règlement de match en U10

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 autorisés 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 Jeter le joueur au sol en le prenant par le maillot = faute
Raffut	Non	Non sanction : passe libre pour l'équipe adverse à l'endroit du raffut
Coup d'envoi et de renvoi	Du centre du terrain	Passe libre à faire à un joueur fixe. La défense est à 5 mètres et peut monter dès que la passe est terminée
Coup de pied	Tout le terrain	Pas de coup de pied directement en touche (même sur pénalité) sanction: passe libre à l'endroit du coup de pied
Pénalité /coup franc	Tout le terrain	Passe libre à faire à un joueur fixe. La défense est à 5 mètres et peut monter dès que la passe est terminée
Sortie des 22 m	Dans les 22 m	Passe libre à faire à un joueur fixe. La défense est à 5m et peut monter dès que la passe est terminée.
Ruck	Tout le terrain	Maximum 1 joueur au soutien par équipe au dessus de la zone plaqueur/plaqué Sanction : passe libre
Maul	Tout le terrain	Maximum 2 joueurs par équipe dans le maul (Porteur du ballon compris) Sanction: passe libre
Touche	Tout le terrain	Passe libre à 2 mètres de la ligne de touche et à minimum 5 mètres de la ligne d'en-but.

Mêlée	Tout le terrain	3 vs 3, pas de poussée, le ballon est d'office gagné par l'équipe qui introduit. Le demi de mêlée doit faire une passe pour sortir le ballon de la mêlée. Sanction : passe libre / Demi de mêlée reste derrière la mêlée. Sanction : pénalité
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: passe libre pour l'équipe adverse
Squeeze Ball (balle entre les genoux, tête vers l'avant et ventre au sol)	Non	Non Sanction : passe libre pour l'équipe adverse à l'endroit du squeeze ball



Règlement de match en U10

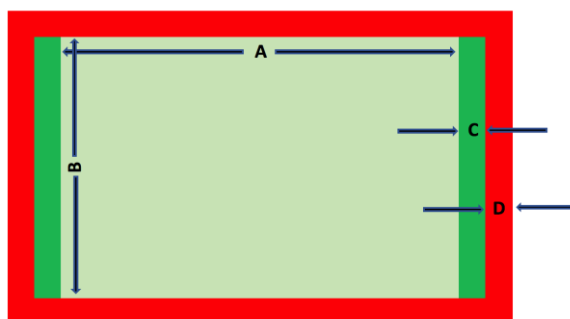
Temps de jeu.
Maximum pour 1/2 journée : 50 minutes par joueur
Maximum pour 1 journée : 70 minutes par joueur
Maximum pour 2 journées : 90 minutes par joueur

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