

VERSION À TOUCHER

- Jouer sur un demi-terrain
- 7 joueurs par équipe (+ 4 remplaçants)
- Roulement illimité des remplaçants
- 10 minutes par période (match de 20 min)
- Coup d'envoi (coup de pied tombé, ou n'importe quel type de coup de pied) vers l'équipe adverse - pas de lutte pour le ballon
- Ballon mort suite au renvoi = coup de pied/mêlée au milieu
- Jeu pied pendant le jeu - pas de restrictions
- Ballon mort suite à un coup de pied = ballon joué pour soi-même et passe à 15 m
- 7 touchés sans marquer - changement de la possession au 7e (ballon joué pour soi-même et passe)
- Post-plaquage = 5 joueurs (2 attaquants, 3 défenseurs)
- Une fois touché, le porteur du ballon se tourne et présente le ballon à un coéquipier
- Le coéquipier (« passeur », deuxième porteur du ballon) prend le ballon, et doit le passer en faisant moins de 3 pas
- Le « passeur » ne peut pas marquer après la phase post-plaquage
- Défense lors de la phase post-plaquage - Le joueur qui a réalisé le touché + 2 joueurs en défense doivent être en contact (placer les mains sur le défenseur qui a touché l'attaquant - former un triangle avec le bras extérieur - créant ainsi une ligne de hors-jeu)
- Le reste de la défense doit se trouver derrière le pied le plus en arrière
- Aucune sanction si l'attaque joue avant que la défense ne soit en place
- Mêlée (3 contre 3 - passive, pas d'entrée en mêlée, pas de poussée, pas de lutte pour le ballon, demi de mêlée défendant à l'arrière, les autres derrière à 5 m) *Le demi de mêlée peut faire 3 pas max. avant une passe ou un coup de pied
- Alignement (3 contre 3 - pas de joueur soulevé, pas de lutte pour le ballon)
- Le réceptionnaire passe en arrière à un coéquipier (5 m derrière) ou au lanceur qui prend la position de demi de mêlée
- L'équipe qui marque un essai effectue le coup de pied de renvoi
- Pénalités (ballon joué pour soi-même et passe, défenseurs reculés de 5 m)
- En-avant, passe en avant = reprise par une mêlée (si pas d'avantage)
- Ballon dévié vers l'arrière dans le jeu courant - le jeu continue

VERSION TAG

- Jouer sur un demi-terrain
- 7 joueurs par équipe (+ 4 remplaçants)
- Roulement illimité des remplaçants
- 10 minutes par période (match de 20 min)
- Coup d'envoi (coup de pied tombé, ou n'importe quel type de coup de pied) vers l'équipe adverse - pas de lutte pour le ballon
- Ballon mort suite au renvoi = coup de pied/mêlée au centre
- Jeu au pied pendant le jeu - pas de restrictions
- Ballon mort suite à un coup de pied = ballon joué pour soi-même et passe à 15 m
- 7 rubans sans marquer - changement de la possession au 7e (jouer rapidement le ballon et passe)
- Post-plaquage = 5 joueurs (2 attaquants, 3 défenseurs)
- Si un ruban du porteur de ballon est décroché, il se tourne et présente le ballon à un coéquipier
- Le coéquipier (« passeur », deuxième porteur du ballon) prend le ballon, et doit le passer en faisant moins de 3 pas
- Le « passeur » ne peut pas marquer après la phase post-plaquage
- Le joueur qui a décroché un ruban doit le rendre à l'adversaire
- Défense lors de la phase post-plaquage - Le joueur qui a décroché le ruban + 2 joueurs en défense doivent être en contact (placer les mains sur le défenseur qui a décroché un ruban à l'attaquant - former un triangle avec le bras extérieur - créant ainsi une ligne de hors-jeu)
- Le reste de la défense doit se trouver le dernier pied
- Aucune sanction si l'attaque joue avant que la défense ne soit en place
- Mêlée (3 contre 3 - passive, pas d'entrée en mêlée, pas de poussée, pas de lutte pour le ballon, demi de mêlée défendant à l'arrière, les autres derrière à 5 m)
- Le demi de mêlée peut faire 3 pas max. avant une passe ou un coup de pied
- Alignement (3 contre 3 - pas de joueur soulevé, pas de lutte pour le ballon)
- Le réceptionnaire passe en arrière à un coéquipier (5 m derrière) ou au lanceur qui prend la position de demi de mêlée
- L'équipe qui marque un essai effectue le coup de pied de renvoi
- Pénalités (ballon joué pour soi-même et passe, défenseurs reculés de 5 m)
- En-avant, passe en avant = reprise par une mêlée (si pas d'avantage)
- Ballon dévié vers l'arrière dans le jeu courant - le jeu continue