

# RUGBY à 7

E R<sub>19</sub>

Utilisateurs : 3 • Opposants : 4 • Terrain : Zone 40 m

## OBJECTIF

**Opposants :** - Récupération du ballon ;  
- Utilisation.

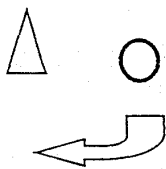
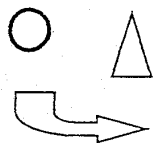
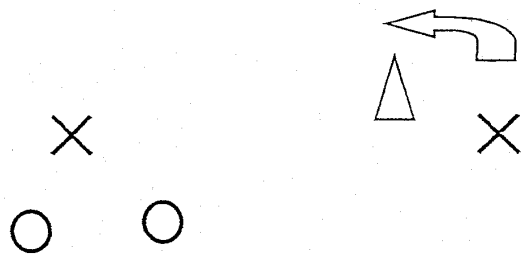
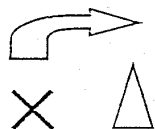
## CONSIGNES

**Utilisateurs :** 1 Utilisateur + 2 soutiens éloignés au contact de 2 Opposants + 2 soutiens proches.

✕ Utilisateurs

**Opposants :** Défense réelle.

○ Opposants



## OBSERVABLES

Barrage et placage par le 1er Opposant:  
- Récupération par le 2e Opposant;  
- Utilisation avec les soutiens.

# RUGBY à 7

E R<sub>20</sub>

Utilisateurs : 4 • Opposants : 3 • Terrain : Zone 40 m

## OBJECTIF

**Utilisateurs :** Conserver le ballon:  
- sur tenu,  
- sur placage.

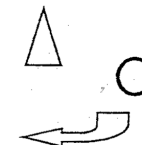
## CONSIGNES

**Utilisateurs :** 1 utilisateur + 3 soutiens proches au contact 1 opposant + 2 soutiens éloignés.

✕ Utilisateurs

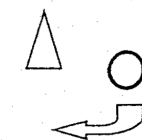
**Opposants :** Défense sur l'homme.

○ Opposants



## VARIABLES

Soutien axial placé, jeu : - sur tenu-,  
- sur placage.



## OBSERVABLES

- Résistance au placage;  
- Utilisation des bras;  
- Libération pour un soutien : - ballon au sol-,  
- ballon porté.