

Tournoi de Rugby

à Toucher **mixte**

7^{ème} édition



STADE DE KÉRAMAZÉ
PLOUZANÉ



Le rugby à 5

Le rugby à 5 est une discipline facile d'accès. C'est une pratique loisir sans plaquage ouvrant le rugby à un large public, sportif ou non, et à la mixité. Cette pratique s'accompagne d'une dimension festive et conviviale. Le rugby à 5, c'est le bonheur de se retrouver pour se défouler autour de la balle ovale si capricieuse.



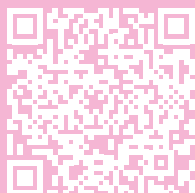
Buvette et restauration sur place



Les règles du rugby à 5

- Équipes mixtes obligatoires
- 10 joueurs/joueuses maximum par équipe
- 5 joueurs sur un demi-terrain de rugby, minimum 1 féminine en permanence sur l'aire de jeu, remplacements illimités
- Matches de 7 minutes, sans mi-temps
- Crampons moulés ou baskets (crampons fer interdits)
- La progression de l'adversaire est stoppée par un toucher à deux mains pleines (plaquages, percussions, raffuts interdits)
- Récupération du ballon au 6 ème toucher, après un ballon tombé au sol, après une passe en avant, si le coup d'envoi au pied est incorrect, en interceptant le ballon au vol
- Essai quand le ballon est aplati dans la zone d'en-but, comme au rugby à XV
- Un essai compte 1 point

**Bulletin
d'inscription**





Programme

17h30-18h30 : accueil des équipes

18h30-19h00 : échauffement

19h00-19h15 : briefing et mise en place

19h15-20h15 : matchs de poule

20h15-20h40 : pause

20h40-22h00 : matchs de classement

22h00 : remise des lots

Infos pratiques

Stade de Kéramazé – 42 rue des Marguerites – 29280 Plouzané

Fin des inscriptions : 15 mai 2026

**Frais d'inscription : 100€ par équipe
(assurance + 1 boisson + pack tournoi)**

24 équipes maximum

Contact



**Eric Stephan au 06 24 86 25 18 ou
enora.mercier@plouzane-ac-rugby.com**