



RÈGLEMENTS XRUGBY

2026

Mise à jour : 31 mars 2026

N.B. : La forme masculine utilisée dans ces règlements désigne, lorsqu'il y a lieu, aussi bien les femmes que les hommes.

Table de matière

Article 1 – Règlements du jeu.....	3
Article 2 – Admissibilité.....	3
Article 3 – Planification de la saison	3
Article 4 – Participation aux tournois	4
Article 5 – Règlements saison régulière.....	4
Article 6 – Interruption, annulation et conditions environnementales	10
Article 7 – Officiels.....	11
Article 8 – Comité Organisateur.....	13
Article 9 – Médical	14
Article 10 – Finales LPR junior.....	16
Article 11 - Protestations et plaintes	17

Article 1 – Règlements du jeu

- 1.1. Les règlements du jeu sont ceux de Rugby Canada et de World Rugby.
- 1.2. Les règlements administratifs s'appliquent
- 1.3. **Format de format jeu :** <https://passport.world.rugby/fr/les-regles-du-jeu/formats-modifies-t1xrugbytouchertagbeach/xrugby/>
 - 1.3.1. Certaines particularités précisées à l'article 5.1. s'appliqueront.
- 1.4. Taille du ballon : 4 ou 5
- 1.5. Durée des matchs :
 - 1.5.1. 2 x 7 min par match
 - 1.5.2. Temps de jeu maximum des joueurs par jour / événement :
 - U14: 70 minutes
 - U16: 90 minutes

Article 2 – Admissibilité

- 2.1. Tous les joueurs participant à la ligue doivent posséder une licence valide conformément au tableau 5.1 des règlements administratifs.
- 2.2. Le surclassement est autorisé conformément à l'article 5.2 des règlements administratifs.

Article 3 – Planification de la saison

Tous les documents d'organisation sont préparés par la fédération afin d'uniformiser le processus.

- 3.1. Entente entre club
 - 3.1.1. Une entente entre clubs doit être conclue afin de regrouper les effectifs et ainsi compléter une équipe.

- 3.1.2. Cette entente doit être établie avant le début de la saison. Elle est valide pour toute la saison et ne peut pas être modifiée d'un tournoi à l'autre.
- 3.1.3. L'entente peut toutefois être différente selon chaque catégorie.
- 3.1.4. Pour que l'entente soit validée, tous les joueurs concernés devront effectuer une demande de permis via PlayHQ avant le début du tournoi.
- 3.1.5. Il incombe aux clubs de s'assurer que chaque joueur visé par l'entente possède un permis PlayHQ dûment complété avant le début des compétitions.

Article 4 – Participation aux tournois

4.1. Inscription aux tournois

- 4.1.1. Une inscription individuelle est requise pour chaque équipe à chacun des tournois prévus au calendrier de la saison.
- 4.1.2. L'inscription doit être exclusivement complétée en ligne via la plateforme Activity Messenger au plus tard dix (10) jours avant la date du tournoi à 23 h 59. Les frais d'inscription par tournoi devront être payés en ligne au moment de l'inscription.
- 4.1.3. Aucune inscription ou paiement hors plateforme ne sera accepté.
- 4.1.4. En cas de désistement d'une équipe ou de manquement au nombre minimal de joueurs requis, les sanctions et les dispositions prévues aux règlements à l'article 5.2 des règlements administratifs de Rugby Québec s'appliqueront rigoureusement.

4.2. Horaire et informations :

- 4.2.1. La fédération transmettra aux clubs participants l'ensemble des détails logistiques (horaire final, plan des terrains, consignes d'accès, ect.) au plus tard le lundi précédant la tenue du tournoi.

Article 5 – Règlements saison régulière

5.1. Règlements de jeu spécifiques

- 5.1.1. **Remplacements** : Une équipe peut remplacer tout nombre de joueurs pendant un match à tout moment. Les joueurs qui entrent sur le champ de jeu doivent le faire au niveau de la ligne médiane après que la sortie du champ de jeu par le joueur remplacé.

Sanction appliquée : Pénalité

- 5.1.2. **Jeu déloyal** : Tout joueur qui a reçu un carton jaune doit quitter le terrain de jeu jusqu'à ce que le prochain essai soit marqué ou pendant 2 min.

- 5.1.3. **Pénalité et coup-franc** : Appliquer les règles du jeu de World Rugby.

Une équipe bénéficiant d'une pénalité peut choisir :

- De botter en touche ;
- Une mêlée ordonnée en lieu et place ;
- De jouer rapidement à la main, du lieu de l'infraction ;
- De demander la touche en lieu et place.

- 5.1.4. **Coup d'envoi et de renvoi** : Le renvoi doit être effectué au moyen d'un drop au centre ou derrière la ligne médiane.

Après avoir marqué des points, l'équipe qui a marqué effectue le renvoi par un drop, au centre ou en arrière de la ligne médiane.

Ce renvoi doit être exécuté dans les 30 secondes suivant :

- La transformation réussie ;
- Le refus de tenter la transformation ;
- La tentative de pénalité ;
- Ou la tentative de drop-goal.

Sanction appliquée : Coup franc.

- 5.1.5. **Plaquage**:

- 5.1.4.1 Hauteur du plaquage – Nouveauté 2026

Nous appliquerons les règles de Rugby Canada concernant la hauteur du plaquage : <http://rugbyquebec.org/wp-content/uploads/2026/03/RC-Tackle-Height-FR-2026.pdf>

5.1.4.2 Plaqueur - Loi 9.13 (World Rugby)

Un joueur ne doit pas effectuer un plaquage anticipé, à retardement ou d'une manière dangereuse.

Un plaquage dangereux comprend notamment, mais pas exclusivement :

- Plaquer ou tenter de plaquer un adversaire au-dessus de la ligne des épaules même si le plaquage a commencé au-dessous de la ligne des épaules.
- Plaquer ou tenter de plaquer un adversaire au-dessus de la base du sternum alors que l'un ou l'autre des joueurs court dans le jeu courant.

Sanction appliquée : Pénalité

5.1.4.3 Porteur du ballon – Loi 9.11 (World Rugby)

Il est strictement interdit aux joueurs d'adopter tout comportement imprudent ou dangereux envers autrui, notamment de mener avec le coude ou l'avant-bras, de se jeter ou de sauter sur un plaqueur, ainsi que de charger un adversaire la tête la première lors d'une phase de jeu courant.

Sanction appliquée : Pénalité

5.1.6. **Ruck:**

Un ruck est formé par un maximum de deux (2) joueurs de chaque équipe en plus du joueur plaqué.

Sanction appliquée : Coup franc.

5.1.7. **Maul:**

Un maul se compose d'un maximum de trois (3) joueurs de chaque équipe.

Sanction appliquée : Coup franc.

5.1.8. Touche:

1. **U14:** Un alignement est formé par trois joueurs de chaque équipe. Deux (2) joueurs se positionnent dans l'alignement, tous derrière la marque à 5 mètres indiquée par l'arbitre. Le troisième joueur de l'équipe qui bénéficie du lancer lance le ballon alors que le troisième joueur de l'équipe adverse est positionné à moins de cinq mètres de la ligne de touche (dans le couloir). Il est interdit de soulever un joueur dans les airs.
2. **U16 :** Le « lift » (soulèvement du joueur) est autorisé. Appliquer les règles du jeu de World Rugby, variantes de rugby à VII.

5.1.9. Mêlée :

1. **U14:** 3v3

✓ Lutte entre talonneurs seulement. Pas de poussée.

Sanction appliquée : Pénalité

- ✓ Le 9 de l'équipe en possession du ballon n'est pas obligé de faire la passe à un partenaire.
- ✓ La pression du 9 adverse en suivant la progression du ballon n'est pas autorisée.

Sanction appliquée : Pénalité

2. **U16:** Appliquer les règles du jeu de World Rugby, variantes de rugby à VII.

✓ Pousser la mêlée 1,5 mètre vers la ligne de but de son adversaire ou jusqu'au gain du ballon.

Sanction appliquée : Pénalité

5.1.10. Coups de pied dans le jeu courant

Il est autorisé de jouer au pied dans le jeu courant.

Si, sur un coup de pied, le ballon sort directement en touche, l'équipe non fautive pourra jouer le ballon à la main, à l'endroit où le ballon a été botté.

Si, sur un coup de pied à suivre, un défenseur fait un touché en but dans l'en-but ou si le ballon devient mort, alors la reprise du jeu se fera à la main à partir de la ligne des 20m (15m).

5.2. Dimension du terrain XRUGBY

5.2.1. Zone de dégagement : Une zone dégagement de 5 mètres doit être calculée autour de chacun des terrains :

5.2.2. Les équipes doivent être placées dans les extrémités des terrains, aucune équipe dans la zone centrale entre les deux terrains afin de respecter la zone de dégagement de 6 mètres.



5.3. Feuille de match / alignement officiel

- 5.3.1. Chaque équipe est responsable de préparer, valider et soumettre dans PlayHQ l'alignement officiel des joueurs présents à chaque tournoi, dans les délais prescrits. Seuls les joueurs apparaissant sur l'alignement officiel seront autorisés à participer.
- 5.3.2. Nombre illimité de joueurs sur la feuille de match, minimum recommandé 9 joueurs. Minimum requis pour débiter le match 7.

5.4. Équipe incomplète :

- 5.4.1. Une équipe est considérée en effectif incomplet lorsque son nombre de joueurs est inférieur à l'effectif minimum requis pour disputer la rencontre.

Dans ce cas, la rencontre se joue à effectif réduit, soit :

- 9 contre 9 ;
- Ou 8 contre 8.

L'équipe en effectif incomplet (9 ou 8 joueurs) est déclarée perdante par **forfait**, mais gagnera son point de participation.

- 5.4.2. L'équipe disposant d'un effectif complet obtient un point pour la victoire.
- 5.4.3. Les deux équipes reçoivent le point de participation.
- 5.4.4. Les points éthiques s'appliquent conformément au barème en vigueur.
- 5.4.5. Aucune rencontre ne peut être disputée :
 - 7 contre 7 ;
 - Ou 6 contre 6.

5.5. Système de pointage

- 5.5.1. **Victoire** : Une victoire procure quatre (4) points au classement.
- 5.5.2. **Nul** : Un match nul procure deux (2) points au classement.
- 5.5.3. **Défaite** : Une défaite procure zéro (0) point au classement.
- 5.5.4. **Points Bonus**
 - 2 points de participations par tournoi
 - 0, 1 ou 2 points pour l'éthique sportif

5.6. Joueurs participants à plusieurs rencontres dans la même journée

5.6.1. Assurez-vous de respecter le nombre maximal de minutes de jeu autorisé pour chaque catégorie. Pour connaître les limites applicables, référez-vous aux Règles de variation de Rugby Canada.

5.7. Sanctions disciplinaires

5.7.1. Deux (2) cartons jaunes reçus par un même joueur au cours d'un même tournoi/match équivalent à un (1) carton rouge. Le joueur est expulsé du match en cours et suspendu pour le match suivant.

- Un point automatique retirer aux points d'éthique sportif (-1).

5.7.2. Un (1) carton rouge direct entraîne également l'expulsion immédiate du match en cours et une suspension automatique pour le match suivant.

- Un point automatique retirer aux points d'éthique sportif (-1).

5.7.3. Lorsque deux (2) sanctions sont décernées à une (1) équipe au cours d'une même rencontre (peu importe si elles proviennent du même joueur ou de joueurs différents) :

- Les 2 points bonus éthiques sont automatiquement retirés pour cette équipe. (-2).

Article 6 – Interruption, annulation et conditions environnementales

6.1. Annulation avant la tenue d'un tournoi

6.1.1. Lorsqu'une détérioration prévue des conditions météorologiques ou de la qualité de l'air est susceptible de compromettre la santé ou la sécurité des participants, la fédération peut décider d'annuler ou de reporter un tournoi avant sa tenue.

6.1.2. Il est de la responsabilité des intervenants sur place d'assurer la sécurité des participants.

6.1.3. La décision est prise par Rugby Québec, en consultation avec le comité organisateur, au plus tard la veille du tournoi, ou le matin même à titre exceptionnel lorsque la situation évolue rapidement.

6.2. Interruption pendant un tournoi

- 6.2.1. En cours d'événement, le comité organisateur, en collaboration avec les officiels et le personnel médical au besoin, peut interrompre temporairement ou suspendre les matchs pour toute situation jugée dangereuse.
- 6.2.2. Toute décision prise sur le site doit être communiquée dans les plus brefs délais à la fédération, laquelle conserve le pouvoir de confirmer, modifier ou annuler la décision.
- 6.2.3. Les modalités de reprise ou de validation des matchs interrompus sont déterminées conformément à l'article 6.3.

6.3. Modalités de reprise des matchs interrompus :

- 6.3.1. Un match interrompu, avant la fin de la première mi-temps et que le match ne peut être repris le jour même pour des raisons hors de son contrôle, sera repris au complet à une date ultérieure avec un pointage de 0 à 0. Advenant le cas où l'interruption survient après que la première demie soit complétée, le match sera considéré comme joué avec le pointage établi au moment de l'arrêt. Cet article s'applique également si l'officiel de match doit arrêter le match pour des raisons de sécurité en cas d'altercation ou autres événements jugés dangereux.
- 6.3.2. Un match interrompu pour cas de force majeure (blessure grave, longue attente de l'ambulance, intempérie) pourra être repris après l'incident. La durée du match pour être réduite afin de respecter l'horaire de la programmation sans toutefois compromettre l'équité sportive. La deuxième mi-temps doit avoir débuté pour valider le pointage.

Article 7 – Officiels

7.1. Admissibilité

- 7.1.1. Les officiels doivent être membres en règle de Rugby Québec inscrits dans la catégorie Officiels de Match.

7.2. Assignation

- 7.2.1. Rugby Québec est responsable de l'assignation des officiels de match pour les tournois Juniors.

7.2.2. Le club hôte peut également proposer des arbitres club pour l'événement. L'article 7.3 s'applique.

7.2.3. Le club hôte doit aviser la fédération au moins deux (2) semaines avant pour toute demande liée à l'assignation d'un arbitre club (conformément à la procédure en cours déterminée par la fédération).

7.2.4. Advenant le cas où Rugby Québec ne pourrait assigner d'officiel pour un tournoi, la fédération en avisera les clubs concernés au plus tard le lundi avant 12 h 00 (midi) précédent le tournoi. Il est de la responsabilité de l'équipe hôte de s'assurer de la présence d'un arbitre club pour officier les matchs pour lesquels aucune assignation n'a pu être effectuée.

7.3. Arbitre Club

7.3.1. Un dédommagement d'un montant forfaitaire de 50\$ sera versé par la fédération au club à la fin de la saison pour chaque assignation de club dûment complétée.

7.3.2. L'arbitre club sera dédommagé directement par Rugby Québec lors de la période des paiements réguliers de la fédération.

7.3.3. Rugby Québec confirme la nécessité de recourir à un arbitre club au plus tard le lundi à 12 h 00 (midi) précédant le tournoi.

7.3.4. Le club a jusqu'au mercredi 12 h 00 (midi) précédent le match ou le tournoi pour confirmer l'identité de son arbitre club. La confirmation doit se faire par courriel à la permanence de la fédération qui est responsable des compétitions.

7.3.5. Il est de la responsabilité du club hôte de trouver un arbitre club qualifié pour couvrir les matchs non assignés par la fédération.

7.4. Responsabilités de l'officiel de match

7.4.1. L'officiel de match doit arriver sur le site de la compétition au minimum 45 minutes avant le coup d'envoi prévu.

Avant le début de la rencontre, l'officiel de match a la responsabilité de :

- S'assurer de l'exactitude et de la conformité des feuilles de match.

- Valider l'alignement (composition de l'équipe) directement avec l'entraîneur de chaque club.
- Recueillir obligatoirement la signature des entraîneurs sur les documents officiels.

7.4.2. En cas d'expulsion, l'officiel de match doit envoyer son rapport détaillé suivant le tournoi à la permanence de la fédération responsable des compétitions au plus tard le lundi suivant le tournoi, avant 12 h 00 (midi).

7.4.3. L'officiel est tenu d'aviser la responsable de l'arbitrage de la fédération de toute anomalie technique (installations non conformes, problème d'équipement, etc..) dès qu'il en a connaissance.

Article 8 – Comité Organisateur

8.1. Responsabilités du comité organisateur

8.1.1. Le club organisateur est responsable de la planification, de l'encadrement et du bon déroulement du tournoi ou du jamboree qui lui est confié, conformément aux règlements de Rugby Québec.

8.2. Installations et logistique

Le club organisateur a la responsabilité de:

- Fournir un terrain de jeu sécuritaire et conforme aux normes en vigueur ;
- Respecter rigoureusement les dimensions et zones de dégagement prévues prescrites à l'article 5.1.6;
- Assurer l'accès aux vestiaires et aux toilettes pour toute la durée du tournoi ;
- Prévoir une table centrale (secrétariat du tournoi) accessible en tout temps ;
- S'assurer que les équipes et le matériel demeurent hors des zones de dégagement durant les matchs.

8.3. Officiels et arbitrage

Le club organisateur doit :

- ❖ Collaborer activement avec Rugby Québec pour l'assignation des officiels de match ;
- ❖ Fournir un arbitre club lorsque requis, conformément aux dispositions à l'article 7 ;

- ❖ Transmettre le nom de l'arbitre club dans les délais prescrits via le formulaire de bilan du tournoi.

8.4. Gestion administrative du tournoi

Le club organisateur est responsable de :

- ❖ Accueillir et orienter les équipes participantes ;
- ❖ Collaborer avec l'officiel de match pour s'assurer que les feuilles de match sont complétées et validées;
- ❖ Inscrire les résultats officiels dans le fichier de classement le jour même du tournoi ;
- ❖ Signaler, sans délai, toute situation problématique ou incident majeur à la permanence de Rugby Québec ;
- ❖ Soumettre le formulaire de bilan du tournoi, afin de recevoir le montant forfaitaire de 200 \$ dans un délai de deux (2) semaines suivant le tournoi.

8.5. Sécurité et médical

Le club organisateur doit :

- ❖ S'assurer de la présence obligatoire et continue d'un professionnel médical reconnu conformément à l'article 9, pour toute la durée du tournoi ;
- ❖ Disposer d'un plan d'urgence opérationnel incluant les protocoles d'urgence.
- ❖ Partager et s'assurer que les parties concernées (entraîneurs, officiels, personnel médical) remplissent et soumettent systématiquement le rapport d'incident officiel pour toute blessure ou événement majeur.
 - Lien vers le formulaire de rapport d'incident de la fédération : <https://activitymessenger.com/p/R3kIqXK>.

Article 9 – Médical

9.1. Reconnaissance

9.1.1. Chaque club organisateur recevant un tournoi doit s'assurer d'avoir un professionnel de la santé reconnu selon l'article 7.1.2 de présent règlement.

- Le professionnel doit obligatoirement être inscrit sous la catégorie « Médical » sur la plateforme PLAY HQ.

9.1.2. Professionnel de la santé reconnu :

Pour être autorisé à intervenir, le professionnel doit être membre en règle de son ordre ou association respective et avoir complété le module de Word Rugby (WR) sur les commotions cérébrales. Les titres reconnus sont :

- **Thérapeute de sport (TS)** (agrée)
- **Physiothérapeute**
- **Technique en physiothérapie**
- **Étudiante en TS** - avec supervision, sauf pour étudiants dans leur dernière année
- **Ambulancier**
- **Médecin**
- **Kinésiologue**
- **Chiropraticien**
-

9.1.3. Professionnel de la santé non-reconnu

L'ostéopathie (ostéopathe) n'est pas une pratique reconnue pour assurer la couverture médicale officielle d'un événement de Rugby Québec.

9.1.4. Tout professionnel reconnu doit obtenir et transmettre à la permanence de Rugby Québec les certifications suivantes :

- Gestion de la commotion cérébrale pour le grand public (complétée dans les 12 derniers mois). [Cliquer ici](#) pour accéder à la certification.
- Premier répondant sportif (Sport First Responders - SFR).

9.1.5. Rugby Québec recommande de travailler avec la Corporation des Thérapeutes Sportifs du Québec (CTSQ) pour sa souplesse et pour son expertise . Une liste de professionnels sportifs reconnus est disponible ici : <http://ctsq.qc.ca/>.

Ressource complémentaire : Conseil chiropratique des sciences du sport du Québec. Plus d'informations disponibles ici : <https://www.ccssq.ca/>.

9.2. Gestion des commotions cérébrales

9.2.1. Protocole de sécurité

Le professionnel médical reconnu en place doit être familiarisé avec le protocole « Reconnaître et sortir » de World Rugby.

9.2.2. Suivi et retour au jeu

Le professionnel médical reconnu est responsable d'appliquer les directives de la section « Conseils sur les commotions cérébrales », en accordant une importance critique au programme de Retour Progressif au Jeu (PRJ).

- Consultez les outils de suivi ici : [Cliquer ici](#) pour la section

Article 10 – Finales LPR junior

10.1. Admissibilité des équipes

10.1.1. Pour être admissible aux Finales LPR junior, une équipe doit avoir pris part à un minimum de deux (2) des trois (3) tournois de classement de la saison régulière de sa catégorie.

10.1.2. Toute équipe ne respectant pas les critères d'admissibilité établis au présent article sera déclarée non admissible aux Finales LPR junior, sauf dérogation exceptionnelle accordée par la fédération pour des motifs jugés valables.

10.2. Admissibilité des joueurs

- Afin d'être éligible à jouer aux finales LPR junior, le joueur doit avoir participé à au moins un (1) tournoi de classement avec son club au cours de la saison régulière.
- À titre exceptionnel, si un joueur n'a pas pu participer à au moins un (1) tournoi en raison d'une blessure, il demeure admissible aux séries, sous réserve du respect des conditions suivantes:
 - 1) L'accident ayant causé la blessure ait été déclaré auprès de Rugby Québec via le rapport d'accident dûment soumis (formulaire officiel) disponible sur le site internet de la fédération ;
 - 2) Le joueur doit être en mesure de fournir des justificatifs médicaux (bilan de santé ou certificat) attestant de la durée de son indisponibilité physique couvrant la période des tournois de classement.

10.3. Classement et bris d'égalité

- Le classement des équipes pour les Finales LPR junior est établi en fonction du total des points accumulés durant la saison régulière, conformément au système de pointage officiel de Rugby Québec.
- En cas d'égalité entre deux (2) équipes ou plus au classement final de la saison régulière, le bris d'égalité sera effectué selon les critères suivants, appliqués dans l'ordre de priorité suivant :
 1. Le résultat du ou des matchs opposant directement les équipes à égalité durant la saison ;
 2. La différence entre les points pour et les points contres sur l'ensemble de la saison régulière;
 3. Le cumul des points d'éthique sportive accumulés ;
 4. Le nombre total d'essais marqués durant la saison régulière ;
 5. Un tirage au sort effectué par la fédération.
- Lorsque plus de deux équipes sont à égalité, les critères susmentionnés s'appliquent exclusivement aux matchs impliquant les équipes concernées, jusqu'à ce qu'un écart soit établi.
- Le classement officiel publié par la fédération à la fin de la saison régulière est réputé final et sans appel, sous réserve d'une erreur administrative ou technique dûment démontrée et validée par la commission des compétitions.

Article 11 - Protestations et plaintes

11.1. Champ d'application :

Toute plainte ou protestation formelle concernant l'un des points suivants soit être déposée par écrit par le club plaignant auprès de la permanence de Rugby Québec :

1. Admissibilité : Litige relatif à l'éligibilité d'un joueur ;
2. Réglementation : Non-respect ou application erronée des règlements de la compétition ;
3. Déroulement : Incident majeur survenu durant le cadre d'un match ou d'un tournoi.

11.2. Délais et recevabilité :

Pour être recevable, la protestation doit être transmise par courriel au plus tard lundi suivant la fin du match ou du tournoi concerné, 23 h 59.

La protestation doit obligatoirement inclure les éléments suivants :

4. L'identification complète nom du club plaignant ;
5. La catégorie d'âge et l'identification du tournoi concerné ;
6. Une description claire, chronologique et factuelle de la situation litigieuse ;
7. Toute pièce justificative pertinente (photos, vidéos, captures d'écran PlayHQ), le cas échéant.

11.3. Non-recevabilité :

11.4. Aucune protestation ne sera acceptée ou analysée si elle concerne :

1. Les décisions de jugement de l'officiel de match (arbitrage) ;
2. L'interprétation subjective des faits de jeu sur le terrain ;
3. Toute décision arbitrale immédiate, à l'exception d'une erreur administrative manifeste (ex : erreur de saisie du pointage ou identité du joueur sanctionné).

11.5. Décision finale :

La fédération analysera la protestation et rendra une décision écrite. Cette décision est finale et sans appel.