



Rugby flag à Saint Léon





Bonjour Saint-Léonals,

Pour ceux qui ne connaissent pas, le rugby flag est une version à mi-chemin entre le rugby à 7 et le touché, avec des règles simples:

- pas de mêlée
- **pas de raffut**
- pas de jeu au pied
- **pas de plaquage** et le moins de contact possible (même si parfois c'est dur de résister !)
- en lieu et place du plaquage, un "flag" à arracher à la ceinture de l'adversaire
- au bout de 3 "flag", la balle change de camp. Idem pour tout en avant ou ballon tombé.



C'est un jeu très ludique et qui permet de bien courir, de se faire des passes tout en essayant de prendre des intervalles. L'avantage de ce rugby sans contact est aussi qu'il est accessible à tous, **filles et garçons**, dès l'adolescence et jusqu'à ...

On considère que c'est jouable à partir de 4 contre 4, et ça devient intéressant à partir 5 contre 5 sur demi terrain.

Cela se passera a priori les mercredi soir de cet été, aux alentours de 19h, pour des séances de 1h30 à 2h, mais tout cela pourra s'affiner !

Alors, si vous êtes partant.e.s, contactez moi : sebastien.carrere@gmail.com et je vous ajouterai à notre mailing-list.

Sebastien