

Rugby – La mêlée: Les liaisons

L'exercice de la mêlée est avant tout la réunion de huit joueurs et c'est la coordination de leurs forces qui définit la puissance de celle-ci.

Il est indispensable de porter une attention particulière aux liaisons entre joueurs d'une même ligne, mais également aux points d'appui entre lignes. Ces liens sont travaillés lorsqu'on aborde la construction de la mêlée, ligne par ligne, debout et sans pression.

Certaines liaisons peuvent varier, selon l'aisance des joueurs, mais toutes ont la même ambition: solidifier le «pack» dans le but d'augmenter l'efficacité de la poussée.

Source: Philippe Lüthi, chef de sport J+S Rugby



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO