

Rugby – La mêlée: La deuxième ligne (n°4 et 5)

La deuxième ligne détermine pour beaucoup la puissance de poussée de la mêlée. Elle s'exerce à deux, de concert.

La transmission de la force des joueurs de la deuxième ligne à ceux de la première ligne est essentielle. Elle commence par le maintien d'une posture de «combat» basse, les épaules à hauteur de bassin, avec des appuis décalés pour permettre le passage du ballon.

L'entier de la situation est travaillé au joug, aux commandements de l'arbitre, en complétant le mouvement avec une synchronisation de la poussée des deux joueurs.

Variante

Très vite, l'attelage composé de la 1re et de la 2e ligne est mis en place dans l'objectif de perfectionner la compilation de toutes les forces. Dans une phase plus élaborée, on oppose deux groupes en veillant en priorité à la qualité technique (posture de «combat» et liaisons) et à la stabilisation des positions.

Matériel: Joug

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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO