

# Rugby – Prérequis techniques: Coup de pied de dégagement

**Destinée à gagner de la distance, la frappe du pied visse le ballon.**

Lors d'une pénalité ou d'un dégagement depuis son camp, le botteur cherche à gagner un maximum de terrain. Le coup de pied vissé permet d'accroître considérablement la distance de vol du ballon, mais il est moins précis qu'un coup de pied sur la pointe du ballon.

Le ballon est brossé de l'extérieur du pied et frappé à l'arrêt. Sa position initiale dans les mains du botteur (pointe du ballon à l'intérieur) est primordiale et son lâcher doit être réalisé sans à-coup.

---

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



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**