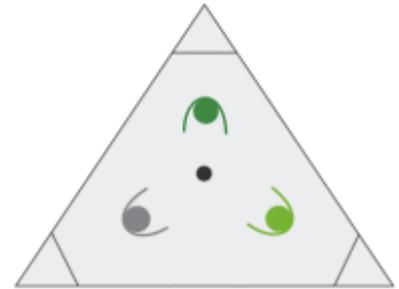


## Rugby: Triangle

Les élèves apprennent à défendre leur camp au cours de cet exercice. Une balle est lancée au centre et le premier d'entre eux à la récupérer peut essayer de marquer un essai dans un des deux buts adverses.

Délimiter des triangles de jeu (6 à 10 m de côté), avec une ligne de but dans chaque angle. Trois joueurs s'affrontent. Le ballon est lancé en l'air (par l'enseignant ou un des trois joueurs). Le joueur en possession de la balle essaie d'aller marquer son essai dans un des deux buts adverses, les deux autres protègent leur angle et tentent de récupérer le ballon. Premier joueur à trois points.



Source: Cahier pratique «mobile» 27/2007, Philippe Lüthi



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO