

Rugby – Demi de mêlée (9): Coup de pied désaxé (dans la boîte)

Protégé derrière ses joueurs, le demi de mêlée donne un coup de pied par-dessus la défense, en bord de touche.

Suite à un regroupement situé dans son propre camp où le ballon ne sort que lentement, le numéro 9 permet à son équipe de presser l'adversaire. C'est un coup de pied circulaire, haut et précis qui donnera le temps à ses coéquipiers de monter en pression pour récupérer le ballon et imposer une ligne d'affrontement située dans le camp adverse.

Les premiers essais se font seul, en insistant sur la qualité du geste circulaire précédé d'un pas de décalage. Puis avec cible et finalement sous pression, l'apprentissage s'intensifie.

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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO