# Rugby – La mêlée: La mêlée complète

**Cette situation est exercée dans le seul but de coordonner toutes les forces en présence lors d'une mêlée.**

Aboutissement du travail individuel et de ligne, la mêlée complète est abordée dans un esprit de coordination et de timing avec ses partenaires et les commandements de l'arbitre.

Tout d'abord au joug puis avec opposition, les joueurs doivent s'adapter à l'unisson aux réactions adverses dans le but de conserver une efficience maximum, en gérant une avancée rapide, une pression très forte ou une mêlée qui tourne.

**Matériel:** Joug

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

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**