LE RUGBY SANS PLAQUAGE , UN RUGBY POUR TOUS !

LE RUGBY A 5 EN OCCITANIE

LE RUGBY A 5, C'EST QUOI ?

Le rugby à 5 met l'accent sur le plaisir de jouer, les sensations et l'esprit collectif. L'ambiance y est festive et amicale, avec une forte dimension sociale. C'est une activité moderne, offrant un divertissement garanti grâce à son format de jeu adapté à tous les publics

Jeu pratiqué depuis longtemps : façon de pratiquer dans les clubs avant et après les entrainements pour prolonger le plaisir de jouer

Jeu sécurisé qui se joue sur toutes les surfaces

Jeu endurant, technique, ludique, qui allie vitesse et créativité

Forme de pratique de rugby, sans plaquage, qui se caractérise par le « toucher à deux mains »

Activité mixte, (hommes et femmes peuvent jouer ensemble), accessible à tous et pour tous

LE RUGBY A 5, POURQUOI ?

Attirer de nouveaux pratiquants : création d'une section rugby à 5

Proposer une pérennité de pratique pour les joueurs en fin de carrière qui arrêtent la compétition afin qu'ils ne s'éloignent pas de la structure

Valoriser l'image du club, Attirer de nouveaux partenaires

Outil de cohésion sociale : pratique accessible à tous (loisir bien- être, sport santé, scolaire, entreprises, sport adapté...)

Améliorer ses capacités physiques

EXEMPLES DE PROJETS « RUGBY À 5»

Enfants-parents à l'école de rugby (rencontres amicales à la fin des entrainements EDR).

Rencontres interclubs (joueur et compagnes pour rencontres amicales entre clubs voisins…).

Inter générations pour la fête du club (grand tournoi Rugby à 5 de fin de saison réunissant l’EDR, les Jeunes et les Séniors : enfants, parents, grands-parents)

Animations pour la fête du village, du quartier (animation « découverte du rugby à toucher » en collaboration avec le comité des fêtes)

Tournoi de partenaires du club : fidélisation des sponsors

Etc.

QUOI FAIRE AVEC SA SECTION RUGBY À 5

Proposer des créneaux réguliers de pratique : Faible coût de la licence assurance “Rugby Loisir sans Plaquage” : 35 euros en Occitanie pour la saison 2024-2025

Participer et mettre en place des festivals dans toutes les catégories : +50ans, +35 ans, Mixte, Open Masculin, Open Féminin, + 45 ans (catégorie proposée par la LOR à titre expérimental)

Participer à des tournois “compétitions” : tournois départementaux, finales régionales, finales nationales

Créer des évènements de découverte et de promotion de rugby à 5 (dans ce cas, les participants non-licenciés doivent être couverts par une assurance spécifique de la FFR)

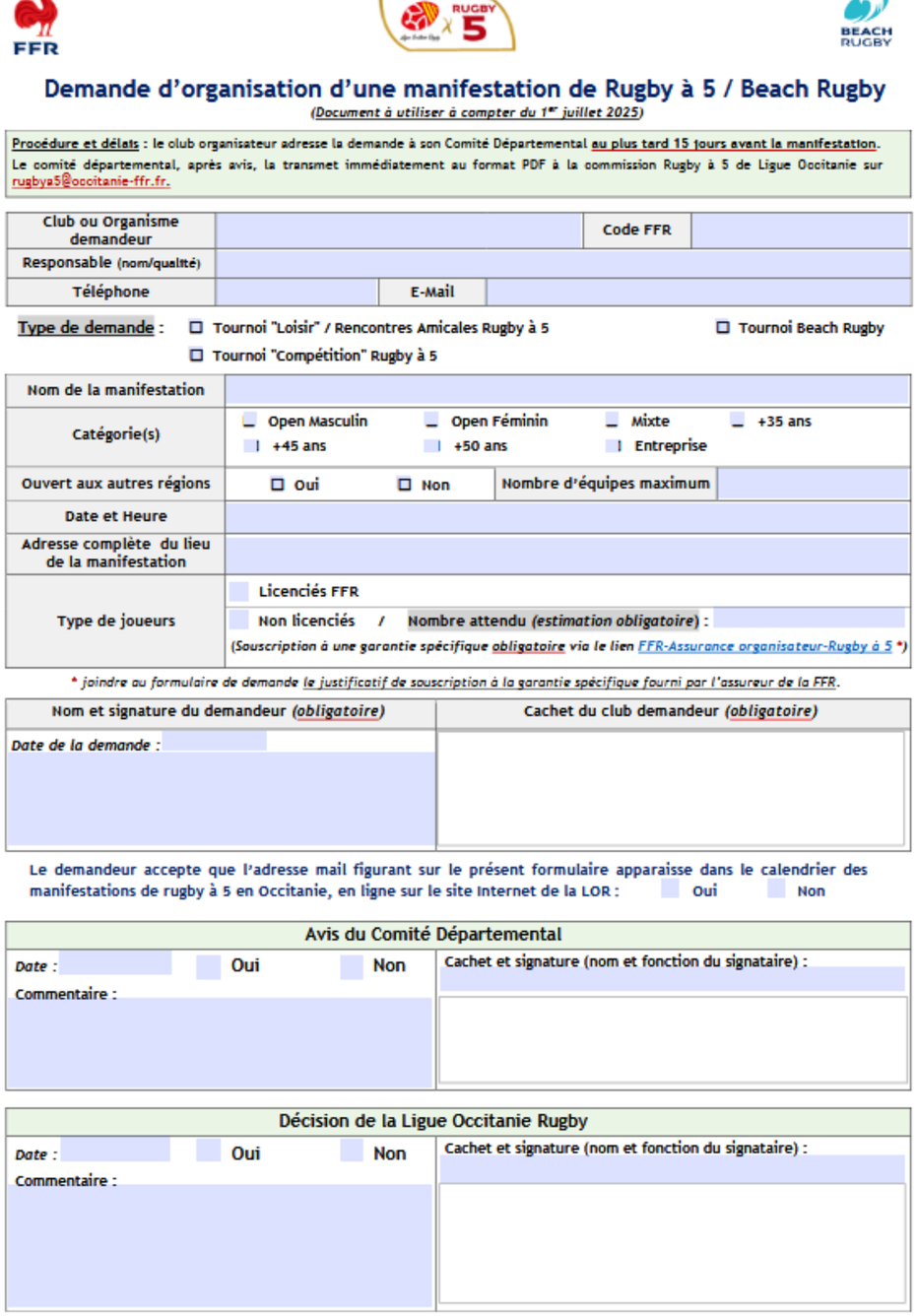
⚠️

- Les demandes doivent être faites obligatoirement en amont via les CD et la Commission Rugby à 5 de la Ligue Occitanie (voir slide suivant)

FORMULAIRE DE DEMANDE D'ORGANISATION DE MANIFESTATION DE RUGBY À 5

- Vous pouvez retrouver ce formulaire dans les documents utiles de la rubrique “Rugby à 5” sur le site Internet de la Ligue Occitanie de Rugby

- Ou cliquez ici : formulaire de demande



Demande d'organisation d'une manifestation de Rugby à 5 / Beach Rugby

(Document à utiliser à compter du 1er juillet 2025)

Procédure et délais : le club organisateur adresse la demande à son Comité Départemental au plus tard 15 jours avant la manifestation.
Le comité départemental, après avis, la transmet immédiatement au format PDF à la commission Rugby à 5 de Ligue Occitanie sur rugbya5@occitanie-ffr.fr.

Club ou Organisme demandeur		Code FFR	
Responsable (nom/qualité)			
Téléphone		E-Mail	

Type de demande : ☐ Tournoi "Loisir" / Rencontres Amicales Rugby à 5 ☐ Tournoi Beach Rugby
☐ Tournoi "Compétition" Rugby à 5

Nom de la manifestation			
Catégorie(s)	☐ Open Masculin ☐ Open Féminin ☐ Mixte ☐ +35 ans ☐ +45 ans ☐ +50 ans ☐ Entreprise		
Ouvert aux autres régions	☐ Oui ☐ Non	Nombre d'équipes maximum	
Date et Heure			
Adresse complète du lieu de la manifestation			
Type de joueurs	☐ Licenciés FFR ☐ Non licenciés / Nombre attendu *(estimation obligatoire)* : *(Souscription à une garantie spécifique obligatoire via le lien FFR-Assurance organisateur-Rugby à 5 *)*		

** joindre au formulaire de demande le justificatif de souscription à la garantie spécifique fourni par l'assureur de la FFR.*

Nom et signature du demandeur *(obligatoire)*	Cachet du club demandeur *(obligatoire)*
Date de la demande :	

Le demandeur accepte que l'adresse mail figurant sur le présent formulaire apparaisse dans le calendrier des manifestations de rugby à 5 en Occitanie, en ligne sur le site Internet de la LOR : ☐ Oui ☐ Non

Avis du Comité Départemental	
Date : ☐ Oui ☐ Non Commentaire :	Cachet et signature (nom et fonction du signataire) :

Décision de la Ligue Occitanie Rugby	
Date : ☐ Oui ☐ Non Commentaire :	Cachet et signature (nom et fonction du signataire) :

CALENDRIER SAISON 2025-2026

Tournois de clubs organisés à leur initiative (déclaration obligatoire)

Tournois organisés par les Comités Départementaux : certains d'entre eux seront qualificatifs pour les finales de Ligue

- Finales régionales le **samedi 30 mai à Labarthe sur Lèze** (Haute Garonne)
- Finales nationales le **27 et 28 juin à Chalon sur Saône** (Saône et Loire)

BON À SAVOIR

Les Conseillers Techniques de Clubs, et les référents départementaux des CD, peuvent vous accompagner pour créer et pérenniser vos sections de Rugby à 5 Loisir.

L'Institut Régional de Formation de la Ligue Occitanie propose un Brevet Fédéral Rugby à 5 Niveau 1 : "Loisir-Bien-Etre" (alternance présentiel/distanciel)

La Direction Technique Nationale de l'Arbitrage a mis en place une auto-formation en ligne pour les différentes formes du rugby loisir dont une certification pour la forme de jeu Rugby à 5 (cf : https://www.ffr.fr/jouer-au-rugby/rugby-loisir/capacitaire-en-arbitrage-du-rugby-loisir-cal)

*Nous **recommandons à chaque équipe Rugby à 5 d'avoir à minima** dans ses rangs un titulaire du **CAL** :*
https://api.ligueoccitanie.ffr.fr/wp-content/uploads/2025/12/comment-devenir-cal-2025-2026-1.pdf

Le questionnaire en ligne est disponible en suivant ce lien : https://perfarbitres.com/cal

Nos CD peuvent organiser une formation R5 Niveau départemental pour les sections R5 des clubs de leur département, des sessions de formation R5 en présentiel, animées par le CTL en charge du rugby à 5

BON À SAVOIR

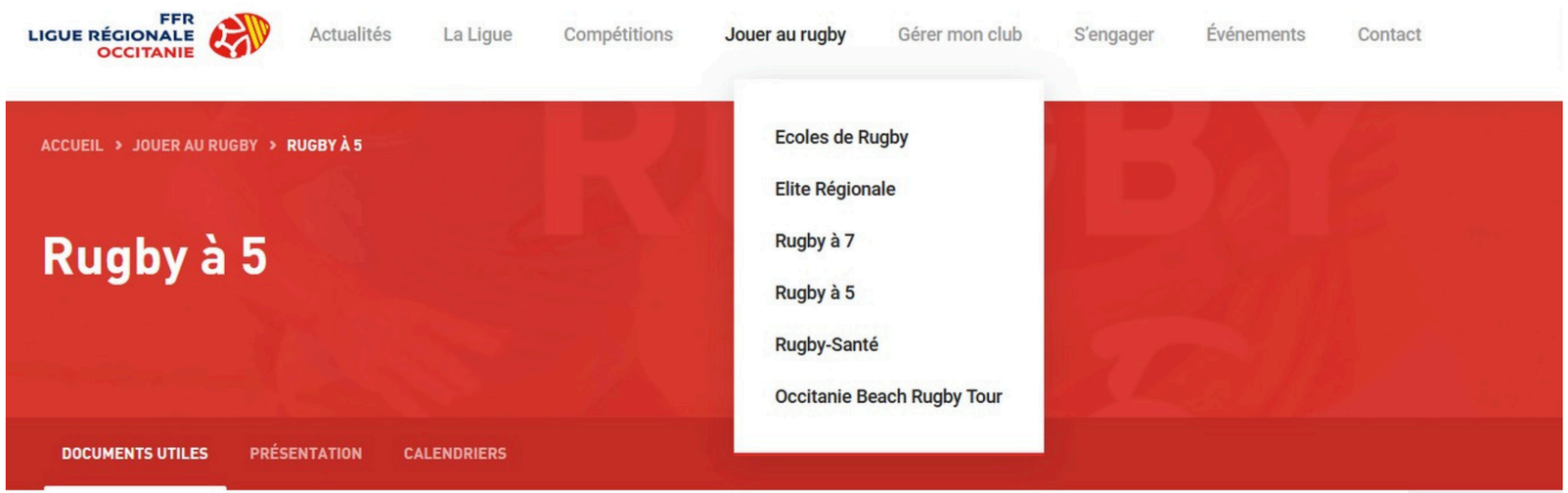
La pratique Rugby à 5 “Sport-Santé” (Sport sur ordonnance) se dérole dans des sections spécifiques répondant à un cahier des charges strict :

- Renseignements auprès de la Commission Rugby Santé de la Ligue Occitanie : rugbysante@occitanie-ffr.fr.

Retrouvez notre rubrique “Rugby Santé” sur le site de la Ligue Occitanie de Rugby : https://ligueoccitanie.ffr.fr/jouer-au-rugby/rugby-sante/presentation-5

BON À SAVOIR

Retrouvez ICI notre rubrique Rugby à 5 sur le site de la Ligue Occitanie de rugby : information - documentation utile (administratif, sportif) – calendrier des évènements rugby à 5 autorisés par la Ligue Occitanie*



Retrouvez le calendrier des manifestations en Occitanie (validées par la Ligue)

*Si vous souhaitez voir votre évènement figurer dans le calendrier annuel, il vous suffit de préciser votre accord sur le formulaire de demande d'organisation de tournoi ou par mail

CONTACTS UTILES

Commission Rugby à 5 Loisir Occitanie

Alain PALAUSSE (responsable commission R5)	06 81 25 94 69
Bernard BOURTOULE (Membre élu FFR et LOR)	06 89 37 42 89
Pierre HARTVICK (Membre)	06 82 21 52 71
Philippe GOUZENNES (Membre)	06 84 93 94 52
Christophe LALANNE (Membre)	06 84 93 94 52
Alain DEMOLIS (Membre)	07 86 53 98 93
Jean-Roch FROLI (Membre)	06 98 45 82 43
Thierry GINESTET (Membre)	06 84 93 94 52
Brice MARTIGNE (Membre)	06 28 08 01 96
Patricia JULIEN (Membre)	06 86 17 42 63
Sébastien LAPASSET (Cadre Technique de Ligue)	06 60 02 13 15
Dominique URIBE (Salariée référente)	06 14 17 06 77

Adresse mail dédiée rugbya5@occitanie-ffr.fr

CONTACTS UTILES

RÉFÉRENTS RUGBY À 5 – COMITÉS DÉPARTEMENTAUX

ARIEGE - CD 09
05 61 65 20 15
rugby.ariege@orange.fr

BENAKCHA Melky - 07 67 49 34 66
benakchamelky@gmail.com

AUDE - CD 11
comdepauderugby@wanadoo.fr
D11A@ffr.fr

MIQUEL Sonia - 06 27 26 01 01
somique2b@gmail.com
MIRANDA Alain - 06 17 69 36 23
miranda_alain@yahoo.fr

AVEYRON - CD 12
05 65 78 02 18
cd-rugby.aveyron@wanadoo.fr

COUVIGNOU Marie - 06 74 78 49 63
mariecd12@laposte.net
LATIEULE Jean-Claude - 06 08 28 02 46
jean-claude.latieule@orange.fr

GARD - CD 30
04 66 19 09 72
d30a@ffr.fr

MARTIGNE Brice - 06 28 08 01 96
bricerugbya5@gmail.com

GERS - CD 32
05 62 05 48 29
rugby.gers@cd32rugby.fr

GERMIER Marion - 06 73 18 29 34
marion@cd32rugby.fr

HAUTE-GARONNE - CD 31
05 61 61 81 42
contact@cd31rugby.com

GOUZENNES Philippe - 06 11 24 22 33
phgouzennes@aol.com
LABADESSE Lydie - 06 12 13 15 45
lydie.labadesse@cd31rugby.com
VALENTIN Samantha
sportif2@cd31rugby.com

HERAULT - CD 34
secretariat@cd34-rugby.com

DAVID Jean-Louis 06 18 29 04 07
2.mad@orange.fr

LOT - CD 46
05 65 41 44 64
secretariat@cdrugbylot.com
D46A@ffr.fr

THOURET Thomas - 06 29 54 11 16
thouret.thomas@gmail.com

LOZERE - CD 48
cd48rugby@orange.fr

VIGNOBOUL Thierry - 06 80 03 68 14
vignoboul.thierry@orange.fr

HAUTES-PYRÉNÉES - CD 65
65000rugby@gmail.com

BACQUERIE Daniel - 06 72 55 98 72
d.bacqueriecd65@gmail.com

PAYS CATALAN - CD 66
0468526615
D66A@ffr.fr

RESPAUT Jean-Pierre - 07 85 27 65 82
jeanpierrerespaut@orange.fr
DUNYACH Claude - 06 44 99 86 16
dunyach.claude@orange.fr

TARN - CD 81
05 63 46 30 26
contact@rugbytarn.fr

JULIEN Patricia - 06 86 17 42 63
p.julien210874@gmail.com
GINESTET Thierry - 06 84 93 94 52
ginestet.thierry@orange.fr

TARN ET GARONNE - CD 82
05 63 03 24 81
rugbya5@cdrugby82.fr
D82A@ffr.fr

CASTES Yolène - 06 46 82 06 52
ycastes@cdrugby82.fr