RSEQ©

RUGBY

SPORT. ÉDUCATION. FIERTÉ.

RUGBY COLLÉGIAL FÉMININ ET MASCULIN DIVISION 3

CONFÉRENCE NORD-EST

RÈGLEMENTS DE LIGUE 2026-2027

mise à jour le : 2026-09-11

Rugby

ARTICLE 1 RÈGLEMENTS DE JEU (modifié juin 2026)

Les règles du jeu en vigueur seront celles de World Rugby dans la catégorie -19 ans (https://www.world.rugby/the-game/laws/variations/3/u19/) la plus récente, sous réserve des présents règlements qui ont priorité. Les règles de sécurité de la fédération sportive sont également en vigueur.

1.1 Uniforme

Les chandails d'équipes devront être numérotés. Lors du comité de ligue du début de saison, chaque équipe identifie ses couleurs ou doit prévoir 2 couleurs d'uniformes/dossards pour chaque partie. Dans l'éventualité où les 2 équipes auraient les mêmes couleurs, les équipes choisiront au hasard les couleurs pour ce match (dossards).

Voir annexe 1 pour les couleurs des équipes pour la saison 2026-27.

1.2 Équipement

Tout joueur·euse doit obligatoirement porter un protège-dents.

Pour leur sécurité, tous les participant·e·s doivent :

- Enlever tous les bijoux (piercing, bagues, montre, bracelets, etc.).
- Enlever les lunettes (seulement les lunettes validées par World Rugby sont autorisées https://www.world.rugby/news/424958/world-rugby-etend-les-nouveaux-usages-des-lunettes-de-protection).
- Enlever tout objet de plastique, métal ou autre (par exemple atèle rigide).
- Peuvent porter des protège-tibias dont les coins sont arrondis.

Les souliers à crampons doivent être des crampons ronds. À défaut d'être ronds, ils ne doivent pas être dangereux, c'est-à-dire pointus, tranchant ou autres (les souliers de type baseball sont défendus). Les souliers avec un crampon à la pointe du pied pourront être défendus si dangereux (tranchant, etc.)

1.3 Terrain et ballon officiel

Les dimensions de la surface de jeu seront approximativement :

- Rugby à 7 joueurs : 60 verges X 100 verges
- Rugby à 12 joueurs : 60 verges X 100 verges
- Rugby a 15 joueurs : 60 verges X 100 verges

Si les terrains sont lignés pour du rugby, ces dimensions auront priorité.

Selon les terrains, la ligne blanche de football peut être utilisée comme ligne de touche. Dans ce cas, 5m (approx) est déterminé par l'arbitre à chaque touche.

Lorsque le terrain le permet (assez d'espace entre la ligne de touche et les obstacles comme des bancs, des estrades, minimalement 3 mètres), la ligne jaune de soccer peut être utilisée. Dans ce cas, le 5m est déterminé par la partie intérieure de la ligne blanche (touche) de football.

Les ballons doivent être reconnus par ‘’World Rugby’’ et de taille #5.

1.4 Durée des parties

La durée des rencontres sera pour le :

- Rugby à 7 joueur·euse·s : 2 X 7 minutes avec une pause d’une (1) minute à la demie.
    - Lors des éliminatoires 2 X 7 minutes suivi d’une période ouverte jusqu’à ce qu’une équipe marque.

- Rugby à 12 joueur·euse·s : 2 X 35 minutes avec une pause d’une (1) minute à la demie.
    - Lors des éliminatoires 2 X 35 minutes suivi d’une période ouverte jusqu’à ce qu’une équipe marque.

- Rugby à 15 joueur·euse·s : 2 X 40 minutes avec une pause d’une (1) minute à la demie.
    - Lors des éliminatoires 2 X 40 minutes suivi d’une période ouverte jusqu’à ce qu’une équipe marque.

1.5 La mêlée ordonnée

Ces règles seront appliquées pour toutes les formes de jeu :

- La poussée de 1,5 mètre (maximum) est en vigueur, comme stipulé dans la réglementation de « world rugby » pour les U19.
- Une équipe ne doit pas faire pivoter une mêlée ordonnée.
- Tous et toutes les joueur·euse·s doivent être lié·e·s jusqu’à la libération du ballon.

- L'arbitre a le droit de prendre la décision de passer les mêlées en simuler si la situation n'est pas sécuritaire.

Spécificité forme de jeu :

Rugby à XV, XII et X :

- Le ou la demi·e de mêlée défensif·ve ne peut pas dépasser le milieu de la mêlée jusqu'à la libération du ballon.
- Rugby à XV et XII : le ou la troisième ligne centre peut se détacher pour jouer le ballon.
- Rugby à X : la mêlée est composée de trois 1res ligne et de deux 2e ligne.
- Rugby à VII : Le ou la demi·e de mêlée défensif·ve ne peut pas dépasser le dernier pied de ses joueurs de mêlée jusqu'à la sortie du ballon.

1.6 Plaquages

La limite supérieure est en bas du sternum (voir annexe 2). Pas de plaquages dangereux (renverser le ou la porteur·euse du ballon le bassin au-dessus des épaules). Pas de mise en échec (charge à l'épaule).

Toutes actions dangereuses seront sanctionnées sévèrement. Les entraîneur·e·s devront s'assurer de porter une attention particulière à leurs éducatifs concernant les plaquages de rugby.

1.7 La touche

L'alignement devra être composé d'au moins 3 joueur·euse·s (pas de limite maximum), avec 1 joueur·euse maximum en relayeur·e.

L'utilisation de lift en touche est autorisée (2 joueur·euses soulèvent dans les airs 1 joueur·euse sauteur).

Les entraîneur·e·s seront vigilant à ce que le geste technique soit maîtrisé afin de veiller à la sécurité du joueur·euse sauteur.

1.8 Les substitutions

Les remplacements seront illimités. Les moments pour effectuer, les changements de joueur·euse·s sont :

- À la mi-temps.
- Pendant et après un temps d'arrêt (avant une touche, avant une mêlée ou après un essai), de l'arbitre.
- Lors d'une blessure (quand le ou la joueur·euse blessé·e sort du terrain).

Note : un·e joueur·euse ayant reçu un carton jaune ou rouge ne peut pas être remplacé·e.

Article 2 LES RÈGLEMENTS SPÉCIFIQUES À LA LIGUE

2.1 Arbitrage et juges de touche

2.1.1 La saison régulière

Chaque rencontre sera officiée par un (1) arbitre. L'assignation se fait sous la responsabilité du coordonnateur·trice de la ligue. Durant la saison régulière, chaque équipe doit fournir 1 juge de touche à chaque partie, à domicile comme à l'extérieur. Les juges de touche doivent avoir un minimum de connaissance des règles et doivent porter un maillot de couleur différente que celui de leur équipe.

2.1.2 Les éliminatoires

Pour les éliminatoires (demi-finales et finale), les juges de touche seront des arbitres fédéré·e·s.

2.2 Alignement

Chaque équipe doit remplir la feuille d'alignement des joueur·euse·s 30 minutes avant le début du tournoi.

2.3 Nombre de joueur·euse·s

Une équipe pourra avoir un nombre maximum de 30 joueur·euse·s en uniforme pour disputer un match. Un maximum de 30 noms pourra être inscrit sur la feuille de match. (modifié, juin 2024)

	Rugby à 7	**Rugby à 12**	**Rugby à 15***
Maximum de joueur·euse·s par équipe/match	30	30	30
Minimum de joueur·euse·s habillé·e·s pour une partie pour débuter un tournoi	8	13**	16***

* *Les règlements de rugby à 15 ne seront pas en application lors de la saison 2026-2027.*

** *Incluant 3 athlètes aptes à jouer en première ligne.*

*** *Incluant 4 athlètes aptes à jouer en première ligne.*

2.4 Format de jeu (ajout septembre 2026)

Sur le terrain, on jouera à douze (12) en féminin. Si les deux (2) collèges s'entendent pour jouer la partie à quinze (15) joueuses, quatorze (14) joueuses ou treize (13) joueuses ceux-ci devront en informer la permanence du RSEQ le mardi précédent la rencontre en question.
Le cas échéant, la durée des rencontres (article 1.4) ainsi que la règle des substitutions illimitées (article 1.8) seront maintenues.
Si aucun courriel n'est envoyé à la permanence du RSEQ ou si les collèges ne s'entendent pas, la partie sera jouée à douze (12) joueuses.

2.5 La zone technique

L'équipe à domicile sera responsable de la mise en place de la zone technique qui devra mesurer 10 mètres de long sur 3 mètres de large, la zone devra se trouver à minimum 2 mètres de la ligne de touche.

Les deux équipes doivent être placées du même côté du terrain. Les joueur·euse·s et entraîneur·e·s devront rester dans cette zone technique.

2.6 Les sanctions

Les sanctions comprennent, suivant le cas applicable, soit une interdiction de jouer un certain nombre de matchs et pendant un certain laps de temps, soit toute mesure que le ou la commissaire juge appropriée.

Sans limiter la généralité de ce qui précède, les sanctions pour l'expulsion d'un·e joueur·euse pendant le cours du jeu ou suivante le déroulement d'une partie seront établies de la manière suivante :

a. Abus physique envers un·e officiel·le – suspension indéfinie – décision du ou de la commissaire et comité de discipline de Rugby Québec.
b. Abus verbal envers un·e officiel·le – 2 à 4 matchs.
c. Abus verbal envers un·e officiel·le après une expulsion – 4 à 8 matchs.
d. Menaces par gestes ou verbalement auprès d' un·e officiel·le de match – 2 à 4 matchs.
e. Frapper un·e adversaire avec la main, le bras, le coude, le poing, le genou ou la tête – 2 à 4 matchs.
f. Piétiner un·e adversaire (un pied vers le bas ou les deux pieds vers le bas) – 3 à 5 matchs.
g. Coup de pied (élan horizontal d'un ou deux pieds vers l'adversaire) – 4 à 8 matchs.
h. Plaquage dangereux d'un·e adversaire (incluant le plaquage avec un bras tendu) – 2 à 4 matchs.
i. Retenir, pousser ou obstruer un·e adversaire qui n'est pas en possession du ballon – 1 à 3 matchs.

j. Charge dangereuse – 2 à 4 matchs.
k. Bagarres prolongées – 4 à 8 matchs.
l. Prise des parties génitales – 4 à 8 matchs.
m. Mordre – 4 à 8 matchs.
n. Contact aux yeux ou près des yeux – 4 à 8 matchs.
o. Cracher sur un·e adversaire – 2 à 4 matchs.
p. Abus verbal envers un adversaire – 2 à 4 matchs.

2.7 Les cartons

Un·e joueur·euse recevant un carton jaune est expulsé·e pour 2 minutes (rugby à 7) et pour 7 minutes (rugby à 12 et à 15) sans remplacement.

Un·e joueur·euse recevant 2 cartons dans le même match est expulsé·e du match et est suspendu·e pour 1 match.
Un·e joueur·euse recevant un carton rouge est expulsé·e de la partie sans remplacement. L'athlète est suspendu·e pour la prochaine partie.

Le cumul des cartons jaunes est sous la responsabilité de l'entraîneur·e. Un·e joueur·euse accumulant 3 cartons jaunes pendant la saison est automatiquement suspendu·e pour la prochaine partie de son équipe. Cependant, il ou elle peut terminer la partie.

2.8 Conduite antisportive

Objectif : Faire comprendre aux athlètes qu'un comportement antisportif tel que des propos racistes, un langage injurieux et des gestes obscènes ne sont pas tolérés dans notre sport.

Il sera permis à l'entraîneur·e de faire un remplacement temporaire pour sortir un athlète fautif pour lui expliquer sa faute. L'athlète pourra revenir au jeu par la suite.

2.9 Conditions de jeu défavorables

En cas de partie arrêtée avant la fin du temps réglementaire, pour cause de force majeure, la procédure suivante sera appliquée :

- Si la partie est arrêtée avant le début de la 2e mi-temps, alors la partie devra être rejouée au complet.
- Si la partie est arrêtée pendant la 2e mi-temps, alors le pointage au moment de l'interruption de la partie sera considéré comme le résultat officiel de la partie.

2.10 Le carton bleu

Dès qu'il y a un signalement par l'arbitre d'un comportement avec des signes de commotion cérébrale ou d'un impact significatif ou d'un mouvement brusque de la tête,

le carton bleu est signifié à l'étudiant·e-athlète concerné·e puis est inscrit sur la feuille de match, ce qui entraîne de facto un retrait du match en cours pour une évaluation protocole de gestion des commotions cérébrales ou protocole de retour au jeu, par le ou la professionnel·le de la santé présent·e sur place.

Si à la suite de l'évaluation par le ou la professionnel·le de la santé, il ou elle juge que l'étudiant·e-athlète ne présente pas de signaux d'alerte et/ou de symptômes fréquents, il ou elle doit en informer l'officiel·le et l'étudiant·e-athlète peut retourner sur le terrain pour le match en cours.

Si à la suite de l'évaluation par le ou la professionnel·le de la santé, il ou elle juge que l'étudiant·e-athlète présente des signaux d'alerte et/ou des symptômes fréquents, l'étudiant·e-athlète n'a pas l'autorisation de retourner sur le terrain et doit être soumis au protocole de gestion des commotions cérébrales.

Seul·e l'arbitre est habilité·e à présenter un carton bleu à un étudiant·e-athlète.

ARTICLE 3 LES LIGUES

3.1 La ligue féminine à 12

3.1.2 Les équipes

Équipes participantes saison 2026-2027	
Section QCA (6 équipes)	**Section CQ (5 équipes)**
Cégep Sainte-Foy	Cégep de Victoriaville
Cégep Garneau	Cégep de Saint-Hyacinthe
Cégep Limoilou	Cégep de Sherbrooke
Campus Notre-Dame-de-Foy Bleu	Campus Notre-Dame-de-Foy Jaune
Cégep Beauce-Appalaches	Cégep de Trois-Rivières
Cégep de Lévis	

3.1.3 La saison régulière – formule de jeu

La ligue est divisée en 2 sections géographiques.

Formule QCA : rotation complète + 1 hasard

Formule CQ : rotation complète + 2 hasards

Les équipes jouent un total de 6 parties.

3.1.4 Les éliminatoires

Demi-finales

La position #1 au classement de la section CQ affronte la position #2 au classement de la section QCA. La position #1 de la section QCA affronte la position #2 de la section CQ. Les matchs se tiennent au domicile du mieux semé.

Finale

Les 2 équipes gagnantes des demi-finales s'affrontent en finale. Advenant le cas où la finale opposerait QCA #1 et CQ #1, l'équipe avec le plus de points totaux en saison régulière sera l'hôte du match. En cas d'égalité, l'hôte est déterminé selon la rotation suivante :

Automne 2025 : Centre du Québec, Automne 2026 : Québec Chaudière-Appalaches/Est-du-Québec.

3.2 La ligue masculine à 7

3.2.1 Les équipes

Équipes participantes saison 2026-2027
Cégep de Baie-Comeau
Cégep Garneau
Cégep Limoilou
Campus Notre-Dame-de-Foy
Cégep de Sainte-Foy
Cégep de Victoriaville

3.2.3 La saison régulière – formule de jeu

Les équipes jouent une rotation complète + 4 matchs au hasard pour un total de 9 matchs par équipe. Les matchs ont lieu sous forme de rassemblement où chaque équipe joue 3 matchs par tournoi.

3.2.4 Les éliminatoires

Les 6 équipes participent au championnat régional. Les deux premières équipes au classement à la suite de la saison régulière obtiennent un accès direct aux demi-finales. Le championnat régional a lieu le 25 octobre au Campus Notre-Dame-de-Foy.

Quart de finale	Consolation	Demi-finales	Finale
6e position vs 3e position		Moins bien semé vs 1re position	Gagnant DF 1 vs Gagnant DF2

5e position vs 4e position	Perdant QF #1 vs Perdant QF #2	Mieux semé vs 2e position	

ARTICLE 4 LE CLASSEMENT

4.1 Le pointage

Le pointage d'une victoire par forfait est de 28-00 (victoire avec bonus offensif).

- Victoire: 4 points
- Nulle: 2 points
- Défaite : 0 point

4.2 Points de classement boni

Un (1) point de classement sera ajouté lors des deux situations suivantes :

- Pour toute équipe marquant **4** essais **ou plus.**
- Pour l'équipe perdante si l'écart séparant les 2 équipes est de 7 points ou moins.

N.B. Dans le cas d'une égalité, seul le critère du nombre d'essais réussis sera considéré.

Si les essais ne sont pas comptabilisés sur la feuille de match, les points bonis ne seront pas octroyés. Il est de la responsabilité de l'entraîneur·e de s'assurer que la feuille de match est bien remplie à la fin de la partie.

ARTICLE 5 ÉTHIQUE SPORTIVE

On ajoute au classement une valorisation pour le respect de **l'éthique sportive** soit:

- 0-2 cartons jaunes : 1 point
- 3 cartons jaunes et + : 0 point
- Expulsion (carton rouge): 0 point
- Forfait 0 point

5.1 Affichage des résultats (modifié, juin 2026)

~~Un écart de 30 points maximum sera affiché dans les résultats officiels.~~

5.2 Forfait

Une équipe qui ne se présente pas dans les quinze (15) minutes suivant l'heure fixée d'une rencontre perd celle-ci par forfait (pointage = 28-0).

ARTICLE 6 MÉRITE

Une bannière sera remise à l'équipe championne des finales.

6.1 SÉLECTION DES ÉTOILES

Les équipes choisiront les meilleur·e·s joueur·euse·s de leurs ligues. Les modalités de sélection se retrouvent dans le document PROCÉDURE DE SÉLECTION DES ÉTOILES, qui est disponible sur la page web de la ligue.

ARTICLE 7 CRÉDITS D'ORGANISATION ET PREMIERS SOINS (modifié, juin 2026)

Ligue masculine : Un crédit d'organisation est attribué aux équipes hôtes des compétitions pour l'organisation. Un montant est aussi octroyé aux équipes hôtes pour les premiers soins. (ajout, juin 2025) Deux (2) intervenants, minimalement un.e physiothérapeute, doivent être sur place 1 heure avant la première partie.

Ligue féminine : Un crédit d'organisation est attribué aux équipes hôtes des éliminatoires. En saison régulière, un.e étudiant.e thérapeute sera sur place une (1) heure avant la partie. Un.e physiothérapeute sera sur place quinze (15) minutes avant la partie pour la ligue QCA-EDQ. Pour la ligue CQ, deux (2) intervenants, minimalement un.e physiothérapeute, doivent être sur place 1 heure avant la partie. (ajout, juin 2025)

Le tableau des crédits d'organisation peut être consulté à cet effet sur le canal Teams du RSEQ.

ANNEXE 1

Couleurs des chandails d'équipes

MAJ Août 2026

Établissements	Couleurs
Sainte-Foy	Blanc dégradé bleu
Limoilou	Noir/Rouge
Garneau	Vert/Noir
Beauce-Appalaches	Jaune/Vert
Notre-Dame-de-Foy (Jaune)	Jaune/Marine
Notre-Dame-de-Foy (Bleu)	Marine/Jaune
Victoriaville	Mauve

Lévis	Bleu/Blanc/Rouge
Baie-Comeau	Marine/Bleu pâle
Saint-Hyacinthe	Blanc/Or et Noir/Or
Sherbrooke	Noir/Vert et Vert/Noir
Trois-Rivières	Rouge/Bleu

*Chaque collège doit transporter ses dossards s'il possède un uniforme de couleur similaire à un autre collège

Annexe 2