



# Jeugdreglementen U10

## Seizoen 2022 - 2023

Update van 31 augustus 2022

### Spelers

#### Gemengd voor deze categorie

Maximum aantal spelers per ploeg	16
Minimum aantal spelers per ploeg op het veld	6
Maximum aantal spelers op het veld	8
Steeds gelijke aantallen op het terrein	=/=

### IEDEREEN START EN SPEELT EVENVEEL !

### Begeleiding ploeg

De trainer is niet toegelaten op het speelveld  
Enkel de begeleiding van beide ploegen zijn toegelaten in de neutrale zone

### Scheidsrechter

Een scheidsrechter per terrein

### Spelregels

#### Maat van de bal : 3

Wat ?	Waar/Wanneer ?	Hoe ?
Vervangingen	Als spel stil ligt	Onbeperkt
Tackel	Speelveld	Gordel of lager. Bal niet spelen. Speler bij de trui vastgrijpen en rondtrekken = Strafschop
Hand-off	NEE	Sanctie = Strafschop (vrije pas)
Start /Herstart	Midden van het veld	Vrije pas met tegenstanders op 5m (starten minimum 2m van zijlijn en 5m van trylijn). Verdedigers lopen op als pas voltooid is. Sanctie = opnieuw vrije start laten nemen
Herstart 22m	22m	Vrije pas met tegenstanders op 5m. Verdedigers lopen op als pas voltooid is.
Kicken	Speelveld	Als rechtstreeks buiten is = vrije pas voor tegenstander op plaats van de kick
Strafschop/ Vrije schop	Speelveld	Vrije pas met tegenstanders op 5m. Verdedigers lopen op als pas voltooid is.
Ruck	Speelveld	Maximum 1x speler/team boven de bal. Sanctie = vrije pas
Maul	Speelveld	Maximum 2x speler/team in de maul (baldrager inbegrepen). Sanctie = vrije pas
Bal buiten (zijlijn)	Speelveld	Vrije pas 2m vanaf de zijlijn en minimum 5m van de trylijn.
Scrum	Speelveld	3 v 3 (dichtsbijzjnde spelers), niet betwisten, niet duwen, scrumhalf (n°9) verplicht passen. Sanctie = vrije pas. Verdedigende scrumhalf neemt positie achter de scrum. Sanctie = vrije pas
Frontale Charge	NEE	Baldrager mag een stilstaande verdediger niet omver lopen (chargeren), maar loopt langs de tackelaar. Sanctie = vrije pas
Bal tussen de knieën, hoofd naar voor, buik naar de grond (Squeeze ball)	Speelveld	NEE. Sanctie = vrije pas voor niet foutieve ploeg

### Speeltijd

Maximum voor 1/2 dag : 50 minuten per speler

Maximum voor 1 dag : 70 minuten per speler

Maximum voor 2 dagen : 90 minuten per speler

### Voor 1/2 dag

Aantal ploegen	Totaal aantal wedstrijden	Wedstrijde n/ploeg	Aantal speelhelften	tijd/speelhelft	half-time	Rust tussen 2x wedstrijden	Totale speeltijd
3	3	2	3	8'	3'	5'	48'
4	6	3	2	8'	3'	5'	48'
5	10	4	2	6'	3'	5'	50'
6	15	5	2	5'	3'	5'	50'

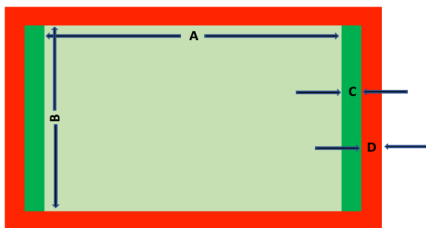
### Voor 1 dag

Aantal ploegen	Totaal aantal wedstrijden	Wedstrijde n/ploegen	Aantal speelhelften	tijd/speelhelft	half-time	Rust tussen 2x wedstrijden	Totale speeltijd
5	10	4	2	8'30	3'	5'	70'
6	15	5	2	7'	3'	5'	70'

### Voor 2 dagen

Aantal ploegen	Totaal aantal wedstrijden	Wedstrijde n/ploegen	Aantal speelhelften	tijd/speelhelft	half-time	Rust tussen 2x wedstrijden	Totale speeltijd
5	10	4	2	11'	3'	5'	90'
6	15	5	2	9'	3'	5'	90'

### Terrein U10



**Speelveld** A : 40 meter  
B : 28 meter

**try gebied** C : 2 meter  
B : 28 meter

**Neutrale zone D : 2 meter**  
Het volledige speelveld

### TACKEL HOOGTE



De maximale afmetingen kunnen aangepast worden door de organiserende club.

Markering door platte kegels elke + - 3 meter