



Temporada 2025/2026

REGLAMENTO MENORES DE 10 AÑOS



TOCADO + 2 SEGUNDOS // 5 m por jugador

Nº DE JUGADORES	5 contra 5	
SUSTITUCIONES	Ilimitadas durante las paradas del juego y/o durante una lesión	
CAMPO	30 m (zonas de ensayo no incluidas) x 25 m	
BALÓN	Talla 3	
TIEMPO DE JUEGO	65 minutos máximo por media jornada u 85 minutos máximo por una jornada	
ARBITRAJE	Un jugador/a mayor de 16 años o un educador arbitral	
ANTIJUEGO	Desde la sustitución temporal de 2 minutos a la expulsión definitiva, según la gravedad de la falta. La sutitución es obligatoria. Si hay brutalidad o reiteración, expulsión definitiva.	
	Al pitido del árbitro, el jugador posa el balón inmediatamente en el punto de la falta. Si no lo hace puntapié franco o 5 m más, o sustitución si son faltas repetidas.	
ATACANTES	Cuando el portador es tocado con 2 manos simultáneamente entre la cintura y los hombros, el árbitro indica «tocado», «1», «2».	
	El portador que ha sido «tocado» tiene 2 segundos para hacer un pase, sin la obligación de pararse.	
	Si el balón se pasa después de los 2 segundos, cambio de posesión con PF y la defensa a 5 m.	
	El jugador «tocado» ya no puede a utilizar el juego al pie. Si lo hace, cambio de posesión con PF y la defensa a 5 m.	
DEFENSORES	El defensor debe tocar al portador con las dos manos simultáneamente entre la cintura y los hombros.	
	Los defensores no pueden coger el balón de las manos del portador.	
	Los defensores pueden recuperar el balón sobre intercepciones o sobre balones en el suelo para contraatacar.	
	El tocado + 2 segundos equivale a un placaje, por lo tanto, los apoyos defensivos deben de llegar del lado de su línea de ensayo antes de poder jugar el balón = PF — adversarios a 5 m y la defensa a 5 m	
	Si el «tocado» no se hace con las dos manos simultáneamente entre la cintura y los hombros, el juego continua. El árbitro puede indicar «jueguen» en caso de conflicto.	
CONSIGNAS ARBITRALES	Validar cada «tocado» : comunicación verbal del árbitro «tocado» 1, 2 (audible para todo el mundo).	
PUNTUACIÓN	Ensayo = 5 puntos . Un jugador tocado dentro de la zona de marca puede marcar. Un jugador tocado antes de la línea de ensayo (a 2 segundos) tiene la opción de ensayar o pasar.	
PUESTA EN JUEGO	¿DÓNDE?	¿CÓMO?
SAQUE DE CENTRO	En el centro del campo.	PF a 5 m de toda línea. Defensa a 5 m. Un PF se puede jugar: para uno mismo o pasándolo a otro jugador después de haberlo chutado (balón en el suelo o separándose de las manos).
SAQUE DE CENTRO TRAS ENSAYO	El equipo que recibió el ensayo, desde el centro del campo.	
SAQUE DE 22	A 5 m de la línea de ensayo. Si por el juego al pie el balón entra en la zona de ensayo, el contrariopuede anular, beneficiandose de un saque de 22 a 5 m de la línea de ensayo.	
ADELANTADO	En el punto de la falta, a 5 m de toda línea.	
SALIDA A LATERAL O LATERAL INDIRECTO	En el punto por donde salió. Si el balón sale por balón muerto por el juego al pie, el balón vuelve al equipo contrario en el punto donde se pateó inicialmente.	
LATERAL DIRECTO	Autorizada desde su línea de ensayo en una zona a 5 m delante de él. En caso contrario: en el lugar donde se realizó el pateo.	
TRANSFORMACIÓN/ DROP/TIRO A PALOS	NO	

Los Educadores deben permanecer en el lateral del perímetro de juego con los jugadores que no están participando de inicio. Por



Temporada 2025/2026

REGLAMENTO MENORES DE 10 AÑOS



seguridad los jugadores están obligados a llevar protector bucal y jugar con botas multitaños que cumplan la normativa vigente. Se prohíben las botas de tacos recambiables.

RUGBY CONTACTO // 5 m por jugador

Nº DE JUGADORES	5 contra 5	
SUSTITUCIONES	Ilimitadas durante las paradas del juego y/o durante una lesión	
CAMPO	30 m (zonas de ensayo no incluidas) x 25 m	
BALÓN	Talla 3	
TIEMPO DE JUEGO	65 minutos máximo por media jornada u 85 minutos máximo por una jornada	
ARBITRAJE	Un jugador/a mayor de 16 años o un educador arbitral	
ANTIJUEGO	Desde la sustitución temporal de 2 minutos a la expulsión definitiva, según la gravedad de la falta. La sustitución es obligatoria. Si hay brutalidad o reiteración, expulsión definitiva.	
	Al pitido del árbitro, el jugador posa el balón inmediatamente en el punto de la falta. Si no lo hace puntapié franco o 5 m más, o sustitución si son faltas repetidas.	
	PERCUSIÓN : un portador no debe percutir voluntariamente a un adversario. Sanción: PF	
ATACANTES	Cuando el portador esté en contacto con el adversario (de pie o en el suelo), debe transmitir el balón inmediatamente.	
	El portador no debe adelantar el tronco hacia delante en el momento del contacto- PF contrarios a 5 m.	
	El portador que ha sido placado, debe transmitir o liberar inmediatamente el balón a más de un metro de él mismo. — PF contrarios a 5 m.	
	Si el balón está en el suelo y es injugable: cambio de posesión - PF contrario a 5 m.	
DEFENSORES	Los defensores pueden placar al portador, pero no pueden bloquear con un agarre alto, ni arrancarle el balón de las manos y/o brazos.	
	El placaje debe realizarse obligatoriamente con los 2 brazos. Debe realizarse obligatoriamente entre la cintura y los pies (Cuidado: está prohibido tirarse de cabeza sobre los pies del contrario) - Del PF a la expulsión con sustitución del jugador.	
	Los defensores pueden recuperar una vez que el balón ha sido liberado, pero sin cogerlo de las manos del portador - PF, contrarios a 5 m.	
	Los apoyos defensivos deben de llegar desde su campo antes de poder jugar el balón.	
CONSIGNAS ARBITRALES	Sancionar inmediatamente al placador que moleste en la transmisión del balón - Del PF a la expulsión temporal con sustitución del jugador.	
	No sancionar al jugador placado cuyo balón ha tocado el suelo y hace su pase inmediatamente.	
PUNTUACIÓN	Ensayo = 5 puntos . Un jugador placado en la proximidad de la línea de ensayo puede marcar el ensayo si su acción se realiza en el mismo movimiento.	
PUESTA EN JUEGO	¿DÓNDE?	¿CÓMO?
SAQUE DE CENTRO	En el centro del campo.	PF a 5 m de toda línea. Defensa a 5m. Un PF se puede jugar: para uno mismo o pasándolo a otro jugador después de haberlo chutado (balón en el suelo o separándose de las manos).
SAQUE DE CENTRO TRAS ENSAYO	El equipo que recibió el ensayo, desde el centro del campo.	
SAQUE DE 22	A 5 m de la línea de ensayo. Si por el juego al pie el balón entra en la zona de ensayo, el contrario puede anular, beneficiándose de un saque de 22 a 5 m de la línea de ensayo.	
ADELANTADO	En el punto de la falta, a 5 m de toda línea.	
SALIDA A LATERAL O LATERAL INDIRECTO	En el punto por donde salió. Si el balón sale por balón muerto por el juego al pie, el balón vuelve al equipo contrario en el punto donde se pateó inicialmente.	
LATERAL DIRECTO	Autorizada desde su línea de ensayo en una zona a 5 m delante de él. En caso contrario: en el lugar donde se realizó el pateo.	



Temporada 2025/2026

REGLAMENTO MENORES DE 10 AÑOS



TRANSFORMACIÓN/ DROP/TIRO A PALOS	NO
--------------------------------------	----

Los Educadores deben permanecer en el lateral del perímetro de juego con los jugadores que no están participando de inicio. Por seguridad los jugadores están obligados a llevar protector bucal y jugar con botas multitacos que cumplan la normativa vigente. Se prohíben las botas de tacos recambiables.

RUGBY FORMATIVO // 4 m por jugador

Nº DE JUGADORES	10 contra 10	
SUSTITUCIONES	Ilimitadas durante las paradas del juego y/o durante una lesión	
CAMPO	56 m (zonas de ensayo no incluidas) x 40 m	
BALÓN	Talla 3	
TIEMPO DE JUEGO	65 minutos máximo por media jornada u 85 minutos máximo por una jornada	
ARBITRAJE	Un jugador/a mayor de 16 años o un educador arbitral	
ANTIJUEGO	Desde la sustitución temporal de 2 minutos a la expulsión definitiva, según la gravedad de la falta. La sustitución es obligatoria. Si hay brutalidad o reiteración, expulsión definitiva.	
	Al pitido del árbitro, el jugador posa el balón inmediatamente en el punto de la falta. Si no lo hace puntapié franco o 5 m más, o sustitución si son faltas repetidas.	
	PERCUSIÓN : un portador no debe percutir voluntariamente a un adversario. Sanción: PF	
ATACANTES	Cuando el portador esté en contacto con el adversario (de pie o en el suelo), debe transmitir el balón inmediatamente.	
	El portador no debe adelantar el tronco hacia delante en el momento del contacto- PF contrarios a 5 m.	
	El portador que ha sido placado, debe transmitir o liberar inmediatamente el balón a más de un metro de él mismo. — PF contrarios a 5 m.	
	Si el balón está en el suelo y es injugable: cambio de posesión - PF contrario a 5 m.	
DEFENSORES	Los defensores pueden placar al portador, pero no pueden bloquear con un agarre alto, ni arrancarle el balón de las manos y/o brazos.	
	El placaje debe realizarse obligatoriamente con los 2 brazos. Debe realizarse obligatoriamente entre la cintura y los pies (cuidado: está prohibido tirarse de cabeza sobre los pies del contrario) - Del PF a la expulsión con sustitución del jugador.	
	Los defensores pueden recuperar una vez que el balón ha sido liberado, pero sin cogerlo de las manos del portador - PF, contrarios a 5 m.	
	Los apoyos defensivos deben de llegar desde su campo antes de poder jugar el balón.	
CONSIGNAS ARBITRALES	Sancionar inmediatamente al placador que moleste en la transmisión del balón - Del PF a la expulsión temporal con sustitución del jugador.	
	No sancionar al jugador placado cuyo balón ha tocado el suelo y hace su pase inmediatamente.	
PUNTUACIÓN	Ensayo = 5 puntos . Un jugador placado en la proximidad de la línea de ensayo puede marcar el ensayo si su acción se realiza en el mismo movimiento.	
PUESTA EN JUEGO	¿DÓNDE?	¿CÓMO?
SAQUE DE CENTRO	En el centro del campo.	PF a 5 m de toda línea. Defensa a 5m. Un PF se puede jugar: para uno mismo o pasándolo a otro jugador después de haberlo chutado (balón en el suelo o separándose de las manos).
SAQUE DE CENTRO TRAS ENSAYO	El equipo que recibió el ensayo, desde el centro del campo.	
SAQUE DE 22	A 5 m de la línea de ensayo. Si por el juego al pie el balón entra en la zona de ensayo, el contrario puede anular, beneficiándose de un saque de 22 a 5 m de la línea de ensayo.	
ADELANTADO	En el punto de la falta, a 5 m de toda línea.	
SALIDA A LATERAL O LATERAL INDIRECTO	En el punto por donde salió. Si el balón sale por balón muerto por el juego al pie, el balón vuelve al equipo contrario en el punto donde se pateó inicialmente.	
LATERAL DIRECTO	Autorizada desde su línea de ensayo en una zona a 5 m delante de él. En caso contrario: en el lugar donde se realizó el pateo.	



Temporada 2025/2026

REGLAMENTO MENORES DE 10 AÑOS



TRANSFORMACIÓN/
DROP/TIRO A PALOS

NO

- Al pitido del árbitro el jugador del equipo sacionado debe posar el balón en el suelo inmediatamente. Si no lo hace PF, o 5 m de penalización o expulsión con cambio por reiteración de falta.

- Si se producen 5 ensayos de diferencia en cualquier momento: marcador cerrado y obligatoriedad de reequilibrar los equipos.

Los Educadores deben permanecer en el lateral del perímetro de juego con los jugadores que no están participando de inicio. Por seguridad los jugadores están obligados a llevar protector bucal y jugar con botas multitacos que cumplan la normativa vigente. Se prohíben las botas de tacos recambiables.