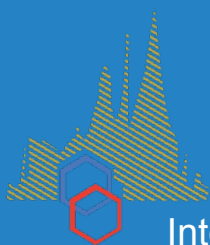


RUGBY



LYCÉE FRANÇAIS
International de Bangkok

ETABLISSEMENT
CONVENTIONNÉ



aefe

Agence pour
l'enseignement français
à l'étranger

Activités Extra-scolaires (AES)



@LFIBofficial



@LFIBinfo

CONTACT

📍 498, Soi Ramkhamhaeng 39
(Thep Leela 1) Wangthonglang
Bangkok 10310

☎ +66 (0) 8 6 612 5706

🌐 www.lfib.ac.th

✉ aes@lfib.ac.th

Pour plus d'informations, veuillez consulter
le site internet du LFIB.

For more information, please visit the LFIB
website.

สำหรับข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาเข้าไปในเว็บไซต์
ของ LFIB.



Animateur | Teacher | อาจารย์



M.Sébastien BUFFE BERLIOZ,
Professeur d'EPS au LFIB

Niveaux | Levels | ชั้นเรียน



du CP au CM2
(from 1st Grade to 5th Grade)

Langue | Language | ภาษา



Français | French | ฝรั่งเศส 🇫🇷

Prix | Pricing | ราคา



330 THB / Session (1h)

DESCRIPTIF DESCRIPTION

รายละเอียด

Apprendre à jouer au rugby, c'est apprendre l'esprit d'équipe, la solidarité, le respect des règles et des autres (joueurs, capitaines, coachs, lycée) et de la sécurité. Nous pratiquons principalement le Rugby à 7 : nous travaillons le jeu déployé (lancements de combinaisons d'attaques, jeu à la main et au pied, vitesse de course) et le jeu de regroupements (rucks, mauls). Le travail en défense est important tant individuellement (placages, déblayages) que collectivement (défense en ligne, flottante, banane ou avec libéro). Les règles du jeu sont principalement celles du Rugby à 15 avec les mêlées, les touches, les pénalités... Nous pratiquons aussi le Touch Rugby pour développer le jeu de passes, les combinaisons d'attaques, l'organisation défensive et le fitness.

Les maillots de rugby, chaussettes longues, chaussures de sport, épaulières et protège-dent sont obligatoires. Les crampons ne sont pas autorisés pendant l'activité (voir photo) ! L'achat des matériels (sauf chaussures) peut se faire à Mawins Sports, 65/2 Pradipat Road soi 23, Sapan Kwai, tél. 02-2798211 ou autres magasins de sports de votre choix (après réception de la confirmation de l'inscription). Si nous avons un sponsor, les maillots seront fournis.

Learning to play is to learn team spirit; solidarity; respect for rules and others (players, captains, coaches, school) and security. We basically play 7-a-side Rugby: we practice open game (attacking moves, passing, kicking, fast running) and rucks, mauls as well. Defense has an important part in our practice, individually (tackle, support) and collectively (defense in line, drifting, banana or with a sweeper). Rules of game are basically the rules of Rugby Union with scrums, line out, penalties... We practice also Touch Rugby to improve our passing, moves, defense team work and fitness.

Students must wear rugby outfit, long socks, sport shoes, mouth guard and shoulder guard. No studs allowed on the field (please see the pictures above). Items (except shoes) can be bought at Mawins Sports, 65/2 Pradipat Road soi 23, Sapan Kwai, tel. 02-2798211 or others stores of your choice (after receiving the registration's confirmation). If we have a sponsor, the outfits will be free.

เป็นการเรียนรู้การทำงานเป็นทีม ความสามัคคี การเคารพกฎและผู้อื่น (นักกีฬา กัปตันทีม ครูฝึก และโรงเรียน) รวมถึงความปลอดภัย การฝึกจะเป็นแบบรักบี้ 7 ผู้เล่น ฝึกการโยนลูก การรุก ฝึกใช้มือและเท้า ความเร็วในการวิ่ง การตั้งรับคู่ต่อสู้ที่มีความสำคัญไม่แพ้กัน กฎกติกาเป็นไปตามแบบรักบี้ 15 ผู้เล่น นอกจากนี้ยังฝึกทัชรักบี้อีกด้วย

นักเรียนต้องสวมชุดรักบี้ ถุงเท้ายาว รองเท้ากีฬาแบบไม่มีปุ่ม ที่ครอบฟัน และเสื้อเกราะป้องกันไหล่ ในการฝึกซ้อมด้วย ห้ามใช้รองเท้าแบบมีปุ่ม (ตุรุด้านบน) นักเรียนสามารถซื้ออุปกรณ์ (ยกเว้นรองเท้า) ได้ที่ มาวิน สปอร์ต 65/2 ถนนประดิพัทธ์ ซ. 23 สะพานควาย โทรศัพท์ 02-2798211 หรือร้านขายอุปกรณ์กีฬาอื่นๆ ที่ท่านรู้จัก หลังจากที่ได้รับการยืนยันการสมัครแล้วเท่านั้น) ถ้ามีสปอนเซอร์ นักเรียนจะได้รับชุดรักบี้ฟรี)



RUGBY