

Mr Lilian Alméras  
601 avenue des goélands  
40150 HOSSEGOR  
lilian.almeras@gmail.com  
06-50-63-71-77

M. Emmanuel Macron  
Président de la République  
Palais de l'Élysée,  
55 rue du Faubourg Saint Honoré  
75008 PARIS

Hossegor, le 25 janvier 2022

**Objet : Danger de la pratique du rugby en France.**

Monsieur le Président de la République,

Le contexte dans lequel vous lisez ce courrier est difficile pour l'ensemble de notre pays, cependant je me permets de solliciter votre attention car il concerne un sujet de santé publique qui n'a que trop perduré, celui du danger de la pratique du Rugby en France.

En décembre 2018, suite au décès de plusieurs jeunes rugbymen, la ministre des Sports, Roxana Maracineanu, avait déclaré :

*« Il faut vraiment qu'on fasse quelque chose et que la fédération se pose vraiment des questions, la question du pourquoi ? », « pour que ça n'arrive plus » (Source, 20 minutes 14/12/2018)*

*« Je vais maintenant demander aux dirigeants de la Fédération et de la Ligue nationale de rugby de se pencher sérieusement sur le sujet. Les règles de ce sport doivent s'adapter aux risques associés à sa pratique, dès le plus jeune âge jusqu'au monde professionnel. On ne peut pas dire que la violence des chocs fait partie intrinsèquement du rugby. Ce n'est pas entendable quand on compte trois morts ces derniers mois. » (Source, Le Parisien 14/12/2018)*

Depuis ces évènements tragiques la FFR a adopté un discours rassurant à l'instar de World Rugby qui annonçait à la BBC en décembre 2020 *« avoir pris très au sérieux la sécurité des joueurs et mis en œuvre des stratégies de prévention des blessures basées sur les dernières connaissances, recherches et preuves disponibles. »*

En tant qu'expert dans le domaine du combat à haute intensité et des dangers de sa pratique, je ne peux passer sous silence la trop faible efficacité des dispositifs engagés par rapport au niveau de risque démesuré toujours en présence.

La mesure « phare » qui consiste à demander aux joueurs de privilégier l'évitement à la collision est une philosophie de jeu honorable mais qui ne représente qu'une goutte d'eau dans un océan d'actions, d'affrontements physiques, aussi divers que complexes à appréhender pour les non-initiés que sont les rugbymen. Le vrai problème est que la réalité des matchs impose au joueur d'accomplir un ensemble de tâches relevant de techniques de combat pour lesquelles ils n'ont jamais été formés de façon opérationnelle en club, les contraignant ainsi à l'improvisation, chose tout à fait inacceptable dans une activité à risque.

L'ensemble des stratégies de prévention et mesures dont World Rugby et la FFR se glorifient, positionne pourtant toujours ce sport à une place beaucoup moins glorieuse ; en 2022, le rugby à XV culmine encore largement en tête du podium du sport de combat grand public le plus dangereux au monde en termes de « facteurs de **risques majeurs** cumulés ».

Mes nombreuses alertes et recommandations lancées auprès de la FFR avec qui j'ai collaboré en tant qu'expert durant des années, ainsi que Mr le Député Pierre-Alain Raphan (LREM) qui s'était intéressé au problème et en avait d'ailleurs alerté les ministres concernés (*Sport, Santé*), n'ont eu à ce jour à ma grande stupéfaction aucun effet.

C'est pourquoi je me tourne à présent vers vous Mr le Président afin de vous informer des raisons du « **pourquoi le rugby tue** », et « **pourquoi le rugby peu encore tuer** » ou porter gravement atteinte à l'intégrité physique des pratiquants amateurs et professionnels alors même que des solutions concrètes existent depuis des années pour rendre le niveau de danger acceptable.

En France, les Fédérations sportives se doivent d'une part, de respecter la charte d'éthique et de déontologie du sport français, d'autre part d'assurer la sécurité de la pratique.

Il est d'ailleurs, sur ce dernier point, légalement défini que le caractère « potentiellement » dangereux d'un sport fait peser sur les associations sportives une obligation de sécurité de moyens renforcée à l'égard de leurs adhérents.

Comment une fédération qui met en danger depuis tant d'années la santé mentale et physique de ses pratiquants par simple non-respect des règles de sécurité, peut continuer à recevoir l'agrément et la délégation du ministère des sports ?

Faut-il attendre de nouveaux décès pour que la FFR et la LNR soient chacune contrainte à se mettre en conformité avec l'ensemble des obligations auxquelles elles sont tenues ?

Suite à chaque accident grave « l'acceptation du risque » est érigée comme en rempart qui permet de couper court à tout débat.

Bien que cette théorie soit indispensable à l'exercice des sports de combat, il n'en demeure pas moins que tous les risques inhérents à la pratique du combat ne sont pas acceptables, c'est pour cette raison que les fédérations nationales et internationales en charge des sports de combat de duel (*karaté, judo, ...*) ont depuis des décennies encadré leur discipline de façon très stricte, et qu'une Fédération française de sport de combat s'est également vu retirer son agrément, (*arrêté du 1er août 2014 portant retrait de l'agrément accordé à la Fédération française de muaythai et disciplines associées qui se fondait sur la méconnaissance des règles d'hygiène et de sécurité ayant, selon la décision, « mis en jeu la santé mentale et physique des pratiquants de la discipline »*).

Pour des raisons évidentes de sécurité, le combat dans un sport se doit d'être parfaitement maîtrisé dans les différents paramètres qui le composent, car un sport de combat non maîtrisé est un sport de combat dangereux.

De nos jours, le Rugby à XV amateur et professionnel autorise règlementairement un cumul de facteurs de risques uniques dans le monde des sports de combat, de duel, et même collectifs ; de façon graduelle, le rugby à VII, X, XIII et même le foot US sont potentiellement moins dangereux que le rugby à XV.

Bien que la plupart de ces facteurs de risque aient déjà fait l'objet de réglementations strictes voire même d'interdictions totales de la part de fédérations et organisations expertes dans la science du combat (*MMA, Judo, Lutttes, Boxes, Karaté ...*), la FFR et la LNR s'autorisent à les cumuler dans le rugby à XV sans se soucier des risques inconsidérés qu'ils font prendre aux pratiquants de tout niveau et tout âge.

Afin de mieux se rendre compte du degré de danger où se situe le rugby par rapport à la boxe par exemple, on peut s'appuyer sur les études scientifiques qui démontrent que l'impact frontal d'un joueur stoppé en pleine course peut être de 10 à 15 fois supérieur à une frappe de boxe. La tête et la colonne cervicale des rugbymen se retrouvent ainsi exposées à des lésions graves, susceptibles d'engendrer des séquelles majeures à long terme, voire la mort.

Concernant le danger des commotions cérébrales, les dernières publications scientifiques ne font que confirmer le niveau de gravité d'un mal que la littérature médicale et scientifique internationale avait déjà identifié en lançant une alerte dès les premières années du professionnalisme en rugby (*1998, the Journal of Head Trauma Rehabilitation*).

Les conséquences de commotions et sub-commotions à répétitions ne doivent en aucun cas être minimisées, même suite à un long temps de repos, pour la simple et bonne raison que tous les rugbymen ne sont pas égaux devant la capacité à récupérer de ce type de traumatisme pouvant mener à des pathologies neurologiques extrêmement graves.

Il convient de préciser que les enfants, les adolescents et les jeunes adultes âgés de moins de 25 ans sont plus particulièrement sensibles aux commotions par le fait que le cerveau arrive à pleine maturation à l'âge de 25 ans, c'est-à-dire capable d'exceller dans tous les domaines. En outre les rugbymen subissent et capitalisent inconsciemment un très grand nombre de chocs possiblement générateurs de commotions cérébrales « non ressenties par le pratiquant au cours de l'action » ou « non détectables en match par l'encadrement », car la quasi-totalité des actions dangereuses se terminent au sol (*Plaquages, phases de Ruck, Pic and go...*) ce qui rend impossible l'observation de signes cliniques de coma cérébral tels que la perte d'équilibre produite par une courte perte de conscience.

Dans un combat de Karaté ou de Boxe par exemple, un combattant commotionné sera beaucoup plus facilement identifié en tant que tel : Réaction incohérente, Combattant qui vacille, Œil hagard ... car les combats se déroulent debout à la vue des entraîneurs, ou d'un corps arbitral et d'un encadrement sanitaire en cas de compétition.

En France, la pratique des sports de combat de duel repose sur des réglementations strictes fondées sur un ensemble de connaissances et de savoir-faire qui garantit une pratique sécuritaire, dans un respect mesuré et acceptable de l'intégrité physique des sportifs.

Tous les sports de combat n'ont pas le même niveau de dangerosité, et ceci est dû à la présence de facteurs de risques plus ou moins importants qui varient surtout en fonction des limites fixées par le règlement et le respect de son application.

Parmi les nombreux sports de combat recensés dans le monde, un certain nombre se démarquent par leur caractère d'affrontement collectif ce qui est le cas du rugby à XV.

Une analyse des dix facteurs de risques les plus prépondérants dans ce sport permet de mieux mesurer son degré de danger par rapport aux autres activités sportives d'affrontement :

- **Absence d'équipements de protection adaptés aux dangers**  
Tous les sports de combat de duel imposent l'utilisation de dispositifs de protections adaptées aux dangers de l'activité (Ex : *gants de boxe, coquille génitale, protège dents, casque, tapis de progression et de réception, cordes de ring...*)
- **Le porteur du ballon peut recevoir des impacts sur tout le corps, y compris le dos, excepté au-dessus de la ligne des épaules**  
Pour des raisons évidentes de sécurité, aucun sport de combat de duel de plein contact autorise les frappes dans le dos. De plus il est un constat observable dans tous les matchs de rugby que l'interdiction de contact au-dessus de la ligne des épaules n'empêche en rien sa survenue régulière lors de rencontres de tout niveau.
- **Pas de catégories de poids**  
Alors que les sports de combat de duel imposent par soucis de sécurité et d'équité des catégories de poids avec un delta moyen de 6,5 kg entre chaque catégorie, le rugby ne fixe quant à lui aucune limite.
- **Les rugbymen utilisent par définition l'énergie cinétique de leur corps lancé à pleine vitesse de course pour percuter un adversaire également en situation de déplacement ou à l'arrêt**  
L'énergie cinétique générée par la masse d'un ou plusieurs joueurs lancés au pas de course peut occasionner des collisions qui atteignent aisément des niveaux d'impact dépassant très largement le seuil de résistance de zones vitales du corps humain. Le niveau de ces chocs peut ainsi être en tout point comparable à des standards observés lors de collisions dans des accidents routiers.
- **Le porteur du ballon peut être agressé par plusieurs adversaires**  
Ce type d'action est extrêmement dangereuse car difficilement maîtrisable et également absolument contraire au principe d'équité auquel tout sport en France est tenu (*Code d'éthique et de déontologie du sport Français, CNOSF*).  
Le grand danger des agressions multiples (*simultanées ou en chaînes*), est qu'un pratiquant déjà blessé et amoindri par un premier contact violent s'expose à des actions en chaînes (*peu ou non maîtrisées dans le rugby*) qui ne font qu'aggraver un état possiblement déjà critique.  
A cela se rajoute que la puissance des énergies cinétiques des rugbymen qui se percutent (*deux « agresseurs », trois, quatre...*) se retrouve cumulée et concentrée sur un joueur, le porteur du ballon, atteignant ainsi un niveau de chocs qui dépasse l'entendement.

- **Le porteur du ballon ne dispose que d'un bras\* pour assurer la protection des zones vitales de son corps**

Cette particularité n'est observable dans aucun sport de combat de duel, si ce n'est lors de rencontres handisport très encadrées.

*\*L'acte offensif du Porteur du ballon se caractérise par la monopolisation permanente d'au minimum un bras pour assurer le maintien de la balle, ce qui réduit considérablement la capacité du joueur à se protéger des actions hostiles adverses. Le rapport de force est de ce fait inégal car le/les adversaires non touchés par cet « handicap » d'un seul bras opérationnel peuvent quant à eux dédier 100 % de leurs disponibilités mentales et motrices à l'agression du porteur du ballon.*

- **A l'exception de la mêlée, du maul et de la touche, les contenus de formation de la FFR ne sont pas adaptés à la gestion de l'ensemble des situations à risques auxquelles les rugbymen peuvent se retrouver confrontés de façon régulière en match**

Ceci n'est observable dans aucun sport de combat de duel.

La connaissance et la maîtrise technique de gestes et postures codifiées (*Techniques de protection/percussion/projection/...*) constituent le fondement même de la sécurité de la pratique de tous les sports de combat de duel. Des validations d'acquis réguliers permettent l'établissement de niveaux de pratique (*ex : ceintures de couleurs en Karaté*) garants d'une évolution progressive et mesurée vers des formes d'affrontements plus rudes, (*Ex : Les Techniques de clé de bras potentiellement dangereuses, ne peuvent pas être effectuées par un judoka de niveau ceinture jaune*). La codification de l'ensemble des techniques revêt également un caractère indispensable à l'arbitrage. Elle permet une lisibilité et une analyse situationnelle du combat en cours plus efficace :

- par la reconnaissance rapide de ce qui est conforme ou non à la bonne pratique
- par l'identification immédiate d'actions dangereuses

En rugby, le principe d'égalité des chances pendant « l'effort » n'est aucunement respecté car lors d'un duel sportif qui plus est à haut risque, chacun des partis doit pouvoir au départ disposer des mêmes atouts, le minimum requis étant bien évidemment d'être en mesure d'assurer une protection efficace de sa propre intégrité physique. Contre toute « attaque » une « riposte » doit être possible et surtout maîtrisée par l'adversaire qui la reçoit. Dans le cas contraire un pratiquant incapable de se défendre n'aura pas d'autre solution que de subir, et dans le cas du rugby, subir une action potentiellement sévèrement traumatisante ou mortelle.

- **Les rugbymen sont conditionnés à l'exécution de certains gestes et postures pouvant porter gravement atteinte à leur propre intégrité physique et celle de leurs adversaires.**

Les joueurs sont conditionnés prioritairement à la protection du ballon ce qui génère dans le jeu des postures extrêmement dangereuses. Un des exemples régulièrement observables en match typique de cette hérésie est le « Pic-and go », situation d'affrontement où l'attaquant se jettent sans protection, tête la première dans les

jambes des défenseurs lancés au pas de course, exposant ainsi l'extrémité céphalique et la colonne cervicale à des chocs violents.

En d'autres circonstances, un individu pleinement conscient du risque de prendre un coup à la tête aura le réflexe naturel de protéger celle-ci avec ses mains et ses avant-bras. Dans le rugby, le réflexe naturel de protection est perverti au profit de la couverture du ballon surexposant ainsi les pratiquants à d'innombrables chocs indus.

Le propre d'un sport de combat n'est pas de « rajouter du risque » dans la confrontation mais bien au contraire d'apporter aux pratiquants tous les outils et le savoir-faire indispensables à une sécurité accrue.

L'autre particularité qui mérite d'être soulignée est que la motricité du rugbyman est organisée autour d'un mode perceptif inadapté à une protection physique efficace. Ainsi, la prise d'information visuelle vers l'arrière (*pour voir ses coéquipiers*) tout en avançant impose une rotation de la tête ou du corps avant contact.

L'inconvénient de ce type de posture si elle est toujours maintenue lors de la collision est qu'elle surexpose la colonne vertébrale jusqu'à l'extrémité céphalique à des traumatismes favorisés notamment par une nette diminution des capacités de gainage musculaire du corps.

- **Impossibilité d'intervention immédiate de l'arbitre sur des situations et actions dangereuses en cours.**

Lors de combat de Boxe ou de MMA par exemple, si l'arbitre décèle que l'un des combattants est en situation de danger absolu, il peut agir physiquement en conséquence, (*Ex : Interposition d'un arbitre entre deux combattants dont l'un d'eux sans lucidité ne maintient plus de garde efficace face aux frappes adverses ; maintien d'un boxeur qui risque de basculer de l'autre côté des cordes, et tomber du ring ; arrêt d'un boxeur présentant des signes cliniques de commotion ...*

Lors d'un match de rugby, il est impossible de visualiser clairement sur un terrain de plus de 6000 m<sup>2</sup> tous les affrontements qui se succèdent entre le porteur du ballon et les défenseurs ; intervenir physiquement sur une action en cours d'exécution l'est encore moins.

- **Corps arbitral non formé à l'analyse des dangers inhérents au combat**

*Dans le rugby, les gestes et postures dangereuses que les arbitres doivent juger relèvent d'une expertise pour laquelle ils ne sont pas formés (Science du combat au corps à corps et de ses risques traumatologiques)*

La plus importante des règles en rugby concernant la sécurité des pratiquants ([Règle 9 -11](#))\* est par conséquent mise **sous la responsabilité d'arbitres sans compétence pour les juger et les faire appliquer.**

\*9-11) [Jeu déloyal, Jeu dangereux](#) : Les joueurs ne doivent rien faire qui soit imprudent ou dangereux pour autrui. (Les règles du jeu, World Rugby)

En synthèse, ces dix facteurs de risques majeurs qui font partie intégrante du rugby actuel permettent déjà d'apporter sur un plan théorique une idée globale de la dimension potentielle des dangers en présence. Leurs caractéristiques propres laissent entrevoir les modérations possibles. Certains de ces facteurs sont substantiellement régulables, alors que d'autres ne le sont que partiellement ou pas du tout.

Voici une expression qui résume très bien les exigences du combat à haute intensité :  
« *S'entraîner comme on combat, combattre comme on s'entraîne* »

Le phénomène le plus révélateur de la mauvaise régulation des facteurs de risques dans le rugby est qu'il est le seul sport d'affrontement qui autorise en match des actions extrêmement violentes non « répétables » à l'identique à l'entraînement, car consciemment perçues et reconnues par les entraîneurs comme trop accidentogènes. (*Les phases de mêlée, touche et maul sont les seules exceptions*).

Il est important de souligner que ce phénomène n'est observable dans aucun sport de combat de « haute intensité » potentiellement dangereux (*Judo, Lutttes, Boxes, MMA*) ... L'aptitude à accomplir une tâche d'affrontement potentiellement « risquée » passe automatiquement par l'entraînement de celle-ci jusqu'à sa parfaite maîtrise. Ceci n'a d'ailleurs dans les faits rien d'exceptionnel puisque c'est la réalité de toute pratique réclamant l'accomplissement d'un geste efficace.

Dans les sports de percussion à puissance d'impact maximale comme la boxe anglaise professionnelle par exemple, un direct du poing avant pourra sans souci être répété à l'entraînement à pleine puissance et cela à de nombreuses reprises sur son partenaire pour la simple et bonne raison que celui-ci a également de son côté un large panel de solutions techniques pour y répondre et s'en protéger efficacement (*Ex : blocage actif, parade chassée, parade bloquée, esquive ...*).

Il est incontestable que lors de séances d'entraînements de lutte ou judo par exemple, un pratiquant puisse être victime de lésions graves comme une fracture des vertèbres ou du crâne. Cependant hormis des fautes avérées engageant la responsabilité de l'adversaire ou de l'encadrement, l'exceptionnelle survenue de tels traumatismes n'est le fait que d'aléas au caractère vraiment imprévisible justifiant ainsi pleinement le terme ACCIDENTEL, (*ex : Judoka qui suite à l'enchaînement et la répétition de 9 techniques de projection au sol de son partenaire, projette accidentellement lors de la 10<sup>ème</sup> celui-ci sur la tête étant perturbé au beau milieu de l'action par une rupture des ligaments du genoux*).

Dans le rugby, sans présence d'aléas perturbateurs d'ordres internes ou externes (*physiologiques ou environnementaux*) aux caractères imprévisibles, la simple répétition dix fois d'affilée de situations d'affrontements jugées pourtant comme règlementaires en match peut occasionner de graves blessures voire la mort.

On entend souvent dire que la boxe anglaise « Professionnelle » (*Sport extrême*) est plus dangereuse que le Rugby à XV (*amateur et professionnel*), tout comme les activités de montagne, de sports automobiles ou d'équitation. Un éclaircissement sur le sujet doit être établi afin que ce genre de discours ne soit plus encore une fois utilisé par la FFR et World Rugby pour noyer les débats :

- Lorsqu'un boxeur Professionnel (*Capacité Technique, physique et mentale de haut niveau*) monte sur un ring pour combattre, il s'expose dans le pire des cas à :
  - Des actions règlementaires pouvant entraîner au cours de l'affrontement un KO (*Knockout/mise hors de combat par fatigue, douleur, ou perte de conscience (Commotion)*).
  - Des actions accidentelles qui peuvent entraîner la mort.
  - Des actions non règlementaires qui peuvent entraîner la mort.
  
- Lorsqu'un rugbyman (*professionnel ou amateur de tout âge*) rentre sur le terrain, il s'expose dans le pire des cas à :
  - Des actions règlementaires ou plutôt jugées comme telles, pouvant potentiellement entraîner la mort au cours de l'affrontement.
  - Des actions accidentelles qui peuvent entraîner la mort.
  - Des actions non règlementaires qui peuvent entraîner la mort.

L'alpinisme, les sports mécaniques, l'équitation font partie des sports les plus meurtriers au monde. Cependant en Rugby ce n'est pas un imprévu climatique, un aléa mécanique, une chute accidentelle de sa monture, qui peut causer la mort mais une action volontaire humaine non équitable spécifiquement construite pour porter physiquement atteinte à son adversaire ...

L'ensemble des acteurs de ce processus néfaste devrait s'en inquiéter car ceci engage par conséquent :

- La responsabilité des joueurs auteurs de ce type d'actions.
- La responsabilité des éducateurs et entraîneurs qui ne réprimandent pas ce type de technique ou exploitent pleinement ces techniques comme un « savoir-faire » règlementaire.
- La responsabilité des arbitres qui n'appliquent pas le règlement.
- La responsabilité des dirigeants de club.
- La pleine et entière responsabilité de la FFR et de la LNR qui en organisent et assurent le développement et la promotion.

Lorsque deux rochers de plus de 100 kilos se détachent d'une paroi pour s'écraser 5 mètres plus bas à 36 km/h sur un alpiniste, on juge cela comme un accident mortel.

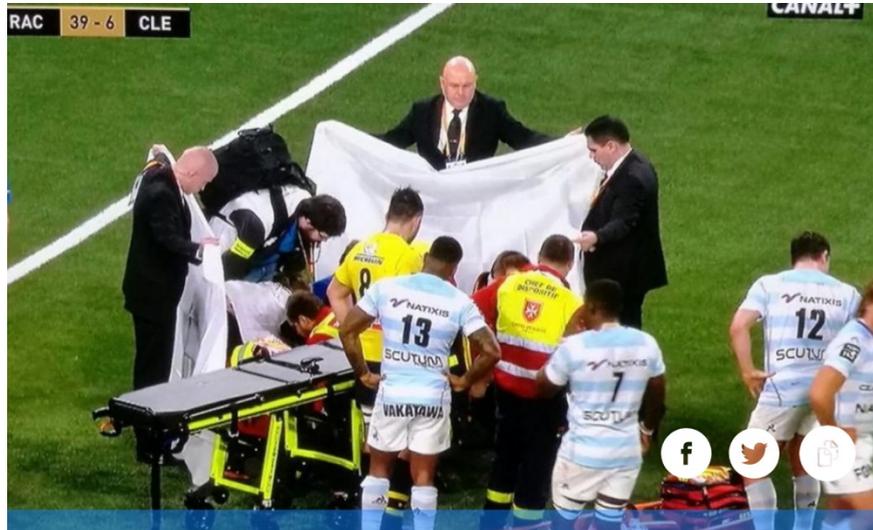
S'il s'avère que ces deux mêmes rochers ont été poussés volontairement par un individu sur un alpiniste, on juge cela comme un homicide.

**Si en rugby le porteur du ballon meurt après avoir subi les collisions volontaires de deux joueurs de plus de 100 kilos lancés à plus de 35km/h, on appelle cela un accident de jeu ...**

Suite à un accident grave sur le terrain qui avait à l'époque défrayé la chronique (*Terrible KO de Samuel Ezéala lors d'un match diffusé en direct à la TV*), le Président de la FFR Mr Bernard Laporte s'était exprimé sur son compte facebook en disant que « **le rugby n'était pas plus dangereux que la pétanque** ».

Ces quelques mots en disent long sur la réelle prise de conscience des dangers de ce sport, et du niveau où se situe les débats ...

**Afin de mieux comprendre sur un plan pratique le niveau d'incohérence totale qui règne dans le rugby, voici pour exemple une analyse précise d'une action de jeu (jugé comme parfaitement réglementaire) qui a causé l'énorme KO de Samuel Ezeala lors du match Racing 92 /Clermont le 07 /01/2018.**



« Tout a été très flou pendant quelques minutes et j'ai vraiment repris pleinement conscience à mon arrivée à l'hôpital »

(Propos de Samuel Ezéala, Journal L'équipe du 16 janvier 2018)

### **Explication de Romain Poite, Arbitre du match**

*A la question la charge de Vakatawa était-elle légale ? :*

« On ne peut rien reprocher au centre parisien qui avait les bras et les coudes collés au corps. », « Rien dans la règle ne justifiait donc l'appel à la vidéo car il n'y a pas eu de geste déloyal de la part du Francilien » (Source, Canal+, Late Rugby Show, le 11/01/2018)



### **Explication du Professeur Jean CHAZAL (neurochirurgien, neuroanatomiste) sur la gravité du traumatisme subit par Samuel Ezéala**

« Pour le cas Samuel Ezeala, s'il n'y avait pas eu un médecin réanimateur sur le terrain, il était mort. Il avait un score de Glasgow à 3, c'est-à-dire un score de traumatologie pré mortem. Le médecin qui est intervenu, Mathieu Abbot, est un de mes élèves. Il l'a réanimé, il lui a mis une perfusion, il l'a massé. Il l'a ramené à la vie mais il a perdu connaissance pendant près de 5 minutes. » (Source, Le figaro, 11/08/2018)

## Analyse de l'action en fonction des critères d'analyse avancés par l'arbitre du match :

« On ne peut rien reprocher au centre parisien **qui avait les bras et les coudes collés au corps.** »,  
(Source, Canal+, Late Rugby Show du 11/01/2018)



De manière factuelle on peut constater qu'avant le contact et lors du contact les bras et les coudes ne sont à aucun moment collés au corps.

## Que dit le règlement World Rugby :



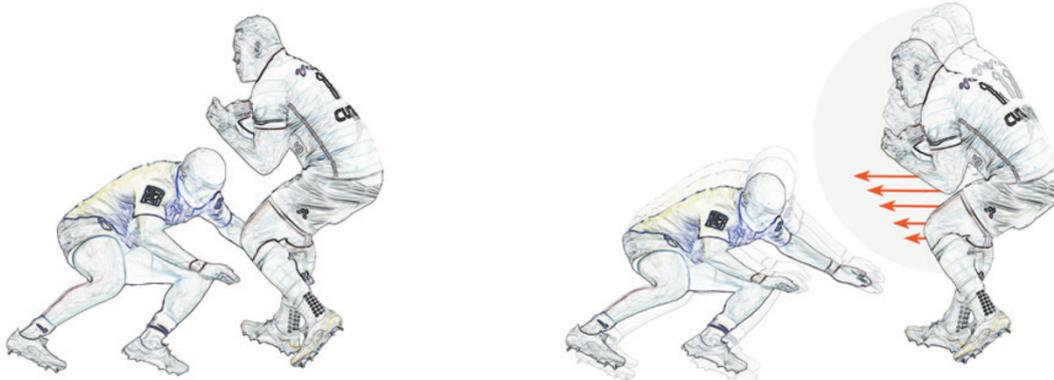
### Plaquage dangereux :

*Il est considéré qu'il y a eu, de la part d'un joueur, un contact dangereux dans le cadre d'un plaquage ou d'une tentative de plaquage, ou dans le cadre d'autres phases de jeu, si le joueur savait ou aurait dû savoir qu'il y avait, quand il est entré en contact avec l'adversaire, un risque d'entrer en contact avec la tête de l'adversaire mais a tout de même effectué ce geste. Cette sanction s'applique même si le plaquage débute au-dessous de la ligne des épaules. Ce type de contact s'applique également à une prise et à un enroulement /une torsion autour de la zone de la tête/du cou, même si le contact a débuté au-dessous de la ligne des épaules.*

### Jeu déloyal, Jeu dangereux :

*Les joueurs ne doivent rien faire qui soit imprudent ou dangereux pour autrui.*

Si l'on se réfère à la règle du **Plaquage dangereux**, quel est le risque avec ce type de technique d'entrer en contact avec la tête ?



Décomposition du Bump (Source, ouvrage « Rugby Combat System », par Lilian Alméras - Amphora)



Nul besoin d'être un expert en rugby pour se rendre compte que le risque de choc à la tête est maximal.

De manière plus détaillée, le caractère évolutif du BUMP (*favorisant toujours un temps d'avance par rapport à son opposant*) permet en se recroquevillant de former une carapace dont les genoux/avant-bras/coudes/épaules constituent des armes redoutables lors de collision.

Un joueur qui est coutumier de cette technique **ne peut ignorer** qu'au moment de sa mise en œuvre il va rentrer **en contact avec la tête** ou même le cou de son adversaire, il en est de même pour l'ensemble des experts de la FFR et de World Rugby.

Ce cas concret permet également de souligner que ce type de technique ne soit jamais utilisé à l'entraînement car les joueurs savent pertinemment qu'ils sont susceptibles de blesser leurs propres partenaires de club transformés pour la circonstance en « adversaires » d'entraînement.

En conclusion, la règle relative au **Plaquage dangereux** n'est pas appliquée.

Si l'on se réfère à présent à la règle du **Jeu déloyal, Jeu dangereux**, quel est le niveau de danger de cette technique sur autrui ?

La quantité d'énergie cinétique atteignable en rugby lors de ce type d'action peut générer des chocs qui dépassent très largement le seuil de résistance de zones vitales du corps humain. *(Risque de commotion cérébrale, paraplégie, tétraplégie, mort)*

A titre d'information, voici ce que peuvent générer dans un combat professionnel de MMA (de façon exceptionnellement rare) des chocs pourtant beaucoup moins puissants que ceux possibles dans le rugby amateur et professionnel.



Sur une technique de coup de genoux sauté, enfoncement du crâne au niveau le plus solide de la boîte crânienne, l'arcade orbitaire.

C'est d'ailleurs de ce type de traumatisme dont a été victime Rémy Grosso lors du match France-Nouvelle-Zélande de juin 2018, mais avec un coup d'épaule ...

En conclusion, la règle relative au **Jeu déloyal, Jeu dangereux** n'est pas appliquée

Parce que le combat est une science, et que le développement de sa pratique de manière sportive ne peut s'improviser, je reprendrai ces quelques mots tirés de mon ouvrage « Rugby Combat System » (Edition Amphora -2018) :

*« Ce ballon ovale que vous saisissez dans les airs impose une maîtrise sans faille des dangers que génère sa possession.*

*Moins de 5 secondes...*

*C'est le temps qu'il faut à l'équipe en position de défense pour venir à votre contact et tenter de stopper, manu militari, votre progression.*

*Quand le combat au corps-à-corps devient inévitable, mieux vaut le maîtriser. »*

Monsieur le Président, depuis des années les voix s'élèvent contre les graves dérives de ce sport. Il est insupportable de se résigner à penser que les nouvelles générations subiront de la même façon que l'actuelle les effets d'un rugby qui peut **de façon totalement anormale ôter la vie** ou porter de façon insidieuse gravement atteinte aux fonctions cérébrales des pratiquants. Sur l'échiquier des fédérations des sports à risques, il est à constater que la FFR se démarque clairement par sa position d'électron libre qui va et vient au gré d'idéaux qui semblent bien éloignés de la santé physique et mentale de leurs pratiquants.

L'extrême gravité des dangers que je signale dans ce sport n'est en aucun cas un postulat mais un constat aussi aisément compréhensible dans sa dimension théorique par tout un chacun, que démontrable sur le terrain avec des joueurs de tout niveau.

Au vu des nombreuses barricades auxquelles j'ai dû faire face jusqu'à présent pour tenter de faire avancer les choses en vain, je ne me fais peu d'illusion sur les réactions de certains responsables du monde de l'ovalie qui pour **couper court à tout débat gênant** s'empresseront à nouveau de dénigrer la véracité de mes propos.

Or il me semble que la charge de la preuve de la sécurité de la pratique revient précisément à ces responsables. A cette fin, les autorités compétentes pourraient les inviter afin de prouver leur bonne foi, à ce qu'il vous propose sans plus attendre de prendre la responsabilité d'organiser à l'échelle nationale et dans tous les clubs amateurs et professionnels, des séances « tests » mettant en œuvre à l'entraînement, la répétition à haute intensité de l'ensemble des situations de jeu que je dénonce et dont je pourrai transmettre à vos services si vous le souhaitez le déroulement complet et détaillé.

Je n'ai toutefois aucun doute et suis rassuré sur la position rationnelle que prendront bien logiquement les spécialistes de l'inspection générale de la jeunesse et des sports et du CNOSF à l'évocation d'une telle organisation, et espère en conséquence qu'ils engageront les mesures appropriées pour que ce dossier « sensible » puisse enfin une bonne fois pour toute être traité comme il se doit.

Le degré d'ignorance exprimé lors de débats publics par les plus hauts référents techniques et responsables de cette discipline en dit long sur les raisons de la mauvaise régulation des dangers de ce sport.

Les propos tenus par le DTN Mr Didier Retière à l'Université Paris-Descartes le 31 janvier 2019 lors du colloque organisé en l'hommage du jeune Nicolas Chauvin mort des suites d'un double plaquage en sont un exemple :

« *Il faut **accepter** que, par moment, les joueurs n'ont pas les moyens de plaquer. L'exemple de mon fils Arthur sur Peceli Yato est révélateur. Je lui ai dit : « À cinq mètres de la ligne, lui lancé contre toi, qu'est-ce que tu peux faire ? » C'est un discours qui doit être porté par les entraîneurs tous les jours ! ..»*  
(Le Rugbynistère 01/02/2019)

=> Peceli Yato 1m96, 120 kg Versus Arthur Retière 1m73, 75kg

Par ces quelques mots, le Directeur Technique National avoue être pleinement conscient qu'un joueur de 75 kg ne peut pas stopper sans risque, un joueur de 120 kg lancé, et que par conséquent **il doit faire le choix de ne pas aller plaquer.**

Qu'en est-il du porteur du ballon de 75 kg pris pour cible par 2 défenseurs de 120 kg lancés sur lui ?

**A-t-il le choix** de ne pas rentrer en collision avec ces 2 mastodontes dont la mission est bien de l'assaillir pour le stopper, en mettant en œuvre des actions combinées possiblement mortelles. Le seul choix radical que puisse avoir actuellement un joueur pour éviter ce type d'action très dangereuse, est de ne plus mettre les pieds sur un terrain de rugby.

Il serait un devoir pour la fédération si rien ne devait changer, que dans le cadre de « la théorie de l'acceptation des risques », ils informent comme il se doit l'ensemble des pratiquants et les parents de jeunes joueurs de la réelle nature des risques encourus. Moi-même parent de jeunes enfants, je n'accepterai pas que l'on me cache une telle réalité.

Monsieur le Président, une régulation acceptable des dangers de la pratique est possible et ceci sans dénaturer l'essence même de ce jeu collectif de combat aux origines séculaires. Elle ne pourra néanmoins se faire que par l'instauration d'une réglementation plus efficace des facteurs de risques trop accidentogènes, complétée par une amélioration significative des contenus de formations dédiés aux phases d'affrontement propres au rugby.

Tout comme les sports de combat de duel (*lutte, boxe...*), le rugby se doit de posséder son propre référentiel de ressources techniques de combat : postures de protection, techniques d'affrontements (*offensives et défensives*), etc., ainsi que des programmes de préparation physique et mentale spécifiquement adaptés aux exigences du jeu.

Dès mes premières interventions en 2009 au sein du Centre National de Rugby de Marcoussis, j'ai entrepris aux côtés de Mr Gérald BASTIDE (*Entraîneur National*) et ses joueurs du pôle France, une analyse précise des situations d'affrontements inhérentes à l'activité, et développé un contenu technique fondamental pour une pratique plus sécuritaire de ce sport. Suite à des années d'immobilisme qui auraient dû voir la mise en place de nouveaux contenus de formation adaptés aux risques du jeu, j'ai informé la FFR qu'il était inacceptable de continuer à mettre en danger de la sorte les pratiquants.

Début 2018, son DTN Mr Didier Retière qui était pleinement conscient des dérives inacceptables qui touchaient ce sport, avait enfin pris la décision de mettre en place une formation dédiée aux phases d'affrontements avec pour objectif son déploiement sur le territoire la saison suivante.

Cette volonté fit l'objet de réunions dont une dernière collective qui fut organisé le 25 avril 2018 dans les bureaux du Centre National de Rugby en présence du DTN et d'experts de la FFR dont **Mr Gérald Bastide**, désigné d'office référent technique sur ce dossier spécial, car seul cadre de la FFR à avoir testé l'ensemble de ma méthode durant 7 ans au CNR de Marcoussis avec les joueurs du pôle France.

*« Lilian pousse au maximum les techniques d'évitement et nous ouvre des perspectives que nous n'avions pas avant lui. Il est très surprenant »*

*(Source, L'Equipe du 28 juin 2018) – **Gérald Bastide** Entraîneur National – FFR)*

*« Ces nouvelles techniques, nous les avons expérimentées avec les jeunes joueurs du pôle France durant 7 ans. Elles permettent d'améliorer très fortement l'efficacité dans le duel offensif et défensif. Elles offrent de nouvelles perspectives technico-tactiques dans la lecture et l'approche des diverses situations : loin du contact, au contact, dans la chute, au sol. Elles renforcent par-dessus tout le mental des joueurs grâce à une meilleure lucidité dans le combat et à l'augmentation du sentiment de compétence à gagner les duels »*

*« La maîtrise de ces nouvelles techniques poursuit un double objectif : celui d'augmenter la sécurité du joueur (fondamental dans l'actualité) et celui de développer son efficacité à avancer (fondamentale dans les principes) »*

*« La découverte et l'enseignement sur une saison apportent des résultats rapides. Toutefois, cela ne suffit pas ! Si nous voulons un vrai changement, il faut enseigner ces techniques régulièrement tout au long de la carrière (de l'école de rugby aux joueurs professionnels) pour en maintenir les bénéfices. Nous pouvons prendre de l'avance sur nos adversaires et améliorer la sécurité du joueur... Il ne reste plus qu'à mettre en place ces INNOVATIONS »*

*(Source, Préface de l'Ouvrage « Rugby combat System » 2018, **Gérald Bastide** Entraîneur National – FFR)*

*« Une révolution copernicienne d'avantage qu'une méthode, propose Lucien Majeau, en charge de la préparation physique des jeunes Perpignanais après avoir longtemps travaillé chez les professionnels de Montpellier. Et qui applaudit à l'évocation de ce guide destiné notamment à se jouer des plaqueurs et à se prémunir au mieux des blessures. Majeau reprend : « Un peu comme Maître Kawaishi (le Japonais qui dans les années 1930, a véritablement popularisé le judo en France en le codifiant à l'occidentale) Lilian a classifié des solutions pour répondre à des situations d'opposition. Ce qu'il a mis en place fonctionne, change de la motricité usuelle historique et est facile à enseigner. »*

*(Source, L'Equipe du 28 juin 2018 – Lucien Majeau, Préparateur physique/Coordinateur de formation/Formateur chez USAP Formation. Ancien Préparateur & responsable des warm-up (combat) et assistant analyste vidéo auprès du groupe professionnel du Montpellier Hérault Rugby)*

Que penser de la méthode que propose Lilian Alméras ?

« C'est vraiment scotchant, surprenant, incroyable », « J'avais déjà assisté à des séances d'entraînement avec des jeux de combat auxquels les rugbymen devaient s'adapter, mais jamais avec un gars qui adaptait au rugby son savoir en lutte, en judo ou autres arts martiaux. C'est la grande différence entre Lilian et les autres. Avec lui on peut imaginer que le jeu devienne moins dangereux, plus consistant, plus rapide, car les gars seraient moins stoppés, moins bloqués. Plus on est fort au contact, dans les zones de combat, plus le ballon sort rapidement »

(Source, L'Equipe du 28 juin 2018 – Marc Dalmaso, ancien joueur international, entraîneur et consultant d'équipes Internationales et Professionnelles (Japon, Angleterre, Nouvelle Zélande- Highlanders, ...))

**Le 20 mai 2018, soit moins d'un mois après l'établissement du projet de formation précité dédié aux phases d'affrontements, le décès tragique d'un jeune rugbyman de 17 ans a mis totalement fin à sa mise en place. La raison de ce changement de direction pour le moins radical, demeure encore à présent sans explication « officielle » de la part du DTN Mr Didier Retière et du Président de la Fédération Française de Rugby, Mr Bernard Laporte.**

Je n'ai aucun doute sur le fait que vous comprendrez monsieur le Président les raisons graves pour lesquelles je suis à présent contraint et forcé de me tourner vers vous.

Ce courrier a pour but d'organiser un débat constructif dans les meilleurs délais entre les spécialistes du rugby français, l'inspection générale de la jeunesse et des sports et un collègue d'experts indépendants dont le souhait est d'aboutir à une régulation acceptable des risques de ce sport et cela pour le bien de l'ensemble des pratiquants de notre pays.

De nombreux médias sont déjà au courant depuis un moment de ce que je vous ai présenté. Certains d'entre eux n'en ont divulgué, par le passé, que de petits points dans l'expectative de réactions des instances dirigeantes concernées, alertées, et muettes.

Aussi garderai-je dans l'attente de votre retour Monsieur le Président, l'existence de ce courrier totalement confidentiel.

En ce début d'année 2022, je ne puis terminer cette lettre sans vous présenter mes meilleurs vœux de santé et de ténacité dans vos engagements sanitaires pris, pour le bien de tous nos concitoyens.

Vous remerciant pour l'intérêt que vous porterez à ma demande, je vous prie d'agréer, Monsieur le Président de la République, l'expression de mes sentiments très respectueux.

Lilian Alméras



- Retraité de l'armée Française
- Expert dans les systèmes et stratégies du combat rapproché
- Ancien chef adjoint de la cellule sport de combat des armées au Centre National des sports de la Défense
- Formateur de formateurs en Sports de combat et Techniques d'interventions opérationnelles rapprochées (Brevet n°20)
- Formateur de formateurs en entraînement physique militaire et sportif (Brevet n°110)
- Intervenant pour le sport de haut niveau notamment auprès de la FFR de 2009 à 2016
- Rédacteur en 2018 de l'ouvrage « Rugby combat System » (Amphora)