

RÈGLES DE JEU

MINI FLAG-FOOTBALL | SAISON 2025-2026

1. SURFACE DE JEU

1.1 DIMENSION DU TERRAIN

- Longueur : 60 verges
- Largeur : 20 verges

1.1.1 ZONE DE BUT

La zone de but doit avoir une profondeur minimum de sept (7) verges et maximum de dix (10) verges.

1.1.2 ZONE D'INTERDICTION DE COURSE

La zone d'interdiction de course doit être identifiée à cinq (5) verges de chaque ligne des buts.

Des cônes doivent être apposés à chaque extrémité des zones.

2. ÉQUIPEMENT

2.1 UNIFORME

Les joueurs d'une même équipe doivent porter un chandail de couleur uniforme. Si les deux équipes arrivent sur le terrain avec des chandails qui portent à confusion, l'équipe identifiée comme receveur (2e sur l'horaire) doit changer de chandail ou porter des dossards.

2.2 ÉQUIPEMENT DU JOUEUR

Les joueurs doivent avoir leur chandail rentré dans leur culotte en tout temps. De plus, chaque joueur doit porter une culotte de couleur unie, sans poche

Obligatoire

- Les « flags »

Le « flag » doit obligatoirement mesurer 2 " x 22 ".

La partie supérieure (2 " x 8 ") doit être blanche et la partie inférieure (2 " x 14 ") doit être en tissu d'une couleur distincte des culottes. Ils doivent être portés à l'extérieur de la culotte à l'exception de la partie supérieure (blanche), portée à l'intérieur de la culotte.

Chaque joueur doit avoir deux « flags ». Les « flags » doivent être portés de chaque côté, à la hauteur des hanches, la section blanche à l'intérieur de la culotte et l'autre partie à l'extérieur. L'arbitre devra être en mesure de voir en tout temps une partie de la section blanche du porteur de ballon. Autrement, une protection de « flag » sera appelée.

- Le protecteur buccal

Autorisé

- Les crampons en caoutchouc sont autorisés. **Veillez noter que les crampons seront vérifiés avant chaque partie.**

Interdit

- Pantalon avec poche, cordons extérieurs à la taille, ceintures et des flags à velcro. Il n'est pas permis à un joueur de participer à un match en recouvrant ses poches de ruban adhésif.
- Les bijoux (collier, montre, bague, boucle d'oreille, etc.)
- Les chaussures à crampons de métal ou de plastique usés sont défendues.

2.3 BALLON DE JEU

Chacune des équipes doit avoir un ballon de grosseur junior. L'équipe offensive a la possibilité de choisir son ballon.

3. RÈGLES DE JEU

3.1 TIRAGE AU SORT EN DÉBUT DE MATCH

3.1.1 Avant le début du match, l'arbitre réunit les capitaines des deux équipes pour un tirage au sort. L'équipe gagnante a le choix de prendre possession du ballon immédiatement ou d'attendre à la deuxième demie.

3.1.2 Durant les éliminatoires, l'équipe qui a la meilleure fiche est considérée comme ayant gagné le tirage au sort. Le choix lui est donc offert.

3.2 SYSTÈME DE POINTAGE

3.2.1 Touché : six (6) points

3.2.2 Converti d'un (1) point : ballon mis en jeu à la ligne de cinq (5) verges

3.2.3 Converti de deux (2) points : ballon mis en jeu à la ligne de dix (10) verges

3.2.4 Touché de sûreté : deux (2) points

Note : Il n'y a pas de retour de converti lors d'une interception.

3.3 NOMBRE D'ESSAIS/POSSESSION

3.3.1 Il n'y a pas de botté d'envoi. L'équipe débutant avec la possession du ballon commence à sa ligne de cinq (5) verges et a quatre (4) essais pour franchir le milieu du terrain. Lorsque le milieu est atteint, quatre (4) nouveaux essais sont accordés pour franchir la ligne des buts et marquer un touché. Si l'équipe ne réussit pas à marquer un touché, l'autre équipe prend possession du ballon à sa ligne de cinq (5) verges. Un premier jeu automatique résultant d'une pénalité a préséance sur toute série de quatre (4) essais.

3.3.2 Si une équipe ne réussit pas à atteindre le milieu du terrain, l'autre équipe prend possession du ballon à sa ligne de cinq (5) verges.

3.3.3 Tout changement de possession commence à la ligne de cinq (5) verges, sauf en cas d'interception.

3.3.4 Les équipes changent de côté pour la deuxième demie.

3.4 COURSES

3.4.1 Pour amorcer un jeu, le ballon doit être remis entre les jambes du joueur de centre. Le ballon est en jeu à partir du moment où celui-ci est levé du sol.

3.4.2 Le centre est le joueur qui remet le ballon au quart-arrière. Le quart-arrière ne peut redonner immédiatement le ballon au centre.

3.4.3 Le quart-arrière est celui qui reçoit le ballon directement du centre.

3.4.4 Le quart-arrière ne peut pas courir avec le ballon au-delà de la ligne de mêlée.

3.4.5 Pour effectuer une remise en jeu, il doit y avoir un joueur immobile de chaque côté du joueur de centre sur la ligne de mêlée.

3.4.6 Plusieurs remises de ballon sont autorisées derrière la ligne de mêlée. Le joueur qui reçoit le ballon par une remise arrière ou latérale peut ensuite effectuer une passe avant de traverser la ligne de mêlée. Si la remise est faite vers l'avant, il ne peut y avoir d'autre passe-avant d'effectué. Ces échanges sont considérés comme une course.

3.4.7 Les remises au-delà de la ligne de mêlée ne sont pas permises.

3.4.8 Les « zones d'interdiction de course » sont situées à cinq (5) verges de chaque ligne des buts. Lorsque le ballon est dans la « zone d'interdiction de course » (à cinq (5) verges ou moins de la ligne des buts adverses), les courses ne sont pas permises.

3.4.9 Tout joueur défensif peut traverser la ligne de mêlée et effectuer la poursuite dans les cas suivants :

- s'il y a une remise ;
- s'il y a une feinte de remise ;
- s'il y a une course.

• ~~S'il y a un demi.~~

3.4.10 Il est permis de pivoter. Par contre, il est interdit de sauter ou de plonger afin d'éviter un joueur défensif.

3.4.11 Le ballon est placé à l'endroit des hanches du porteur de ballon et non à l'endroit où le ballon se trouve au moment de la perte du « flag ».

3.5 ARRÊTS DE JEU

3.5.1 Le jeu est déclaré mort lorsque :

- un arbitre siffle;
- le « flag » du porteur de ballon est retiré ou devient illégal;
- le porteur de ballon est hors limite;
- des points (touchés ou touchés de sûreté) sont marqués;
- toute partie du porteur de ballon, sauf la main libre ou le pied, touche au sol.

3.5.2 Si le « flag » du porteur de ballon tombe, le jeu est mort et le ballon est placé à l'endroit indiqué où le « flag » est tombé.

3.5.3 Un joueur dont le « flag » serait tombé peut recevoir une passe, mais le jeu sera immédiatement arrêté.

Note : Le jeu est mort lorsque le ballon est échappé. Le ballon est remis en jeu à l'endroit des hanches du porteur de ballon au moment où celui-ci a échappé le ballon.

3.6 PRESSION SUR LE QUART-ARRIÈRE

3.6.1 Tout joueur faisant pression sur le quart-arrière doit se trouver à au moins sept (7) verges de la ligne de mêlée au moment où le ballon est mis en jeu. Il n'y a pas de limite au nombre de joueurs qui exercent de la pression sur le quart-arrière. Les joueurs qui ne le font pas peuvent se placer à une (1) verge de la ligne de mêlée. Lorsqu'une remise a lieu ou qu'une feinte de remise ou une feinte de course est effectuée, la règle des sept (7) verges n'est pas appliquée et tous les joueurs de la défense peuvent aller derrière la ligne de mêlée.

3.6.2 L'arbitre ou un marqueur désigne la distance de sept (7) verges de la ligne de mêlée.

Rappel : Les blocs et les plaqués sont interdits.

3.7 PÉNALITÉS

3.7.1 Les arbitres peuvent déterminer si un contact résultant du jeu est accidentel ou non.

3.7.2 Seul l'entraîneur en chef d'une équipe est autorisé à parler à l'arbitre au sujet de l'interprétation ou de la clarification d'un règlement. Les joueurs et les autres entraîneurs ne peuvent contester les décisions de l'arbitre.

3.7.3 Une partie ne peut pas se terminer sur une pénalité de l'équipe défensive, à moins que l'équipe à l'attaque ne décline la pénalité.

Pénalités défensives

- Hors-jeu : cinq (5) verges et reprise de l'essai (pénalité à option) ;
- Interférence (obstruction d'une passe) : premier jeu automatique au point d'infraction (minimum dix (10) verges) ;
- Contact illégal (avoir retenue, blocage, etc.) : cinq (5) verges et premier jeu automatique (pénalité à option) ;
- Prise de « flag » illégale (avant que le receveur ne touche le ballon) : cinq (5) verges du point d'infraction et premier jeu automatique ;

- Hors-jeu rusher (poursuite du quart-arrière amorcée à moins de sept (7) verges) : cinq (5) verges et reprise de l'essai (pénalité à option) ;
- Substitution illégale (lorsqu'un joueur entre en jeu après que l'arbitre ait sifflé la reprise du jeu) : Pénalité à option pour l'équipe non-fautive, **cinq (5)** verges de pénalité et reprise de l'essai et/ou décline la pénalité et poursuite d'essai.

Pénalités offensives

- Retarder la partie (trop de temps dans le caucus) : cinq (5) verges et perte d'essai ;
- Substitution illégale : cinq (5) verges et **reprise de l'essai** (pénalité à option) ;
- Procédure illégale (Joueur non-immobile aux côtés du centre) : cinq (5) verges et **reprise de l'essai** (pénalité à option) ;
- Hors-jeu : cinq (5) verges et reprise de l'essai ;
- Mise en jeu illégal : (**remise qui tombe au sol ou n'est pas effectuée entre les jambes**) : **perte d'essai (ballon remis à la ligne de mêlée)** ;
- Joueur hors du terrain (si un joueur sort du terrain, il ne peut pas revenir et capter une passe) : perte d'essai ;
- Passe-avant illégal : **arrêt du jeu au point d'infraction** et perte d'essai ;
- Obstruction offensive (empêcher un joueur de l'équipe adverse de se rendre au porteur du ballon, contact visant à repousser ou éloigner le défenseur) : cinq (5) verges et perte d'essai ;
- Protection du « flag » : **arrêt du jeu au point d'infraction** ;
- Interférence : perte de ballon et reprise de l'équipe adverse à l'endroit de l'infraction.

Rudesse involontaire

- quinze (15) verges et premier jeu automatique (rudesse défensive)

Conduite antisportive

- quinze (15) verges

3.8 CONDUITE RÉPRÉHENSIBLE/RUDESSE

3.8.1 Si l'arbitre remarque tout acte de contact volontaire, plaquage, coup de coude, blocage ou toute conduite répréhensible, le joueur est expulsé du tournoi. Aucune conduite déloyale n'est tolérée.

3.8.2 Aucun langage vulgaire n'est autorisé (langage susceptible d'être injurieux envers les arbitres, les équipes, les joueurs et entraîneurs adverses ou les spectateurs). Les arbitres ont le droit de déterminer le langage injurieux. Si l'arbitre perçoit un langage offensant, il donne un avertissement. Si le joueur ou l'entraîneur récidive, il est expulsé de la partie.

3.8.3 Aucun entraîneur n'a le droit de pénétrer dans les limites du terrain pour s'adresser aux joueurs ou à l'arbitre à moins que ce dernier l'ait préalablement autorisé à le faire. À la première offense, l'arbitre décerne un avertissement. S'il y a récidive, l'arbitre peut expulser l'entraîneur. S'il perçoit une menace ou une attitude agressive à la première offense, l'arbitre peut directement expulser l'entraîneur fautif. Toute équipe n'étant pas accompagnée d'un adulte responsable au banc des joueurs ne peut poursuivre le match.