



Règlement Flag Football 2011

Sommaire		Page
Article 1	Déroulement	2
Article 2	Nombre, sexe et âge des joueurs	2
Article 3	Temps du jeu.....	3
Article 4	Ballon mort.....	3
Article 5	Engagement	4
Article 6	<i>Rushing</i> sur le <i>quarterback</i>	4
Article 7	Course	4
Article 8	Passes	5
Article 9	Pénalités.....	5
Article 10	Pénalités défensives	6
Article 11	Pénalités offensives.....	6
Article 12	Comportement répréhensible – Avertissement	7
Article 13	Points	7
Article 14	Equipement du joueur	7
Article 15	Equipement de l'arbitre	8
Article 16	Les dimensions du terrain	8
Article 17	Arbitrage	9
Article 18	Signaux d'arbitrage.....	10
Article 19	Finale et <i>playoffs</i>	11
Article 20	Points de classement.....	12
Glossaire		13

Article 1 - Déroulement

- 1.1 Les capitaines de chaque équipe s'avancent au centre du terrain.
- 1.2 Un lancer de monnaie détermine la possession du ballon. Le gagnant à le choix entre la possession du ballon ou le côté du terrain qu'il désire défendre.
- 1.3 Les rôles et les côtés de terrain changent à la second mi-temps (après les premières 20 minutes).
- 1.4 Il n'existe pas de kick-off.
- 1.5 L'équipe attaquante prend possession du ballon à ses *5 yards line* et il a 4 *plays* pour traverser le milieu du terrain. Une fois que l'équipe passe le milieu du terrain il a de nouveau 4 *plays* pour marquer un *touchdown*. Après avoir marqué, l'attaque à le choix entre essayer de mettre 1 *extra point* à partir de la *5 yards line* adverse sans course ou 2 *extra points* à partir de la *12 yards line* adverse. Si l'attaque échoue, le ballon change de possession et la nouvelle équipe attaquante revient sur ses *5 yards line*.
- 1.6 Le *first down* est automatiquement accordé à l'attaque en cas de faute défensive mentionnée.
- 1.7 Tous les changements de possession du ballon recommencent au *5 yard line* offensif, excepté les interceptions.

Article 2 - Nombre, sexe, et âge des joueurs

- 2.1 Une équipe officiel ne peut être constitué de plus de 12 joueurs (5 sur le terrain et 7 remplaçants).
- 2.2 L'équipe peut jouer avec un minimum de 4 joueurs sur le terrain (dues aux blessures). Si moins, elle perd le jeu par forfait.
- 2.3 Le sexe du joueur ne fait aucune différence sur le terrain et dans ce règlement.
- 2.4 L'âge des joueurs doit correspondre à sa catégorie de jeu :

de 7 à 12 ans :	Equipe Mini	(Ballon : Taille B)
de 13 à 16 ans :	Equipe Juniors	(Ballon : Taille B)
plus de 16 ans :	Equipe Elite	(Ballon : Taille A)
- 2.5 Un joueur d'une catégorie inférieure peut jouer un match/une saison avec une équipe d'une catégorie supérieure grâce à l'accord de son représentant légal. L'inverse est interdit.

Article 3 - Temps du jeu

- 3.1 Le jeu dure 40 minutes (2 mi-temps de 20 minutes chacune). Chronométré par le *white cap*.
- 3.2 Le chronomètre s'écoule normalement, excepté les 2 dernières minutes de chaque mi-temps, appelé « temps officiel » : Le chronomètre s'arrête si le porteur du ballon sort du jeu ou qu'une passe est incomplète. Le temps officiel ne s'arrête pas après chaque *play*. Cela permet aux joueurs d'apprendre à gérer son temps de jeu comme au football.
- 3.3 Les arbitres peuvent arrêter le chronomètre à leur discrétion.
- 3.4 Chaque équipe a deux temps mort de 60 secondes par mi-temps. Ils ne peuvent pas les accumuler d'une mi-temps à l'autre, ni au temps de jeu réglementaire.
- 3.5 Les temps mort peuvent être demandé seulement par un joueur sur le terrain.
- 3.6 Le chronomètre s'arrête pendant la durée d'un temps mort.
- 3.7 Le chronomètre s'arrête pour avertir les 2 dernières minutes de jeu de chaque mi-temps.
- 3.8 La période entre les mi-temps est de 5 minutes.

Article 4 - Ballon mort

- 4.1 L'échange de joueurs peut se faire seulement quand le ballon est mort.
- 4.2 Le jeu est mort lorsque :
 - un arbitre a sifflé.
 - le porteur du ballon s'est fait arracher son *flag* ou sorti des limites du terrain (pied sur la ligne).
 - quelqu'un a marqué (mis des points).
 - une partie du corps du porteur du ballon, autre que ses pieds ou ses mains, a touché le sol.
- 4.3 Si un des *flags* du porteur du ballon tombe tout seul le jeu est sifflé, considéré mort et il recommence à l'endroit où le *flag* est tombé.
- 4.4 Un joueur est inéligible si un de ses *flags* est tombé.
- 4.5 Les *fumbles* sont des ballons morts. Le ballon sera remis à l'endroit où il a échappé au porteur du ballon. Si cela se passe pendant un *snap*, il sera remis à la *line of scrimmage* au *down* suivant.

Article 5 - Engagement

- 5.1 L'attaque a 30 secondes, après le coup de siffler de remise en jeu, pour engager le ballon. Après ce laps de temps, elle perd son down et 5 yards de pénalité.
- 5.2 Le ballon est remis en jeu à l'endroit où le porteur du ballon a ses pieds lorsque le jeu est mort.
- 5.3 Le ballon est toujours remis en jeu au milieu de la largeur du terrain.
- 5.4 Pour l'engagement, l'attaque doit récupérer le ballon du sol par un *snap*.
- 5.5 Le *quarterback* doit respecter une seconde de pause à l'attaque avant le *snap*.
- 5.6 Un seul joueur peut se déplacer latéralement (motion) avant le *snap*.
- 5.7 Le *snapper* ne peut pas reprendre le ballon directement du *quarterback*.
- 5.8 Les longs *snaps* et les *shutguns* sont autorisés.
- 5.9 Aucun joueur ne peut se trouver dans la zone neutre (resp. la *line of scrimmage*) avant le *snap*. Excepté la main du *snapper* et au maximum l'avant de sa tête.

Article 6 - Rushing sur le quarterback

- 6.1 Les joueurs défensifs qui veulent *rusher* doivent être au minimum 7 yards derrière la *line of scrimmage* avant le *snap*. Le nombre de joueurs qui *rushent* est indéfini.
- 6.2 Le *white cap* doit matérialiser l'emplacement de ces sept yards à chaque *play*.
- 6.3 Les autres joueurs défensifs doivent défendre derrière la *line of scrimmage*.
- 6.4 Dès qu'il y a une distribution ou une feinte de distribution du ballon, la règle des 7 yards n'existe plus et n'importe quel défenseur peut passer la *line of scrimmage*.
- 6.5 Tous *blocks* et *tackles* sont strictement interdit.**

Article 7 - Course

- 7.1 Le *quarterback* n'a pas le droit de courir au-delà de la *line of scrimmage* avec le ballon, sauf si celui-ci a été distribué et ensuite remis au *quarterback*.
- 7.2 L'attaque peut distribuer plusieurs fois le ballon de mains en mains derrière la *line of scrimmage*, mais seulement en arrière et latéralement.
- 7.3 Les *tosses*, *pitches* et *sweeps* sont autorisés.
- 7.4 L'attaquant qui a reçu le ballon avant la *line of scrimmage*, peut faire une passe en avant, derrière celle-ci.
- 7.5 Les feintes du porteur du ballon sont autorisées (tèl que tournoiement, déplacement latéral), mais il ne doit ni sauter, ni plonger pour gagner du terrain (seulement pour le ballon).

- 7.5 Une fois que le porteur du ballon passe la *line of scrimmage*, il ne peut plus redistribuer le ballon.
- 7.6 L'attaque qui se situe sur la ligne ou à l'intérieur de sa *no running zone* (5 yards avant sa zone d'en-but) ne peut plus effectuer de course.

Article 8 - Passes

- 8.1 Le *quarterback* a 7 secondes pour distribuer le ballon. Après ce laps de temps, le jeu est considéré mort avec perte de down et remise du ballon 5 yards derrière le dernier emplacement.
- 8.2 Une seule passe en avant est autorisée, depuis l'arrière de la *line of scrimmage*, par *down*.
- 8.3 Tous les joueurs sont éligibles pour recevoir une passe, mais il doit y avoir un pied dans le terrain pour réceptionner le ballon.
- 8.4 Les interceptions changent la possession du ballon.
- 8.5 Les interceptions peuvent parvenir à un *touchdown*.
- 8.6 Les interceptions qui se passent et qui restent dans la zone d'en-but sont remis au 5 *yards line* de l'équipe qui a intercepté. Si par contre l'intercepteur (porteur du ballon) sort de la zone d'en-but, c'est à l'endroit où le jeu meurt que le ballon est remis. Si le joueur revient dans la zone d'en-but et que le jeu meurt à ce moment-là, la situation se résulte par un *safety* (2 points) pour l'autre équipe.

Article 9 - Pénalités

- 9.1 Toutes les pénalités sont de 5 yards, de 10 si elles ont été faites intentionnellement (le *down* est répété s'il n'est pas mentionné autrement). Elles sont examinées depuis la *line of scrimmage*.
- 9.2 Toutes les pénalités peuvent être décliné, excepté les faux départs, les retards de jeu et celles qui concerne l'habillement d'un joueur ou/et son comportement. Le capitaine de l'équipe qui veut décliner une pénalité, doit se manifester dès qu'il la remarque.
- 9.3 Les pénalités n'excèdent pas la moitié de la distance de la ligne d'en-but de l'équipe adverse à la *line of scrimmage*.
- 9.4 Les arbitres déterminent les contacts accidentels qui résultent au déroulement du jeu (ballon et déflagage).
- 9.5 Seuls les capitaines sont autorisés à poser des questions sur l'interprétations et la clarification de la faute. Personne ne peut reprocher le jugement des arbitres.
- 9.6 Le jeu ne peut se terminer sur un pénalité de la défense, seulement si l'attaque la décline.
- 9.7 Les pénalités après une interception sont examinées après que la course soit terminée et/ou le jeu est sifflé.

Article 10 - Pénalités défensives

- 10.1 Hors jeu – 5 yards.
- 10.2 Remplacement illégal – 5 yards / 10 yards si intentionnel (si des joueurs entrent sur le terrain après le coup de sifflet annonçant le commencement du jeu. Par ex. pour tromper l'adversaire ; avoir 6 hommes ou plus sur le terrain).
- 10.3 Signaux distractifs – 5 yards (par ex. signaux pour distraire ou simuler le *snap*).
- 10.4 Interférer avec l'opposant ou le *snap* – 5 yards.
- 10.5 *Rushing* illégal – 5 yards (quand un joueur commence à *rusher* à l'intérieur du marquage des 7 yards).
- 10.6 Passe interférence – 5 yards et *first down* automatique.
- 10.7 Contacte illégal – 5 yards / 10 yards si intentionnel avec avertissement et *first down* automatique (excepté ballon, flag).
- 10.8 Déflagage illégal – 5 yards / 10 yards si intentionnel et *first down* automatique.

Article 11 - Pénalités offensives

- 11.1 Protection des *flags* – 5 yards (par ex. la main du coureur descend plus bas que ses hanches) / 10 yards si intentionnel avec avertissement.
- 11.2 Retard du jeu – 5 yards et perte d'un *down* (30 secondes *snap* et 7 secondes *pass*).
- 11.3 Remplacement illégal – 5 yards / 10 yards si intentionnel.
- 11.4 Mouvement illégal – 5 yards (par ex. plus d'une personne se déplace).
- 11.5 Snap illegal – 5 yards.
- 11.5 Faux départ – 5 yards.
- 11.6 Maintien illégal de l'attaque – 5 yards / 10 si intentionnel.
- 11.7 Saut / plongeon illégal – 5 yards (excepté ballon, flag).
- 11.8 Joueur sorti du jeu illégalement – 5 yards (par ex. un joueur sort du jeu et retourne sur le terrain).
- 11.9 Passe en avant illégal – 5 yards et perte d'un *down*.
- 11.10 Passe interférence – 5 yards et perte d'un *down*.
- 11.11 Course à l'intérieur de la « *no running zone* » est une perte de *down* et recommence au dernier emplacement.

Article 12 - Comportement répréhensible – Avertissement

- 12.1 Toute personne excédent un avertissement est expulsée du jeu. Le jeu recommence quand cette/ces personne(s) ne peut(vent) plus influencer le jeu.

Article 13 - Points

- 13.1 *Touchdown* = 6 points.
- 13.2 *Extra point* = 1 point à 5 yards (*sans course*) et 2 points à 12 yards.
- 13.3 *Safety* = 2 points et remise du ballon au *5 yards line* de la défense qui a marqué.
- 13.4 Lors d'un *extra point* (transformation), une interception qui se termine dans la zone d'en-but adverse, procure 2 points à la défense et la possession du ballon à ses *5 yards line*.

Article 14 - Equipement du joueur

- 14.1 Protège-dents obligatoire
- 14.2 Casquette à l'envers ou bandanas autorisées.
- 14.3 Maillot numéroté identique pour toute l'équipe (si les deux équipes opposantes ont des couleurs de maillot similaires, le perdant du lancer de monnaie peut choisir son maillot). Il ne doit pas gêner les *flags* (sinon « protection des *flags* » automatique).
- 14.4 Short ou training (identique pour toute l'équipe), sans poches, zips, boutons. Il doit être d'une couleur différente des *flags*.
- 14.5 Lunettes de soleil interdites. Tout port d'appareil médical est autorisé uniquement avec justificatif en début de saison.
- 14.6 Piercing et bijoux interdits.
- 14.7 Le système des *flags* peut varier (pop-up ou scratch) mais doit être le même pour les deux équipes qui s'affrontent. Il doit être composé d'une ceinture dont la languette est rangée et deux *flags* (de couleur unie pour la même équipe) qui s'accrochent au niveau des hanches.
- 14.8 Gants autorisés.
- 14.9 Jeu à l'intérieur : baskets ; Jeu à l'extérieur : baskets ou chaussures à crampons sans métal.
- 14.10 Aucune protection ou casque n'est autorisée, excepté prescription médicale avec justificatif.
- 14.11 Les arbitres doivent effectuer des contrôles avant chaque compétition.

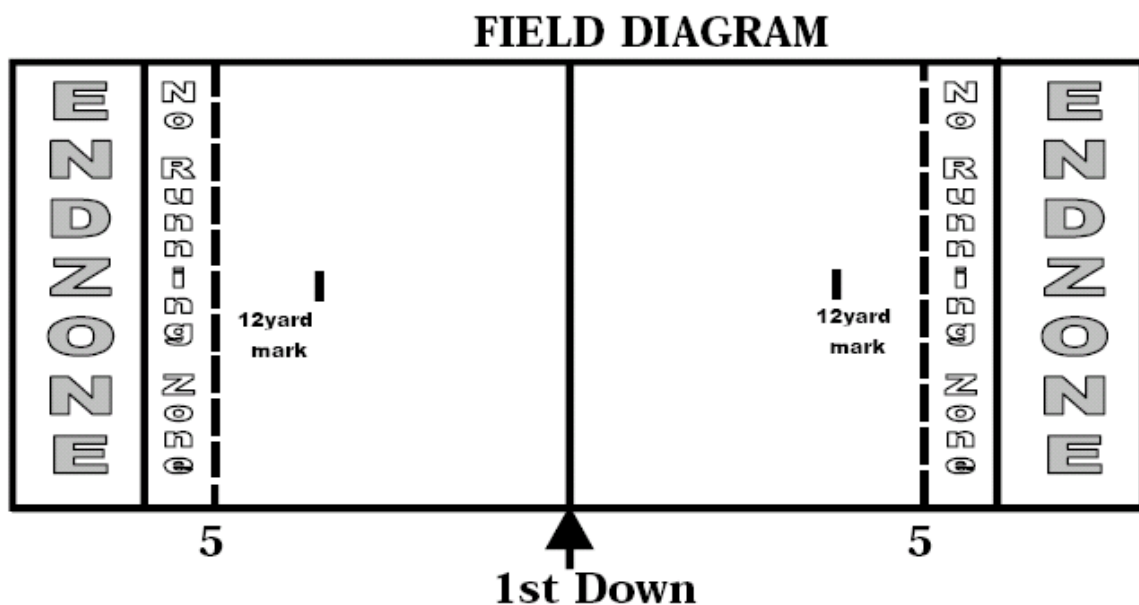
Article 15 - Equipement d'arbitre

15.1 L'arbitre doit être muni de :

- une casquette « white cap » et 2 autres casquettes unis.
- trois sifflets.
- trois *flags* (mouchoir en tissu jaune lourd).
- un petit sac de riz (progressions).
- maillot rayé noir et blanc verticalement.
- chaussures à crampons non métalliques.
- deux chronomètres.

15.2 Les arbitres doivent avoir une allure exemplaire pour les autres participants. Ils ne peuvent ni manger ni boire pendant le temps du jeu. Idem pour la *chain crew*.

Article 16 - Les dimensions du terrain



16.1 Lors d'une compétition internationale les dimensions sont toujours 30 sur 60 yards. Ceci comprend les 10 yards des zones d'en-but.

16.2 Selon la localité les dimensions peuvent être ajustées mais ne peuvent excéder :

- la longueur : Entre 60 et 80 yards.
- la largeur : Entre 20 et 30 yards.
- les zones d'en-but : Maximum 10 yards en profondeur, minimum 7 yards.

16.3 La « *no running zone* » : Doit être marqué à 5 yards de chaque zone d'en-but.

16.4 Le *white cap* est responsable des dimensions du terrain avant chaque match.

Article 17 - Arbitrage

- 17.1 L'arbitre doit toujours rester mobile sur le terrain en fonction de la progression du jeu ou/et du développement de l'action.
- 17.2 Trois arbitres officiels sont obligatoires pour permettre de jouer un jeu. Dont un *white cap* officiel, qui est responsable du bon déroulement du sport et de l'harmonie des participants.
- 17.3 Leurs missions sont :

Le *white cap* :

- Vérifier les dimensions du terrain et l'équipement des joueurs
- Chronomètre le temps de jeu
- Suivre la progression du jeu
- Matérialiser les *7 yards line* à chaque *play*
- Remettre le ballon en jeu
- Inscrire le score
- Contrôler les *rushs*
- Contrôler les réceptions ou interceptions
- Contrôler le nombre de joueurs attaquant

L'assistant arrière :

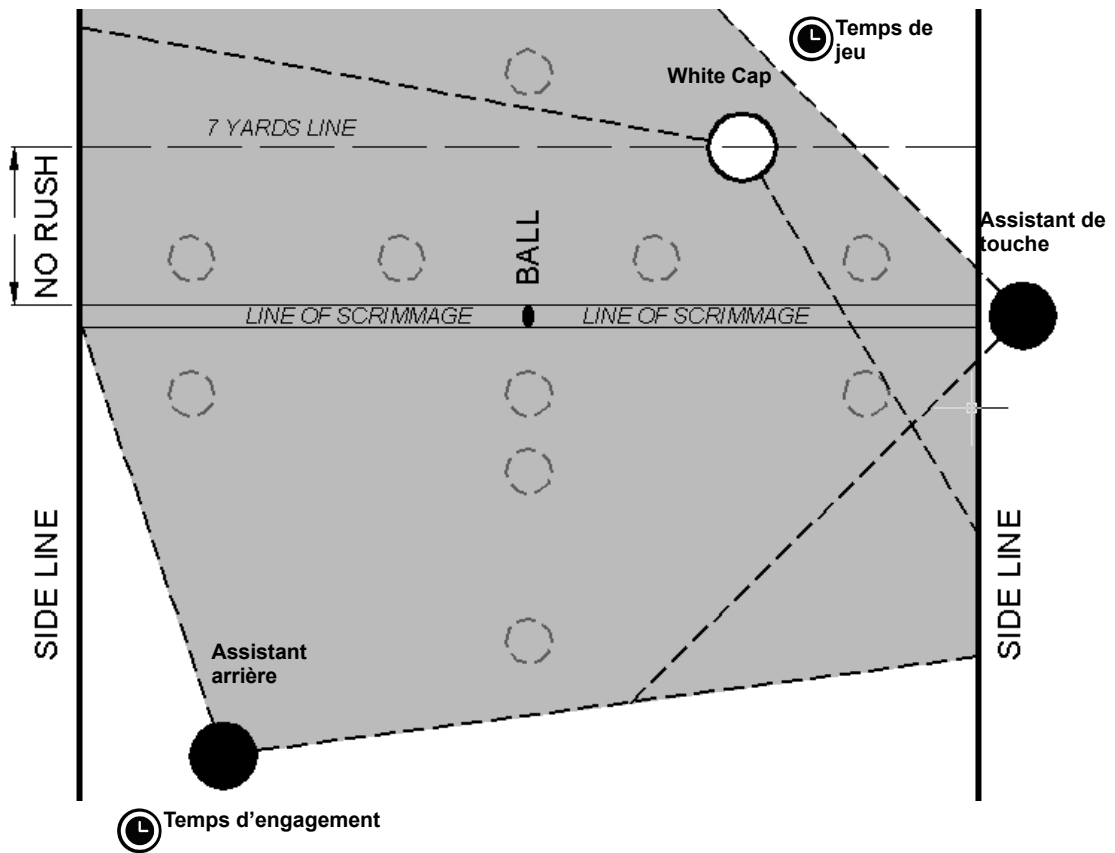
- Chronomètre le temps d'engagement et de la distribution du ballon
- Suivre la progression du ballon
- Contrôler le nombre de joueurs défensif
- Contrôler les motions
- Contrôler les courses
- Contrôler les *flags*

L'assistant de touche :

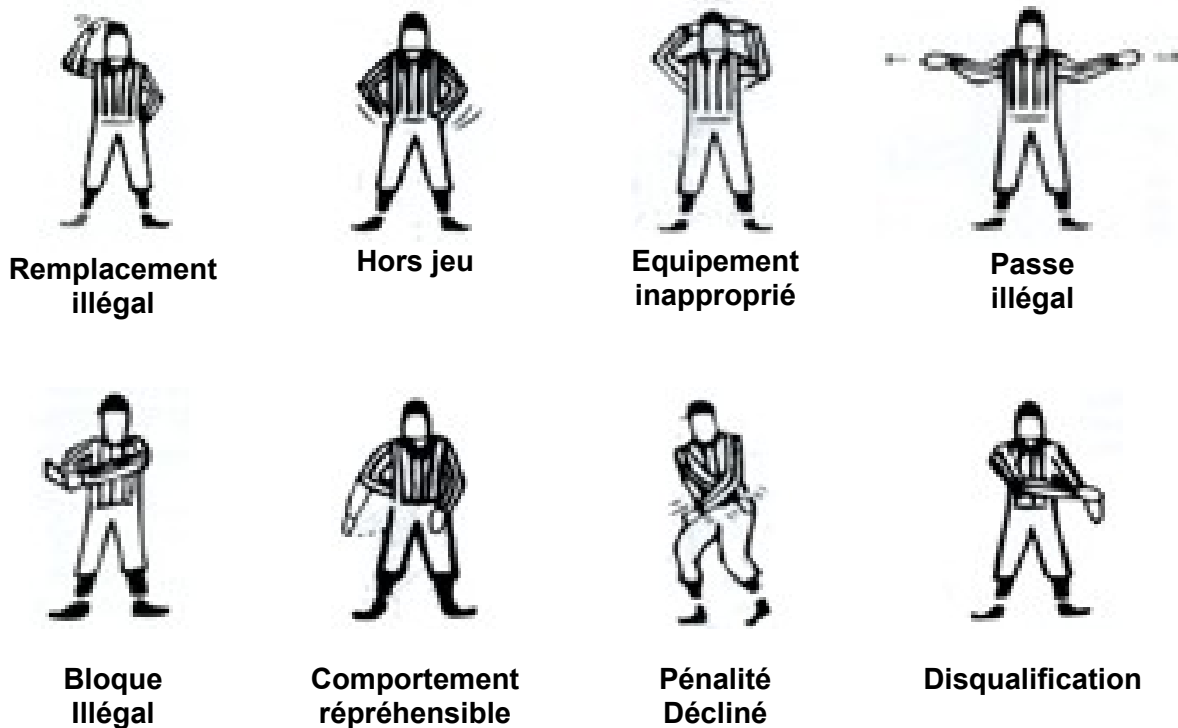
- Responsable de la *chain crew*
- Suivre la progression du ballon, dès que celui-ci a franchi la LOS
- Contrôler les départs et la zone neutre (LOS)
- Contrôler les passes
- Contrôler les *flags*

- 17.4 L'arbitre responsable de sa mission doit pouvoir répondre à la faute commise sur le terrain.
- 17.5 Le *white cap* annonce toutes fautes à l'équipe pénalisée. En cas de double fautes (faute des 2 côtés du terrain), elles sont annoncées aux deux équipes. Le jeu est annulé et recommence au même emplacement, au même *down*.
- 17.6 **LES ARBITRES DÉCIDENT DE TOUS LES CAS DE FIGURE QUI NE SONT PAS RÉDIGÉS DANS CE RÈGLEMENT.**

17.7 Emplacement des arbitres avant l'engagement.



Article 18 – Signaux d'arbitrage

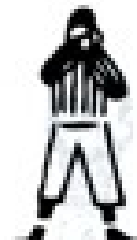




**Passe
interférence**



**Passe
incomplète**



**Protection
de flag**



**Temps
mort**



**Down
suivant**



Touchdown



Safety



Extra point



Rush illégal



Contact illégal



Retard du jeu



**Saut / plongeon
illégal**

Article 19 – Finale et *playoffs*

- 19.1 La finales ne sont arbitrées que par des *white caps* officiels des équipes non-participantes.
- 19.2 En cas d'égalité de score à la fin du jeu, du temps supplémentaire sera accord. Le jeu recommence deux minutes après la fin du temps règlementaire. Il n'y a plus de temps mort.
L'équipe qui gagne le lancer de la monnaie, commence à la moitié du terrain. Chaque équipe a quatre tentatives pour marquer depuis le milieu de terrain. Si le score est toujours à égalité, après qu'ils ont tenté de marquer, ils recommencent toujours depuis le milieu de terrain. Les transformations (extra point) sont joué comme pendant le jeu officiel, excépté si les deux équipe ont chaqu'une déjà tenté deux fois. Elles doivent jouer leur transformation au 12 yards line.
Les retours de situation doivent être joué et peuvent amener à marquer.

19.3 Une équipe ayant déclaré forfait durant la saison ne pourra pas participer aux playoffs.

Article 20 – Points de classement

20.1 Victoire = 2 points

20.2 Défaite = 0 point

20.3 Match nul = 1 point

20.4 Forfait = 2 points avec un score de 20 à 0

Glossaire

Chain crew : La personne qui tient le panneau de progression de l'attaque.

Down : Tentative.

Extra point : La transformation du *touchdown*.

Fair play : Jouer loyalement.

Flag : Ruban de plaquage, permettant au joueur défensif d'arrêter la progression de l'attaque.

Kick off : Coup de pied d'engagement au Football tackle.

Line of scrimmage : Ligne de démarrage, là où le ballon se situe au départ de l'action. Zone de neutralité, le prolongement des pointes du ballon sur le bord du terrain en largeur, représente une zone qu'aucun joueur n'a le droit de pénétrer avant le *snap* à part la main du centre pour effectuer l'engagement.

Motion : Déplacement latéral d'un joueur attaquant avant le *snap*.

No running zone : Zone dans laquelle la course est interdite, définie 5 yards avant chaque zone d'en-but adverse.

Pitch : Distribution du ballon, qui consiste à envoyer une petite passe à l'arrière de la *line of scrimmage*.

Play : Action qui permet à l'attaque d'avancer et à la défense de la contrer.

Quarterback : Joueur attaquant qui distribue le ballon.

Rushing : Course défensive qui permet au joueur de pénétrer la *line of scrimmage* avant ou après que le ballon soit distribué. Manière légale de mettre de la pression sur l'attaque. Le joueur défensif qui *rush* doit se trouver à 7 yards de la *line of scrimmage*.

Safety : Plaquage du porteur du ballon dans sa propre zone d'en-but.

Shutgun : Engagement *long snap* avec un autre joueur attaquant à côté du *quarterback*.

Snap : Engagement du ballon de mains en mains depuis le sol, entre les jambes du centre jusqu'au *quarterback*. Le *long snap* consiste à le lancer.

Sweep : Jeu attaquant qui envoie le coureur attaquer

Toss : Distribution du ballon, qui raccourci le trajet du *quarterback* jusqu'au coureur en lui lançant le ballon (façon rugby).

Touchdown : Lorsqu'un joueur pénètre dans la zone d'en-but adverse avec le ballon. Cela vaut 6 points.

Yards line : Le terrain fait 60 yards (1 yard = 0,9144 mètre) de long. Les *yards line*

sont les lignes qui le divise. Seul les 5, 12 et 20 yards line sont matérialisés.

White cap : L'arbitre à casquette blanche, responsable du déroulement du jeu. Les 2 autres arbitres sont ses assistants.