



2025

**Livre des règlements
du football amateur canadien
flag-football**



CANADA



Associations provinciales

Association de football de la Colombie- Britannique
PO Box 301
#142 - 757 West Hastings Street
Vancouver, BC V6C 1A1
www.bcpfa.ca

Association de football de l'Alberta
Percy Page Centre
3e étage 11759 Groat Road
Edmonton, AB T5M 3K6
Tel: 780-427-8108
www.footballalberta.ab.ca

Association de football de la Saskatchewan
1525 Ave P South, Box 1848
Saskatoon, SK S7K 3S2
306-975-0827
1734 Elphinstone St, 3rd Floor
Regina, SK S4T 1K1
306-780-9239
www.footballsaskatchewan.ca

Association de football du Manitoba
506-145 Pacific Ave
Winnipeg, MB R3B 2Z6
Tel: 204-925-5769
www.footballmanitoba.com

Football Québec
4545 ave. Pierre de Coubertin
Montreal, QC H1V 3R2
Tel: 514-252-3059
www.footballquebec.com

Football Terre-Neuve et Labrador
77 Stojko Place
Mount Pearl, NL A1N 4Z3
Tel: 709-687-1374
www.footballnl.ca

Football Nouveau Brunswick
PO Box 29039 Moncton North End
Moncton NB E1G 4R3
Tel: 506-889-4481
www.footballnewbrunswick.nb.ca

Football Nouvelle Écosse
5561 Spring Garden Rd
Halifax, NS B3J 1G6
Tel: 902-454-5105
www.footballnovascotia.ca

Football Ile du Prince Édouard
40 Enman Cr.
Charlottetown, PE C1E 1E6
Tel: 902-368-4262 www.peifootball.ca

Association de football de l'Ontario
21 King St, 5e étage
Hamilton, ON L8P 4W7
Tel: 1-888-313-9419
www.footballontario.net

Ligue canadienne de football junior
Tony Iadaluca Sr. - Commissioner
7731 Louis Quilico Unit 607
St. Leonard QC H1S 3 E6

Ligue de football junior du Québec
555 Casgrain
St. Lambert, QC J4R 1G8

Canadian Football Officials Association
1762 Basset
Longueuil, QC J4M 1W5





Football Canada — Comité des règlements

Membres

Chari - Robert St. Pierre

Francois Bougie

Eric Gyebi

Rich Lachance

Katie Miyazaki

Brian Neil

Chad Palmer

Scott Woloshin

Aide à la traduction : Marco Santori

Les demandes d'interprétation doivent être adressées au Rédacteur

Tous droits réservés. Fédération canadienne de football amateur © 2025

Also available in English under the title – The Canadian Rule Book for Amateur Football.



Football Canada
c/o House of Sport/Maison du Sport
2451 promenade Riverside Drive
Ottawa, ON K1H 7X7
Tel.: (613) 564-0003
Fax: (613) 564-6309
www.footballcanada.com



Table des matières

Liste des associations provinciales	i
Définitions	v
Signaux manuels des officiel	xviii

Livre de règlements du flag-football amateur canadien

Règlements généraux	Flag:i
Modifications aux règlements — 2025	Flag:iii

Règlements officiels de flag-football

Règlement 1 – Général	Flag:1
Règlement 2 – Terrain et équipement.....	Flag:2
Règlement 3 – Membres de l'équipe	Flag:5
Règlement 4 – Chronométrage / Prolongation / Temps d'arrêt	Flag:6
Règlement 5 – Procédures de match.....	Flag:8
Règlement 6 – Ballon en jeu / ballon mort.....	Flag:10
Règlement 7 – En jeu et hors du jeu	Flag:11
Règlement 8 – Contrôle et possession du ballon.....	Flag:11
Règlement 9 – Le caucus.....	Flag:11
Règlement 10 – Le jeu au sol.....	Flag:12
Règlement 11 – Réception de passe.....	Flag:12
Règlement 12 – Poursuite du quart-arrière.....	Flag:13
Règlement 13 – Retirer le flag	Flag:13
Règlement 14 – La passe.....	Flag:14
Règlement 15 – Le jeu aérien	Flag:14
Règlement 16 – Passes complètes/incomplètes	Flag:14
Règlement 17 – Obstruction de la passe.....	Flag:16
Règlement 18 – Esprit sportif / Rudesse.....	Flag:17
Règlement 19 – Gestes interdits.....	Flag:18
Règlement 20 – Conduite des joueurs	Flag:19
Règlement 21 – Punitons.....	Flag:20
Règlement 22 – Système de bris d'égalité de tournoi.....	Flag:22
Règlement 23 – Zone sans course	Flag:22
Manuel des règlements canadiens de flag-football à cinq contre cinq	Flag:23
Règlement 1 à cinq contre cinq – Terrain.....	Flag:23
Règlement 2 à cinq contre cinq – Points	Flag:25
Règlement 3 à cinq contre cinq – Chronométrage / Prolongation	Flag:25
Règlement 4 à cinq contre cinq – Officiels	Flag:26



Le manuel des règlements canadiens du flag-football à sept contre sept	Flag:27
Règlement 1 à sept contre sept – Terrain.....	Flag:27
Règlement 2 à sept contre sept – Membres de l'équipe	Flag:28
Règlement 3 à sept contre sept – Procédures de match.....	Flag:30
Règlement 4 à sept contre sept – Chronométrage / Prolongation	Flag:32
Règlement 5 à sept contre sept – Pointage	Flag:33
Règlement 6 à sept contre sept – Bottés (U17 et plus)	Flag:33
Règlements adaptés	Flag:39



Sécurité en cas d'éclairs

Les éclairs représentent le danger de tempête grave le plus fréquent au football. La plupart des victimes d'éclairs le sont au cours des mois de mai et de septembre.

La sécurité doit toujours être la principale priorité de tous les participants et spectateurs impliqués au football.

Conseils de sécurité en cas d'éclairs

- Assurez-vous qu'un plan d'action soit en place pour toutes les personnes impliquées.
- Assurez-vous qu'une personne désignée soit responsable de surveiller la météo.
- Assurez-vous d'un moyen de surveiller les prévisions météo locales ainsi que les avertissements (p. ex. Environnement Canada, radio, télévision, etc.)
- Assurez-vous qu'il y a un téléphone cellulaire en cas d'urgence.
- Assurez-vous de l'accès à une trousse de premiers soins.
- La surveillance devrait démarrer suffisamment de temps avant l'événement.
- Surveillez le ciel en cas de présence de nuages sombres et épais par temps chaud et humide au printemps et durant l'été.
- Soyez conscient que l'éclair peut frapper à plusieurs kilomètres de la tempête.
- Évitez les lignes électriques, les hautes structures, les lieux élevés et les points d'eau.
- **Abritez-vous convenablement quand vous comptez 30 secondes ou moins entre l'éclair et le tonnerre.**
- Les abris sécuritaires comprennent les bâtiments habitables et les véhicules entièrement fermés.
- Dans un véhicule, il est important de ne pas toucher au cadre de métal pendant les orages.
- Si vous êtes pris sur le terrain, ne vous couchez pas au sol, mais marchez accroupis, les pieds ensemble et les mains sur les genoux, penchés vers l'avant.
- Évitez les regroupements de personnes.
- **Restez à l'abri 30 minutes après le dernier coup de tonnerre ou le dernier éclair avant de reprendre l'activité.**



Définitions

Adversaire

Un joueur de l'équipe adverse.

Arbitre

L'officiel en chef qui est en charge du match et de tous les autres officiels.

Arracher le ballon

Voir «Ballon arraché par un coup»

Attaque

L'équipe qui a possession du ballon.

Attrapé

Voir Contrôle

Avertissement de deux minutes (flag)

Quand l'arbitre siffle deux coups successifs pour indiquer que le «règlement de deux minutes» est en vigueur.

Avertissement de trois minutes (touch)

Quand l'arbitre siffle trois coups successifs indiquant aux deux équipes que le « règlement de trois minutes » est en vigueur.

Ballon arraché par un coup

Quand un joueur frappe accidentellement ou délibérément le ballon de la main ou des mains du porteur du ballon qui a obtenu contrôle du ballon.

Ballon driblé

Quand un joueur botte le ballon avec son pied ou sa jambe sous le genou délibérément ou accidentellement, sans avoir contrôle du ballon dans la main.

Ballon échappé

Quand un joueur qui tente de compléter une passe touche au ballon, perd contact du ballon, puis rattrape le ballon sans que ce dernier touche un autre joueur.

Ballon en jeu

Quand le ballon est considéré comme étant en jeu. Cela commence quand le ballon est mis en jeu ou botté, après que l'arbitre a sifflé pour indiquer qu'un jeu peut démarrer et se poursuit jusqu'à ce que le ballon soit considéré mort.

Ballon libre

- A) Un ballon en jeu qui n'est pas sous le contrôle d'un joueur et qui peut être recouvert et porté conformément aux règlements seulement par l'équipe qui est considérée comme étant en possession. Le ballon est considéré comme étant libre à partir du moment qu'il quitte le sol jusqu'à ce qu'il touche le corps d'un joueur.
- B) Un ballon en jeu qui n'est pas contrôlé par un joueur et qui peut être recouvert et porté par une ou l'autre des équipes. Le ballon est considéré comme étant libre à partir du moment qu'il quitte le contact d'un joueur jusqu'à ce qu'il touche le sol.

Ballon mis en jeu (flag)

L'instant auquel le ballon est mis en jeu sur une mêlée ou sur une tentative de transformation ou sur un botté d'envoi.



Ballon mort

Quand le ballon n'est plus jouable par une ou l'autre des équipes.

Ballon prêt

Quand le ballon repose au sol ou sur le sac de mêlée alors qu'il se trouve dans la main du joueur de centre, prêt à être mis en jeu.

Bloquer (flag)

Quand un joueur nuit délibérément à l'approche d'un adversaire vers le ballon, le porteur du ballon ou celui qui pourrait devenir le porteur du ballon en effectuant un contact physique avec l'adversaire.

Botté de dégagement

Quand un ballon est botté en le laissant délibérément de la main et avant qu'il touche au sol. Le contrôle du ballon doit avoir été garanti avant que le joueur puisse laisser tomber le ballon pour le botter. Quand un joueur tente de dégager le ballon sans l'ombre d'un doute après avoir assuré son contrôle et que le ballon frappe n'importe quelle partie du corps de ce joueur, il y a dégagement.

Botté de dégagement dévié (flag)

Un ballon dégagé par botté qui touche à un joueur tout de suite après avoir été botté et qui poursuit sa trajectoire s'éloignant de la ligne de fond de terrain du botteur de dégagement.

Botté d'envoi

Ajouter (7 contre 7) à ce règlement, Té de botté, Zone neutre (Botté d'envoi), Équipes qui ne dégagent pas le ballon, Botté de placement, Botté de dégagement, Receveur, Botteur de dégagement, Quart, Zone d'immunité.

Botté de précision

Quand le ballon est botté alors qu'il est placé sur un té de botté ou qu'il est tenu au sol par un joueur au sein de la même équipe sur un coup d'envoi.

Botté de retour

Un dégagement qui est effectué par un joueur après avoir reçu un dégagement de l'adversaire.

Botté libre

Un botté de dégagement effectué par un joueur après avoir traversé la ligne de mêlée ou après avoir reçu un botté d'envoi ou intercepté une passe.

Botteur de dégagement

Un joueur qui tente de dégager le ballon.

Bloquer (touch)

Quand un joueur nuit délibérément à l'approche d'un adversaire vers le ballon, le porteur du ballon ou celui qui pourrait devenir le porteur du ballon en effectuant un contact physique avec l'adversaire.

Bloqueur

Un joueur qui bloque un botté de dégagement.

Botté de dégagement bloqué (touch)

Un ballon dégagé, qui immédiatement après avoir été botté, touche un joueur, mais poursuit son déplacement en direction opposée de la ligne de fond de terrain du botteur.

Capitaine

Tout membre d'équipe identifié auprès des officiels avant le match à titre de porte-parole pour l'unité offensive ou défensive d'une équipe.



Caucus

Quand une équipe s'assemble sur le terrain pour décider d'une stratégie offensive ou défensive pour le prochain jeu.

Chemin sans obstruction

Quand des adversaires permettent à un joueur de poursuivre sa course dans son tracé sans ralentir ce joueur ou en changeant de direction pour éviter d'entrer en contact avec lui.

Coéquipier

Un joueur de sa propre équipe.

Conduite reprochable

Utilisation de paroles ou de gestes intimidants, profanes, obscènes ou insultants à l'endroit d'un adversaire, d'un officiel ou d'un spectateur par n'importe quel joueur ou occupant du banc d'équipe. Des conduites telles que de lancer le ballon sur un adversaire, un officiel ou un occupant du banc d'équipe ou de menacer ou de frapper un officiel, un joueur ou un occupant du banc d'équipe. Ce type de conduite comprend aussi les arguments prolongés avec les officiels.

Contact

Quand un joueur touche une partie du corps ou de l'équipement d'un adversaire de quelque façon que ce soit.

Contact accidentel

Quand un joueur fait contact avec un adversaire sans le faire dévier de sa trajectoire ou loin de sa direction ou de sa position visée.

Contact physique

Quand un joueur fait contact avec un adversaire de telle façon à stopper le mouvement de l'adversaire, à pousser l'adversaire, le faire tomber ou le faire dévier de sa course ou de sa position.

Contrôle

Quand un joueur tient le ballon fermement dans une main ou entre ses deux mains, avec son bras, ou ses jambes ou qu'il tient le ballon fermement sous son corps sans que le ballon touche au sol. Le ballon sécurisé est tenu de façon suffisamment ferme pour permettre au joueur de stopper la rotation du ballon et d'exercer une influence sur sa direction.

Décompte de remise en jeu

Une période de 20 secondes accordée à l'attaque avant un jeu de mêlée pour faire un caucus et remettre le ballon en jeu.

Défensive

L'équipe qui n'est pas en possession du ballon.

Demie

Une ou deux périodes de jeu dans un match régulier ou en prolongation, divisées par un temps de repos.

Deux infractions (touch)

Quand une infraction est commise par deux équipes sur le même jeu.

Dipping

Le dipping est une tentative du porteur de ballon d'éviter de se faire enlever un flag avec un mouvement continu en pliant davantage les genoux et en abaissant la hauteur des flags de manière significative par rapport à une course normale. Le dipping est légal.

Double infraction

Quand une équipe commet deux infractions ou plus sur un même jeu.

Droit de passage (DPASS)

Selon la règle, le droit de passage est accordé à un joueur qui a établi une direction de mouvement de manière normale et qui ne modifie pas cette direction. Au moment de déterminer le fautif, un joueur avec un droit de passage possède un avantage sur tous les autres joueurs à l'exception de ceux qui ont un droit de positionnement.

Droit de positionnement (DPOS)

Le droit de positionnement est accordé à tout joueur stationnaire qui maintient une posture normale de joueur et ne fait aucun mouvement horizontal pour modifier sa position. Un mouvement purement vertical, y compris un soulèvement à partir du sol, afin de lancer ou d'attraper une passe n'entraîne pas la perte d'un droit de positionnement précédemment établi. Le droit de positionnement prévaut sur le droit de passage pour déterminer qui est coupable d'une faute.

Échappé (touch)

Quand un joueur qui a le contrôle du ballon en perd le contrôle et que le ballon tombe au sol ou y touche avant qu'un joueur en prenne le contrôle.

Enfreindre

Forcer un adversaire à changer de direction ou à ralentir avec ou sans contact.

En jeu

- A) Quand le ballon ou un joueur n'a pas touché les limites du terrain ou encore une personne ou un objet qui est hors du terrain.
- B) Quand un joueur n'est pas dans la zone neutre ou au-delà de cette zone au moment où le ballon est remis en jeu ou botté. Quand un joueur est parallèle à sa propre ligne de fond de terrain ou plus près qu'un coéquipier qui a été le dernier à toucher au ballon, au moment ou à n'importe quel moment après que ce coéquipier en question a touché le ballon.

Entraîneur

Membre de l'équipe dont la principale responsabilité est la stratégie et la supervision d'équipe et la substitution des joueurs.

En vol

Sans avoir touché au sol ou n'importe quel objet après avoir été botté, dégagé ou touché.

Équipe hôte

Si aucune des deux équipes ne joue sur son terrain local ou dans un tournoi comptant plus de deux équipes, l'équipe indiquée en premier sera l'équipe hôte, puis l'équipe indiquée en deuxième sera l'équipe visiteuse.

Équipe qui ne dégage pas (L')

L'équipe qui n'a pas été la dernière à effectuer un botté de dégagement.

Équipe visiteuse

Si aucune des deux équipes joue sur son terrain local ou dans un tournoi comptant plus de deux équipes, l'équipe indiquée en premier sera l'équipe hôte, puis l'équipe indiquée en deuxième sera l'équipe visiteuse.

Essai

Une de trois tentatives consécutives que l'attaque peut utiliser pour faire progresser le ballon vers la ligne de but de la défense.

Extension

Quand le porteur du ballon s'étend le(s) bras dans une tentative évidente de franchir plus de verges en poussant le ballon vers le point de progression le plus avancé.

Faute

Une violation des règlements qui permet à un joueur de se servir injustement d'un adversaire.



Faute grave

Un geste qui menace gravement la sécurité d'un joueur ou qui vise à blesser un participant.

Faute personnelle

Un geste par lequel un joueur ne contrôle pas les mouvements du corps et vient ainsi menacer la sécurité des autres en effectuant des contacts corporels agressifs.

Feinte de remise

Tout mouvement entre le porteur de ballon et un coéquipier simulant un transfert de possession en étirant le ballon/leurs mains l'un vers l'autre.

Fixatif (touch)

Substance adhésive pâteuse ou vaporisée que les joueurs se mettent sur les mains pour accroître leur capacité de retenir le ballon.

Formation «shotgun» (flag)

Terme utilisé pour décrire le positionnement du quart arrière et du centre. De l'espace est maintenu entre les deux joueurs, permettant au quart arrière de démarrer le jeu plus loin de la ligne de mêlée, donc plus loin de la défensive.

Gérant

Le membre d'une équipe dont la principale responsabilité est de gérer les logistiques d'équipe.

Habillement adéquat (touch)

Quand un joueur porte des souliers, de l'équipe et des vêtements autorisés et normalement portés sur un terrain de football.

Hors du terrain

Quand un joueur ou le ballon touche les limites du terrain ou le sol ou tout objet sur ces lignes ou au-delà, y compris un officiel, tout joueur ou substitut. Un joueur en possession du ballon qui touche à toute limite du terrain, au sol ou à tout objet au-delà de ces lignes, à l'exception d'un officiel sur le terrain ou d'un autre joueur qui est à l'extérieur du terrain tandis que le porteur du ballon est entièrement en jeu.

Hors-jeu

Quand un joueur se trouve dans la zone neutre ou au-delà de cette zone au moment que le ballon est remis en jeu ou botté; ou quand un joueur est plus près de la ligne de fond de terrain de l'adversaire au moment qu'un coéquipier touché au ballon.

Infraction

Voir «Faute»

Infractions simultanées (flag)

Quand des infractions sont commises par les deux équipes sur le même jeu.

Intervenant

Toute personne dont le rôle est d'aider un joueur blessé à quitter le terrain.

Jeu

Une période d'action qui démarre quand le ballon est mis en jeu ou qu'il est botté et prend fin quand le ballon est déclaré mort.

Jeu d'écran

Quand un joueur qui ne joue pas le ballon étend son ou ses bras ou secoue la main pour distraire un receveur, pour bloquer son champ de vision ou pour toucher au ballon.



Jeu de mêlée

L'action par l'équipe à l'attaque pour marquer des points ou pour faire progresser le ballon vers la ligne de but de la défensive en le passant, en courant avec ou en le dégageant. Ce jeu commence par une remise du ballon par le joueur de centre à un de ses coéquipiers.

Jeu-surprise

Une tentative délibérée par l'équipe à l'attaque de tromper la défensive par le nombre et la position des joueurs de l'équipe à l'attaque qui participeront au prochain jeu. Ce jeu est habituellement effectué en demandant à un joueur à l'attaque (qui a participé au jeu précédent) de se tenir sur le terrain devant le banc de l'équipe, en quelque sorte camouflé. Une attaque précipitée n'est pas considérée comme un jeu surprise si les sept joueurs à l'attaque sont clairement visibles pour les défenseurs et qu'il n'y a aucune tentative apparente de cacher leurs positions.

Ligne de but

La ligne qui marque la fin du terrain de jeu. La ligne de but fait partie de la zone de but.

Ligne de côté

La ligne qui indique la limite latérale du terrain entre les lignes de but.

Ligne de côté de la zone de but

La ligne de côté qui s'étire de la ligne de but jusqu'à la ligne de fond de terrain. Elle ne fait pas partie de la zone de but.

Ligne de fond de terrain

La ligne qui marque la fin de la zone de but; elle ne fait pas partie de la zone de but.

Ligne de mêlée

Ligne imaginaire qui s'étend d'une ligne de côté à l'autre, parallèle à la ligne de but et dont la position est déterminée par le point du ballon le plus près de la ligne de but de la défensive.

Ligne de verges

Une ligne imaginaire parallèle à la ligne de but, s'étirant d'une ligne de côté à l'autre, représentant chaque verge entre les lignes de but. Sur un terrain bien marqué, chaque verge entre les lignes de but est indiquée aux traits de remise en jeu et sur les lignes de côté, tandis que chaque distance de cinq verges est marquée d'une ligne qui s'étire d'une ligne de côté à l'autre.

Limites du jeu (flag)

Toutes les lignes de côté, les lignes de côté de la zone de but et les lignes de fond de terrain.

Ligne du poursuiveur

Une ligne imaginaire parallèle à et cinq verges au-delà de la ligne de mêlée.

Mauvaise remise

Quand le ballon ne traverse pas cinq verges sur une remise avant de tomber au sol ou qui n'est pas touché par le quart arrière.

Membre d'équipe

Un joueur, entraîneur, gérant, médecin, thérapeute, adjoint ou toute personne admise dans la zone du banc de l'équipe par celle-ci.

Mise en jeu

L'action du joueur de centre au début d'un jeu de mêlée en lançant le ballon à partir de sa position au sol, entre ses jambes vers le quart arrière.

Mise en jeu ratée

Quand la remise en jeu est ratée par le quart arrière.



Mi-temps

La période de repos entre les deux demies d'un match.

Obstruction

- A) tout type d'obstruction, de bloc, de poussée, d'écran ou de contact interdit effectué par un joueur d'une ou l'autre des équipes contre un adversaire.
- B) Quand un joueur nuit à l'approche d'un adversaire vers le ballon, le porteur du ballon ou un receveur autorisé en faisant contact ou non avec l'adversaire.

Obstruction dans la zone ciblée

Obstruction faite par une ou l'autre des équipes dans la zone près du point d'arrivée d'une passe.

Obstruction dans la zone éloignée

Obstruction commise par une ou l'autre des équipes dans une zone éloignée du point d'arrivée d'une passe.

Obstruction de la passe

Toute obstruction faite par un joueur à l'endroit d'un receveur autorisé avant que ce dernier a attrapé le ballon.

Obstruction sur le poursuiveur

Quand l'attaque n'offre pas d'accès direct au(x) poursuiveur(s) vers le quart arrière ou le botteur de dégagement.

Officiel

Personne sur le terrain responsable de l'ordre dans la tenue du match et de l'application des règlements.

Option

Quand l'équipe qui n'a pas commis d'infraction a le choix d'une punition ou de laisser le jeu se poursuivre. Cela peut impliquer le choix d'un point d'application de punition.

Parcours direct

Une ligne directe entre un joueur défensif et offensif à tout moment.

Participation interdite

Utilisation interdite des mains Tout contact avec les mains qui est effectué par un joueur contre un joueur adverse qui fait en sorte d'empêcher ce dernier d'évoluer à sa position désirée, ou l'utilisation des poteaux de but pour changer sa direction.

Passe

- Une passe est quand un transfert de ballon entre un joueur à un autre joueur n'a pas touché le sol et où le ballon n'est pas en contact de deux joueurs en même temps.
- Une passe vers l'avant est quand la passe vise la zone de but de l'équipe adverse.
- Une passe latérale ou vers l'arrière se produit quand la passe vise toute direction autre que vers la zone de but de l'équipe adverse.

Passe complète

Toute passe attrapée en jeu dans le respect des règlements avant que le ballon meurt.

Passe déviée

Une passe qui est touchée par un joueur puis qui est attrapée par ce joueur, par un coéquipier ou par un adversaire.

Passe en jeu

Quand le ballon est lancé, remis, échappé, frappé, repoussé ou propulsé de n'importe quelle façon (notamment en rebondissant sur le corps) par un joueur parallèle à la ligne de fond de terrain de ce joueur ou en direction de cette ligne.



Passé Hors-jeu

Toute passe en direction de la ligne de fond de terrain de l'adversaire.

Passé incomplète

Une passe qui touche au sol, à un officiel, ou aux poteaux de but ou qui sort du terrain avant d'être attrapée.

Passé interceptée

Quand la passe d'un joueur est attrapée par un adversaire.

Passé Latérale (flag)

Quand le ballon est lancé, remis, échappé, frappé ou propulsé, peu importe la façon (y compris quand il rebondit sur le corps) par un joueur est parallèle à la ligne de fond de terrain ou en direction de cette ligne.

Passé Latérale ratée

Quand une passe latérale est ratée derrière la ligne de mêlée par un joueur de l'Équipe A avant qu'une passe vers l'avant soit lancée. Si la passe frappe le sol avant d'être touchée par le receveur de l'Équipe A, le ballon est mort.

Passeur

Tout joueur qui tente de lancer une passe.

Passé vers l'avant

Quand une passe vise la zone de but de l'équipe adverse.

Période

Une ou deux portions de temps de jeu spécifié dans une demie ou en prolongation.

Pivoter

Le pivot est une tentative du porteur de ballon d'éviter de se faire enlever un flag en effectuant une rotation du corps le long de l'axe vertical. Le pivot est légal si la hauteur des flags n'est pas drastiquement augmentée. Un pivot combiné à un dipping est légal, mais un pivot combiné à un saut est illégal.

Plan

Ligne imaginaire perpendiculaire au bord de la ligne de but et de la ligne de milieu de terrain, la plus proche de la ligne de ballon mort des équipes porteuses du ballon et s'étendant au-delà des lignes de touche.

Plonger

Le plongeur est une tentative du porteur de ballon d'éviter de se faire enlever un flag en lançant le haut de son corps vers l'avant, avec ou sans saut, dipping ou rotation. Le plongeur est une façon de bloquer le flag et est donc illégal.

Point de mêlée

L'endroit sur le terrain de jeu où le ballon est placé sur la ligne de mêlée pour le prochain jeu de mêlée.

Point de progression avancée (du ballon)

La partie du ballon est qui le plus près de la ligne de fond de terrain de l'adversaire au moment que le ballon est déclaré mort.

Possession

Quand un joueur a le contrôle du ballon (possession par le joueur) ou quand une équipe a le droit de faire progresser le ballon, d'avoir droit à un premier jeu ou de poursuivre la progression des essais (possession par l'équipe).

Possession simultanée

Quand des joueurs adverses prennent en même temps possession du ballon dans le respect des règlements.



Poteau de but

La structure installée pour inscrire des placements et des transformations dans la version de football avec contacts. Les poteaux de but ne sont pas nécessaires au flag-football.

Poursuiveur

Le joueur en défensive qui traverse la ligne de mêlée avant n'importe quel coéquipier.

Premier jeu

La première de trois occasions consécutives (essais) accordées à une équipe pour faire progresser le ballon vers la ligne de but de l'adversaire.

Procédure interdite

Quand un joueur viole une règle de procédure au début d'un botté d'envoi, d'une tentative de transformation ou d'un jeu de mêlée.

Prolongation

Temps de jeu d'environ 20 minutes, divisé en deux périodes de 10 minutes.

Prolongation avec mort subite

Une option pour déterminer un gagnant en prolongation où la première équipe à marquer des points dans le respect des règlements est déclarée gagnante

Punitions ajustées

Quand la distance normale appliquée dans une punition offre un gain net pour l'équipe qui a subi la punition la moins sévère.

Punitions qui compensent

Quand la distance normale pour deux infractions n'est pas appliquée et que les punitions sont considérées d'égale valeur, n'entraînant aucun gain net par l'une ou l'autre des équipes. Cela conduit habituellement à l'annulation du jeu et à une reprise au point de la dernière mêlée.

Quart

Voir «Période»

Quart-arrière

Le joueur à l'attaque qui reçoit la remise du ballon du joueur de centre pendant un jeu de mêlée afin de courir avec le ballon, le passer ou le dégager.

Rabattre le ballon (flag)

Quand la défensive attrape un ballon libre ou abat un ballon libre au sol.

Raté

Une tentative ratée d'attraper une passe latérale, un botté d'envoi, de botté de dégagement ou une remise de ballon, où le ballon est touché dans le processus.

Recouvrir

Prendre possession.

Rediriger

Voir «Enfreindre».

Remise du ballon

Quand le ballon est remis dans n'importe quelle direction sans être lancé, d'un joueur à un autre. Les deux joueurs doivent à ce moment toucher le ballon simultanément.



Repousser

Quand un joueur pousse un adversaire, autre que le porteur du ballon avec suffisamment de force pour renverser ou ralentir ce joueur dans sa trajectoire.

Reprise du temps

Quand l'arbitre a indiqué par un coup de sifflet que le temps de jeu a démarré dans la période ou après un temps d'arrêt.

Respect de la zone d'immunité

Quand un joueur de l'équipe qui botte touche au ballon dégagé en premier ou qui se trouve dans la zone d'immunité au moment où le ballon est touché par un adversaire.

Retirer le flag (flag)

Quand un adversaire retire le flag d'un joueur pour mettre fin à un jeu.

Retourneur de dégagement

Un joueur de l'équipe qui n'a pas été le dernier à dégager le ballon et qui tente de jouer le ballon.

Roulement

Quand le quart arrière se déplace latéralement ou dans une diagonale loin de sa position de départ derrière la ligne de mêlée après avoir reçu le ballon du joueur de centre sur la mise en jeu.

Sauter

Le saut est une tentative du porteur de ballon d'éviter de se faire enlever un flag en poussant sur le sol et en élevant ainsi la hauteur des flags de manière significative par rapport à une course normale. Le saut est une façon de bloquer le flag et est donc illégal.

Se débarrasser délibérément du ballon

Quand le passeur lance délibérément le ballon hors du terrain ou dans une zone où il n'y a pas de receveur dans une tentative évidente d'éviter une perte de verges.

Simple

Un point est marqué par l'équipe quand elle dégage ou botte le ballon dans la zone de but de l'adversaire ou au-delà dans le respect des règlements et que les adversaires ne sont pas en mesure de sortir le ballon de leur propre zone de but dans le respect des règlements. (seulement dans la version à sept contre sept)

Substitut

Un joueur qui remplace un coéquipier sur le terrain.

Substitution interdite

Quand un joueur entre sur le terrain de jeu ou quitte le terrain de façon interdite.

Temps

Le temps de jeu permis tel qu'indiqué par l'arbitre.

Temps d'arrêt (flag)

Quand l'arbitre a indiqué par un coup de sifflet et le croisement de ses bras au-dessus de sa tête que le chronomètre a été arrêté et que le temps de jeu cesse de s'écouler.

Té de botté (touch)

Un appareil utilisé pour tenir le ballon debout pour un botté.

Temps (touch)

Le temps de jeu permis tel qu'indiqué par l'arbitre.



Temps d'arrêt (touch)

Quand l'arbitre a indiqué par un coup de sifflet et le croisement de ses bras au-dessus de sa tête que le chronomètre a été arrêté et que le temps de jeu cesse de s'écouler.

Temps de jeu

La période de temps indiquée par l'arbitre durant laquelle une mêlée, un botté ou des tentatives de transformation peuvent être tentées.

Temps réglementaire

La durée du match, soit de deux demies de 20 minutes pour la version à cinq contre cinq et quatre quarts de 15 minutes dans la version à sept contre sept.

Tentative de transformation

Un jeu de mêlée qu'une équipe a doit d'utiliser pour inscrire des points supplémentaires sur le jeu tout de suite après avoir marqué un touché.

Terrain

Le secteur à l'intérieur des limites du jeu. Les limites du jeu en soi sont hors du jeu et ne sont pas considérées comme faisant partie du terrain de jeu.

Terrain de jeu

Le secteur limité par les lignes de but et les lignes de côté. Ces lignes ne sont pas considérées comme faisant partie du terrain de jeu.

Terrain réglementaire

La dimension du terrain. 60 ou 80 verges par 30 ou 20 verges dans la version à cinq contre cinq et 110 verges par 65 verges dans la version à sept contre sept.

Thérapeute

Un membre de l'équipe qualifié à administrer les premiers soins et qui est identifié comme une personne qualifiée auprès des officiels.

Touché

Une équipe inscrit six points quand un de ses joueurs porte le ballon dans la zone de but de l'adversaire dans le respect des règlements ou qui obtient possession du ballon à l'intérieur de la zone de but de l'adversaire dans le respect des règlements.

Touché de sûreté

Deux points sont marqués contre l'équipe qui ne transporte pas, ne dégage pas ou ne passe pas le ballon dans le respect des règlements à l'extérieur de sa propre zone de but après qu'un de ses joueurs a provoqué que le ballon entre dans sa propre zone de but à partir du terrain de jeu.

Tracé direct (flag)

Une ligne droite entre un joueur défensif et un joueur offensif à n'importe quel moment du match.

Traits de remise en jeu (touch)

Ligne ou point à 24 verges de la ligne de côté au football à sept contre sept.

Transformation

La transformation est le jeu qui suit un touché. L'attaque aura l'option de marquer un point depuis la ligne de cinq verges ou deux points depuis la ligne de 10 verges.

Utilisation interdite des mains

Tout contact avec les mains qui est effectué par un joueur contre un joueur adverse qui fait en sorte de retenir ce dernier d'évoluer à sa position désirée, ou l'utilisation des poteaux de but pour changer sa direction.

Zone ciblée (flag)

Le secteur dans l'environnement immédiat du point d'arrivée d'une passe.

Zone de but

Le secteur délimité par la ligne de but, les lignes de côté de la zone de but et la ligne de fond de terrain. La ligne de but fait partie de la zone de but. Les poteaux de but et tout ce qui y est attaché, comme les coussins protecteurs, sont considérés comme faisant partie de la zone de but. Les lignes de côté de la zone de but et la ligne de fond de terrain ne font pas partie de la zone de but.

Zone de but non réglementaire

Une zone de but qui n'a pas 20 verges de profondeur sur toute sa largeur.

Zone d'immunité

Une zone circulaire de protection dans un rayon de cinq verges où le centre est le ballon au moment qu'il est touché.

Zone neutre (botté d'envoi)

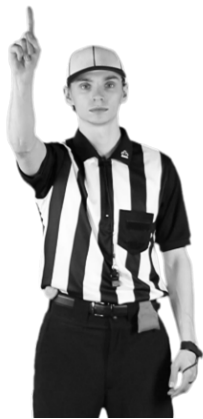
La zone qui s'étend d'une ligne de côté à l'autre entre la ligne de botté et la ligne 20 verges devant la ligne de botté.

Zone neutre (mêlée)

Zone qui s'étend sur une verge devant la ligne de mêlée, d'une ligne de côté à l'autre.

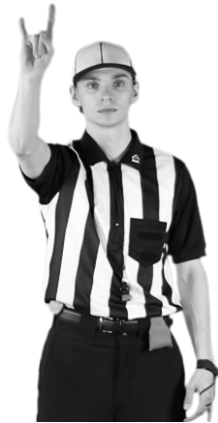


Officials' Signals



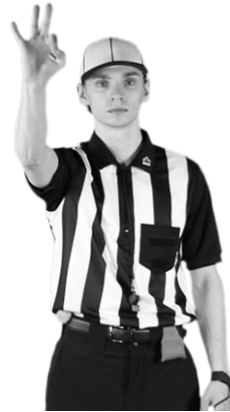
1er essai ou simple

Un bras tendu au-dessus de la tête en tenant un doigt vers le haut



2e essai

Un bras tendu au-dessus de la tête en tenant deux doigts vers le haut



3e essai

Un bras tendu au-dessus de la tête en tenant trois doigts vers le haut



Arrêt du chronometer

Mains croisées au-dessus de la tête



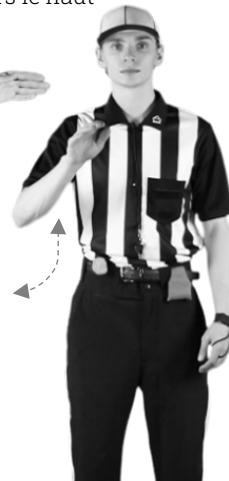
Retarder la partie / Retarder la passe

B ras tendu avec poing fermé en mouvement circulaire



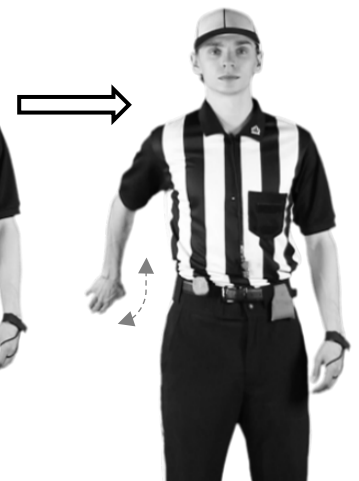
Direction de la passe

Main ouverte pointant vers la direction dans laquelle la passe a été lancée



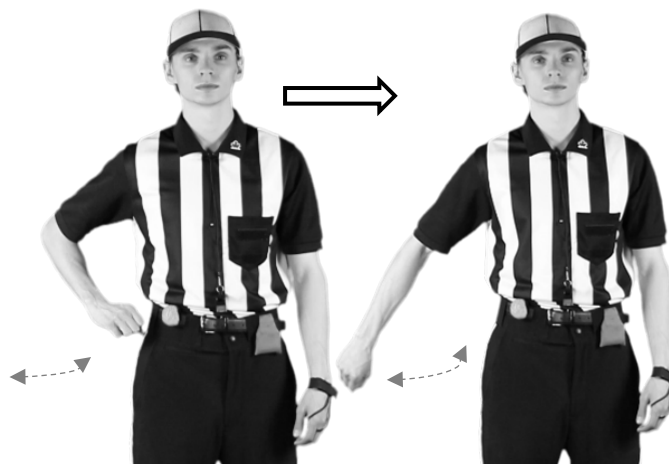
Protection du drapeau

Passer la main devant la jambe comme si vous défendiez le drapeau



Contact illégal / Rudesse contre le passeur

Faire un geste de « coup de hache » du poignet gauche



Prise du drapeau illégale

La main commence à la hanche et s'éloigne de votre corps comme si vous tiriez votre propre drapeau directement vers le côté



Passe avant illégale

Mouvement de passe et pointer vers le sol

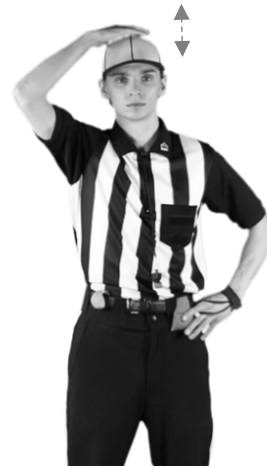




Participation illégale
Les deux bras tendus latéralement



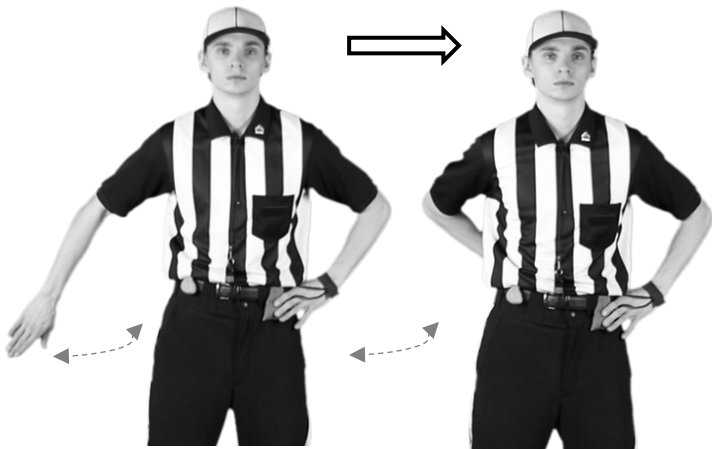
**Jeu de course illégal /
Remise illégale**
Rotation des mains dans un mouvement vers l'avant



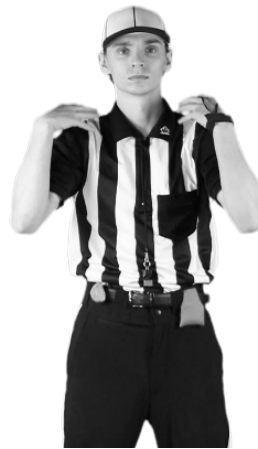
Substitution illégale
Main tapotant le dessus de la tête



Interférence
B as croisés devant la poitrine



Conduite répréhensible
Agiter un bras derrière le dos



Temps d'arrêt des officiels
Signal d'arrêt du chronomètre suivi des mains sur les épaules



**Hors-jeu /
Pression illégale**
Mains sur les hanches



Interférence contre la passe
Pousser vers l'avant à partir des épaules



Infraction majeure
Either arm extended sideways with closed fist



Interférence contre le joueur défensif appliquant de la pression
Saisir le poignet d'un bras tendu avec la paume tournée vers l'extérieur



Touché de sûreté
Mains jointes au-dessus de la tête





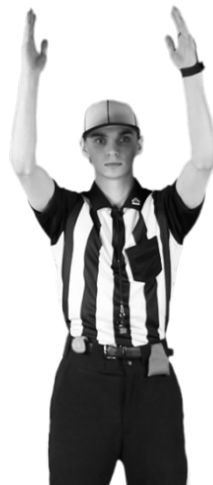
Démarrage du chronomètre

Cercles du bras complets pour simuler le chronomètre



Temps d'arrêt d'équipe

Signe de T avec les mains devant la poitrine



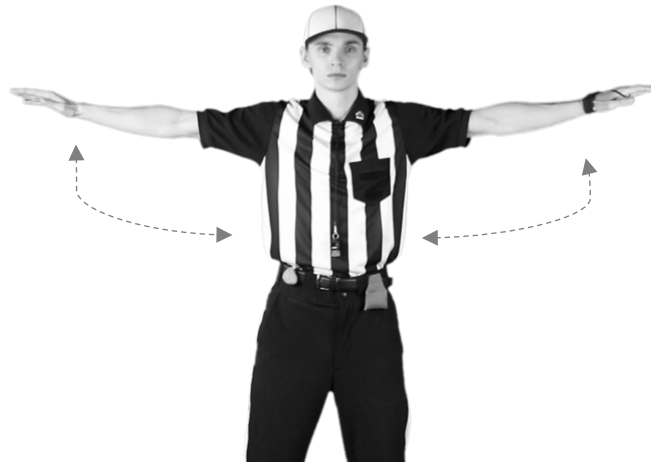
Touché

Les deux bras tendus au-dessus de la tête



Transformation de deux points

Bras tendu vers le haut avec deux doigts vers le haut



Lavage

Déplacement des bras de manière horizontale



**Livre des règlements
du football amateur canadien
flag-football**



CANADA

Flag-Football

Règlements généraux

Principes de jeu :

Le principe le plus important des règlements est d'éviter tout contact significatif et percutant.

Le premier aspect important de ce principe est de faire en sorte que les flags soient une cible facile. Le porteur de ballon ne peut pas utiliser autre chose que des flags légaux et des tactiques légales (par exemple, le pivot) pour limiter l'accès de l'adversaire à ses flags. En retour, le joueur qui tente d'enlever un flag doit prendre toutes les mesures raisonnables pour minimiser le contact au moment où il tente de retirer le flag d'un adversaire.

Le deuxième aspect important de ce principe est le droit de positionnement (DPOS) et le droit de passage (DPASS) qui déterminent le joueur responsable d'éviter le contact. En règle générale, la priorité est donnée à l'équipe offensive jusqu'au moment où le ballon est passé ou remis. L'équipe défensive aura alors la priorité. Toutefois, il ne faut pas abuser de ces droits pour provoquer un contact. Le fait d'entrer intentionnellement en contact avec un adversaire sera pénalisé, même avec la priorité du droit de passage. Le porteur de ballon doit essayer d'éviter les joueurs en défensive. Les joueurs en défensive ne peuvent pas sauter devant un porteur de ballon et déclarer qu'ils ont un droit de positionnement. Le droit de positionnement peut être clairement défini au moment de mettre le ballon en jeu ou si une position est prise par rapport à un adversaire qui donne clairement au porteur de ballon suffisamment de temps pour éviter le joueur en défensive.

Principes de positionnement :

Le droit de positionnement (DPOS) et le droit de passage (DPASS), tel que défini précédemment, offrent un excellent point de départ pour comprendre l'interaction entre les joueurs offensifs et défensifs sur le terrain de football. Voici l'ordre de priorité des droits de positionnement et des différents droits de passage.

1. Droit de positionnement
2. Droit de passage du poursuiveur du quart-arrière
3. Droit de passage des receveurs
4. Droit de passage

Équipement

Les dimensions et types de ballon de football à utiliser parmi les différents groupes d'âge et niveaux de jeu peuvent varier

Spécifications de crampon plutôt libres, mais les côtés aiguisés sur n'importe quelle partie du soulier peut entraîner la disqualification de cette pièce d'équipement à la discrétion de l'arbitre

Sécurité

Le Comité des règlements de flag-football considère tous les joueurs comme étant responsables de la sécurité de leurs adversaires aussi bien que de celle de leurs coéquipiers; ainsi donc, ils doivent équilibrer leur agressivité avec une mesure de contrôle pour éviter les contacts corporels ou du moins minimiser tout contact qui se produit.

Mesures

Toutes les mesures dans ce manuel de règlements sont exprimées selon le système impérial.

Quand les marques du terrain dictent l'utilisation de mesures métriques, toutes les distances désignées dans la présente, à l'exception de celles notées ci-dessous, peuvent être converties des verges aux mètres. Ainsi donc, une punition de 15 verges deviendra une punition de 15 mètres et l'équipe à l'attaque doit franchir 10 mètres, comparativement à 10 verges, pour obtenir un premier essai. Que vous utilisiez le système métrique ou impérial, seulement trois essais sont permis pour franchir la distance permettant d'obtenir un premier essai.





Jeu éthique

Il est habituel au flag-football quand un joueur enlève le flag d'un adversaire pour mettre fin à un jeu, le joueur doit d'abord élever le flag pour le montrer à l'arbitre puis le rendre à l'adversaire en question. Lancer le flag dans les airs ou au sol pour forcer l'adversaire à aller le ramasser est considéré comme un geste anti-sportif.

Le joueur de football qui enfreint intentionnellement un règlement est coupable de jeu interdit et de conduite antisportive. Même si ces joueurs n'écopent pas de punition, ils apportent du discrédit au sport qu'ils ont le devoir de promouvoir.

Les règlements seuls ne peuvent maintenir le franc jeu. Seulement les meilleurs efforts permanents des entraîneurs, des joueurs, des officiels et de tous les amis du sport peuvent préserver les normes éthiques élevées établies par le sport du football.

Tous les joueurs sont responsables de la sécurité de leurs adversaires ainsi que de leurs coéquipiers; ainsi donc, ils doivent équilibrer leur agressivité avec une mesure de contrôle pour éviter les contacts corporels et au moins minimiser les contacts qui se produisent. Les entraîneurs devront mettre l'accent sur la sécurité et le franc jeu en tout temps. Les officiels ne doivent faire preuve d'aucun laxisme à pénaliser les infractions décrites dans ce manuel de règlements, puisque cela servirait à encourager le jeu dangereux.

Football Canada est reconnu comme un organisme Sport Pur et adopte les quatre principales valeurs de justice, d'excellence, d'inclusion et de plaisir.

**SPORT
PUR**
LE SPORT À SON IDÉAL



Modifications aux règlements — 2025

Règlement 4 – 8 – 8.1

- 8.1 Remarque : Le temps continuera de s'écouler si un porteur de ballon perd la possession du ballon et que celui-ci touche au sol.

Règlement 5 – 2 – 2.6

- 2.6 Tous les changements de possession, à l'exception des interceptions à la suite d'un jeu de mêlée, entraîneront le démarrage du jeu à partir de la ligne de cinq verges de l'équipe à l'attaque. Une infraction se produisant après une interception utilisera le point de possession comme ligne de mêlée pour son application.

Règlement 6 – 1 – 1.6

- 1.6 Lorsqu'un arbitre siffle par inadvertance, l'arbitre en chef offrira l'option à l'équipe défavorisée d'accepter le résultat du jeu ou de le reprendre. Si le coup de sifflet est donné par inadvertance après une interception et que l'équipe ayant intercepté le ballon est celle qui est défavorisée (peu importe le temps restant au chronomètre), elle peut remettre le ballon en jeu au point où se trouvait le ballon au moment du coup de sifflet.

Règlement 10 – 1 – 1.1 & 1.2

- 1.1 Le joueur de centre est celui qui effectue la remise au quart arrière. Le centre n'est pas autorisé à feindre une remise et garder le ballon. Toute infraction à ce jeu entraîne une pénalité pour course illégale.
- 1.2 Avant la remise, l'axe longitudinal du ballon doit être perpendiculaire à la ligne de mêlée et les pieds du joueur de centre doivent être positionnés de chaque côté du sac de fèves identifiant la ligne de mêlée. Une remise légale est une remise ou une passe du ballon vers l'arrière à partir du sol, par un mouvement rapide et continu de la (ou des) main(s) qui conduit à une perte de possession du ballon. La remise n'a pas à passer entre les jambes du joueur de centre.

Règlement 12 – 1 – 1.6

- 1.6 Si le droit de passage d'un poursuiveur est obstrué par un joueur en déplacement immédiatement après une remise ou une feinte de remise, l'attaque sera pénalisée pour obstruction du poursuiveur.

Règlement 16 – 3 – 3.2

- 3.2 Lorsqu'un joueur fait dévier une passe vers un coéquipier sans prendre contrôle du ballon, le jeu se poursuit et le ballon peut progresser.

Règlement 18 – 1 – 1.1 - 1.3

- 1.1 Les provocations et les célébrations excessives sont interdites. Une infraction à ces standards à entraîneront une pénalité pour conduite répréhensible.

Règlement 19 – 2 – 2.5

- 2.5 Les joueurs ont aussi un droit de positionnement qui prévaut sur tous les autres droits sur le terrain lorsqu'ils sont stationnaires et qu'ils ne bougent pas leurs pieds ou leur corps pour affecter le jeu. Au moment de la remise, si un joueur à l'attaque ne bouge pas, aucune pénalité ne sera signalée.

Règlement 21 – 3 – 3.8 & 5.2

- 3.8 Contact illégal – Un contact physique comme faire entrave, charger, rediriger, faire obstruction, bloquer, retenir et plaquer. Point d'infraction et prochain essai si porteur du ballon. Ligne de mêlée et perte d'essai si ce n'est pas le porteur du ballon.
- 5.2 Infractions compensatoires – Si des infractions sont commises par chacune des équipes alors que le ballon est en jeu, les infractions s'annulent et l'essai est rejoué, à l'exception des cas suivants :
- Lorsqu'il y a un changement de possession pendant un essai et que l'équipe ayant obtenu en dernier la possession n'avait pas commis d'infraction avant de prendre possession du ballon, elle peut alors décliner l'annulation des infractions et ainsi garder possession du ballon après l'application de la pénalité pour son infraction.
 - Une Faute majeure commise alors que le ballon est en jeu puisqu'elles doit être acceptée et appliquée entièrement.

Les caractères en gris dénotent une modification du plus récent livre des règlements fondée sur de nouveaux changements de règlement ou des clarifications pour la saison 2025.



Manuel des règlements canadiens du flag-football

Règlement 1 – Général

- 1 Le sport du flag-football devra être gouverné par les règlements du jeu et les définitions comprises.
- 2 Si des changements aux règlements sont permis par des dirigeants de ligue ou de tournoi, ces options devraient être communiquées par écrit à chaque équipe participante et à chaque officiel avant le début de la saison ou du tournoi.
- 3 L'arbitre est responsable de faire respecter les règlements par les deux équipes et par tous les officiels. L'arbitre rendra des décisions sans appel sur toutes les situations sur le terrain qui ne sont pas couvertes par les règlements. Tous les officiels doivent travailler à maintenir un environnement sécuritaire pour les joueurs.
- 4 À n'importe quel moment pendant le match, si un arbitre ressent que la poursuite du jeu peut mettre en question la sécurité d'un joueur, l'officiel peut renvoyer ce joueur du match immédiatement. Une explication devrait être inscrite sur la feuille de match pour justifier le renvoi immédiat de ce joueur. La décision d'un arbitre dans ce contexte est sans appel et ne peut être remise en question par le joueur visé ou par ses coéquipiers. Les équipes/joueurs désirant protester une décision de l'arbitre doit le faire par écrit aux dirigeants de la ligue dans les 48 heures suivant la conclusion du match.
- 5 Un participant (joueur ou officiel) qui a subi une blessure ou une lacération ou il y a un suintement ou saignement, il doit quitter le terrain de jeu jusqu'à ce qu'il ait reçu un traitement médical adéquat. Le participant peut revenir sur le terrain de jeu seulement après que le saignement a été stoppé et que la zone affectée ou que la plaie ouverte a été entièrement couverte de façon sécuritaire. L'arbitre doit approuver le retour du participant sur le terrain de jeu.
- 6 Si un joueur ou un officiel a une partie de son uniforme ou de son équipement saturé de sang, l'uniforme doit être nettoyé ou immédiatement changé. « Saturé » signifie que le sang est en quantité suffisante pour transpercer le tissu et atteindre la peau de sorte que le sang soit facilement transférable à un autre participant.



Règlement 2 – Terrain et équipement

1. Le terrain

Le terrain de jeu normal pour la version à cinq contre cinq est de 60 x 30 verges ou de 80 x 20 verges selon l'âge et l'habileté des joueurs.

Dans la version à sept contre sept le terrain est de 110 x 65 verges. La dimension du terrain peut être modifiée pour des compétitions particulières et répondre aux besoins et correspondre aux ressources de ligues indépendantes.

Les spécifications et les marques du terrain de jeu sont illustrées et décrites aux pages 40, 45 et 56.

- 1.1 Les poteaux de but ne sont pas requis pour le flag-football. S'ils sont présents sur le terrain de jeu, ils doivent être couverts de coussins protecteurs pour prévenir les blessures. Les poteaux de but doivent être dans la zone de but.
- 1.2 Les organisateurs de ligue/tournoi devraient établir des règlements propres aux terrains concernant l'obstruction et en informer les équipes et les officiels par écrit avant le début de la saison et/ou du tournoi. Quand ces obstructions ne sont pas couvertes par les règlements du terrain, l'arbitre consultera les équipes pour parvenir à des règlements du terrain qui sont acceptées par les deux formations.
- 1.3 Les bancs d'équipe devraient se trouver du même côté du terrain à moins que les circonstances l'empêchent. Les zones de banc d'équipe devraient être marquées. Tous les accessoires d'équipe, comme les seaux, les sacs et l'équipement devront être placés au moins à cinq verges de la ligne de côté.
- 1.4 Les membres des équipes doivent rester dans la zone de banc ou faire face à une punition pour conduite reprochable ou pour avoir quitté la zone de l'équipe à moins qu'ils reçoivent la permission d'un officiel pour quitter la zone ou s'ils entrent sur le terrain pendant la substitution permise d'un joueur. Seuls les membres de l'équipe ont droit de rester dans la zone de banc; les autres dans la zone doivent immédiatement la quitter sans quoi l'équipe sera punie pour conduite reprochable.
- 1.5 Tout spectateur qui nuit au déroulement normal du match sera expulsé de la zone de terrain. Il relève de l'organisation local de s'assurer que le spectateur expulsé se conforme à la décision afin de garantir la sécurité de tous les joueurs, membres du personnel et officiels.
- 1.6 Si un spectateur nuit au déroulement du jeu, l'officiel évaluera l'incidence de l'obstruction et agira en conséquence. Par exemple, s'il est évident qu'un touché aurait été marqué sans l'obstruction du spectateur, l'officiel accordera le touché. Si l'incidence n'est pas claire, l'essai sera repris à la ligne initiale de mêlée.

2. Le ballon

- 2.1 Les équipes peuvent utiliser leur propre ballon ou s'accorder avec l'autre équipe pour utiliser un ballon pour le match.
- 2.2 Dans les ligues pour enfants/récréatives, il est recommandé d'utiliser des ballons de taille appropriée pour les joueurs et les joueuses afin de tenir compte de leurs capacités (voir les exemples ci-dessous).
Nike JR Peewee — U8 + U10
Nike Vaper One taille junior + Nike JR Peewee — U12
Nike Vaper One taille jeunes + Nike Vaper One taille junior — U14 + U16
Nike Vaper One taille officielle + Nike Vaper One taille jeunes — U18
Dans les ligues masculines et féminines seniors/récréatives, on utilisera généralement le ballon avec lequel les joueurs sont à l'aise à moins d'indications contraires de la ligue.
Pour les tournois ou les championnats régionaux, nationaux et internationaux, le(s) ballon(s) à utiliser seront spécifiés dans le dossier technique de l'événement.
- 2.3 Aucune équipe ou joueur n'a le droit de faire de modifications à la surface du ballon utilisé. Les équipes qui agissent de la sorte seront pénalisées pour une conduite reprochable. L'arbitre doit enlever tout ballon qui a été modifié.
- 2.4 Les membres des équipes doivent rester dans la zone de banc ou faire face à une punition pour conduite reprochable ou pour avoir quitté la zone de l'équipe à moins qu'ils reçoivent la permission d'un officiel pour quitter la zone ou s'ils entrent sur le terrain pendant la substitution permise d'un joueur. Seuls les membres de l'équipe ont droit de rester dans la zone de banc; les autres dans la zone doivent immédiatement la quitter sans quoi l'équipe sera punie pour conduite reprochable.



3. Le té de botté (seulement pour la version à sept contre sept)

- 3.1 Le té de botté ne doit pas élever la partie inférieure du ballon plus haut que 2 pouces au-dessus du sol. La pénalité dans ce cas sanctionne une procédure interdite. L'équipe qui botte est responsable d'enlever le té de botté du terrain une fois le jeu terminé. L'équipe qui ne le fait pas se verra attribuer une punition pour conduite reprochable.

4. Uniformes

- 4.1 Les chandails officiels du tournoi doivent être portés pendant le jeu et être adéquatement rentrés dans les shorts. Si deux équipes portent des chandails similaires, le gagnant du tirage au sort a le choix de changer de chandail à moins 1 équipe accepte volontairement de changer de chandail.
- 4.2 Tous les joueurs doivent porter différents numéros et s'assurer qu'ils soient visibles. Le changement de numéro de chandail pendant un match peut servir à tromper l'adversaire et cette pratique est interdite. Les uniformes ne peuvent pas contenir de l'équipement pouvant entraîner des blessures aux joueurs, comme des coussins flexibles.
- 4.3 Les joueurs n'ont pas le droit d'utiliser de substance adhésive, de peinture, de graisse ou toute autre substance glissante ou collante sur une pièce d'équipement ou sur son corps, ses vêtements ou tout autre objet qui peuvent venir en contact avec le ballon ou un adversaire.
- 4.4 Les joueurs ne peuvent pas porter des shorts ou de pantalons à poches, avec des ceintures, de boutons pressoirs ou de pinces de toute sorte. Les shorts ou les pantalons doivent être d'une couleur unie différente des flags pour éviter de les perdre visuellement. Les joueurs ne peuvent pas coller ou attacher leurs shorts ou leurs pantalons pour respecter ce règlement. Les poches de shorts peuvent être cousues pour empêcher que le doigt d'une adversaire s'y accroche et ces poches doivent obtenir l'aval de l'arbitre du match.

5. Équipement du joueur

- 5.1 Tous les joueurs doivent porter correctement un protecteur buccal; il n'y a pas d'exception à cette règle.
- 5.2 Un joueur peut porter une orthèse, entièrement couverte de tissu ou un protecteur facial transparent et non saillant. Les rubans ou les bandages sont permis s'ils ne sont pas abrasifs ou si leur composition ne durcit pas sous l'eau ou lorsqu'ils séchent.
- 5.3 Les bijoux doivent être retirés avant le début du match. S'il n'est pas possible de retirer le bijou, il doit être entièrement recouvert, coussiné et fixés. Les bracelets médicaux peuvent être portés, mais ils doivent être fixés pour ne pas causer de blessure.
- 5.4 Les chapeaux souples, y compris les couvre-chefs religieux qui sont solidement fixés et ne comportent pas de métal ou de plastique dur qui pourrait être dangereux pour les participants, sont autorisés.
- 5.5 Les lunettes de soleil sont autorisées.
- 5.6 Les protèges genou et protège-coude doivent être flexibles et ne contenir aucun matériel dur.
- 5.7 Les plâtres peuvent être portés seulement pour protéger une blessure et ils doivent être flexibles et ne contenir aucun matériel dur dans une condition humide ou sèche. Les attelles de genou peuvent être portées, mais elles doivent être entièrement recouvertes par des pantalons ou par des pansements adhésifs ou bandages de contention pour qu'aucune partie d'appareil orthopédique ne soit exposée, au point où un doigt ne peut passer entre l'appareil orthopédique et la jambe. Des éclisses de doigts peuvent être portées pour protéger une blessure, mais ils doivent être adéquatement recouverts de coussins. L'arbitre aura le dernier mot sur l'admissibilité de ce type d'équipement.
- 5.8 Si un joueur ou un officiel a une partie de son uniforme ou de son équipement saturé de sang, l'uniforme doit être nettoyé ou immédiatement changé. « Saturé » signifie que le sang est en quantité suffisante pour transpercer le tissu et atteindre la peau de sorte que le sang soit facilement transférable à un autre participant.
- 5.9 Les joueurs peuvent porter des souliers à crampons, mais il doit s'agir de crampons de caoutchouc. Il n'y a pas de limite sur le nombre de crampons sous le soulier, mais les crampons du soulier doivent faire partie de la conception naturelle du soulier et doivent être de bonne condition. Les souliers avec talons ne sont pas permis. Les crampons métalliques et autres types de souliers à crampons comme les crampons d'athlétisme, les crampons de golf et les traditionnels crampons de baseball ne sont pas permis.



-
- 5.10 Les cartes de jeu, les livres de jeu et les feuilles de jeu peuvent être utilisés s'ils ne sont pas fixés à la ceinture et s'ils sont rangés de manière sécuritaire pendant le jeu. Les fiches de jeu ne peuvent pas être placées au sol ou un coureur pourrait mettre le pied dessus.

6. Équipement d'équipe

Il existe différents types de flags, notamment :

- 6.1 Des ceintures à boucles, où la ceinture est attachée à la taille et ne s'enlève pas. Les flags sont attachés par du velcro ou des raccords d'aspiration. Les ceintures à boucles ne sont pas recommandées puisqu'il y a un risque de blessure pour le joueur qui retire le flag et celui qui le porte en restant pris dans la ceinture.
- 6.2 Ceintures à pinces où la ceinture est retenue par une pince à déclenchement rapide autour de la taille, disponible dans différentes grandeurs.
- 6.3 Les flags de tissu, où deux flags sont portés par chaque joueur, sur les hanches de chaque côté. La section blanche du flag (8 x 2 po.) doit être portée à l'intérieur des pantalons. La section colorée du flag (14 x 2 po.) doit être portée à l'extérieur des pantalons. Les officiels doivent toujours être en mesure de voir la section blanche du flag du porteur du ballon sans quoi une punition sera signalée pour bloquer son flag.
- 6.3 Les flags de tissu, où deux flags sont portés par chaque joueur, sur les hanches de chaque côté. La section blanche du flag (8 x 2 po.) doit être portée à l'intérieur des pantalons. La section colorée du flag (14 x 2 po.) doit être portée à l'extérieur des pantalons. Les officiels doivent toujours être en mesure de voir la section blanche du flag du porteur du ballon sans quoi une punition sera signalée pour bloquer son flag.
- 6.4 Si un joueur porte des vêtements, de l'équipement ou des souliers inacceptables, le joueur doit quitter le match pendant au moins un jeu et retirer l'équipement avant de revenir. Si le joueur revient dans le match avec l'équipement inacceptable, l'équipe sera pénalisée pour conduite reprochable et le joueur sera expulsé.

Note : L'inspection des vêtements et de l'équipement des joueurs sera effectuée par l'officiel au début de chaque match. L'arbitre possède la décision finale sur tout signalement sur le terrain qui n'est pas couvert par ce livre des règlements.



Règlement 3 – Membres de l'équipe

Les règles suivantes s'appliquent aux versions du flag-football à cinq contre cinq et à sept contre sept

1 Joueurs

- 1.1 Les équipes ont besoin d'un minimum de quatre/six joueurs pour pouvoir participer à un match et d'un maximum de cinq/sept joueurs sur le terrain à tout moment. La taille officielle de l'équipe dépend des directives établies par les ligues et les tournois nationaux et internationaux.
- 1.2 Une équipe peut avoir un maximum de cinq/sept joueurs sur le terrain pendant un jeu. Une équipe peut utiliser un minimum de quatre/six joueurs pendant un jeu. Une équipe qui a plus de cinq/sept joueurs sur le terrain à tout moment, alors que le ballon est en jeu, sera pénalisée pour substitution interdite.
- 1.3 Une équipe doit avoir un minimum de quatre/six joueurs et un maximum de cinq/sept joueurs sur le terrain à l'heure prévue, sinon elle sera pénalisée pour avoir retardé le début du match. L'équipe perdra le match par forfait au compte de 6 à 0 si elle n'a pas un minimum de quatre/six joueurs et un maximum de cinq/sept joueurs sur le terrain dans les 15 minutes suivant l'heure prévue du début du match.
- 1.4 Quand une équipe refuse de commencer ou de poursuivre un match à la demande des officiels, elle sera pénalisée pour avoir retardé le match. Au troisième refus, l'équipe perdra le match par forfait au compte de 6 à 0. Si l'autre équipe est en avance au pointage à ce moment-là, le pointage en vigueur s'appliquera.
- 1.5 Chaque équipe a droit à un maximum de deux/quatre capitaines d'équipe.
- 1.6 (Sept contre sept seulement) Un joueur est admissible à jouer s'il est arrivé avant le coup d'envoi de la deuxième mi-temps.

2 Substitutions

- 2.1 Les joueurs substitués peuvent entrer sur le terrain seulement à partir de leur banc et seulement quand le jeu est arrêté. Les substitutions de joueurs offensifs sont autorisées jusqu'au moment où le joueur de centre s'installe pour la mise en jeu du ballon et les substitutions de joueurs défensifs sont autorisées jusqu'à la mise en jeu du ballon. La violation de ces règlements entraîne une punition pour substitution interdite.
- 2.2 A Un joueur qui quitte le terrain au profit d'un substitut ou en raison d'une blessure doit se rendre directement à la zone de banc. Tout délai ou toute déviation de cette route entraîneront une punition pour substitution interdite.

3 Capitaines

- 3.1 Les membres d'équipe identifiés auprès des officiels avant le match à titre de porte-parole des unités à l'attaque et en défensive seront considérés comme les capitaines d'équipe. Chaque équipe a droit à un maximum de deux/quatre capitaines d'équipe. En cas de blessure ou d'expulsion, un capitaine de remplacement peut être identifié auprès des officiels.
- 3.2 Seul le capitaine d'une équipe a droit à une explication des règlements, y compris les options suite à une pénalité. Seul le capitaine d'une équipe ou l'entraîneur-chef a le droit de demander une vérification de l'équipement.

4 Entraîneurs et gérants

- 4.1 Un entraîneur ou un gérant qui est aussi un joueur ne doit profiter d'aucun droit spécial quand il se trouve sur le terrain, à moins d'avoir aussi été désigné capitaine d'équipe. Quand il est hors du terrain, un entraîneur ou un gérant doit rester dans la zone de banc ou faire face à une punition pour avoir quitté la zone d'équipe ou pour conduite reprochable.

5 Joueur blessé

- 5.1 Un médecin, soigneur ou assistant ne peut entrer sur le terrain pour traiter un joueur blessé sans la permission d'un officiel. Un entraîneur, gérant, médecin, soigneur ou assistant ne peut diriger les joueurs pendant qu'il se trouve sur le terrain dans le contexte d'un joueur qui est blessé. Une équipe qui enfreint ces règlements sera punie pour conduite reprochable.



Règlement 4 – Chronométrage / Prolongation / Temps d'arrêt

1 Durée du match

- 1.1 Un match régulier officiel est d'une durée de 40 minutes (2 x 20 minutes) dans la version à cinq contre cinq. Le match officiel dans la version à sept est d'environ une heure et est détaillé à la page 50.
- 1.2 S'il reste du temps au chronomètre quand le jeu précédent prend fin, un autre jeu sera permis à moins d'une pénalité ou de points marqués.

2 Responsabilité de l'arbitre

- 2.1 L'un des arbitres sur le terrain agira comme chronométreur officiel et appliquera les règlements de chronométrage pour déterminer la quantité de temps de jeu qui s'est écoulée.
- 2.2 Seul l'arbitre peut arrêter et démarrer le chronomètre. Quand l'arbitre démarre le chronomètre, les signaux de démarrage du chronomètre sont effectués, puis le chronomètre est démarré. Quand l'arbitre arrête le chronomètre, ce dernier doit d'abord être arrêté, puis les signaux appropriés sont effectués.
- 2.3 Chaque fois que le chronomètre est arrêté, il redémarre à la prochaine remise en jeu. Une exception à cette règle s'applique à la suite d'une blessure. Après une blessure, le chronomètre démarrera au coup de sifflet de l'arbitre indiquant que les joueurs sont « prêts à jouer » ou à la remise en jeu du ballon, selon l'état du chronomètre avant la blessure. Consultez les sections « Chrono arrêté » et « Chronomètre ».

3 Le chronomètre

- 3.1 Le chronomètre démarre dès que l'arbitre siffle pour indiquer que les équipes et les officiels sont « prêts à jouer ».
- 3.2 Le chronomètre dure 25 secondes. Si l'offensive ne réussit pas à remettre le ballon en jeu après 25 secondes, elle sera pénalisée pour avoir retardé le match.

4 Prolongation

- 4.1 En cas d'égalité, une prolongation sera disputée à moins que cela soit autrement indiqué dans les règlements de la ligue ou du tournoi. La période entre la fin du match et le début de la période de prolongation sera de 2 minutes. Un tirage à pile ou face déterminera laquelle des deux équipes profitera de la première possession en prolongation. Aucun temps d'arrêt ne sera accordé au cours de la période de prolongation.
- 4.2 Faites référence aux règlements pour la version à cinq contre cinq et à sept contre sept pour les variations de procédures de chronométrage.

5 Temps d'arrêt

- 5.1 Chaque équipe profite de 2 temps d'arrêt de 60 secondes par demie. Ces temps d'arrêt ne peuvent être transférés à la deuxième demie ou en prolongation.
- 5.2 Chaque capitaine d'équipe sera avisé quand il restera 10 secondes au temps d'arrêt. Les équipes peuvent raccourcir la durée du temps d'arrêt d'un commun accord.
- 5.3 Les temps d'arrêt peuvent être signalés par tout officiel et par tout joueur ou entraîneur sur le terrain ou au banc quand le ballon est déclaré mort.
- 5.4 Après le temps d'arrêt d'équipe, tous les joueurs à l'attaque doivent retourner au caucus. Toute infraction à ce règlement sera punie comme procédure interdite.
- 5.5 Le chronomètre sera arrêté pendant toute la durée du temps d'arrêt.

6 Temps d'arrêt d'équipe

- 6.1 Le temps de jeu arrêté/interrompu utilisé pour effectuer une vérification d'équipement ne doit pas être chargé comme un temps d'arrêt d'équipe; l'abus de ce privilège entraînera une pénalité pour conduite reprochable contre l'équipe qui a demandé le temps d'arrêt.



7 Temps d'arrêt en cas de blessure

- 7.1 Tout arbitre peut demander un temps d'arrêt pour permettre à une équipe de prendre soin d'un joueur blessé. Si un temps d'arrêt est signalé par les arbitres, le joueur blessé doit être retiré du terrain pendant au moins un jeu, à moins que l'équipe du joueur blessé ne demande un temps d'arrêt. Les arbitres possèdent les pleins pouvoirs pour retarder le match jusqu'à ce que le joueur blessé soit retiré du terrain de façon sécuritaire.
- 7.2 Les retards évitables dans le retrait du joueur seront punis pour avoir retardé le match.

8 Chrono arrêté

- 8.1 Dans les deux dernières minutes des deux mi-temps, le chronomètre s'arrêtera dans les circonstances suivantes :

- Pour accorder un premier essai, même quand il s'agit d'un changement de possession
- Pour signaler une pénalité
- Quand le porteur de ballon sort des limites du terrain
- Quand une passe ou un ballon échappé (vers l'avant ou vers l'arrière) touche le sol
- Quand des points sont inscrits pendant et après le PAT suivant
- Quand un temps d'arrêt est accordé

Remarque : Le temps continuera de s'écouler si un porteur de ballon perd la possession du ballon et que celui-ci touche au sol.

- 8.2 À deux minutes de la fin de la deuxième demie ou après ce moment dans le match, si l'écart de pointage entre les deux équipes est de 25 points, le chronomètre ne s'arrêtera pas jusqu'à la fin du match, à l'exception de situations de blessure ou de temps d'arrêt.



Règlement 5 – Procédures de match

1 Rencontre d'avant match

- 1.1 L'arbitre est responsable de faire respecter les règlements par les deux équipes et par tous les officiels. L'arbitre rendra la décision finale sur toute situation sur le terrain qui n'est pas couverte par les règlements de ce manuel.
- 1.2 Environ trois minutes avant le début prévu du match et immédiatement après la période de repos, au moins un capitaine de chaque équipe rencontrera l'arbitre au centre du terrain pour examiner les conditions de terrain et le marquage, effectuera le tirage au sort.
- 1.3 Le gagnant du tirage au sort doit choisir s'il veut commencer avec le ballon, choisir un côté ou reporter son choix au début de la deuxième mi-temps.

2 Déroulement général du jeu

- 2.1 L'équipe à l'attaque prendra possession du ballon à sa propre ligne de 5 verges et profitera de 3 essais pour marquer un touché. Si l'attaque n'arrive pas à marquer, le ballon change de possession et l'équipe qui passe à l'attaque reprendra le ballon à partir de sa propre ligne de 5 verges.
Note : Au flag-football canadien, les règlements prévoient 3 essais pour traverser le milieu du terrain ou marquer un touché, tandis que les règlements de l'IFAF à cinq contre cinq utilisés dans les compétitions internationales, les équipes ont droit à 4 essais pour traverser le centre du terrain ou marquer un touché.
- 2.2 Pour démarrer un jeu, le ballon doit être mis en jeu par le joueur de centre à l'attaque, à partir du point de mêlée et vers le quart arrière. Il n'existe pas de distance minimale requise où doit se tenir le quart arrière par rapport à son joueur de centre.
Il doit toutefois y avoir une verge de séparation entre la ligne à l'attaque et la ligne défensive. Les joueurs ne peuvent pas s'aligner à l'intérieur de la ligne de 1 verge de la ligne de mêlée.
- 2.3 Il y a une zone neutre d'une longueur d'une verge qui s'étend vers l'avant à partir de la ligne de mêlée et dans laquelle les joueurs défensifs ne peuvent pas s'aligner ou pénétrer avant la mise en jeu du ballon.
- 2.4 Si l'équipe à l'attaque n'arrive pas à traverser le centre du terrain, la possession du ballon changera de côté et l'adversaire commencera sa série de jeux à partir de sa propre ligne de 5 verges.
- 2.5 Tous les changements de possession, à l'exception des interceptions, entraîneront le démarrage du jeu à partir de la ligne de 5 verges de l'équipe à l'attaque.
- 2.6 Tous les changements de possession, à l'exception des interceptions à la suite d'un jeu de mêlée, entraîneront le démarrage du jeu à partir de la ligne de cinq verges de l'équipe à l'attaque. Une infraction se produisant après une interception utilisera le point de possession comme ligne de mêlée pour son application.
- 2.7 Si l'offensive gagne un premier essai en traversant le milieu du terrain, elle ne pourra pas bénéficier d'un autre premier essai à moins qu'il y ait une pénalité.
- 2.8 « Les zones sans course » sont situées 5 verges devant chaque zone de but. Quand l'attaque démarre un jeu à l'intérieur de cette zone, l'équipe doit effectuer une passe autorisée vers l'avant.
- 2.9 Quand le porteur de ballon a franchi la ligne de mêlée, le ballon ne peut plus être remis ou passé vers l'avant de quelque façon que ce soit.
- 2.10 Une fois que le porteur de ballon a franchi la ligne de mêlée ou qu'une passe vers l'avant a été effectuée, aucune remise, balayage, passe latérale ou passe vers l'avant ne peut être effectué(e) de quelque manière que ce soit.
- 2.11 Les passes vers l'avant et les remises sont autorisées derrière la ligne de mêlée. L'offensive peut choisir de faire une passe légale vers l'avant après avoir effectué une remise. Voir « Passe légale vers l'avant »
- 2.12 Passe légale vers l'avant – La première passe lancée vers l'avant depuis l'arrière de la ligne de mêlée. Voir les définitions d'une passe.
- 2.13 Les équipes changent de côté de terrain à la mi-temps. Le temps peut aussi être ajusté selon le niveau technique des athlètes, le nombre de participants et la dimension de la surface de jeu.
- 2.14 Pour commencer la deuxième mi-temps, l'équipe qui a perdu le tirage au sort avant le match ou l'équipe qui a reporté son choix à la deuxième mi-temps aura l'option de commencer avec le ballon ou de choisir un côté pour amorcer la mi-temps.



-
- 2.15 Avant de faire une passe vers l'avant, l'offensive peut effectuer plusieurs remises ou passes latérales derrière la ligne de mêlée.
 - 2.16 La durée du match peut être modifiée en fonction du niveau d'habiletés des athlètes, du nombre de participants et de la taille de la surface de jeu.
 - 2.17 Si une pénalité offensive se produit dans la « zone sans course » et qu'elle fait en sorte que l'équipe doit reculer hors de la « zone sans course », l'interdiction de courir avec le ballon reste en vigueur.
 - 2.18 Une fois que jeu à l'attaque commence dans la zone sans course, les règles de la zone sans course s'appliquent pour le reste de la possession ou jusqu'à ce qu'un touché soit marqué.

3 Touchés

- 3.1 Un touché est inscrit quand un joueur est en possession du ballon conformément aux règlements dans la zone de but de l'adversaire.
- 3.2 Le ballon est considéré comme étant dans la zone de but dès qu'une partie du ballon se trouve au-dessus d'une partie de la ligne de but.
- 3.3 Quand le ballon est dans la zone de but, il est considéré comme étant toujours dans la zone de but jusqu'à ce que l'intégralité du ballon ait dépassé le dessus de la ligne de but.
- 3.4 L'équipe qui marque le plus de points en temps réglementaire est désignée gagnante. Si les équipes sont à égalité après l'écoulement du temps réglementaire et qu'un gagnant doit être désigné, l'équipe qui marque le plus de points en prolongation est désignée gagnante.



Règlement 6 – Ballon en jeu / Ballon mort

1 Ballon en jeu / Ballon mort

1.1 Ballon en jeu

Le ballon est en jeu après que l'arbitre a signalé que le jeu commence et que le ballon a été remis en jeu par l'équipe en possession. Le ballon restera en jeu jusqu'à ce qu'il soit déclaré mort selon les règles qui s'appliquent. Une équipe ne peut faire progresser le ballon ou marquer à moins que le ballon soit en jeu.

1.2 Ballon mort

Le ballon est mort quand n'importe quelle condition de ballon mort est satisfaite. Le ballon est aussi mort quand un officiel siffle alors que le ballon est en jeu. L'équipe en possession ne peut plus faire progresser le ballon quand il est déclaré mort.

1.3 Les substitutions peuvent seulement être effectuées quand le ballon est mort. Si le flag du porteur de ballon tombe, le jeu sera signalé mort d'un coup de sifflet et le ballon sera placé là où le flag est tombé. Les joueurs sont admissibles pour attraper une passe remise ou lancée si leur flag est tombé, mais ils n'auront pas le droit d'avancer. Le jeu sera signalé mort dès que le joueur (sans flag) aura attrapé le ballon.

1.4 Si le porteur de ballon perd possession ou échappe le ballon et que celui-ci touche le sol ou tombe dans les mains d'un joueur défensif, il n'y aura pas d'échappé. Le jeu est signalé mort immédiatement et le ballon sera placé là où le joueur a perdu la possession. Si le quart-arrière ne prend pas possession du ballon sur la mise en jeu, le ballon sera placé à la ligne de mêlée et entraînera une perte d'essai ou un revirement par épuisement de la banque d'essais. Si un joueur offensif derrière la ligne de mêlée ne prend pas possession du ballon suite à un balayage, une remise, un lancer ou une passe latérale, le ballon sera placé au dernier point de possession et résultera en une perte d'essai, un revirement par épuisement de la banque d'essais ou un touché de sûreté, le cas échéant.

1.5 Un jeu est déclaré "mort" quand:

- Un officiel siffle
- Le flag du porteur de ballon est retiré ou que le porteur de ballon se place autrement dans une situation interdite.
- Le porteur de ballon marche à l'extérieur du terrain
- Des points sont marqués.
- Quand une ou l'autre des parties du corps du porteur de ballon, autre que sa main ou que son pied touche au sol.
- Quand le ballon touche les poteaux de but
- Quand le ballon touche à un officiel (comme si le ballon avait touché au sol).
- Quand le flag du joueur en possession du ballon tombe au sol ou hors position.
- Quand une punition pour avoir retardé le match, pour avoir mis trop de temps à effectuer une passe, pour plongeon, pour protection de drapeau/saut, pour course non autorisée, mise en jeu interdite, pour passe interdite vers l'avant ou pour obstruction se produit.

1.6 Lorsqu'un arbitre siffle par inadvertance, l'arbitre en chef offrira l'option à l'équipe défavorisée d'accepter le résultat du jeu ou de le reprendre. Si le coup de sifflet est donné par inadvertance après une interception et que l'équipe ayant intercepté le ballon est celle qui est défavorisée (peu importe le temps restant au chronomètre), elle peut remettre le ballon en jeu au point où se trouvait le ballon au moment du coup de sifflet.

1.7 Si l'arbitre ne peut pas décider quelle équipe a subi un tort en raison de ce coup de sifflet, le jeu devra être repris.

1.8 Toute faute commise pendant le jeu sans en arrêter la progression, les sanctions seront administrées comme pour une situation de jeu régulière. Les fautes de ballon mort seront sanctionnées dans tous les cas.



Règlement 7 – En jeu et hors du jeu

1.0 En jeu

- 1.1 Le ballon est en jeu quand il se trouve à l'intérieur des limites du jeu. Le ballon est considéré comme étant toujours en jeu s'il est au-dessus ou à l'extérieur des limites du jeu jusqu'à ce qu'il touche les limites du jeu ou toute personne ou objet qui est hors du terrain.
- 1.2 Tout joueur qui n'a pas touché les limites de jeu et qui n'a pas touché le sol au-delà des limites du jeu est toujours considéré comme étant en jeu.

2.0 Hors du jeu

- 2.1 Le ballon est hors du jeu quand il touche les limites du jeu ou le sol au-delà des limites du jeu. Le ballon est hors du jeu quand il touche un objet ou une personne qui est hors du jeu.
- 2.2 Toute personne ou objet qui touche les limites du jeu ou le sol au-delà des limites du jeu se trouve hors du jeu.

Règlement 8 – Contrôle et possession du ballon

1 Contrôle du ballon

- 1.1 Un joueur est considéré comme ayant le contrôle du ballon quand il possède fermement le ballon dans une ou deux mains, bras ou jambes, ou quand il tient le ballon fermement dans une ou deux mains, bras ou jambes, ou qu'il le tient fermement sous son corps sans que le ballon ne touche le sol. La prise sur le ballon doit être suffisamment forte pour permettre au joueur d'arrêter la rotation du ballon et d'être en mesure d'exercer une influence sur sa direction.
- 1.2 Un joueur quittant le sol pour effectuer un attrapé ou une interception doit avoir le contrôle du ballon au moment de retomber au sol et avoir une partie de son corps qui touche au sol dans les limites du terrain avant que toutes autres parties du corps ne touche au sol hors du terrain.

2 Possession du ballon

- 2.1 Une équipe doit avoir possession du ballon pour marquer un touché ou pour mériter un premier jeu. Quand une équipe obtient la possession des adversaires, elle aura droit à un premier jeu quand le ballon meurt. Après avoir eu droit à un premier jeu, une équipe garde possession pour trois essais, à moins que l'adversaire obtienne le contrôle du ballon ou qu'une ou l'autre des équipes obtienne un premier jeu des suites d'une punition. Pendant les trois essais, l'équipe en possession du ballon doit franchir la distance requise pour réussir un premier jeu ou marquer un touché, sans quoi elle perdra la possession.
- 2.2 Un joueur est considéré comme ayant possession du ballon si ce joueur a contrôle du ballon. Si le contrôle du ballon est perdu, le joueur n'est plus considéré comme étant en possession du ballon.
- 2.3 Une équipe est considérée comme étant en possession du ballon lorsqu'un de ses joueurs est en contrôle du ballon ou qu'il en obtient la possession par un règlement. Une équipe perd possession du ballon lorsque l'adversaire intercepte une passe légale ou par l'épuisement des essais.
- 2.4 Les joueurs offensifs et défensifs ne sont pas autorisés à claquer ou à arracher le ballon qui se trouve dans les mains d'un porteur de ballon ou à entrer en contact avec les mains d'un adversaire lorsqu'ils attrapent le ballon.

Règlement 9 – Le caucus

1 Caucus

- 1.1 L'équipe à l'attaque compte 25 secondes pour mettre le ballon en jeu et les équipes seront informées verbalement quand il restera 10 secondes. L'arbitre donnera aux équipes un temps raisonnable pour s'aligner après chaque jeu avant de siffler le Prêt à jouer pour commencer le compte à rebours de 25 secondes. Si le ballon n'est pas mis en jeu dans les 25 secondes, l'équipe à l'attaque sera pénalisée pour ne pas avoir respecté ce décompte de remise en jeu.



Règlement 10 – Le jeu au sol

1 Course

- 1.1 Le joueur de centre est celui qui effectue la remise au quart arrière. Le centre n'est pas autorisé à feindre une remise et garder le ballon. Toute infraction à ce jeu entraîne une pénalité pour course illégale.
- 1.2 Avant la remise, l'axe longitudinal du ballon doit être perpendiculaire à la ligne de mêlée et les pieds du joueur de centre doivent être positionnés de chaque côté du sac de fèves identifiant la ligne de mêlée. Une remise légale est une remise ou une passe du ballon vers l'arrière à partir du sol, par un mouvement rapide et continu de la (ou des) main(s) qui conduit à une perte de possession du ballon. La remise n'a pas à passer entre les jambes du joueur de centre.
- 1.3 Un jeu au sol se produit lorsqu'un joueur traverse la ligne de mêlée avec le ballon sans qu'une passe vers l'avant n'ait été lancée. La ligne de mêlée et le point de mêlée seront identifiés par les officiels selon les règles du ballon mort et les règles de mêlée.
- 1.4 Le quart arrière ne peut pas courir avec le ballon au-delà de la ligne de mêlée à moins que le ballon n'ait été remis, lancé ou passé latéralement vers un autre joueur puis retourné.
- 1.5 Le joueur qui accepte une remise peut lancer le ballon de derrière la ligne de mêlée.
- 1.6 Lorsqu'un ballon a été remis, passé, lancé ou passé latéralement ou s'il y a une feinte de remise ou de passe latérale, tous les joueurs défensifs sont admissibles à traverser la ligne de mêlée depuis toute position sur le terrain. Les joueurs à l'attaque ne peuvent pas faire obstruction au droit de passage du poursuiveur s'il y a une feinte de remise immédiate. L'infraction à cette règle entraîne une pénalité pour obstruction contre le poursuiveur. Lorsqu'un joueur fait dévier une passe vers un coéquipier sans prendre contrôle du ballon, le jeu se poursuit et le ballon peut progresser.
- 1.7 Tourner sur soi-même ou effectuer un dip est autorisé, mais le porteur du ballon ne peut pas plonger vers l'avant ni sauter pour éviter un joueur défensif ou pour amasser des verges (aucun plongeon).
- 1.8 Le porteur de ballon a pour responsabilité d'éviter le contact avec le défenseur.
- 1.9 Le ballon est placé à l'endroit où celui-ci était situé lorsque le flag du porteur de ballon a été retiré. Le ballon sera placé de façon à ce que l'axe longitudinal du ballon soit parallèle aux lignes de côté.
- 1.10 Le ballon ne peut pas être placé plus près que la ligne de 1 verge de la zone de but de l'une ou l'autre des équipes.

Règlement 11 – Réception de passe

1 Réception de passe

- 1.1 Tous les joueurs sont admissibles à la réception de passe (y compris le quart arrière si le ballon a d'abord été remis à un autre joueur derrière la ligne de mêlée)
- 1.2 Tous les joueurs doivent être complètement derrière leur côté de la ligne de mêlée au moment où le ballon est mis en jeu à l'exception du joueur de centre. Une infraction à cette procédure entraîne une punition de hors jeu.
- 1.3 Les joueurs peuvent être en mouvement sans restriction de nombre quand le ballon est mis en jeu; seul le joueur de centre doit se trouver à la ligne de mêlée. Les joueurs en mouvement vers la ligne de mêlée ne seront pas considérés comme étant hors jeu à moins qu'ils ne soient entrés avec un ou deux pieds au sol dans la zone neutre de mêlée d'une verge de largeur au moment où le ballon est mis en jeu. S'ils reviennent vers l'arrière, de leur côté de la zone, avant que le ballon ne soit mis en jeu, ils ne seront pas pénalisés.
- 1.4 Participation illégale --Un joueur qui sort des limites du terrain ne peut plus participer à ce jeu, sauf s'il est sorti des limites à cause d'un terrain glissant, d'un flag manqué ou d'un contact avec un adversaire.



Règlement 12 – Poursuivre le quart arrière

1 Poursuite

- 1.1 Tous les joueurs qui poursuivent le passeur doivent se trouver à sept verges de la ligne de mêlée dans la version à cinq contre cinq et à cinq verges dans la version à sept contre sept au moment de la mise en jeu. La ligne de mêlée et la ligne du poursuiveur seront marquées par un sac de haricots. Il n'y a pas de restriction sur le nombre de joueurs qui poursuivent le quart-arrière. Les joueurs qui ne poursuivent pas le quart-arrière peuvent défendre sur la ligne de mêlée après la remise en jeu. Le poursuiveur doit poursuivre sans arrêt en utilisant un chemin direct vers le quart-arrière si ce dernier se trouve dans la pochette ou s'il fait une dérobade. Une fois que le quart-arrière a effectué une remise, un balayage, une passe ou une passe latérale ou qu'il a effectué une feinte de remise, de balayage, de passe ou de passe latérale, la règle des sept verges ou des cinq verges n'est plus en vigueur et tous les défenseurs peuvent traverser la ligne de mêlée, peu importe où ils se trouvent sur le terrain.
- 1.2 Un poursuiveur aligné à l'intérieur de 2 verges (d'un côté ou de l'autre) du marqueur de 7 verges a droit à la poursuite libre du quart arrière – le poursuiveur ne peut donc pas faire l'objet d'une obstruction. Si le poursuiveur est aligné à l'extérieur des 2 verges (d'un côté ou de l'autre) du marqueur de 7 verges, il n'a pas le droit à la poursuite libre du quart arrière et il peut faire l'objet d'une obstruction.
- 1.3 Un poursuiveur aligné dans les 2 verges du marqueur de la ligne de poursuite ne peut pas directement la franchir, ou doit choisir / se positionner d'un côté ou de l'autre et à un minimum de 12 pouces de cette ligne, indiquant clairement de quel côté il fera sa poursuite. Le poursuiveur perdra son tracé direct vers le quart arrière s'il change de côté de poursuite après que le joueur de centre positionne le ballon pour la mise en jeu. Les poursuiveurs doivent aussi s'assurer que leur corps entier est derrière la ligne de poursuite, même s'ils sont inclinés vers l'avant.
- 1.4 Tout type de contact accidentel ou délibéré du poursuiveur envers le haut du corps ou le bras du quart-arrière, y compris le ballon dans sa main alors qu'il tente de lancer le ballon, entraînera une pénalité pour contact interdit. Ceci s'applique aussi à tout autre joueur offensif qui tente de lancer le ballon.
- 1.5 Si le bras du joueur offensif est en mouvement vers l'avant alors qu'il tente une passe et que le poursuiveur lui enlève son flag au même moment, le jeu pourra se poursuivre.
- 1.6 Si le droit de passage d'un poursuiveur est obstrué par un joueur en déplacement immédiatement après une remise ou une feinte de remise, l'attaque sera pénalisée pour obstruction du poursuiveur.

Règlement 13 – Retirer le flag

1 Retirer le flag

- 1.1 Afin de prévenir la progression du porteur de ballon, un adversaire doit tirer un ou deux flags sans empêcher le porteur de ballon d'avancer. Le ballon est déclaré mort à ce point. Quand le défenseur a retiré un flag, il doit demeurer en place et élever le flag dans les airs pour que l'arbitre confirme l'arrêt du jeu, puis le défenseur doit retourner le flag au porteur de ballon. Si un joueur défensif ne retourne pas immédiatement le flag au porteur de ballon, l'officiel en avertira le capitaine de l'équipe en défaut. Si la situation se répète, peu importe quel joueur est impliqué, l'officiel décernera une punition d'inconduite.
- 1.2 Les joueurs en défensive n'ont pas le droit de tirer le flag d'un adversaire avant qu'il ne prenne possession du ballon ou avant qu'il ne touche au ballon avec l'intention d'en prendre possession. Il s'agit d'une tentative illégale de retirer le flag. Si un flag est tiré DPOS rapidement et que :
 - Le ballon est attrapé, la punition entraîne un premier jeu automatique à cinq verges du lieu de l'attrapé.
 - Le ballon n'est pas attrapé, la punition entraîne un premier jeu automatique à cinq verges de la ligne de mêlée
- 1.3 Les officiels siffleront quand ils verront qu'un joueur défensif a retiré un des flags du porteur de ballon. Si un porteur de ballon n'a pas tous ses flags, il est admissible à recevoir un ballon, mais il ne pourra pas courir avec le ballon. Si un flag n'est pas placé correctement après l'intervention d'un joueur défensif, le jeu peut se poursuivre. Les joueurs portant des flags accrochés à une ceinture doivent s'assurer de bien les attacher pour éviter qu'ils se déplacent trop facilement.



- 1.4 Un receveur de passe non autorisé qui perd un flag à la ligne de mêlée peut toujours recevoir une passe vers l'avant, mais le ballon sera déclaré mort au point de réception. Les joueurs qui raccourcissent les flags sur les ceintures seront avertis la première fois et la fois d'après ils seront expulsés du match.
- 1.5 Un joueur qui retire le flag d'un adversaire sans provoquer d'arrêt de jeu doit relâcher le flag immédiatement sous peine d'être pénalisé pour tentative illégale de retirer le flag. Toutefois, si le jeu est arrêté, le joueur doit rendre le flag à son adversaire.

Règlement 14 – La Passe

1 La passe

- 1.1 Une passe est un ballon qui est lancé, remis, échappé, frappé ou placé par un joueur dans n'importe quelle direction; un ballon qui rebondit de sur un joueur est aussi considéré comme étant une passe. Une passe doit être complétée au-delà de la ligne de mêlée.

Règlement 15 – Le jeu aérien

1 La passe

- 1.1 Une passe est quand un transfert de ballon entre un joueur à un autre joueur n'a pas touché le sol et où le ballon n'est pas en contact de deux joueurs en même temps.
- 1.2 Une passe vers l'avant est quand la passe vise la zone de but de l'équipe adverse.
- 1.3 Une passe latérale ou vers l'arrière-est quand la passe vise toute direction autre que vers la zone de but de l'équipe adverse.
- 1.4 Seulement une passe vers l'avant est permise par essai.
- 1.5 Les interceptions entraînent un changement de possession du ballon.
- 1.6 Les passes par dessous l'épaule sont permises. Dans les catégories des moins de 18 ans, ces passes doivent provenir de derrière la ligne de mêlée et être complétées au-delà de la ligne de mêlée..
- 1.7 (5 contre 5) Quand un joueur attrape une passe autorisée vers l'avant, il n'a plus le droit d'effectuer une autre remise, une passe latérale ou une deuxième passe.
- 1.8 La défense peut retourner le ballon sur les interceptions
- 1.9 Sur les interceptions qui se produisent et demeurent dans la zone de but, le ballon meurt et est passé à l'équipe qui a fait l'interception à sa propre ligne de 5 verges (la ligne de 10 verges dans la version à sept contre sept)
- 1.10 Si une interception se produit dans la zone de but et que le porteur de ballon quitte la zone de but, le ballon appartient à l'équipe qui a intercepté le ballon au point où le ballon meurt. Toutefois, si le porteur de ballon retourne dans la zone de but et qu'il se fait enlever son flag ou que le ballon meurt – à l'exception d'un coup de sifflet prématuré – l'équipe adverse se verra attribuer un touché. Règlement 16 – Passes complètes/incomplètes

Règlement 16 – Passes complètes/incomplètes

1 Passe complète

- 1.1 Une passe est complète quand un receveur est en possession du ballon.
- 1.2 Quand un adversaire provoque que le receveur atterrisse à l'extérieur du terrain et que, selon le jugement des officiels, le receveur aurait touché au sol en jeu sans l'intervention de l'adversaire, le receveur sera considéré comme ayant atterri en jeu. Cela s'applique aussi sur des premiers essais et des touchés à l'intérieur du terrain de jeu.
- 1.3 Quand un receveur prend contrôle du ballon même pendant un instant et qu'il en perd le contrôle en raison d'un contact physique provoqué par un adversaire ou avec le sol, le receveur se verra accorder une passe complète.
- 1.4 Une passe est jugée complète vers un receveur quand un adversaire est pénalisé pour obstruction contre ce receveur dans la zone ciblée.



- 1.5 Quand un joueur attrape une passe déviée par un coéquipier, la passe complétée est accordée au joueur qui a attrapé la passe.

2 Possession simultanée

- 2.1 Une passe complète attrapée en simultanée par des coéquipiers sera accordée au joueur qui a touché à la passe en premier. Une passe complète attrapée en simultanée par des joueurs d'équipes adverses sera accordée au joueur dont l'équipe était en possession avant que la passe soit attrapée en simultanée.

3 Passe déviée

- 3.1 Les passes déviées sont légales. Si le point de réception du ballon est situé sur le côté ou derrière l'endroit où la passe a été initiée, le joueur ayant attrapé la passe pourra faire progresser le ballon.
- 3.2 Lorsqu'un joueur fait dévier une passe vers un coéquipier sans prendre contrôle du ballon, le jeu se poursuit et le ballon peut progresser.

4 Passe échappée

- 4.1 Si le joueur qui a attrapé le ballon était le dernier joueur à faire dévier le ballon et qu'il se fait retirer son flag par un adversaire après avoir fait dévier le ballon, la passe est considérée comme étant complétée et le ballon est déclaré mort quand le receveur se fait retirer son flag.
- 4.2 Quand un porteur du ballon perd accidentellement contrôle du ballon, puis qu'il l'attrapé sans que le ballon soit touché par un autre joueur, le jeu se poursuit. Si le porteur de ballon se fait retirer son flag après avoir d'abord perdu contrôle du ballon, le ballon est déclaré mort quand le porteur du ballon se fait retirer son flag.
- 4.3 Quand un porteur du ballon lance délibérément un ballon dans les airs, puis l'attrape pour éviter de se faire retirer son flag, le ballon est immédiatement déclaré mort.

5 Passe interceptée

- 5.1 Toute passe lancée par l'équipe en possession, mais qui est attrapée par l'adversaire est une passe interceptée.

6 Passe incomplète

- 6.1 Une passe lancée est incomplète et le ballon est immédiatement déclaré mort quand il touche le sol, le poteau de but ou un officiel ou qu'il sorte du terrain avant d'être attrapé.

7 Passe vers l'avant bloquée ou déviée

- 7.1 Une passe vers l'avant qui est bloquée par un poursuiveur est considérée comme une passe vers l'avant incomplète dès que le ballon touche le sol. Une passe déviée est considérée comme une passe normale vers l'avant qui peut être captée par les joueurs des deux équipes.
- 7.2 Quand une passe vers l'avant lancée par un joueur à l'attaque est déviée/bloquée par un joueur défensif pour ensuite être attrapée par un joueur à l'attaque, l'équipe offensive ne peut plus lancer une deuxième passe vers l'avant, elle doit plutôt courir avec le ballon. Une deuxième passe vers l'avant sera considérée comme une passe interdite vers l'avant.

8 Passe pour se débarrasser délibérément du ballon

- 8.1 Quand le passeur lance délibérément le ballon hors du terrain ou dans une zone où il n'y a pas de receveur dans une tentative évidente d'éviter une perte de terrain, le passeur sera pénalisé pour avoir délibérément lancé le ballon au sol (seulement dans la version à sept contre sept).
- 8.2 (Cinq contre cinq seulement) Un quart-arrière qui se débarrasse du ballon ne sera pas pénalisé. Cependant, le quart-arrière qui retarde le jeu volontairement par ses actions pourra être pénalisé, selon le jugement des officiels.

9 Passe vers l'avant vs ballon échappé

- 9.1 Quand le passeur tente une passe vers l'avant et perd contrôle du ballon après que le bras de passe a entrepris une motion vers l'avant et qu'il a fait suivre ce mouvement avec la motion de passe visée, le ballon est déclaré mort quand il touche au sol et le jeu est considéré comme une passe vers l'avant incomplète.

If Si le mouvement vers l'avant du bras n'est pas commencé quand le contrôle du ballon a été perdu, le jeu est mort à cet endroit même.



Règlement 17 – Obstruction de la passe

1 Obstruction de la passe

- 1.1 L'obstruction de la passe se produit quand un joueur enlève l'avantage de position d'un adversaire.
- 1.2 L'obstruction de la passe dans la zone visée peut seulement s'appliquer quand le ballon est en vol et que le joueur qui possède un avantage de position a une chance raisonnable de parvenir au point d'arrivée du ballon. Quand ces deux conditions ne s'appliquent pas, toute obstruction de passe qui se produit sera jugée comme s'étant produite dans les zones éloignées.
- 1.3 L'obstruction de passe par l'attaque ou par la défense est interdite. L'équipe qui enfreint les règlements d'obstruction de la passe sera pénalisée selon le jugement des officiels.

2 Contact

- 2.1 Un joueur a effectué un contact corporel quand il fait contact avec un adversaire et fait dévier l'adversaire de sa course ou de la direction/position visée. Le contact entre les adversaires est conforme aux règlements tant que ce contact résulte d'une tentative simultanée et légitime de jouer le ballon et se produit au point d'arrivée de la passe; ce contact est conforme aux règlements seulement quand chaque joueur a l'intention de jouer le ballon et que chaque joueur est dans une position également favorable pour jouer le ballon.
- 2.2 Quand le contact se produit sans faire dévier le ballon de sa course ou de sa direction ou position visée, il n'y a pas eu d'obstruction de passe, mais plutôt contact accidentel.

3 Chemin jusqu'au ballon

- 3.1 Tous les joueurs possèdent autant de droits de chemin direct au point d'arrivée du ballon. Toutefois, un joueur dans une position défavorable ne peut commettre de contact corporel avec un adversaire pour atteindre le ballon, même si le ballon a été éventuellement touché par ce joueur.
- 3.2 Un joueur qui est en position avantageuse pour jouer le ballon en comparaison avec à un adversaire est considéré comme ayant le droit de passage au ballon. Lorsque ce droit est retiré par un adversaire par un contact physique, il y a interférence contre la passe.
- 3.3 Un joueur qui prend un chemin ou une position sur le terrain afin d'attraper une passe ou défendre contre une passe, il a le droit de chemin ou de position à moins qu'un adversaire l'a déjà pris. Un joueur qui prend le chemin ou la position établie d'un adversaire par contact physique se rend coupable d'obstruction de la passe.
- 3.4 Quand deux adversaires se croisent et font contact, le joueur qui a été le premier à clairement déclarer le chemin visé a le droit de passage; l'adversaire est coupable d'obstruction de la passe à moins que le contact soit accidentel. Si les officiels ne peuvent pas déterminer qui a déclaré son chemin en premier, il n'y a alors pas d'obstruction de la passe.
- 3.5 Quand des adversaires s'enfargent en suivant chacun son tracé et que cela déséquilibre un joueur, une punition pour obstruction de la passe n'est pas automatique. Les positions pertinentes des joueurs et leur tracé doivent être pris en compte.
- 3.6 Dans tous les cas ci-dessus, le joueur qui est en position avantageuse pour jouer le ballon doit continuer à démontrer une intention d'atteindre le point d'arrivée du ballon. Sans quoi, tout contact par l'adversaire dans un effort sincère d'atteindre le point d'arrivée du ballon ne sera pas jugé comme étant une obstruction de la passe. Une tentative délibérée de bloquer l'adversaire qui tente d'atteindre le point d'arrivée du ballon sera une obstruction de la passe.

4 Jeu d'écran

- 4.1 Un joueur à l'attaque ne peut empêcher un joueur en défensive de poursuivre un autre joueur à l'attaque en bloquant le tracé direct de ce joueur défensif vers le coéquipier. Le joueur défensif doit se déplacer vers le deuxième joueur à l'attaque pour qu'on juge qu'il poursuive ce joueur.
- 4.2 Si le premier joueur à l'attaque joue le ballon, ce joueur ne peut être considéré comme empêchant le joueur défensif de poursuivre le deuxième joueur à l'attaque.
- 4.3 Une infraction de ces règlements est un contact illégal.



5 Position stationnaire

- 5.1 Tout joueur qui a maintenu une position stationnaire depuis la mise en jeu du ballon ne sera pas pénalisé si un adversaire lui fonce dessus.

6 Jouer le ballon

- 6.1 Un joueur doit faire face au ballon quand il arrive pour qu'il soit considéré comme ayant joué le ballon. Quand le ballon frappe un joueur qui ne joue pas le ballon et qui bloque l'approche d'un adversaire au ballon, il s'agit d'une obstruction de la passe; aux fins de ce règlement, l'adversaire doit se déplacer vers le ballon pour qu'il soit considéré comme ayant été bloqué.

7 Faire écran

- 7.1 Quand le ballon arrive à proximité d'un receveur, un joueur qui ne joue pas le ballon ne peut étendre les bras ou les mains pour tenter de distraire un receveur, bloquer son champ de vision ou toucher au ballon. L'infraction à ce règlement est une obstruction de la passe dans la zone éloignée; si le ballon est touché ou que le champ de vision direct du receveur vers le ballon est bloqué, il s'agit d'une obstruction de la passe dans la zone ciblée.

8 Passe non attrapable

- 8.1 Quand un officiel considère qu'une passe ne peut pas être attrapée malgré un effort extraordinaire, aucune punition pour obstruction de la passe ne devra être décernée même si l'obstruction dans la zone ciblée de la passe est commise par une ou l'autre des équipes. L'officiel peut toutefois signaler un contact interdit s'il juge que l'action est intentionnelle/sévère.

Règlement 18 – Esprit sportif / Rudesse

1 Esprit sportif

- 1.1 Les provocations et les célébrations excessives sont interdites. Une infraction à ces standards à entraîneront une pénalité pour conduite répréhensible.
- 1.2 Les joueurs ne peuvent pas traverser la ligne de mêlée pour écouter le caucus de l'adversaire. Les joueurs ne peuvent pas faire de signaux vocaux ni de son pour confondre les signaux de l'adversaire. L'infraction est une conduite répréhensible ou signaux distrayants.
- 1.3 (Sept contre sept seulement) Après que le joueur de centre ait placé le ballon pour la remise, un défenseur ne peut pas se déplacer directement devant le centre et l'empêcher d'avancer après la remise. Au moment de la remise, le défenseur doit être placé à au moins trois verges du centre s'il est directement devant lui ou à une verge d'un côté ou de l'autre si le défenseur compte occuper une position stationnaire.

2 Rudesse

- 2.1 Si l'arbitre est témoin de gestes de contacts flagrants, de plaquage, de coup de coude, de coups sournois, de blocage ou tout autre geste antisportif, le match sera arrêté et le joueur sera expulsé du match et son équipe recevra une pénalité pour faute majeure.
- 2.2 Un joueur n'a pas le droit de faire trébucher un adversaire utilisant un bras, le bas de la jambe ou le pied. (Contact interdit)
- 2.3 Après le coup de sifflet pour indiquer que le ballon est déclaré mort, un joueur n'a pas le droit de foncer sur un adversaire, de se lancer contre lui ou de tomber délibérément sur lui. (Contact interdit ou Faute grave)
- 2.4 Le porteur de ballon n'a pas le droit de donner de coup de coude, d'épaule ou de foncer sur un adversaire ou tenter de sauter au-delà de défenseurs qui lui bloquent le chemin. (Contact interdit)
- 2.5 Un joueur n'a pas le droit de faire contact physique sur un receveur de passe avant ou après que le ballon soit touché. Si le contact physique est provoqué par une tentative légitime d'attraper ou de rabattre le ballon quand les deux joueurs étaient en position aussi favorable l'un que l'autre face au ballon, aucune faute ne s'est produite.
- 2.6 Un joueur n'est pas coupable d'avoir fait contact sur le receveur si le contact physique a été provoqué par un arrêt ou un changement de direction soudain par l'adversaire et que le joueur a fait tout en son pouvoir pour diminuer l'impact du contact.



3 Langage injurieux

- 3.1 Tout joueur, officiel d'équipe ou personne au banc qui se livre à des railleries verbales, à des insultes ou à de l'intimidation fondée sur des motifs discriminatoires sera pénalisée pour conduite répréhensible en plus d'être expulsé ou disqualifié pour le reste du match. Le joueur, l'officiel de l'équipe ou la personne au banc sera soumis à d'autres mesures disciplinaires décidées par l'organisme de supervision (c'est-à-dire la ligue, le tournoi, etc.).

Les motifs discriminatoires incluent, sans toutefois s'y limiter :

- i. La race, l'origine nationale ou ethnique, la couleur de la peau ou la langue parlée ;
- ii. La religion, la foi, les croyances ;
- iii. L'âge ;
- iv. Le sexe, l'orientation sexuelle ou l'identité/expression de genre ;
- v. Le statut marital ou familial ;
- vi. Caractéristiques génétiques ;
- vii. Handicap

Règlement 19 – Gestes interdits

1 Utilisation des mains

- 1.1 Les joueurs ne peuvent pas utiliser leurs bras ou leurs mains pour restreindre ou rediriger un adversaire. Une infraction à ce règlement entraînera une punition pour obstruction.
- 1.2 Les joueurs peuvent toucher un adversaire pour évaluer leur position tant que l'adversaire n'est pas restreint ou redirigé par ce geste. Les joueurs peuvent toujours les poteaux de but avec leurs mains tant que ce geste ne les aide pas à changer de direction.

2 Obstruction

- 2.1 L'obstruction est commise quand un joueur empêche un adversaire de suivre le chemin direct vers le ballon, le porteur du ballon ou le receveur autorisé, en faisant ou non contact avec l'adversaire.
- 2.2 Un joueur peut occuper une position stationnaire si l'intention est évidente d'éviter de faire de l'obstruction contre un adversaire. Un joueur peut couper le tracé d'un adversaire si son progrès n'est pas restreint ou redirigé. Une infraction de ces règlements entraînera une punition pour obstruction.
- 2.3 Quand le porteur de ballon utilise des coéquipiers stationnaires comme moyen pour bloquer l'adversaire qui vient vers le porteur de ballon, de tels coéquipiers stationnaires ne doivent pas être pénalisés pour obstruction à moins qu'ils se déplacent de leur position. Ce règlement s'applique aussi à toute interaction entre le joueur de centre et le poursuiveur.
- 2.4 Tous les joueurs ont un droit de passage qui leur permet de se déplacer librement sur le terrain et les adversaires n'ont pas le droit de causer de l'obstruction.
- 2.5 Les joueurs ont aussi un droit de positionnement qui prévaut sur tous les autres droits sur le terrain lorsqu'ils sont stationnaires et qu'ils ne bougent pas leurs pieds ou leur corps pour affecter le jeu. Au moment de la remise, si un joueur à l'attaque ne bouge pas, aucune pénalité ne sera signalée.

3 Participation interdite

- 3.1 Un joueur qui sort du terrain ne pourra plus participer à ce jeu à moins que ce joueur soit sorti du terrain en raison d'une surface glissante, d'une tentative ratée de retirer un flag ou à la suite d'un contact avec un adversaire.

4 Substitution interdite

- 4.1 Toute substitution d'un joueur offensif après que le centre soit prêt à mettre le ballon en jeu et toute substitution d'un joueur défensif pendant le jeu.



Règlement 20 – Conduite des joueurs

1 Faute grave

- 1.1 Tout geste obscène de rudesse ou tout jeu injuste commis par des joueurs, des entraîneurs, des équipes ou des spectateurs conduira à une pénalité de 15 verges appliquée contre leur équipe ainsi qu'une perte d'essai ou un premier jeu automatique à partir du point approprié. Si l'intention de l'infraction était de causer une blessure, ou que le jeu injuste ridiculise le sport, la pénalité peut aller jusqu'à l'expulsion du match. Les fautes majeures ne peuvent pas être refusées et les verges doivent toujours être entièrement appliquées. Elle sera appliquée après l'application de toutes les pénalités signalées sur le ballon en jeu.

2 Conduite reprochable

- 2.1 Les actions suivantes sont définies et classées comme étant des pénalités de conduite reprochable :
- (a) L'usage de langage ou de gestes diffamatoires, obscènes ou visant à insulter l'adversaire, un officiel, un spectateur ou tout autre membre du personnel de l'équipe adverse;
 - (b) Lancer le ballon en direction de l'adversaire, d'un officiel ou de tout autre membre du personnel de l'équipe adverse;
 - (c) Les tactiques visant à retarder ou à empêcher le bon déroulement de la partie devront être pénalisées en vertu de cette section. Ces tactiques comprennent le fait de lancer le ballon violemment au sol, de lancer ou de botter délibérément le ballon loin du jeu, après que le jeu ait été déclaré mort;
 - (d) Simuler une blessure ou des étourdissements dans le but de retarder la partie ou de provoquer une pénalité pour rudesse contre l'équipe adverse;
 - (e) Ne pas porter l'équipement réglementaire.
- Pénalité : P5 à partir du point où le ballon aurait été mis en jeu s'il n'y avait pas eu d'autre pénalité. En cas de pénalité majeure, le joueur ou le membre du personnel d'une équipe pourrait être disqualifié sans qu'aucune pénalité de distance ne soit appliquée.

3 Expulsion de joueur

- 3.1 Un joueur ou un membre du personnel d'une équipe devra être expulsé de la partie, avec substitution possible, si :
- (a) Le joueur ou le membre du personnel d'une équipe a commis une rudesse;
 - (b) Le joueur ou le membre du personnel d'une équipe a commis un geste ou a fait l'usage d'un langage devant être puni au titre de conduite répréhensible, et méritant une disqualification.
- L'équipe non fautive ne peut refuser la pénalité de disqualification. À la discrétion de l'arbitre, le joueur ou le membre de personnel de l'équipe disqualifié peut obtenir la permission de rester au banc de son équipe. Le cas échéant, le joueur ou le membre du personnel d'une équipe disqualifié devra quitter le parc.
- 3.2 Un temps mort technique sera octroyé par l'arbitre pendant l'application des procédures.



Règlement 21 – Punitions

1 Punitions

- 1.1 Toutes les punitions seront de cinq verges. L'essai sera repris à moins que cela soit autrement indiqué et la distance sera mesurée à partir de la ligne de mêlée.
- 1.2 Dans l'application d'une seule punition, toutes les punitions peuvent être refusées à l'exception des fautes de ballon mort, des fautes majeures et des pénalités qui arrêtent le jeu en cours (protection du flag, avoir retardé la passe, etc.) Dans une situation de punitions multiples contre une seule équipe, les pénalités qui arrêtent le jeu peuvent être refusées par l'équipe qui ne commet pas la faute si elle choisit d'accepter une autre pénalité.
- 1.3 À l'exception des punitions majeures, le nombre de verges résultant d'une pénalité n'excédera pas la moitié de la distance séparant la ligne de mêlée et la ligne de but de l'équipe adverse. Le nombre de verges accordé suite à une faute à un endroit précis est attribué à partir de l'endroit où l'infraction a été commise. Le ballon ne peut jamais être placé plus près que la ligne d'une verge.
- 1.4 Les officiels de match déterminent le contact accidentel pouvant résulter du déroulement normal du jeu.
- 1.5 La mi-temps et la fin des matchs ne peuvent pas se terminer sur une punition qui a été acceptée.
- 1.6 Les punitions après une interception seront mesurées une fois le retour terminé et /ou que le jeu soit déclaré mort.
- 1.7 Les punitions défensives survenant à un endroit précis derrière la ligne de mêlée s'appliqueront à partir de la ligne de mêlée et non à l'endroit où elles surviennent.
- 1.8 Si une faute se produit une fois qu'un jeu ayant mené à des points est mort, l'équipe non fautive aura le choix d'appliquer les verges de pénalité sur la transformation ou au début de la possession suivante.

2 Punitions défensives

- 2.1 Hors-jeu – joueur(s) aligné(s) de part et d'autre de la ligne de mêlée ou de la zone neutre au moment de la frappe du ballon.
- 2.2 Signaux distrayants – Signaux pour distraire/simuler des signaux à l'attaque avant la mise en jeu.
- 2.3 Poursuite interdite – Traverser la ligne de mêlée depuis l'intérieur de l'indicateur de poursuite de sept verges avant une passe, une remise, un lancer ou une feinte de remise ou qu'un lancer a été effectué.
- 2.4 Obstruction contre la passe – Contact ou non contact qui fait obstruction avec un joueur à l'attaque qui attrape un ballon dans les airs, comprend aussi le geste de faire écran et de pousser au point de la faute (premier essai automatique).
- 2.5 Contact interdit – Contact physique comme de faire entrave, rediriger, obstruer, bloquer, retenir et plaquer et tout contact du haut du corps avec un joueur à l'attaque qui lance le ballon, notamment avec le ballon dans leur main au point de faute (premier essai automatique).
- 2.6 Retirer le flag de façon interdite – Tirer sur le flag d'un joueur avant qu'il soit en possession. Point d'attrapé s'il est attrapé, ligne de mêlée si le ballon est échappé (premier essai automatique).
- 2.7 Rudesse contre le passeur — Tout contact avec le bras qui lance, la tête ou le cou du passeur pendant qu'il lance le ballon. — Pénalité de 10 verges.

3 Punitions à l'attaque

- 3.1 Avoir retardé le match – Le ballon n'est pas mis en jeu dans les 25 secondes, si une équipe refuse de commencer le jeu ou si elle prend un temps excessif pour retirer un joueur blessé.
- 3.2 Avoir retardé la passe – le ballon n'est pas passé par le quart arrière dans les sept secondes, le jeu est signalé comme étant mort. (Prochaine étape)
- 3.3 Hors-jeu – Les joueurs alignés au-delà de la ligne de mêlée ou qui la traversent sur la mise en jeu.
- 3.4 Mise en jeu interdite – Le joueur de centre soulève ou déplace le ballon pour feindre une mise en jeu.
- 3.5 Protéger le flag, sauter ou plonger – le porteur du ballon utilise une partie de son corps ou le ballon pour empêcher le flag d'être tiré ou pour faire avancer le ballon, le jeu est signalé comme étant mort au point de la faute. (Prochaine étape)
- 3.6 Obstruction envers le poursuiveur — bloquer le chemin direct du poursuiveur vers le quart-arrière.



- 3.7 Obstruction – Faire entrave, rediriger, obstruer, bloquer sans contact, le jeu est signalé comme étant mort au point de la faute.
- 3.8 Contact illégal – Un contact physique comme faire entrave, charger, rediriger, faire obstruction, bloquer, retenir et plaquer. Point d'infraction et prochain essai si porteur du ballon. Ligne de mêlée et perte d'essai si ce n'est pas le porteur du ballon.
- 3.9 Obstruction de la passe – Contact ou non contact qui fait obstruction avec un joueur en défensive qui attrape un ballon dans les airs, comprend aussi le geste de faire écran, de repousser et les jeux de bloc (perte d'essai).
- 3.10 Jeu de course interdit — un quart-arrière qui court avec le ballon en franchissant la ligne de mêlée sans transfert du ballon. Le jeu est sifflé mort. (Prochain essai)
- 3.11 Passe interdite vers l'avant - quand une deuxième passe vers l'avant se produit ou quand une passe vers l'avant se produit après que le ballon ait franchi la ligne de mêlée. Le jeu est sifflé mort.

4. Divers

- 4.1 Participation interdite – Un joueur qui sort du terrain ne pourra plus participer à ce jeu à moins que ce joueur soit sorti du terrain en raison d'une surface glissante, d'une tentative ratée de retirer un flag ou à la suite d'un contact avec un adversaire. Pénalité de perte d'essai si elle est commise par l'équipe à l'attaque et une pénalité de reprise d'essai si elle est commise par l'équipe en défensive.
- 4.2 Obstruction de match – Tout joueur substitut, entraîneur ou spectateur qui fait obstruction au ballon, à un joueur ou à un officiel pendant que le ballon est en jeu.
- 4.3 Quitter la zone de l'équipe – Tout joueur ou entraîneur qui quitte sa zone d'équipe désignée le long de la ligne de côté ou qui traverse le milieu du terrain pour entrer dans la zone de l'équipe adverse.
- 4.4 Conduite inadmissible – Tout joueur, tout entraîneur, toute équipe ou tout spectateur qui utilise du langage ou de gestes blasphématoires, des menaces, des remarques ou des gestes désobligeants ou intimidants, des disputes continuelles, feindre une blessure, retarder le match ou cibler des joueurs pour initier le contact conduira à une punition de cinq verges. Tout joueur, tout entraîneur, toute équipe ou tout spectateur qui écopera d'une deuxième punition pour conduite inadmissible au cours d'une même rencontre sera expulsé de ce match.
- 4.5 Faute majeure — Tout geste obscène de rudesse ou jeu déloyal par des joueurs, entraîneurs, équipes ou spectateurs conduira à une punition de 15 verges infligée contre leur équipe et une perte d'essai ou un revirement par épuisement d'essai. Si l'intention de l'infraction était de causer des blessures ou si le jeu déloyal tourne le match en dérision, la punition conduira à une expulsion de match. Les fautes majeures ne peuvent pas être déclinées et le nombre de verges doit toujours être appliqué en totalité.
- 4.6 Faute grave – Tout geste obscène de rudesse ou tout jeu injuste commis par des joueurs, des entraîneurs, des équipes ou des spectateurs conduira à une pénalité de 15 verges appliquée contre leur équipe ainsi qu'une perte d'essai ou un premier jeu automatique à partir du point approprié. Si l'intention de l'infraction était de causer une blessure, ou que le jeu injuste ridiculise le sport, la pénalité peut aller jusqu'à l'expulsion du match. Les fautes majeures ne peuvent pas être refusées et les verges doivent toujours être entièrement appliquées. Elle sera appliquée après l'application de toutes les pénalités signalées sur le ballon en jeu.

5. Punitions multiples

- 5.1 Dans une situation où une seule équipe commet plus d'une pénalité en une seule séquence de jeu, l'équipe non fautive peut accepter qu'une seule des pénalités soit appliquée.
- 5.2 Infractions compensatoires – Si des infractions sont commises par chacune des équipes alors que le ballon est en jeu, les infractions s'annulent et l'essai est rejoué, à l'exception des cas suivants :
 - a. Lorsqu'il y a un changement de possession pendant un essai et que l'équipe ayant obtenu en dernier la possession n'avait pas commis d'infraction avant de prendre possession du ballon, elle peut alors décliner l'annulation des infractions et ainsi garder possession du ballon après l'application de la pénalité pour son infraction.
 - b. Une Faute majeure commise alors que le ballon est en jeu puisqu'elles doit être acceptée et appliquée entièrement.

REMARQUE : Les infractions de ballon mort seront appliquées après l'application des infractions de ballon en jeu.



Règlement 22 – Système de bris d'égalité dans un tournoi

1 Système de bris d'égalité

- 1.1 Si dans un match le résultat final peut être une égalité. Si la désignation d'une équipe gagnante est nécessaire, une prolongation devra être disputée (Rendez-vous à la page 44 pour les procédures de la version à cinq contre cinq et à la page 50 pour la version à sept contre sept).
Dans un tournoi à la ronde, le gagnant est l'équipe qui présente le meilleur dossier à la fin de la compétition.
Si les équipes sont à égalité avec le même dossier, les équipes peuvent disputer un match de bris d'égalité pour déterminer le gagnant du tournoi.
Si l'égalité poursuit, le tournoi peut être concédé à l'équipe qui a inscrit le plus grand nombre de points dans la compétition.
Par contre, l'équipe gagnante peut aussi être désignée par l'accumulation de point pour toute la saison si cela s'applique (pour les tournois de ligue).
- 1.2 Une fois dans la zone sans course, vous ne pouvez pas courir avant d'avoir obtenu un premier essai en dehors de la zone sans course ou avant d'avoir marqué un touché.
- 1.3 Quand un jeu débute dans la zone sans course, le résultat final du jeu doit être une passe vers l'avant.

Règlement 23 – Zone sans course

1 Zone sans course

- 1.1 Si une course est effectuée dans la zone sans course, le jeu sera signalé mort et la punition sera une perte d'essais.
- 1.2 Une fois dans la zone sans course, vous ne pouvez pas courir avant d'avoir obtenu un premier essai en dehors de la zone sans course ou avant d'avoir marqué un touché.
- 1.3 Quand un jeu débute dans la zone sans course, le résultat final du jeu doit être une passe vers l'avant.



Le manuel des règlements canadiens du flag-football à cinq contre cinq

Règlement 1 à cinq contre cinq – Terrain

1 Terrain

1.1 Diagramme du terrain – marquage minimal du terrain

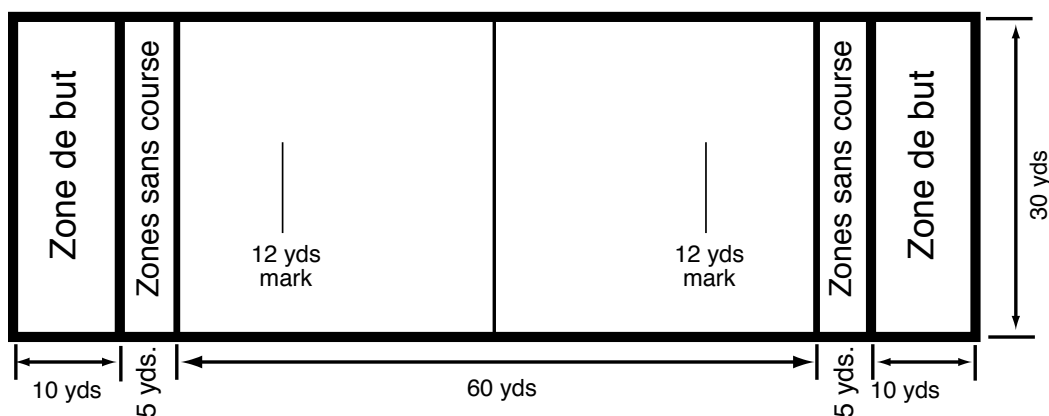
1.2 Dimensions du terrain :

Longueur : 60 (ou 80) verges

Largeur : 30 (ou 20) verges

Zones de but : Maximum 10 verges de profondeur, minimum sept verges de profondeur

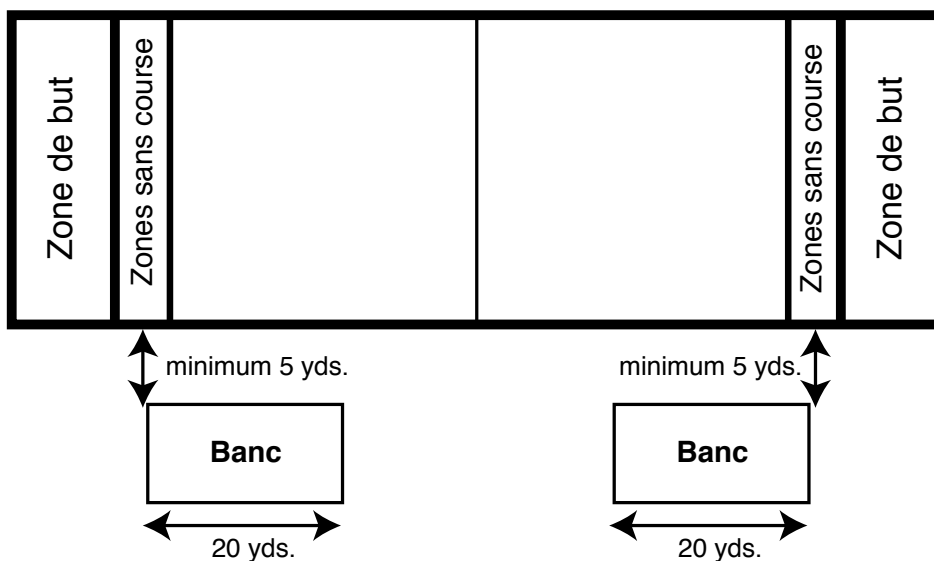
Zones sans course : à l'intérieur de cinq verges de chaque ligne de but.



1st Down

2 Zone de banc

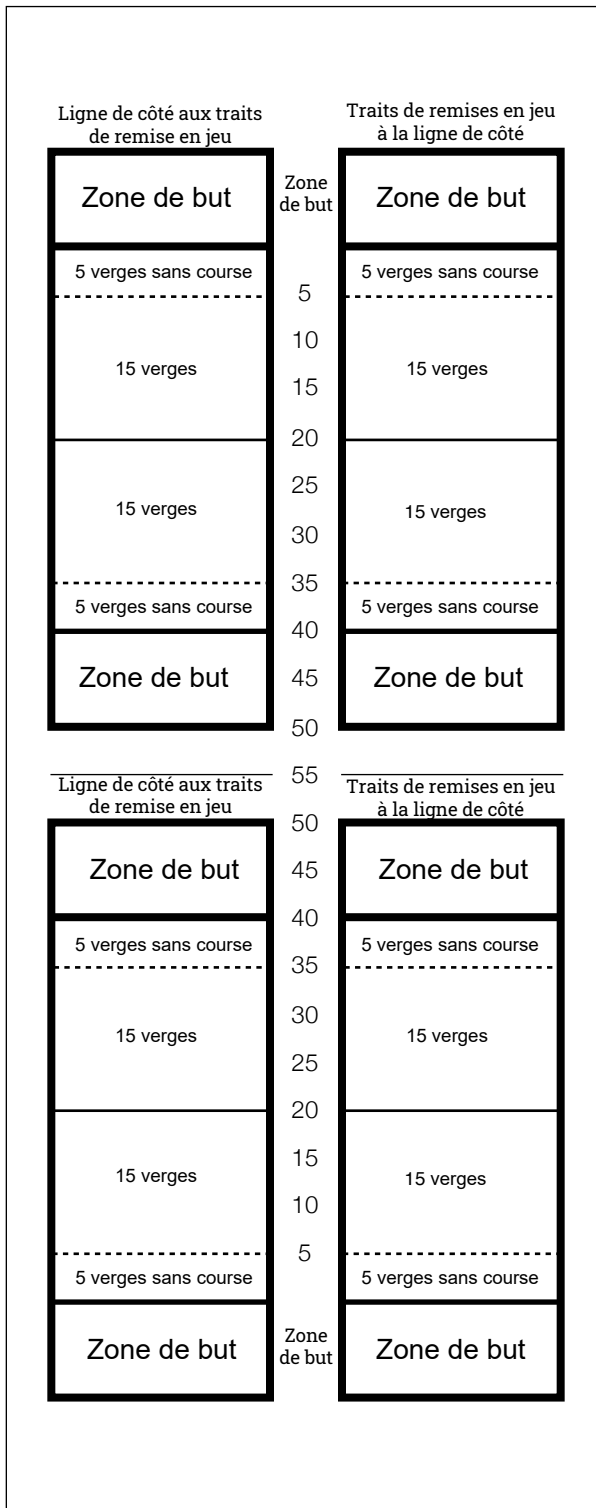
Les zones des bancs seront situées du même côté du terrain et pourront s'étendre au maximum à 5 verges de la ligne de but et à 5 verges de la ligne de centre. Elles doivent se situer à un minimum de 2 verges de la ligne de côté du terrain et pourront avoir jusqu'à 10 verges de profondeur.



3 Configuration du terrain suggérée pour les tournois

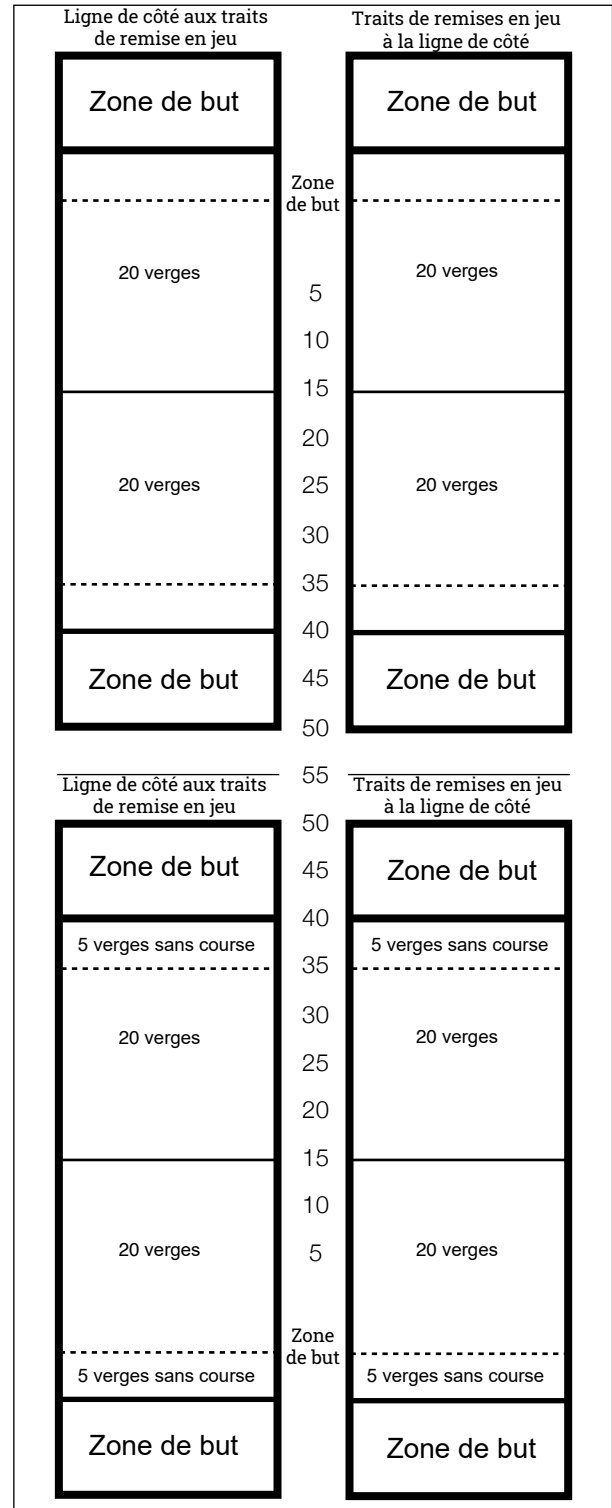
U16 et moins

4 Terrains — 40 x 25 Configuration



U18 et plus

4 Terrains — 50 x 25 Configuration



Règlement 2 à cinq contre cinq — Points

1 Marquer des points

- 1.1 Touché : 6 points
- 1.2 Transformation : 1 point (joué à partir du centre de la ligne de cinq verges seulement)
- 1.3 Transformation : 2 points (joué à partir du centre de la ligne de 10 verges seulement)
- 1.4 Touché de sûreté : 2 points + Possession du ballon
- 1.5 Une interception retournée dans la zone de but de l'adversaire sur une transformation : 2 points + possession du ballon

2 Transformation

- 2.1 Une transformation est marquée quand un joueur a la possession du ballon dans la zone de but de l'adversaire pendant une tentative de transformation.
- 2.2 Quand une punition affecte le point normal de mêlée sur une tentative de transformation, l'octroi de 1 ou de 2 points sera basé sur la tentative originale de transformation avant toute application de punition ou de tentative répétée de transformation.
- 2.3 Si l'équipe décide d'y aller à partir de la ligne de cinq verges pour inscrire un seul point, cela se fera à l'intérieur de la zone sans course.
- 2.4 S'il y a une interception et que l'équipe ayant débuté la séquence en attaque est pénalisée après l'interception, les verges de pénalité seront appliquées à la prochaine possession de l'équipe qui a réussi l'interception.
- 2.5 Au moment d'une transformation, si la défensive commet une pénalité pour obstruction de la passe ou contact interdit sur deux jeux consécutifs, l'attaque se verra attribuer les points de la transformation.

3 Touché de sûreté

- 3.1 Une équipe qui marque un touché de sûreté inscrit deux points à sa fiche + Possession du ballon.
- 3.2 Une équipe marque un touché de sûreté quand son adversaire perd son flag, perd possession du ballon ou sort des limites du terrain dans sa propre zone.
- 3.3 Un touché de sûreté n'est pas accordé quand, selon le jugement des officiels, l'élan d'un joueur qui intercepte une passe dans le terrain de jeu fait en sorte que le ballon soit transporté dans la zone de but, où il est éventuellement déclaré mort ; l'équipe qui a effectué l'interception se verra accorder un premier jeu depuis sa propre ligne des 5 yards.

Règlement 3 à cinq contre cinq — Chronométrage/Prolongation

1 Chronométrage

- 1.1 À cinq contre cinq, un match officiel est d'une durée de 40 minutes (deux demies de 20 minutes).
- 1.2 S'il reste du temps au chronomètre au moment où le jeu précédent se termine, l'offensive pourra effectuer un autre jeu à moins d'une pénalité ou à moins que des points soient inscrits.

2 Deux minutes à écouler

- 2.1 Les deux équipes seront informées quand il restera deux minutes à jouer avant la fin de chaque demie du match et le chronomètre s'arrêtera. Si un jeu est sur le point de commencer ou est en cours quand les deux minutes doivent être signalées, le jeu pourra se poursuivre et les équipes seront informées du temps restant dès que le jeu sera terminé.



3 Prolongation

- 3.1 Une prolongation débute par un tirage à pile ou face. L'équipe visiteuse choisira pile ou face. L'équipe qui remportera le tirage choisira de commencer à l'offensive ou à la défensive, ou choisira son côté de terrain pour toute la durée de la période de prolongation. Le perdant du tirage choisira l'option restante.
- 3.2 Au cours de la première période de prolongation, il y aura deux séries. Chaque équipe mettra le ballon en jeu en effectuant une remise depuis la ligne centrale pour une série d'essais (pas de premier essai au centre). Si la défensive marque pendant la première série, autre que sur l'essai, la période de prolongation est terminée.
- 3.3 Chaque équipe conserve le ballon pendant sa série jusqu'à ce qu'elle marque (y compris les essais pour un ou deux points) ou qu'elle ait épuisé sa série d'essais. Le ballon reste en jeu après un changement de possession de l'équipe jusqu'à ce qu'il soit déclaré mort.
- 3.4 Si le match est toujours à égalité après la première période (avec deux séries incluant les essais), la deuxième période et les suivantes se dérouleront comme suit : chaque équipe aura l'occasion à tour de rôle de réussir une transformation d'un point à partir de la ligne de cinq verges. La prolongation se termine si le pointage n'est plus à égalité après une période ou si la défensive marque durant la première série de la période.
- 3.5 Pour la deuxième période, l'équipe dont le banc est le plus éloigné de la zone de but sélectionnée peut choisir de déplacer son banc vers le côté opposé du terrain et plus près de cette zone de but.
- 3.6 L'équipe qui marque le plus grand nombre de points pendant la prolongation est déclarée gagnante.
- 3.7 Aucun temps d'arrêt n'est autorisé pendant la prolongation.
- 3.8 À partir de la première période, l'ordre de possession de chaque équipe pour les séries ira comme suit : (équipe A -> équipe B, équipe B -> équipe A, équipe A -> équipe B, etc.)

Règlement 4 à cinq contre cinq — Officiels

- 1.1 Les officiels du flag à cinq contre cinq sont identifiés comme des officiels offensifs ou défensifs avec des responsabilités supplémentaires d'officiel en chef, de marqueur et de chronométrateur.
- 1.2 Les matchs sont généralement joués avec un minimum d'un officiel offensif et d'un officiel défensif sur le terrain, mais un ou deux officiels supplémentaires en défensive peuvent être assignés à un match pour un maximum de quatre. Les matchs peuvent aussi être joués avec un seul officiel si nécessaire.
- 1.3 L'officiel en chef peut être n'importe quel officiel sur le terrain et il a la responsabilité globale de la gestion et des décisions du match.
- 1.4 Les responsabilités de marqueur et de chronométrateur peuvent être attribuées à n'importe quel officiel sur le terrain.

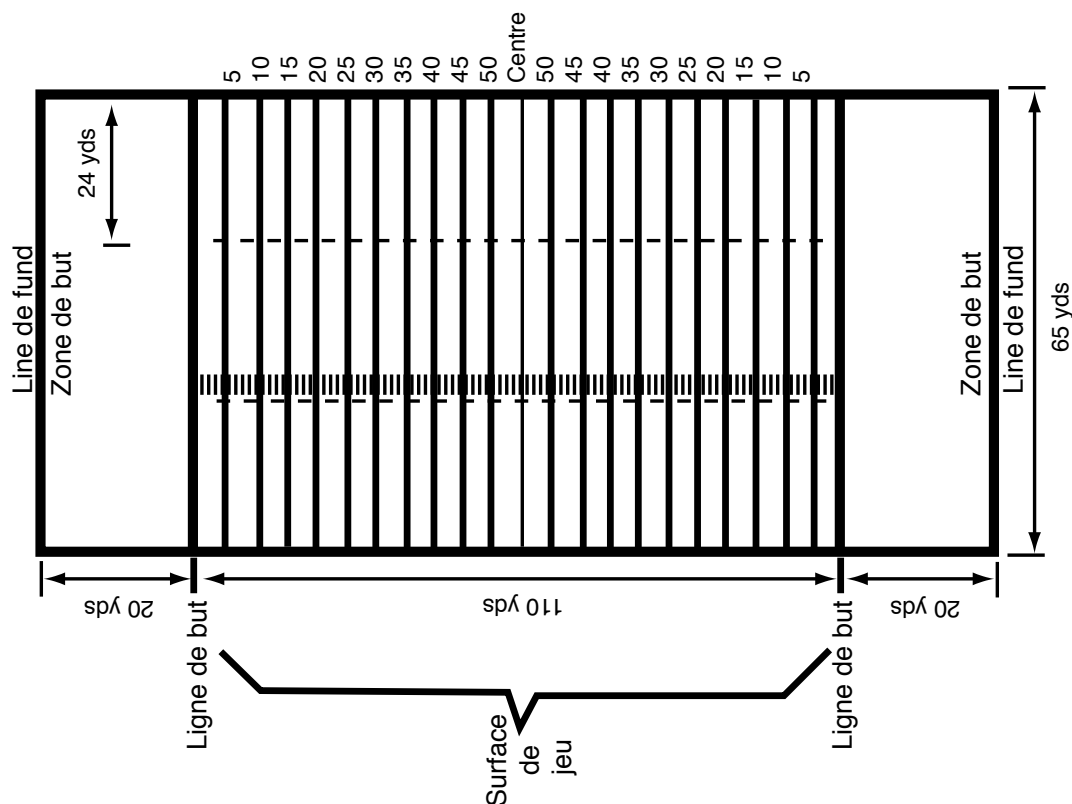


Le manuel des règlements canadiens du flag-football à sept contre sept

Règlement 1 à sept contre sept – Terrain

1 Définition et marquage du terrain

- 1.1 Le terrain de jeu sera de 110 verges de long par 65 verges de large. De plus, il y aura une zone de but de 20 verges de long à chaque bout de terrain. Ces zones seront marquées comme sur le diagramme du terrain.



- 1.2 Lignes de côté – Lignes marquant les côtés du terrain.
- 1.3 Traits de remise en jeu – Deux séries de traits de remise en jeu, parallèles aux lignes de côté d'un bout à l'autre de la longueur du terrain, d'une ligne de but à l'autre. Chaque trait de remise en jeu se trouve à 24 verges de la ligne de côté la plus près. Le ballon doit toujours être mis en jeu entre ces deux lignes.
- 1.4 Lignes de but – les lignes qui marquent la fin du terrain de jeu.
- 1.5 Zone de but – la zone délimitée par la ligne de but, les lignes de côté de la zone de but et la ligne de fond de terrain. La ligne de but fait partie de la zone de but.
- 1.6 Terrain de jeu – la zone délimitée par les lignes de but et les lignes de côté.
- 1.7 Les lignes suivantes sont parallèles aux lignes de but, allant d'une ligne de côté à l'autre, des deux côtés de la ligne centrale :
- La ligne centrale à 55 verges – s'étend parallèlement aux lignes de but et divise le terrain de jeu en deux sections identiques.
 - Ligne de fond de terrain – la ligne qui s'étend parallèlement 20 verges derrière chaque ligne de but.
 - Ligne de coup d'envoi à 45 verges pour relancer le jeu au début de chaque demie et après chaque touché. La ligne de coup d'envoi est aussi utilisée après un touché de sûreté et un simple.
 - Ligne de départ à 10 verges de la ligne de mêlée après une interception à l'intérieur de la zone de but.
 - Ligne de transformation de 2 points à 10 verges.
 - Ligne de transformation 1 point à 5 verges.



2 Dimensions du terrain et mesures

2.1 Toutes les mesures sont en verges et sont prises à partir de l'intérieur des lignes.

	Terrain Idéal	Autres options
Largeur du terrain	65	Minimum 50
Longueur du terrain de jeu	110	Minimum 90
Longueur de la zone de but	20	Minimum 10
Traits de remise en jeu (à partir des lignes de côté)	24 verges de la ligne de côté	20 verges de la ligne de côté
Ligne centrale	Ligne de 55 verges	Milieu du terrain
Ligne de coup d'envoi pour démarrer une demie ou après un touché	Ligne de 45 verges	10 À 10 verges de la ligne centrale
Ligne de coup d'envoi après un touché de sûreté ou un simple	Ligne de 35 verges	20 À 20 verges de la ligne centrale
Ligne de mêlée après une interception dans la zone de but	Ligne de 10 verges	Ligne de 10 verges
Ligne de transformation de deux points	10 yard line	10 yard line
Transformation d'un point	Ligne de 5 verges	Ligne de 5 verges



Règlement 2 à sept contre sept – Membres de l'équipe

1 Les joueurs

- 1.1 Les équipes ont besoin d'au moins 6 joueurs pour être en mesure de prendre part à un match et un maximum de 7 joueurs sur le terrain à tout moment. L'importance de l'alignement officiel dépendra des lignes directrices établies par les ligues et des tournois nationaux et internationaux.
- 1.2 Une équipe peut compter sur un nombre maximal de 7 joueurs sur le terrain pendant un jeu. Une équipe peut utiliser un minimum de 6 joueurs durant un jeu. Une équipe qui compte plus de 7 joueurs sur le terrain à n'importe quel moment quand le ballon est en jeu sera punie pour substitution interdite.
- 1.3 Une équipe qui compte moins de 6 joueurs et plus de 7 joueurs sur le terrain à l'heure prévue du début du match sera punie pour avoir retardé le début du match. L'équipe déclarera une défaite de 1 à 0 par forfait si elle ne compte pas sur un nombre minimal de 6 joueurs et un maximum de 7 joueurs sur le terrain dans les 15 minutes qui suivent l'heure prévue du début du match.
- 1.4 Quand une équipe refuse de démarrer ou de poursuivre un match à la demande de l'arbitre, elle sera punie pour avoir retardé le match. Sur un troisième refus, l'équipe devra déclarer sa défaite de 1 à 0 par forfait; si l'autre équipe est en avance au pointage à ce moment, le pointage en vigueur s'appliquera.
- 1.5 Un joueur est admissible s'il arrive avant le coup d'envoi de la deuxième demie.

2 Capitaines

- 2.1 Chaque équipe a le droit à un maximum de quatre capitaines d'équipe



Règlement 3 à sept contre sept – Procédures de match

1 Règlements généraux

- 1.1 Le match démarre par un coup d'envoi (une équipe botte le ballon à l'équipe adverse) L'équipe qui reçoit le ballon devient l'équipe à l'attaque et l'équipe qui botte le ballon devient l'équipe en défensive.
- 1.2 Pour démarrer un jeu, le ballon doit être mis en jeu par le joueur de centre à l'attaque à partir du point de mêlée vers le quart arrière. Le quart arrière doit se trouver à au moins 5 verges de la ligne de mêlée quand il touche au ballon pour la première fois.
- 1.3 L'équipe à l'attaque tente de transporter le ballon dans la zone de but adverse en le passant ou en courant en possession (touché ou botté). L'équipe à l'attaque profite de trois tentatives ou essais pour franchir 10 verges et compléter une passe. Si elle réussit, l'équipe à l'attaque obtient un premier jeu et profite de trois autres essais pour transporter le ballon en fond de terrain. Si elle ne marque pas ou n'obtient pas un premier jeu, l'équipe à l'attaque perd possession du ballon et devient l'équipe en défensive.
- 1.4 Si l'équipe à l'attaque ne croit plus pouvoir obtenir un premier jeu, elle peut décider de retourner le ballon à l'adversaire en bottant aussi loin que possible de sa propre zone de but.
- 1.5 L'équipe en défensive sur le terrain tente d'empêcher l'équipe à l'attaque de marquer ou d'obtenir un premier jeu. Pour ce faire, elle doit arrêter le porteur du ballon en lui retirant son flag ou en rabattant une passe avant qu'elle soit complétée.
- 1.6 Quand l'équipe en défensive réussit à prévenir l'attaque d'obtenir un premier jeu ou en interceptant une passe, l'équipe change de rôle sur le terrain. L'attaque devient la défensive et vice-versa.
- 1.7 Une équipe en défensive peut aussi marquer des points. Si l'équipe à l'attaque est stoppée dans sa propre zone de but, la défensive marque un touché de sûreté. Si l'équipe en défensive intercepte une passe et porte le ballon dans la zone de but de l'équipe adverse, elle marque un touché.
- 1.8 L'équipe qui marque un touché obtient un essai supplémentaire pour tenter d'inscrire une transformation. Elle peut choisir de tenter d'inscrire une transformation d'un ou de deux points.
- 1.9 Après la transformation, le jeu reprend avec un coup d'envoi par l'équipe qui a marqué les points (qui devient donc l'équipe en défensive) qui tentera d'empêcher l'adversaire de marquer ou de réussir un premier jeu pendant sa possession du ballon.
- 1.10 Le quart arrière peut courir avec le ballon au-delà de la ligne de mêlée.
- 1.11 Une fois qu'il a franchi la ligne de mêlée, le porteur de ballon peut remettre le ballon ou effectuer une passe latérale.
- 1.12 Une équipe à l'attaque peut utiliser plusieurs remises derrière la ligne de mêlée. Seulement des remises vers l'arrière et latérales sont permises pendant l'essai.
- 1.13 Passe vers l'avant – le ballon doit être lancé à partir de derrière la ligne de mêlée pour être autorisée.

2 Choix de coup d'envoi

- 2.1 Pour la première demie, le capitaine de l'équipe visiteuse devra choisir d'effectuer le coup d'envoi, de recevoir ce botté ou de défendre un côté du terrain. Le capitaine de l'équipe à domicile devra ensuite choisir parmi une des deux options restantes.
- 2.2 En deuxième demie, le capitaine de l'équipe à domicile aura le choix d'effectuer le coup d'envoi ou de le recevoir ou encore de défendre un des deux côtés du terrain. Le capitaine de l'équipe visiteuse pourra ensuite choisir une des deux options restantes.
- 2.3 Une fois le choix du capitaine communiqué à l'arbitre par le capitaine adverse, le choix ne peut plus être modifié.



3 Essai

- 3.1 Après que le ballon meurt sur un coup d'envoi, l'équipe en possession aura droit au premier essai et aura trois occasions (essais) de franchir 10 verges. Le ballon peut progresser en étant porté ou lancé à la suite d'un jeu de mêlée conforme aux règlements. Si l'attaque franchit la distance requise dans la série de trois essais, un premier jeu est à nouveau décerné.
- 3.2 Si la distance requise pour un premier jeu n'est pas franchie au terme des trois essais, le ballon est remis à l'équipe en défensive au point de ballon mort après le troisième essai.
- 3.3 L'arbitre est l'unique juge à savoir ou non si un premier jeu a été réussi par l'attaque. Le capitaine de l'une ou l'autre des équipes peut demander un mesurage, mais l'arbitre possède l'autorité d'ignorer la demande si l'arbitre est convaincu qu'une décision correcte peut être faite sans passer par un mesurage.

4 Équipement

- 4.1 Le té de botté ne doit pas élever la partie inférieure du ballon plus haut que 2 pouces au-dessus du sol. La pénalité dans ce cas sanctionne une procédure interdite. L'équipe qui botte est responsable d'enlever le té de botté du terrain une fois le jeu terminé. L'équipe qui ne le fait pas se verra attribuer une punition pour conduite reprochable.

5 Sacs de fèves

- 5.1 3 sacs de fèves sont nécessaires. Un pour indiquer la ligne de mêlée et un autre pour indiquer la ligne de cinq verges du poursuiveur. Un troisième sac de fèves d'une couleur différente est nécessaire pour marquer le premier essai.



Règlement 4 à sept contre sept – Chronométrage / Prolongation

1 Chronométrage

- 1.1 Le match est divisé en quatre périodes, aussi appelées «quarts».
- 1.2 Sans compter les temps d'arrêt, le premier et le troisième quarts sont d'une durée de 15 minutes.
- 1.3 Après 10 minutes de jeu au deuxième et au quatrième quarts (sans compter les temps d'arrêts), l'arbitre informe les deux équipes qu'il reste deux minutes à jouer avant les cinq derniers jeux du quart. Après le signal d'avertissement de trois minutes (sans compter les temps d'arrêts), l'arbitre informe les deux équipes qu'il ne reste plus que cinq jeux à faire avant la fin de la demie. Ces cinq jeux ne comprennent pas les transformations, les coups d'envoi ou les essais repris à cause d'une punition.
- 1.4 Le chronomètre démarre sur le coup de sifflet de l'arbitre au début de chaque quart. Le temps s'écoule sans arrêt à l'exception des temps d'arrêts et pendant les cinq derniers jeux d'une demie. Sans quoi, le chronomètre peut seulement être arrêté et redémarré au signal de l'arbitre en chef.
- 1.5 Pendant les cinq derniers jeux du quatrième quart, l'arbitre en chef peut arrêter le match s'il croit que la sécurité des joueurs est compromise.
- 1.6 Chaque demie commence par un coup d'envoi à partir de la ligne de 45 verges de l'équipe qui botte le ballon.
Le premier et le troisième quarts prendront fin quand le temps s'est écoulé au chronomètre et que le ballon meurt à la fin d'un jeu autorisé.
- 1.7 Au début du deuxième et du quatrième quarts, les équipes changeront de côté. Le ballon sera mis en jeu par l'équipe qui en a obtenu le droit au point approprié déterminé par la fin du dernier jeu du quart précédent.
- 1.8 Une demie prendra fin quand il ne reste plus de temps au chronomètre et quand le ballon meurt à la fin d'un jeu autorisé.
- 1.9 Le chronomètre doit être arrêté si le ballon tombe du té de botté.
- 1.10 Quand un touché est marqué sur le dernier jeu d'une période, la tentative de transformation doit être effectuée avant que cette période soit considérée comme étant terminée.

2 Prolongation

- 2.1 Quand le pointage est à égalité à la fin du match, voici quelles sont les procédures à suivre pour la prolongation :
 - Une période de repos de trois minutes est accordée à la fin du quatrième quart;
 - Les capitaines se rassembleront pour un tirage à pile ou face (comme avant le match); le gagnant de ce tirage au sort choisira d'entreprendre cette prolongation à l'attaque ou en défensive.
 - Chaque équipe a trois tentatives de marquer une transformation d'un point ou de deux points, à sa convenance.
- 2.2 Si le pointage est toujours à égalité après les trois tentatives de transformation de part et d'autre, il y aura une période de repos d'une minute. Chaque équipe aura ensuite une autre occasion de tenter une transformation, dans le même ordre, jusqu'à ce qu'une équipe brise l'égalité au terme de cette série.

3 Changement de côté

- 3.1 À la fin du premier et du troisième quarts, les deux équipes changent de côté sur le terrain.
- 3.2 L'équipe en possession du ballon démarrera ensuite le prochain jeu à partir du point qui correspond exactement au point de ballon mort du côté opposé du terrain et exactement de la même façon que si le jeu n'avait pas été interrompu à la fin de la période précédente.

4 Mi-temps

- 4.1 À la fin du deuxième quart, une période de repos de cinq minutes est accordée. Avec l'approbation des deux capitaines et de l'arbitre en chef, la durée de la mi-temps peut être modifiée.



Règlement 5 à sept contre sept – Pointage

1 Marquer des points

1.1 Touché – 6 points; touché de sûreté – 2 points

1.2 Simple :

Une équipe marque un simple (1 point) quand un des joueurs botte le ballon :

- À l'intérieur de la zone de but de l'équipe adverse et que le jeu est signalé mort ou que le ballon traverse la zone de but ou traverse la ligne de fond de terrain.

Ou

- À l'intérieur de la zone de but de l'équipe adverse et que le ballon quitte la zone de but en traversant la ligne de côté. Une exception sur le coup d'envoi, le ballon doit d'abord toucher le sol à l'intérieur du terrain de jeu avant qu'un simple soit accordé.

1.3 Une équipe qui a concédé un simple prendra possession du ballon sur leur propre côté du terrain, 20 verges du milieu de terrain entre les deux traits de remise en jeu.

Règlement 6 à sept contre sept – Bottés (U17 et plus)

1 Botté

1.1 Un ballon botté est un ballon frappé par le pied ou la jambe d'un joueur sous le genou pour donner intentionnellement le ballon à l'équipe adverse.

1.2 Il existe trois types de bottés au flag-football à sept contre sept pour les divisions U17 ou plus âgées. Il s'agit du coup d'envoi, du botté de dégagement et du botté libre.

1.3 Quand le ballon frappe un pied ou une partie de jambe d'un joueur quand une équipe tente d'obtenir possession du ballon et qu'elle ne botte pas intentionnellement le ballon, cela n'est pas considéré comme étant un botté et le ballon est traité comme une passe latérale avec tous les règlements qui s'y appliquent.

2 Zone d'immunité

2.1 Le premier joueur à toucher le ballon botté par l'adversaire (le retourneur) dispose d'une zone d'immunité de cinq verges : aucun joueur de l'équipe qui effectue le botté (y compris le botteur) ne peut se trouver dans la zone de cinq verges au moment où le retourneur touche au ballon pour la première fois. Les infractions entraînent une pénalité pour non-respect de la zone d'immunité (pénalité avec options; voir les différents types de bottés). Si un joueur de l'équipe qui effectue un botté touche le ballon en premier, le ballon est sifflé mort et la règle de la zone d'immunité est en vigueur, même si aucun joueur de l'équipe qui reçoit le ballon ne se retrouve à moins de cinq verges de la zone.

3 Coup d'envoi

3.1 Le coup d'envoi est le premier jeu qui démarre une demie ou qui redémarre l'action après un touché. Il peut aussi être effectué après un touché de sûreté.

3.2 Sur les bottés d'envoi qui se produisent après un touché pour commencer une demie; le ballon est placé entre les traits de remise en jeu du côté du terrain de l'équipe qui botte le ballon, à 10 verges du centre du terrain. Pour les coups d'envoi après un touché de sûreté, le ballon est placé à 20 verges du centre du terrain entre les traits de remise en jeu et du côté du terrain de l'équipe qui effectue le botté. L'application des punitions peut modifier le placement du ballon.

3.3 Pendant un coup d'envoi, le ballon peut être placé sur le sol, tenu par un autre joueur, ou il peut être placé sur un té de botté. S'il est placé sur le té, le ballon ne doit pas être à plus de deux pouces du sol. Une punition de procédure sera décernée en cas d'infraction. L'équipe qui effectue le coup d'envoi est responsable de retirer le té de botté du terrain une fois que le ballon est signalé mort par un coup de sifflet. L'équipe qui reçoit le botté pourvoit au ballon.



- 3.4 Un caucus n'est pas obligatoire sur un coup d'envoi. L'équipe qui botte le ballon a 20 secondes après le coup de sifflet de l'arbitre pour s'exécuter. Une fois le temps écoulé, l'officiel stoppera le jeu et accordera une punition pour avoir retardé le match.

S'il y a une deuxième punition pour avoir retardé le match, l'équipe adverse prendra possession du ballon où il a été placé. Après la punition pour avoir retardé le match, l'officiel doit informer les deux équipes des implications d'une deuxième punition pour avoir retardé le match.

- 3.5 Quand l'officiel aura sifflé le début de la période de 20 secondes, aucun joueur à l'attaque ou en défensive ne peut entrer sur le terrain (sous peine de sanction pour substitution interdite). L'officiel s'assurera qu'il y a sept joueurs de chaque équipe sur le terrain. Une équipe qui prend trop de temps à envoyer sept joueurs sur le terrain pour le coup d'envoi se verra sanctionnée d'une punition pour avoir retardé le match.

4 Hors-jeu sur un coup d'envoi

- 4.1 Zone neutre : la zone neutre s'étend d'une ligne de côté à l'autre entre la ligne de botté et la ligne 20 verges devant la ligne de botté.
- 4.2 Au moment exact où le ballon est botté, tous les joueurs de l'équipe qui effectue le botté (à l'exception du teneur) doivent se trouver derrière le ballon (sans quoi une punition de hors entraînera une perte de cinq verges et une reprise du botté, ou l'équipe qui reçoit le ballon peut décliner la punition et prendre le ballon au point où le jeu s'est arrêté).
- 4.3 Jusqu'à ce que le ballon soit botté, les joueurs des équipes qui reçoivent le botté doivent demeurer de leur côté de la zone neutre (sans quoi il y aura une punition de hors jeu qui entraînera une perte de cinq verges et une reprise du botté ou l'équipe qui effectue le botté peut décliner la punition et l'équipe qui reçoit le ballon prend possession du ballon au point où le jeu est arrêté).

5 Coup d'envoi hors du terrain

- 5.1 Un coup d'envoi est à l'extérieur du terrain quand :
- Le ballon sort du terrain sans toucher la surface de jeu ou la zone de but, un joueur ou le poteau de but;
 - Le ballon sort du terrain en traversant les lignes de côté du terrain après avoir touché au sol dans le terrain de jeu, mais sans toucher à un joueur ou à un poteau de but;
 - Un coup d'envoi hors du terrain entraîne une punition (avec options).
- 5.2 À moins que le ballon soit touché par un joueur de l'équipe en réception, il doit avoir franchi au moins 20 verges (avec ou sans bond) vers la zone de but de l'équipe adverse (sans quoi une punition pour procédure interdite sera décernée, entraînant une perte de cinq verges avec options).

6 Punitions sur le coup d'envoi

- 6.1 Avoir retardé le match sur un coup d'envoi : aucune option
- Ligne de botté reculée de 10 verges et reprise du botté par l'équipe prise en défaut
 - Deuxième infraction consécutive par l'équipe qui botte : perte de possession à la ligne de botté.
- 6.2 Hors jeu sur le coup d'envoi : options pour l'équipe qui n'est pas prise en défaut
- Ligne de botté reculée de cinq verges vers l'équipe prise en défaut et reprise du botté;
 - La punition est déclinée et la possession du ballon démarre du point de ballon mort.
- 6.3 Coup d'envoi hors du terrain : options pour l'équipe en réception
- La ligne de botté est reculée de cinq verges vers l'équipe prise en défaut et reprise du botté;
 - L'équipe en réception prend possession du ballon à 25 verges de la ligne de botté;
 - L'équipe en réception prend possession au point où le ballon est sorti du terrain.
- 6.4 Règle de l'immunité lors d'un botté d'envoi : options pour l'équipe non fautive
- La ligne de botté d'envoi est déplacée de cinq verges vers l'équipe fautive qui doit botter à nouveau
 - ^a Pénalité de 10 verges à partir du point d'infraction et possession du ballon pour l'équipe qui le reçoit
 - La pénalité est refusée et la possession du ballon est prise à l'endroit où le ballon a été sifflé mort



-
- 6.5 Substitution interdite sur un coup d'envoi : options pour l'équipe qui n'est pas prise en défaut
- La ligne de botté est reculée de 10 verges vers l'équipe prise en défaut et reprise du botté;
 - La punition est déclinée et la possession du ballon démarre du point de ballon mort.

7 Botté de dégagement

- 7.1 Un botté de dégagement est effectué pour donner possession du ballon aux adversaires en les poussant aussi loin que possible de leur zone. Un botté de dégagement peut être effectué en tout temps, lors de n'importe quel essai et sans être annoncé.
- 7.2 Un botté de dégagement doit être effectué à partir de derrière la ligne de mêlée.
- 7.3 Un botté de dégagement est effectué par un joueur qui reçoit le ballon par le joueur de centre, puis il relâche le ballon de sa main pour le botter avant qu'il touche au sol. Après la mise en jeu par le joueur de centre, le botteur de dégagement est le seul joueur qui a le droit de toucher au ballon avant le botté (sans quoi une punition sera décernée pour procédure interdite).
- 7.4 Pendant un botté de dégagement, les procédures de botté de dégagement du ballon en jeu sont les mêmes que pour un jeu normal à l'attaque. Aussi, un minimum de cinq joueurs doivent se trouver sur la ligne de mêlée et aucun joueur de l'équipe qui botte ne peut franchir la ligne de mêlée avant que le ballon soit botté (sans quoi une punition sera décernée pour procédure interdite).
- 7.5 Si le ballon botté tombe dans une zone où se trouvent plusieurs joueurs, l'officiel peut siffler pour indiquer que le jeu est mort tandis que le ballon retombe. Le ballon meurt officiellement au point où il fait contact avec le sol ou avec un joueur. La règle d'immunité ne s'applique pas.
- 7.6 Si un botté de dégagement envoie le ballon hors du terrain en traversant une ligne de côté à l'intérieur de la surface de jeu, le ballon sera placé exactement à la ligne de verge où il est sorti. S'il sort du terrain à l'intérieur de la zone de but, les règlements qui régissent un simple s'appliqueront.
- 7.7 Pendant un botté de dégagement, l'équipe en réception ne peut pas effectuer de passe vers l'avant.

8 Rudesse contre le botteur

- 8.1 L'officiel doit sanctionner tout contact contre le botteur. Le contact violent volontaire et délibéré contre le botteur entraîne une punition de rudesse contre le botteur. Le contact accidentel et qui survient alors que le joueur en défensive tente d'éviter le botteur entraînera une punition pour avoir fait contact avec le botteur.

9 Botté de dégagement qui ne traverse pas la ligne de mêlée / ligne de but

- 9.1 Le ballon est mort quand il touche au sol, à un joueur ou qu'il sorte du terrain. Le règlement d'immunité ne s'applique pas.
- 9.2 Le botté de dégagement qui ne traverse pas la ligne de but : quand un botté de dégagement est effectué à partir de la zone de but de l'équipe et que le ballon ne traverse pas la ligne de but, un touché de sûreté sera accordé à l'équipe en réception.

10 Botté de dégagement dévié

- 10.1 Un botté de dégagement dévié est un ballon touché par un joueur (à l'attaque ou en défensive) immédiatement après avoir été botté, avant qu'il traverse la ligne de mêlée, mais qui poursuit sa trajectoire vers la zone de but de l'équipe adverse. Un botté de dégagement dévié est considéré comme un ballon non touché.
- 10.2 Si le ballon traverse la ligne de mêlée, tous les règlements qui s'appliquent au botté de dégagement sont en vigueur. Si le ballon ne traverse pas la ligne de mêlée, il sera mort au moment qu'il touche au sol, à un joueur ou qu'il sorte du terrain. L'équipe en réception prendra alors possession du ballon au point de ballon mort. La règle d'immunité ne s'applique pas.

11 Botté de dégagement bloqué

- 11.1 Un botté de dégagement bloqué est un ballon botté touché par un joueur (à l'attaque ou en défensive) immédiatement après avoir été botté, avant qu'il traverse la ligne de mêlée et qui ne poursuit pas sa trajectoire vers la zone de but de l'équipe adverse. La règle d'immunité ne s'applique pas.
- 11.2 Si le ballon touche au sol ou sort du terrain, le jeu est mort. L'équipe en réception obtient la possession du ballon au point où il a été bloqué.



12 Recouvrement d'un botté de dégagement bloqué

- 12.1 Quand un botté de dégagement bloqué est recouvert par l'équipe qui botte ou en réception, le ballon demeure en jeu. Quand l'équipe qui botte recouvre le botté de dégagement bloqué, la poursuite du jeu est considérée comme étant normale – l'équipe peut botter ou passer le ballon ou courir avec.
- 12.2 Si un botté de dégagement est bloqué ou dévié par l'équipe en réception à l'intérieur de la zone de but de l'équipe qui botte et que le ballon ne traverse pas la ligne de but ou qu'il sorte du terrain à l'intérieur de la zone de but, l'équipe en réception a marqué un touché.

13 Punitions sur le botté de dégagement

- 13.1 Règle d'immunité : options pour l'équipe qui n'est pas prise en défaut
 - Puntion de 15 verges à partir du point de puntion et premier jeu accordé;
 - Puntion déclinée et le ballon est placé au point où le jeu a été arrêté.
- 13.2 Procédure interdite sur un botté de dégagement : options pour l'équipe qui n'est pas prise en défaut
 - Perte de cinq verges pour l'équipe qui botte et reprise du botté.
 - Puntion déclinée et le ballon est placé au point où le jeu a été arrêté.
- 13.3 Contact avec le botteur
 - Puntion de 10 verges à partir de la ligne de mêlée et reprise de l'essai pour l'équipe qui botte; si les verges franchie par la puntion sont suffisantes, un premier jeu est accordé à l'équipe qui botte.
 - La puntion est déclinée et le ballon est palcé au point où le jeu a été arrêté.
- 13.4 Rudesse contre le botteur
 - Puntion de 15 verges et premier jeu automatique pour l'équipe qui botte.

14 Botté libre

Un botté effectué par un joueur après que le ballon ait franchi la ligne de mêlée.

- 14.1 Le botté libre est effectué et est régi par les mêmes règlements que le botté de dégagement.

Exceptions :

- Tous les joueurs peuvent botter le ballon;
- Le règlement de ne pas franchir la ligne de mêlée avant que le ballon soit botté ne s'applique pas; les joueurs de l'équipe qui botte sont libres de leurs mouvements, mais la règle d'immunité pour le retourneur est en vigueur.
- Un botté libre peut être effectué à partir de derrière la ligne de mêlée seulement si le ballon a auparavant franchi la ligne de mêlée et qu'il est retourné derrière cette ligne par la suite; sans quoi, le botté devient un botté de dégagement et les règlements du botté de dégagement s'appliquent.
- Si un botté libre bloqué est recouvert par l'équipe qui botte, les passes vers l'avant ne sont pas permises.
- Un botté libre dévié est un botté libre touché par un adversaire immédiatement après que le ballon soit botté et qu'il poursuive sa trajectoire vers la zone de but de l'adversaire. Le joueur qui a dévié le ballon devait se trouver à moins de cinq verges du botteur quand il a fait dévier le ballon. Un botté libre dévié est considéré comme un botté libre qui n'a pas été touché.

15 Botté de dégagement/placement

- 15.1 Le ballon est mort après un botté de dégagement quand le ballon touche au sol derrière la ligne de mêlée ou qu'il est mis en jeu et que ni une, ni l'autre des équipes ne joue le ballon.
- 15.2 Le ballon est mort après un botté de dégagement quand il touche au sol après avoir été échappé en direction hors jeu par un joueur de l'équipe en réception en tout temps. Le ballon est mort après un botté de dégagement quand il est rabattu par un joueur de l'équipe qui dégage. Dans tous ces cas, un ballon qui touche un joueur ou un objet à l'extérieur du terrain devra être considéré comme ayant touché au sol.
- 15.3 Le ballon est mort immédiatement après un botté de dégagement ou de placement sur une tentative de transformation.

16 Coup d'envoi

- 16.1 Le ballon est mort après un coup d'envoi quand il est rabattu par l'équipe qui botte.



17 Pénalités

1 Pénalités

- 1.1 Toutes les pénalités sont de cinq verges, l'essai est repris et les verges de pénalité sont imposées à partir de la ligne de mêlée, à moins d'indication contraire.
- 1.2 Toutes les pénalités peuvent être refusées, à l'exception des pénalités après que le ballon ait été signalé mort d'un coup de sifflet et des pénalités qui interrompent le jeu en cours (protection du flag, hors jeu, etc.).
- 1.3 Les pénalités ne doivent pas dépasser la moitié de la distance entre la ligne de but de l'équipe adverse et la ligne de mêlée, sauf s'il s'agit d'une faute au point d'infraction. Le ballon ne peut jamais être placé à l'intérieur de la ligne d'une verge.
- 1.4 Les officiels du match déterminent les contacts accidentels qui peuvent survenir dans le cadre du déroulement normal d'un jeu. À moins d'indication contraire, la plupart des pénalités sont appliquées à partir de la ligne de mêlée.
- 1.5 La mi-temps et le match ne peuvent pas se terminer sur une pénalité défensive, sauf si l'offensive refuse la pénalité.
- 1.6 Les pénalités après une interception seront appliquées après que la course après l'interception soit terminée et/ou que le jeu ait été sifflé mort.

2 Pénalités défensives

- 2.1 Hors-jeu — joueur(s) aligné(s) devant la ligne de mêlée ou qui la traverse au moment de la mise en jeu du ballon.
- 2.2 Signaux déconcertants — signaux destinés à distraire ou à simuler des signaux offensifs avant la mise en jeu du ballon.
- 2.3 Poursuite non autorisée — joueur(s) qui n'est pas aligné à au moins 12 pouces d'un côté du sac de fèves ou qui poursuit le quart et traverse la ligne de mêlée depuis l'intérieur du sac de fèves du poursuiveur situé à sept verges.
- 2.4 Obstruction sur la passe — un contact et un non-contact qui cause de l'obstruction avec un joueur offensif tentant d'attraper un ballon alors qu'il est dans les airs. L'obstruction comprend aussi l'obstruction de la vue et la poussée au point de l'infraction (premier essai automatique).
- 2.5 Contact non autorisé – contact physique tel qu'entraver, rediriger, obstruer, bloquer, retenir et plaquer ainsi que tout contact au haut du corps d'un joueur offensif qui lance le ballon, même s'il a le ballon dans sa main au point de l'infraction (premier essai automatique).
- 2.6 Tirer un flag de manière non autorisée — tirer le flag d'un joueur avant qu'il n'ait le ballon au point de l'infraction (premier essai automatique).

3 Pénalités offensives

- 3.1 Retarder le match — le ballon n'est pas mis en jeu dans les 30 secondes, le jeu est sifflé mort.
- 3.2 Retarder la passe — le quart-arrière ne passe pas le ballon dans les sept secondes accordées, le jeu est sifflé mort.
- 3.3 Hors-jeu — joueur(s) aligné(s) devant la ligne de mêlée ou qui la traverse au moment où le ballon est mis en jeu.
- 3.4 Mise en jeu interdite — le centre soulève ou déplace le ballon pour simuler une mise en jeu.
- 3.5 Sauter, plonger et protéger son flag — le porteur de ballon utilise une partie de son corps ou du ballon pour empêcher ses adversaires de tirer son flag ou pour faire avancer le ballon, le jeu est sifflé mort à l'endroit de la pénalité.
- 3.6 Interférence envers le poursuiveur — entraver la trajectoire directe d'un poursuiveur vers le quart-arrière.
- 3.7 Joueur hors des limites — un joueur sort des limites du terrain par lui-même, revient à l'intérieur des limites du terrain et touche ensuite le ballon à l'intérieur des limites du terrain.
- 3.8 Obstruction – entraver, rediriger, obstruer, bloquer sans contact, le jeu est signalé mort par un coup de sifflet au point de l'infraction.
- 3.9 Contact non autorisé – contact physique tel qu'entraver, rediriger, obstruer, bloquer, retenir et plaquer (perte d'un essai).



- 3.10 Obstruction sur la passe — un contact et un non-contact qui cause de l'obstruction envers un joueur défensif tentant d'attraper le ballon alors qu'il est dans les airs. L'obstruction comprend aussi l'obstruction de la vue, la poussée et l'obstruction de façon délibérée pour empêcher une couverture adéquate de la défensive (perte d'un essai).
- 3.11 Jeu de course non autorisé — un quart-arrière court avec le ballon au-delà de la ligne de mêlée sans transférer le ballon. Une remise vers l'avant constitue un jeu de course non autorisé dans les catégories U18 et moins seulement.
- 3.12 Passe vers l'avant non autorisée — quand une deuxième passe vers l'avant se produit ou quand une passe vers l'avant se produit après que le ballon ait franchi la ligne de mêlée. De plus, dans les catégories U18 et moins, quand une passe vers l'avant est captée avant que le receveur ne franchisse la ligne de mêlée (perte d'un essai + pénalité de cinq verges).

4 Pénalités générales/majeures

- 4.1 Substitution interdite — toute substitution de joueur par l'une ou l'autre des équipes après que le centre ait touché le ballon pour se préparer à le mettre en jeu.
- 4.2 Obstruction du jeu — tout joueur substitut, entraîneur ou spectateur qui interfère avec le ballon, un joueur ou un officiel pendant que le ballon est en jeu.
- 4.3 Quitter la zone désignée de son équipe — les joueurs ou les entraîneurs quittant la zone de la ligne de touche de leur équipe ou traversant le milieu du terrain pour pénétrer dans la zone de l'équipe adverse.
- 4.4 Conduite répréhensible – les joueurs, les entraîneurs, les équipes ou les spectateurs qui utilisent un langage ou des gestes blasphématoires, des menaces, des remarques ou des actions dégradantes ou intimidantes, des disputes persistantes, de fausses blessures, des délais de match ou qui ciblent des joueurs pour initier un contact se verront infliger une pénalité de cinq verges. Tout joueur, entraîneur, équipe ou spectateur recevant une deuxième pénalité pour conduite répréhensible pendant un match sera expulsé de ce match.
- 4.5 Faute personnelle – tout acte de rudesse ou de jeu déloyal de la part des joueurs, des entraîneurs, des équipes ou des spectateurs qui n'est pas considéré par les officiels comme une pénalité majeure constitue une pénalité d'inconduite, ce qui entraînera une pénalité de 15 verges à l'encontre de l'équipe du joueur fautif ainsi que la perte d'un essai ou un premier jeu automatique.
- 4.6 Pénalité majeure/conduite antisportive – les joueurs, les entraîneurs, les équipes ou les spectateurs qui frappent un adversaire ou un officiel avec l'intention délibérée de causer des blessures corporelles, ainsi que tout acte de rudesse ou de jeu déloyal considéré par les officiels comme menaçant la sécurité des participants, entraîneront l'expulsion du match et une pénalité de 15 verges contre l'équipe du joueur fautif ainsi que la perte d'un essai ou un premier jeu automatique.



Règlements adaptés

Le flag-football peut être adapté pour les équipes dont les joueurs sont aux prises avec un handicap. Le jeu est disputé selon les règlements à cinq contre cinq et les méthodes adaptées de jeu sont les suivantes :

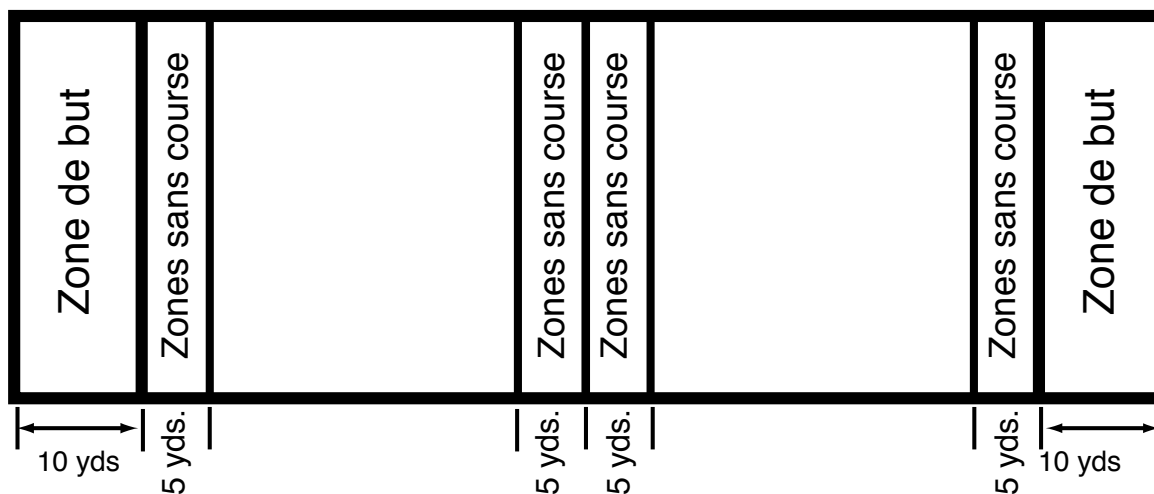
1 Terrain

Terrain extérieur normal

Longueur normale : 60 ou 80 verges

Largeur normale : 30 ou 20 verges

Zone sans course : Les cinq dernières verges avant la zone de but



1st Down

Adaptation

Zones sans course : Cinq verges de chaque ligne de mêlée et cinq verges avant la ligne de milieu de terrain. Tout ballon mis en jeu dans ces zones doit être passé.

*Objectif des "Zones sans course" est d'éviter des courses en puissance pour faibles gains qui peuvent entraîner des pertes de contrôle.

Le flag-football peut être pratiqué par des athlètes en fauteuil roulant ou qui utilisent d'autres appareils facilitant leur mobilité tant que le sport soit pratiqué sur une surface plate intérieure ou extérieure comme un stationnement ou un court de basket-ball.

2.1 Quand vous utilisez un gymnase, les limites du court de basket-ball fonctionnent bien.

Chaque équipe commence à la ligne de faute et profite de trois jeux pour traverser la ligne du centre du terrain pour réussir un premier jeu.

La dimension du terrain devrait correspondre au niveau d'aptitude des athlètes et au nombre de participants. Il est nécessaire d'évaluer le jeu de façon routinière et d'apporter des ajustements au besoin.



2 Joueurs

Version normale :

Minimum de joueurs : 4

Joueurs par équipe : 6

Joueurs sur le terrain : 5

Version adaptée (récréative) :

Les équipes adaptées feront passer leur alignement de 10 à 15 joueurs et joueront avec cinq à 10 joueurs à la fois sur le terrain. Les organisateurs peuvent déterminer le nombre de joueurs sur le terrain en tenant compte du niveau d'aptitude des participants. Pour les ligues ou les matchs de routine, les organisateurs peuvent choisir d'échanger des joueurs afin de mieux équilibrer les équipes.

Adaptation compétitive pour les équipes de sport unifiées

- 2.1 L'importance de l'alignement doit être déterminé par l'organisateur (p.ex., Olympiques spéciaux)
- 2.2 L'alignement peut comprendre des «partenaires» non-handicapés pour jouer aux côtés d'un athlète aux prises avec un handicap physique ou intellectuel.
- 2.3 Les athlètes et les partenaires doivent être d'âge et de niveau d'aptitude similaire.
- 2.4 Selon les directives du sport unifié, quand un partenaire passe le ballon de football, il ne peut le faire en direction d'un autre partenaire.

3 Procédures de match

Mise en jeu normale

Pour démarrer un jeu, le ballon doit être mis en jeu entre les jambes du joueur de centre à l'attaque, à partir du point de mêlée vers le quart arrière. Il n'y a pas de distance minimale requise par le quart arrière qui peut être très près du joueur de centre ou en retrait.

Version adaptée

Le joueur de centre peut remettre le ballon au quart arrière sans le mettre en jeu entre ses jambes. Le quart arrière peut démarrer le jeu en possession du ballon.

Essais de la version normale

Selon les règlements canadiens du flag-football, il y a trois essais pour franchir le milieu du terrain ou marquer un touché, tandis que selon les règlements de flag-football à cinq contre cinq de l'IFAF utilisés en compétitions internationales, il y a quatre essais pour traverser le centre du terrain ou marquer un touché.

Le nombre d'essai peut être modifié selon le niveau d'aptitude des athlètes, le nombre de participants et la dimension de la surface de jeu.

Changement de possession dans la version normale

Tous les changements de possession, à l'exception des interceptions, commencent à partir de la ligne de cinq verges de l'équipe à l'attaque.

Version adaptée

Les changements de possession démarrent à la ligne de 10 verges.

Course du quart arrière en version normale

Le quart arrière ne peut pas courir avec le ballon au-delà de la ligne de mêlée à moins que le ballon ait été remis à un autre joueur, puis qu'il lui revienne.

Version adaptée

Le quart arrière ne peut jamais effectuer de course avec le ballon.

Changement de côté dans la version normale

Les équipes changent de côté de terrain à la mi-temps (après 20 minutes de jeu).

Version adaptée

Tenez compte de l'âge et du niveau d'aptitude des participants, du nombre de participants et de la dimension et de la qualité de la surface de jeu pour établir l'heure du match.



4 Équipement du joueur

Placement du flag dans la version normale

Un flag est placé sur chaque hanche

Version adaptée

Un flag est placé sur l'arrière du fauteuil roulant avec du velcro

Ballon de la version normale selon le groupe d'âge :

U11	Wilson K2
U13	TDJ
13+	TDY

Ballon de la version adaptée

Ballon avec poigne adhésive pour tout joueur aux prises avec une dextérité limitée

Une grandeur de ballon plus petite que la normale pour ce groupe d'âge

5 Marquer des points

Pointage de la version normale

Touché : 6 points

Transformation d'un point (Joué à partir du milieu de la ligne de 5 verges seulement)

Transformation de deux points (Joué à partir du milieu de la ligne de 10 verges seulement)

Deux points accordés pour un touché de sûreté

Version adaptée

Limitez les options à la transformation d'un point seulement, avec ou sans la zone sans course.

Pour la version en fauteuil roulant, deux roues doivent se trouver dans la zone de but alors que le joueur est en possession du ballon pour que des points soient inscrits.

Un touché de sûreté n'est pas accordé quand l'élan du joueur, tout en interceptant une passe dans le terrain de jeu fait en sorte que le ballon soit transporté dans la zone de but, où il est éventuellement déclaré mort; l'équipe qui intercepte le ballon aura droit à un premier jeu au point de l'interception.

6 Chronométrage

Chronométrage normal

Le match est d'une durée de 40 minutes (deux demies de 20 minutes)

Le temps alloué pour la pause de la mi-temps est de deux minutes.

Version adaptée

Mi-temps de cinq ou 10 minutes

7 Sécurité en fauteuil roulant

Le besoin de contact au flag-football est éliminé avec l'utilisation de flags. Le contact accidentel entre les fauteuils roulants se produira et fait partie du jeu, mais les tentatives flagrantes de blesser un adversaire avec une chaise roulante ne seront pas tolérées.

- 7.1 Le contact dangereux comme de frapper un autre joueur par derrière n'est pas permis. Cette pratique s'appelle aussi «la vrille» (trad. de «spinning») où un athlète frappe le fauteuil roulant d'un adversaire derrière l'axe principal, l'envoyant en vrille.
- 7.2 Le contact physique direct entre les athlètes n'est pas permis et sera sanctionné comme une utilisation interdite des mains.
- 7.3 Il n'est pas permis de retenir, là où un athlète utilise ses mains, ses bras ou s'il tombe sur un adversaire.
- 7.4 Il est recommandé que chaque fauteuil roulant soit équipé de protecteurs de rayons et d'un système à l'arrière du fauteuil qui l'empêche de basculer.
- 7.5 Tous les fauteuils roulants doivent être munis de sangles adéquates pour retenir les athlètes de façon sécuritaire pendant l'activité et pour leur permettre de profiter d'une bonne position assise.





CANADA

