

Livre des règlements

Ligue FFVQ

Administration :

- Philippe Lamarche, Copropriétaire
- Thomas Lamarche Leroux, Copropriétaire
- Sulaiman Sultani, superviseur



Table des Matières

Section 1- Règlements généraux.....	4
1.1 Blessure	4
1.2 Éligibilité en séries éliminatoires.....	4
1.3 Éligibilité des équipes aux matchs (masculin et féminin)	4
1.4 Éligibilité des équipes mixtes aux matchs.....	4
1.5 Âge	5
1.6 Échauffement	5
1.7 Déroulement des matchs	5
1.8 Prolongation	5
 Section 2- Uniformes.....	 6
2.1 Chandail.....	6
2.2 Pantalon/Shorts.....	6
2.3 Bijoux.....	6
2.4 Souliers à crampons.....	6
2.5 Flags	6
 Section 3- Porteurs de ballon	 7
3.1 Protection flag	7
3.2 Saut	7
3.3 Contact	7
3.4 Chute	7
3.5 Échappé de ballon.....	7
 Section 4- Passeur de ballon.....	 8
4.1 Passe avant	8
4.2 Passe arrière/latérale	8
4.3 Passe incomplète.....	8
4.4 Distance.....	8

Section 5- Receveur de passes	9
5.1 Complétion de passe.....	9
5.2 Attrapés simultanés	9
5.3 Joueurs éligibles	9
Section 6- Offensive	10
6.1 Snapper	10
6.2 Ligne de mêlée.....	10
6.3 Nombre d'essais et verges	10
6.4 Nombre d'essais et verges catégorie mixte	10
6.5 Dégagement	10
6.6 Mouvement	10
6.7 Mise en jeu	11
6.8 Nombre de courses	11
6.9 Zone sans course	11
6.10 Bloc.....	11
Section 7- Défensive	12
7.1 Rusher	12
7.2 Interception.....	12
7.3 Contact	12
7.4 Alignement	12
7.5 Touché de sureté.....	13
7.6 Déflaguage	13
7.7 Interférence.....	13
Section 8- Pointage	13
8.1 Touché	13
8.2 Converti de 1 point	13
8.3 Converti de 2 points	13
8.4 Touché de sureté.....	14
8.5 Interception.....	14
Section 9- Pénalités	14

Section 1- Règlements généraux

1.1 Blessure

- 1.1.1 La ligue FFQ n'est pas responsable des blessures qui arrivent lors des matchs. Chaque joueur est responsable de lui-même.
- 1.1.2 Un joueur ayant des saignements lors d'un match devra quitter le terrain. Pour réintégrer le match, les saignements du joueur devront s'être arrêtés.
- 1.1.3 Un joueur qui manque des matchs en raison d'une blessure ne sera pas pénalisé pour le nombre de matchs minimum présent afin d'être éligible aux séries éliminatoires. Le joueur blessé pourra donner sa présence aux matchs en étant présent sur le banc de joueurs. Pour les cas de blessures plus sérieuses, un papier du médecin sera autorisé dans le cas de non-présence aux parties.

1.2 Éligibilité en séries éliminatoires

Pour qu'un joueur soit éligible à jouer lors des séries éliminatoires, celui-ci doit avoir été présent à un minimum de 6 matchs de la saison régulière.

1.3 Éligibilité des équipes aux matchs (masculin et féminin)

Pour débiter un match, une équipe doit avoir un minimum de 6 joueurs. Si une équipe n'a pas le minimum de 6 joueurs au début du match, l'équipe adverse se verra attribuer 7 points. Pour chaque tranche de 5 minutes supplémentaires de retard, l'équipe se fera pénaliser de 7 points additionnels. Si à la demie, l'équipe n'a pas encore le minimum de joueur requis, elle perdra la rencontre par forfait par un pointage de 28-0.

1.4 Éligibilité des équipes mixtes aux matchs

Pour débiter un match, une équipe doit avoir un minimum de 6 joueurs, 3 garçons et 3 filles. Si une équipe n'a pas le minimum de joueurs au début du match, l'équipe adverse se verra attribuer 7 points. Pour chaque tranche de 5 minutes supplémentaires de retard, l'équipe se fera pénaliser de 7 points additionnels. Si à la demie, l'équipe n'a pas encore le minimum de joueur requis, elle perdra la rencontre par forfait par un pointage de 28-0.

1.5**Âge**

L'âge minimum pour jouer est de 14 ans. Il n'y a pas de maximum d'âge.

1.6**Échauffement**

Il n'y a pas de temps prévu pour un échauffement. Le match commence à l'heure prévue.

1.7**Déroulement des matchs**

Il y a 2 demies de 25 minutes chacune. À la fin de chaque demie, l'arbitre avisera les équipes qu'il reste 5 jeux non-chronométrés avant la mi-temps/fin du match. Un converti de points ne compte pas dans les 5 jeux.

La mi-temps dure 3 minutes. Il n'y a pas de changement de côté de terrain, chaque équipe attaquera dans la même direction durant toute la durée du match.

1.8**Prolongation**

Il n'y a pas de prolongation en saison régulière.

En éliminatoire, si les 2 équipes ont le même nombre de points à la fin du match, il y aura une prolongation. Chaque équipe aura le ballon à 10 verges de la zone des buts (comme une transformation de 2 points) et à tour de rôle, chaque équipe aura la chance de marquer. L'équipe gagnante sera celle qui marque sans accorder de touché à la défense (ex : équipe A marque et réussit à défendre l'équipe B, l'équipe A gagne).

Si les 2 équipes réussissent à marquer ou les 2 équipes ne marquent pas, il y aura une nouvelle manche jusqu'à ce qu'une équipe réussisse. Chaque manche est d'une seule possession offensive par équipe.

Section 2- Uniformes

2.1

Chandail

Tous les joueurs d'une même équipe doivent avoir un chandail de la même couleur, avec leur numéro dans le dos inscrit clairement. Un joueur n'ayant pas un chandail de la même couleur que son équipe ou n'ayant pas de numéro ne pourra pas jouer le match.

Les chandails longs qui couvrent les flags doivent être rentrés dans les pantalons/shorts.

2.2

Pantalons/shorts

Les pantalons/shorts des joueurs ne peuvent pas avoir de poches (même si les poches ont une fermeture éclair ou sont fermées). Ceux-ci ne sont pas acceptés. Cette règle est importante afin d'assurer la sécurité des joueurs.

Aussi, ils doivent être de couleur unie (pas de rayures, motifs, etc.)

2.3

Bijoux

Aucun bijou n'est toléré lors des matchs. Ceci inclut les montres, les chaînes, les bagues, et autres bijoux. En ce qui concerne les boucles d'oreilles, elles sont seulement autorisées si un ruban adhésif les couvre.

2.4

Souliers à crampons

Aucun crampon en métal n'est autorisé.

2.5

Flags

Tous les joueurs sur le terrain doivent porter une ceinture de flag incluant les 3 rubans. Il doit y avoir un ruban sur chaque hanche et un au centre du dos.

S'il y a un surplus de corde dans l'ajustement de la ceinture, celui-ci ne doit pas pendre/dépasser.

La ceinture doit être portée par-dessus le chandail.

Section 3- Porteurs de ballon

3.1 Protection de flag

Un joueur portant le ballon ne peut pas protéger ses flags quelle que soit la façon (ex : main qui bloque les flags). Le jeu sera arrêté à l'endroit où la protection de flag aura eu lieu.

3.2 Saut

Il n'est pas permis pour un joueur portant le ballon de sauter. Ceci est considéré comme une protection de flag. Les « spins moves » sont autorisés uniquement s'il n'y a pas de saut mais ils ne peuvent pas être faits de façon répétitive.

3.3 Contact

Tout contact volontaire entre un porteur de ballon et un défenseur est interdit. Il est interdit de baisser l'épaule lorsqu'un joueur défensif arrive pour déflager. Une pénalité sera attribuée selon la sévérité du contact.

3.4 Chute

Un porteur de ballon qui tombe au sol sera considéré comme un joueur déflagué. Le jeu se finit donc. Un genou ou un coude au sol est aussi considéré comme déflagué.

3.5 Échappé de ballon

Un ballon échappé par un joueur le possédant sera considéré comme « mort ». Le jeu sera fini et le ballon sera replacé à l'endroit où le joueur a échappé le ballon.

Section 4- Passeur de ballon

4.1 Passe avant

Il peut seulement avoir 1 passe avant par jeu. Celle-ci doit être lancée derrière la ligne de mêlée. En cas de plus d'une passe avant, une pénalité de procédure sera donnée.

4.2 Passe arrière/latérale

Les passes arrières ou latérales sont uniquement autorisées si elles sont lancées et attrapées derrière la ligne de mêlée. En cas de non-respect de ce règlement, une pénalité de procédure sera appliquée, ainsi que l'arrêt du jeu à l'endroit de la pénalité.

4.3 Passe incomplète

Si le ballon touche un arbitre ou une partie externe du terrain (plafond, mur, rideau, etc.) lors d'une passe, la passe sera jugée incomplète.

4.4 Distance

Le quart-arrière doit être à 4 verges minimum du snapper et recevoir le ballon par un snap. En cas de non-respect du règlement, une pénalité de procédure sera appliquée et l'essai recommencera.

Section 5- Receveur de passes

5.1

Complétion de passe

Le joueur doit avoir 1 pied minimum dans le terrain ou une partie du corps qui touche le terrain et avoir le contrôle du ballon pour qu'un attrapé soit valide.

5.2

Attrapés simultanés

Si un joueur offensif et un joueur défensif attrapent le ballon simultanément, l'attrapé sera accordé à l'offense par défaut.

5.3

Joueurs éligibles

Tous les joueurs sont éligibles pour attraper le ballon.

Section 6- Offensive

6.1

Snapper

Le snapper doit remettre le ballon en jeu entre ses jambes et faire face à la défense. Il ne peut pas entrer en contact avec le rusher de façon volontaire.

6.2

Ligne de mêlée

La ligne de mêlée est la ligne où le ballon est déposé par l'arbitre. Elle sépare l'attaque de la défense avant le jeu. Il doit y avoir 3 joueurs minimum sur la ligne de mêlée, 1 snapper et 1 receveur de chaque côté du snapper au minimum. Si un joueur dépasse cette ligne, une pénalité de hors-jeu sera appliquée.

6.3

Nombre d'essais et verges

L'attaque dispose de 4 essais afin de franchir 10 verges minimum. Si elle parcourt la distance minimum de 10 verges avant les 4 essais, elle disposera d'une nouvelle série.

Des poches de couleurs indiqueront les essais et verges à faire.

6.4

Nombre d'essais et verges catégorie mixte

Même règles que pour le féminin et le masculin. La seule différence est qu'il doit y avoir un minimum d'une passe complétée à une fille pour avoir une nouvelle série d'essais.

6.5

Dégagement

Il y a possibilité de dégager le ballon sur le 4^e essai. Le ballon sera dégagé à la ligne de départ de l'autre équipe (à 5 verges de la zone des buts)

6.6

Mouvements

Les receveurs de passes ne peuvent pas courir vers la ligne de mêlée avant le snap. Seulement les mouvements latéraux sont acceptés. En cas de non-respect du règlement, une pénalité de procédure sera appliquée.

6.7**Mise en jeu**

La mise en jeu est indiquée par un coup de sifflet de l'arbitre. L'offensive dispose de 20 secondes après le coup de sifflet pour partir le jeu (snapper le ballon). En cas de non-respect du règlement, une pénalité de procédure sera appliquée.

6.8**Nombre de courses**

Une offensive ne peut pas courir avec le ballon 2 fois de suite. La seule exception est lors d'un touché suivi d'un converti de 1 ou de 2 points.

6.9**Zone sans course**

Il y a une zone sans course à 5 verges de la zone des buts. Cela veut dire qu'il y a seulement possibilité de faire une passe.

Cela inclut aussi un converti de 1 point.

6.10**Bloc**

Aucun joueur ne peut se mettre dans le chemin d'un joueur défensif afin de l'empêcher de déflager un joueur. En cas de non-respect du règlement, une pénalité de bloc sera appliquée.

Section 7- Défensive

7.1

Rusher

- 7.1.1 Le rusher est positionné à 5 verges ou plus du snapper. La ligne de 5 verges sera marquée sur le terrain avant chaque jeu par une poche placée par l'arbitre.
- 7.1.2 Il n'y a pas de limite de rusher. N'importe quel joueur placé derrière la ligne de 5 verges est éligible à rusher.
- 7.1.3 Un joueur qui est placée devant la ligne de 5 verges doit attendre qu'un rusher placé derrière la ligne de 5 verges dépasse la ligne de mêlée avant de pouvoir traverser la ligne de mêlée.
- 7.1.4 Un rusher qui est en avant de la ligne de 5 verges marquée aura une pénalité de hors-jeu. Le rusher ne peut pas rentrer en contact avec le passeur. Tout contact sur le passeur aura une pénalité de rudesse.

7.2

Interception

Après une interception, le joueur peut retourner le ballon dans la zone de but pour un touché. Si le joueur ayant intercepté le ballon se fait déflaguer, sort des limites du terrain ou tombe au sol, le jeu s'arrête. Il y aura changement de possession et le ballon sera replacé à l'endroit où le jeu s'est arrêté.

7.3

Contact

Un joueur défensif ne peut jamais entrer en contact de façon volontaire avec un joueur d'une autre équipe. Une pénalité sera appliquée selon le contact.

7.4

Alignement

Un joueur défensif ne peut pas être à moins d'une verge de la ligne de mêlée. Une distance d'une verge ou plus doit les séparer. En cas de non-respect du règlement, une pénalité de hors-jeu sera appliquée.

7.5

Touché de sureté

Un déflaguage dans la zone des buts est un touché de sureté. Cela donne 2 points à l'équipe en défensive et changement de possession. Le ballon sera remis à la ligne de départ.

7.6

Déflaguage

Un joueur ne peut pas agripper un autre joueur ou ses vêtements afin de lui enlever ses flags. En cas de non-respect du règlement, une pénalité d'arrêt illégal sera appliquée à l'endroit de l'infraction.

7.7

Interférence

Un joueur défensif ne peut pas entrer en contact avec un joueur offensif ou le retenir afin de l'empêcher d'attraper le ballon. En cas de non-respect du règlement, une pénalité d'interférence sera appliquée.

*** Ce règlement est aussi valable pour l'offensive.

Section 8- Pointage

8.1

Touché

Un touché vaut 6 points. Le joueur doit avoir un pied minimum dans la zone de but et avoir possession du ballon pour que le touché soit valide.

8.2

Converti de 1 point

L'équipe, après avoir marqué un touché, aura le choix de convertir pour 1 point. Le converti de 1 point sera fait à 5 verges de la zone des buts.

8.3

Converti de 2 points

L'équipe, après avoir marqué un touché, aura le choix de convertir pour 2 points. Le converti de 2 points sera fait à 10 verges de la zone des buts.

8.4

Touché de sûreté

Si un joueur de l'équipe offensive se fait enlever ses rubans dans sa zone de but, 2 points seront attribués à la défensive. Aussi, un touché de sûreté sera attribué à l'équipe adverse si un joueur rentre dans sa zone de but et met les pieds à l'extérieur du terrain. Si un joueur protège ses rubans dans la zone des buts alors un touché de sûreté sera également attribué.

8.5

Interception

Une interception qui est retournée dans l'autre zone de but est un touché sur un jeu régulier.

Lors d'un converti de points, si la défensive fait une interception et la retourne dans la zone des buts, elle marquera le nombre de points du converti de l'offensive.

Section 9- Pénalités

PÉNALITÉS	Verges
Hors-jeux	5
Procédure illégale	5
Équipement inadéquat	5
Bloc	10
Arrêt illégal	10
Contact avec le passeur	10
Rudesse	15
Interférence	15
Conduite anti-sportive	15
Inconduite de partie	20