
RÉSEAU DU SPORT ÉTUDIANT DU QUÉBEC
RÉGION DE QUÉBEC ET DE CHAUDIÈRE-APPALACHES
(RSEQ-QCA)

Mise à jour
2019-04-10

LIGUE ET CHAMPIONNAT

RÈGLEMENTS
SPÉCIFIQUES

FLAG FOOTBALL À 7

Table des matières

ARTICLE 1	RÈGLEMENTS EN VIGUEUR ET PRINCIPES DE BASE DU JEU.....	2
ARTICLE 2	ADMISSIBILITÉ.....	2
ARTICLE 3	CATÉGORIES	2
ARTICLE 4	ALIGNEMENT OFFICIEL	2
ARTICLE 5	BALLONS OFFICIELS.....	3
ARTICLE 6	ÉQUIPEMENT DU JOUEUR RÉGLEMENTAIRE.....	3
ARTICLE 7	DURÉE DES PARTIES; TEMPS MORT; PROLONGATION	3
ARTICLE 8	NOMBRE D'ESSAIS ET LIMITE DE JEU AU SOL.....	3
ARTICLE 9	POINTAGE.....	4
ARTICLE 10	DÉROULEMENT D'UNE PARTIE	4
ARTICLE 11	RÈGLES DE JEU OFFENSIVES	5
ARTICLE 12	RÈGLES DE JEU DEFENSIVES	5
ARTICLE 13	ARBITRAGE (A CONFIRMER)	5
ARTICLE 14	SURFACE DE JEU ET MATERIEL	6

ARTICLE 1 RÈGLEMENTS EN VIGUEUR ET PRINCIPES DE BASE DU JEU

- 1.1 Les règlements généraux du RSEQ-QCA sont en vigueur.
- 1.2 Les règlements de Football Québec sont en vigueur sauf les modifications incluses dans cette réglementation spécifique.
- 1.3 Les établissements membres de ligue de flag football s'engagent à respecter l'entente provinciale entre Football Québec et toutes les instances du RSEQ.
- 1.3 **Principes de base du jeu**
Les principes sont les mêmes que le football (contact).
L'attaque doit progresser à l'aide de passe vers l'avant et de course en direction de la zone des buts adverse pour tenter de marquer un touché.
La défensive doit empêcher la progression de l'attaque en "déflagant" le porteur ou en interceptant le ballon.

ARTICLE 2 ADMISSIBILITÉ

Toutes les règles en regard de l'admissibilité des règlements généraux du RSEQ-QCA sont en vigueur.

ARTICLE 3 CATÉGORIES

JUVÉNILE	Du 1 ^e octobre 2000 au 30 juin 2002
CADET (sec. 4)	Du 1 ^e octobre 2002 au 30 septembre 2004
BENJAMIN	Du 1 ^e octobre 2004 au 30 septembre 2006

ARTICLE 4 ALIGNEMENT OFFICIEL

- 4.1 **Nombre de joueurs habillés pour débiter une partie**
Les nombre minimum et maximum de joueurs habillés par partie pour toutes les catégories sont respectivement 9 et 17.
- 4.2 **Nombre de joueurs inscrits au registre S1**
Le nombre de joueurs inscrits au registre d'admissibilité (S1) de l'équipe doit être égal ou supérieur au nombre minimum de joueurs et illimité.
- 4.3 **Nombre de joueurs insuffisant pour débiter une partie**
Si le nombre minimum de joueurs pour débiter une partie n'est pas respecté, un délai de 15 minutes sera accordé pour régulariser la situation. Tout joueur ajouté pour régulariser le nombre minimum de joueur doit être préalablement inscrit dans S1.
L'équipe en faute après le délai perd automatiquement par forfait (0-7) et la partie n'est pas jouée.

ARTICLE 5 BALLONS OFFICIELS

L'équipe hôte doit fournir et faire approuver les 2 ballons de partie par l'officiel en charge. Les ballons doivent obligatoirement être en cuir ou en composite et de dimension équivalente aux ballons suivants :

- **Juvenile** : Équivalent Wilson F-2000 (grosneur 9)
- **Benjamin et cadet** : Équivalent **Wilson F-3000** ou **TDY** (Grosneur intermédiaire)

ARTICLE 6 ÉQUIPEMENT DU JOUEUR RÉGLEMENTAIRE

8.1 Protecteur buccal

Le port du protecteur buccal est obligatoire.

8.2 Rubans (Flags)

Chaque joueur doit porter 3 flags (ex. ceintures Riddell Triple Threat) positionnés de chaque côté des hanches et derrière le joueur. Les dimensions des rubans sont :

A l'extérieur du short : 2 pouces X 14 pouces

A l'intérieur du short : 2 pouces X 8 pouces

8.3 Souliers

Le port de souliers à crampons est recommandé mais non obligatoire cependant les crampons en métal sont interdits.

8.4 Chandail ou dossard et culotte

Chacun des joueurs d'une équipe doit porter un dossard ou chandail identique. La numérotation des dossards ou chandails n'est pas obligatoire. Le chandail doit être dans la culotte en tout temps. Les culotte doit être sans poche et sans cordon.

ARTICLE 7 DURÉE DES PARTIES; TEMPS MORT; PROLONGATION

13.1 Durée des parties

Une partie est composée de 2 demies de 15 minutes gérées en temps continu + 3 jeux.

13.2 Temps mort

Aucun temps mort n'est permis.

13.3 Prolongation

Aucune prolongation ne sera jouée.

ARTICLE 8 NOMBRE D'ESSAIS ET LIMITE DE JEU AU SOL

La formule à quatre (4) essais est en vigueur pour toutes les catégories où un (1) seul jeu au sol est permis.

ARTICLE 9 POINTAGE

10.1 Touché

6 points sont accordés pour un (1) touché au sol ou par la passe.

10.2 Converti

1 point est accordé pour un converti effectué de la ligne de 5 verges.

2 points sont accordés pour un converti effectué de la ligne de 10 verges.

ARTICLE 10 DÉROULEMENT D'UNE PARTIE

Un tirage au sort s'effectue au début de la partie. L'équipe qui gagne le tirage décide si elle débute avec le ballon à la 1^{ière} ou 2^e demie. L'équipe qui perd le tirage décide du côté de terrain pour le 1^{ière} demie.

Les équipes changent de côté de terrain à la demie.

Au début de chaque demie, le premier jeu offensif s'effectue à la ligne 5 vgs.

POSITIONNEMENT DU BALLON : Après tout jeu, le ballon est placé selon le positionnement des hanches et non du ballon.

PREMIER JEU: Lorsque le ballon est placé derrière la ligne de mi terrain, Pour obtenir un "premier jeu" l'offensive a 4 jeux pour franchir la ligne de mi-terrain. Si le "premier jeu" est obtenu, l'offensive a, de nouveau, 4 jeux pour se rendre dans la zone des buts.

JEU AU SOL: Seulement un seul jeu au sol (course OU option de course) est permis pour obtenir un premier jeu.

DÉGAGEMENT: Lors du 4^e jeu, l'offensive a le choix de faire un jeu offensif ou bien de dégager.

- Si l'offensive fait un jeu offensif et ne parvient pas à obtenir un "premier jeu", elle redonne le ballon à l'autre équipe à l'endroit où le jeu s'est terminé.
- Si l'offensive décide de dégager, elle redonne le ballon à l'autre équipe après les avoir repoussé de 20 vgs. (le ballon ne peut jamais être placé à l'intérieur de la ligne de 5 vgs)

TOUCHÉ DE SÛRETÉ: Il n'y a pas de touché de sûreté. Si un joueur se fait "déflager" dans sa zone des buts, il y a perte d'essai et le ballon est replacé à la ligne de 5 vgs. Aucun point n'est alloué pour ce jeu.

La position minimale pour placer le ballon est à la ligne de 5 verges.

REVIREMENT: Le seul moyen de créer un revirement est d'intercepter une passe. Il n'y pas de FUMBLE (ballon échappé) au flag football. Si le ballon est intercepté, le ballon est repris à l'endroit où le jeu se termine. Les règles de premier jeu s'applique.

ARTICLE 11 RÈGLES DE JEU OFFENSIVES

FORMATION OFFENSIVE: la formation offensive est composée de 1 centre, 1 quart-arrière, 5 receveurs ou porteurs. Le centre et 2 receveurs/porteurs doivent être alignés sur la ligne de mêlée.

RECEVEURS: Tous les joueurs offensifs sont éligibles à recevoir des passes.

PROTECTION DES FLAGS: Le joueur qui porte le ballon ne peut, en aucun temps, empêcher son adverse d'atteindre ses flags. Si le joueur offensif protège ses flags, le jeu est terminé. C'est comme s'il se faisait "déflager".

PASSAGE EN FORCE: En aucun temps, le joueur qui porte le ballon peut tenter un passage en force. Il ne peut tenter de passer à travers un joueur défensif ou bien baisser l'épaule à l'arrivée d'un joueur défensif. Lors d'un passage en force le jeu est terminé. C'est comme s'il se faisait "déflager". *** Avertissement au joueur fautif ***

ARTICLE 12 RÈGLES DE JEU DÉFENSIVES

FORMATION DÉFENSIVE: Tous les joueurs défensifs doivent s'aligner à au moins **8 verges** du ballon. Lorsque le ballon est à moins de 8 verges de la zone des buts, les joueurs défensifs peuvent s'aligner à leur ligne des buts.

"DÉFLAGAGE": Pour "déflager" un joueur, on doit enlever au minimum 1 flag sur le joueur adverse. "Déflager" un joueur équivaut au plaqué au football contact. Lorsqu'un joueur défensif a en sa possession un flag, il doit immédiatement s'immobiliser et lever le flag dans les airs.

PRESSION SUR LE QUART-ARRIÈRE:

Pour le benjamin : un (1) seul joueur peut mettre de la pression (rusher) vers le quart-arrière et il doit s'identifier avant le début du jeu soit en levant le bras ou en le disant.

Pour le cadet et le juvénile : Tous les joueurs défensifs peuvent mettre de la pression (rusher) sur le quart-arrière.

AUTRES

Si un joueur prend possession du ballon tout en ayant perdu un flag ou sa ceinture, Le jeu est terminé. C'est comme si le joueur s'est fait "déflagé".

Un joueur défensif ne peut "déflager" un joueur offensif avant qu'il soit en possession du ballon.

ARTICLE 13 ARBITRAGE (À CONFIRMER)

Tous les officiels sont assignés par l'ARAFQ pour chacune des parties. Un (1) officiel est assigné par partie.

ARTICLE 14 SURFACE DE JEU ET MATÉRIEL

15.1 Surface de jeu

Les parties se jouent sur un ½-terrain de football, d'une ligne de côté à l'autre (5 vgs à 50 vgs). La surface sera déterminée pour chacun des sites de compétition (cônes et/ou lignes de jeu existantes). 2 parties peuvent se jouer simultanément sur un terrain de football.

15.2 Matériel

Marquage des 8 verges

Une corde d'un bon diamètre d'une longueur de **8** verges permet de gérer la zone de mêlé de 8 verges.