Livre des règlements

Dernière mise à jour 09/11/26

© Flag Football Sherbrooke

Table des matières

1. Inscription 3

2. Alignement de joueurs 3

3. Horaire des parties 4

4. Équipements 4

4.1. « Flag » 5

5. Terrain 6

6. Temps de jeu 7

6.1. Temps d'arrêt 8

7. Déroulement de la partie 8

7.1. Formation offensive 9

7.2. Formation défensive 11

8. Infractions 12

8.1. Pénalités dans les cinq derniers jeux 13

9. Positionnement du ballon 14

10. Pointage 14

10.1. Classement 16

11. Précision catégorie mixte 16

12. Banc des joueurs 17

13. Règlements à l'intérieur du centre Roland-Dussault 17

14. Procédure en cas d'incident 17

14.1. Mesure disciplinaire (pénalités majeures) 18

Tableau récapitulatif des pénalités 19

1. Inscription

Chaque équipe désirant s'inscrire pour une saison doit avoir un capitaine. Ce capitaine est la personne responsable d'inscrire son équipe et de communiquer les règlements et les mises à jour de la ligue à ses coéquipiers. Avant le début d'une saison, une réunion pourrait avoir lieu avec tous les capitaines de la ligue si nécessaire. Cette rencontre permettrait de partager les informations importantes et de répondre aux questions.

L'inscription se fait via le site web www.flagfootballsherbrooke.com.

Une fois l'inscription de l'équipe complétée, aucun ajout de joueur ne sera autorisé. Toute demande particulière en lien avec la modification d'une équipe sera traitée par la ligue.

La ligue se donne le droit de veto concernant les équipes de chaque division. Ce règlement a pour but d'équilibrer les divisions.

Une fois le montant complet reçu, aucun remboursement ne sera effectué pour l'inscription d'une équipe à une saison, un tournoi ou toute autre activité de la ligue.

2. Alignement de joueurs

Chaque équipe doit comprendre un maximum de 12 joueurs. Ce nombre de joueurs a été déterminé considérant la possibilité de blessure, une inconduite de partie ou un empêchement personnel. Pour pouvoir participer aux séries éliminatoires, un joueur doit avoir joué au minimum 4 parties durant la saison régulière. Ce règlement s'applique également à vos remplaçants.

Les joueurs doivent donner leur présence et leur numéro au marqueur avant chaque partie. Il est important de respecter en tout temps le CAP de la division et le CAP de joueur et QB s'il y en a un. Dans le cas contraire, l'équipe qui dépasse ce CAP lors d'un match se verra attribuer une défaite par forfait.

La ligue se donne le droit d'ajuster la cote d'un joueur en début de saison, soit jusqu'au 4e match inclusivement. Cette règle vise à maintenir un niveau de compétition juste et stimulant dans chaque division.

Tout remplaçant doit être approuvé par la ligue avant le début de chaque partie. Il est de la responsabilité du capitaine d'aviser la ligue le plus rapidement possible. Un montant de 12$ comptant par partie est exigé pour le remplaçant en question. Si une équipe tente de

faire jouer un remplaçant sans enregistrement, qu'il fasse partie de la ligue ou non, cette équipe se verra attribuer une défaite par forfait.

La ligue se donne la possibilité de classer une équipe de la division récréative dans la division compétitive selon sa fiche des dernières saisons et l'expérience des joueurs.

Un joueur inscrit sur l'alignement d'une équipe peut agir comme remplaçant pour une autre équipe de la même division durant la saison régulière. Toutefois, lors des séries éliminatoires, un joueur peut uniquement jouer avec l'équipe sur laquelle il est officiellement inscrit. Il ne peut donc pas agir comme remplaçant pour une autre équipe de sa division.

3. Horaire des parties

Le calendrier des parties sera déterminé par la ligue et planifié selon les disponibilités des terrains. Le capitaine est responsable d'acheminer le calendrier de la saison à ses coéquipiers.

L'horaire des parties est fixe, sauf en cas de problèmes majeurs. La ligue prendra la décision de reporter ou non la partie.

Des frais de 230$ seront chargés à l'équipe qui annulera une partie prévue au calendrier. Ce montant est pour couvrir le salaire des arbitres et des marqueurs ainsi que les frais de location du terrain.

4. Équipements

Chaque joueur est vêtu de la façon suivante :

- Chandail d'équipe acheté par l'équipe et numéroté obligatoire
- Short, pantalon, cuissard sans poches et sans fermeture éclair
- Chaussures à crampons (aucun crampon métallique)
- Aucun bijou n'est permis (chaîne, montre, boucles d'oreille)

Le joueur ne pourra jouer sa partie si l'un des équipements n'est pas conforme aux règlements. De plus, la ligue n'est pas responsable de vol ou perte de biens personnels.

Tous les joueurs d'une même équipe doivent avoir un chandail identique. Un numéro distinctif est obligatoire pour chacun d'entre eux.

Tout autre équipement de protection, comme des genouillères ou un protecteur buccal, est à la discrétion du joueur.

En cas de chandail d'équipe de la même couleur ou de couleurs similaires, des dossards seront fournis à l'une des deux équipes. Si les deux équipes refusent de porter le dossard, l'arbitre prendra la décision.

La ligue peut prêter les ballons. Les prêts se feront à la table d'accueil et une pièce d'identité sera exigée.

Division masculine : Les ballons autorisés sont les suivants : F2000, NCAA ou NFL. Ils doivent être approuvés par les arbitres avant la partie.

Il y a deux poches de couleurs différentes utilisées durant la partie. L'une indique l'endroit du ballon et l'autre, la position du « rusher ».

Les feuilles de jeux peuvent être utilisées si elles sont rangées de façon sécuritaire durant le jeu. Elles ne peuvent pas être placées au sol, car un joueur pourrait mettre le pied dessus.
Les joueurs peuvent porter une casquette ou une tuque. Cependant, la palette de la casquette doit être vers l'arrière. De plus, si un joueur perd sa casquette ou sa tuque lors d'un jeu et qu'il est en possession du ballon, le joueur à la défensive peut seulement le touché avec une seule main pour mettre fin au jeu.

4.1. « Flag »

Les ceintures sont fournies par la ligue. À chaque début de partie, celles-ci sont distribuées par le marqueur à chaque joueur et elles doivent être retournées lorsque la partie est terminée. Seules les ceintures de la ligue sont autorisées.

Les ceintures se portent comme suit. Le chandail des joueurs doit être enculotté afin qu'il n'y ait aucune obstruction sur la ceinture. Nous jouerons désormais à deux flags sur chaque côté de la ceinture dans toutes les divisions. Il est de la responsabilité des joueurs de s'assurer que leur ceinture est conforme aux règlements de la ligue.

Aucune modification faite par un joueur sur la ceinture ne sera tolérée. L'arbitre avertira le joueur concerné si tel est le cas.

Aucune obstruction sur les « flags » n'est tolérée.

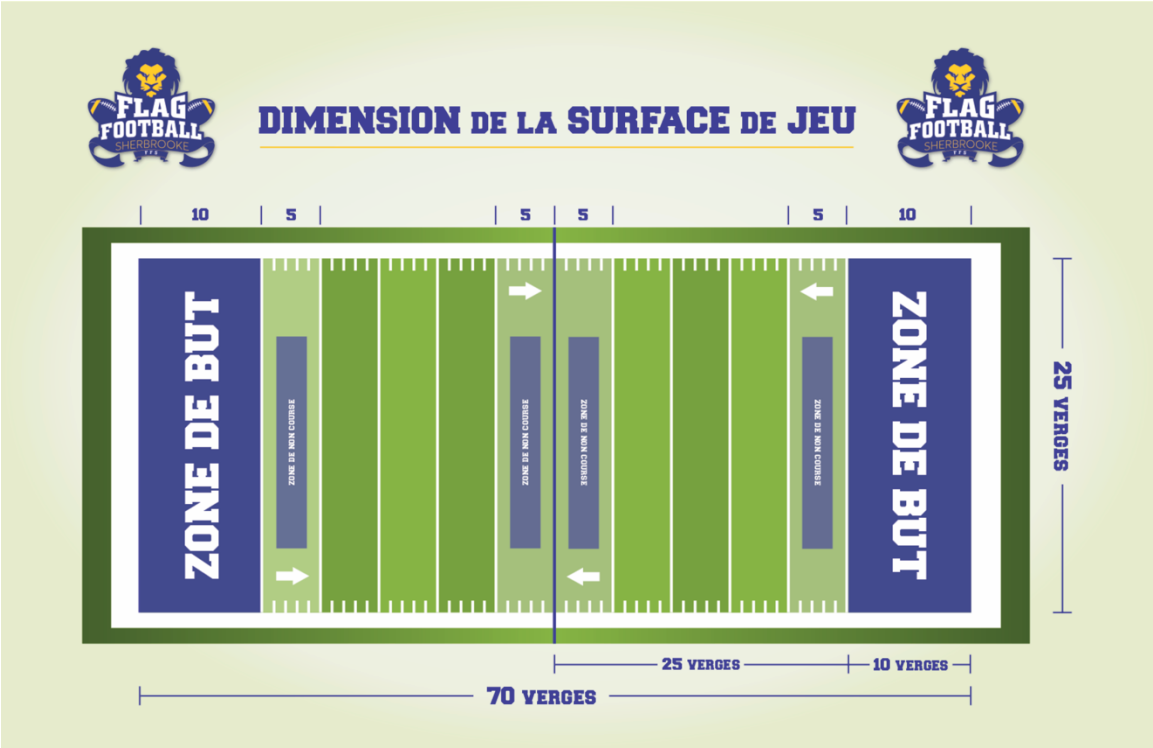
Le joueur qui enlève un « flag » à son adversaire doit lui remettre.

5. Terrain

Les dimensions d'un terrain sont les suivantes : 70 verges de longueur par 25 verges de largeur.

Les zones de touché sont de 10 verges aux extrémités du terrain. Chaque moitié de terrain est de 25 verges.

Des zones de non course sont marquées sur le terrain. Elles sont à 5 verges avant les zones de but et à 5 verges avant la moitié du terrain.



6. Temps de jeu

Après le positionnement du ballon par l'arbitre, l'équipe à l'offensive dispose de 25 secondes pour remettre le ballon en jeu. En cas contraire, une pénalité pour avoir retardé la partie sera décernée.

Saison régulière

La durée totale d'une partie est de 50 minutes. Le temps de jeu est divisé en deux demies de 20 minutes et cinq jeux supplémentaires par demie. Une pause de 2 minutes est également prévue à la mi-temps.

Le temps de la partie est en continu. Seuls un temps d'arrêt et une blessure permettent l'arrêt du temps.

Si le pointage à la fin de la partie est égal, il n'y a pas de prolongation. La partie se terminera donc nulle.

Lors des cinq derniers jeux d'une partie, si l'écart de points entre deux équipes est de 16 points ou plus, l'équipe qui tire de l'arrière peut prendre la décision de mettre fin à la partie.

Parties éliminatoires

La durée d'une partie est la même qu'en saison régulière.

En cas d'égalité à la fin d'une partie, une prolongation sera nécessaire pour déterminer le gagnant. La procédure de la prolongation est la suivante :

Chaque équipe dispose d'une possession offensive afin de marquer des points. L'arbitre en chef procèdera au tirage au sort afin de déterminer l'équipe qui aura le choix de commencer à l'attaque ou à la défense. L'équipe qui est à l'offensive commencera à la ligne du milieu et elle aura quatre jeux pour marquer des points. Si une équipe marque un touché, elle peut prendre la décision d'y aller pour un ou deux points de converti. Ce sera ensuite à l'autre équipe d'être à l'offensive. Cette procédure sera ainsi jusqu'à ce qu'il y ait un gagnant.

6.1. Temps d'arrêt

Chaque équipe dispose de deux temps d'arrêt de 30 secondes dans une partie. Lorsqu'il reste 10 secondes au temps d'arrêt, l'arbitre signale aux joueurs de se remettre en place. Le temps de jeu recommence lors de la remise du centre-arrière. Chaque équipe dispose également d'un temps d'arrêt technique afin de clarifier un règlement avec l'arbitre en chef. Aucun temps d'arrêt ne sera possible en prolongation.

Les arbitres peuvent également prendre un temps d'arrêt pour clarifier un règlement ou pour un comportement inapproprié sur le terrain. Ces temps d'arrêt ne sont pas enlevés aux équipes.

7. Déroulement de la partie

L'arbitre en chef appelle les deux capitaines pour procéder au tirage au sort. L'équipe extérieure, préalablement déterminée par la ligue, choisie « pile » ou « face ». Le gagnant du tirage au sort décidera s'il souhaite commencer avec le ballon à la première ou à la deuxième demie. L'équipe qui commence à la défense pourra ainsi être à l'attaque au début de la deuxième demie. Si les deux équipes ont un chandail de la même couleur, des dossards seront fournis par la ligue. L'arbitre procédera alors à un tirage au sort afin de savoir quelle équipe portera le dossard. L'équipe visiteur aura le choix du « pile » ou « face ». Avant leur partie, chaque équipe nommera un capitaine à l'offensive et un à la défensive. Ce seront seulement ceux-ci qui auront la permission de parler aux arbitres sur le terrain.

Séries éliminatoires : L'équipe la plus haute au classement aura le choix du "coin toss" lors des parties éliminatoires.

Si une équipe n'est pas prête à temps pour commencer la partie, le temps se mettra tout de même en marche à l'heure prévue. Chaque cinq minutes de retard accordent 6 points pour l'équipe adverse. Si l'équipe en retard ne s'est toujours pas présentée après 15 minutes, cette équipe se verra perdre 18-0. Dans le cas où les deux équipes ne sont pas présentes, elles se verront attribuer une défaite par forfait à leur fiche.

L'arbitre en chef signale les deux minutes restantes avant les cinq jeux supplémentaires, et ce, pour chaque demie. Il signale ensuite la fin de la demie ou de la partie lorsque les cinq derniers jeux sont complétés. Lors des cinq derniers jeux d'une demie, une pénalité ou un converti ne comptent pas pour un jeu.

Il est de la responsabilité des joueurs à l'attaque de rapporter le ballon au caucus à la fin de chaque jeu et de le placer à l'endroit marqué par l'arbitre.

Lorsque le jeu est arrêté, les deux équipes peuvent réaliser les changements qu'elles désirent jusqu'à la mise en jeu du ballon. En cas contraire, une pénalité de substitution illégale sera décernée.

Si le jeu est arrêté en raison d'un joueur blessé, ce dernier doit sortir pour au moins un jeu. En cas de saignement, il est nécessaire de recouvrir la blessure. Si le joueur refuse de sortir pour un jeu, son équipe se verra enlever un temps d'arrêt.

Toute action volontaire dans le but de ralentir la partie sera punie pour conduite antisportive.

Un caucus avant chaque jeu est à la discrétion de l'équipe à l'attaque.

7.1. Formation offensive

Le ballon est placé à la ligne de 5 verges pour la première possession. La partie débute au coup de sifflet de l'arbitre en chef. L'équipe à l'attaque dispose de quatre essais pour se rendre au centre du terrain et ainsi obtenir un premier essai. Une fois le premier essai obtenu, l'équipe a l'attaque dispose encore une fois de quatre essais pour marquer un touché. Si l'équipe ne parvient pas à obtenir un premier essai (à la ligne de centre) ou de marquer un touché, il y aura alors un changement de possession. L'équipe adverse reprend le ballon à sa ligne de 5 verges. En cas d'interception, l'équipe reprendra à l'endroit où le joueur se fait enlever un « flag » ou sort en touche.

Centre-arrière (CA) : Le centre-arrière est celui qui met le ballon en jeu à chaque essai. Son rôle est de faire une remise au quart-arrière et d'agir, par la suite, en tant que receveur. Le ballon doit être immobilisé avant la remise au quart-arrière. Tout mouvement du ballon avant la remise entraînera une pénalité de procédure illégale. De plus, la remise doit être faite d'un mouvement continu.
Le centre-arrière est autorisé à faire une remise directe ou « snap » latérale en un seul mouvement au quart-arrière. Cependant, le corps du centre-arrière doit être parallèle à la ligne de mêlée, donc vers l'avant, même s'il désire faire une remise sur le côté.

Quart-arrière (QA) : Le quart-arrière est celui qui reçoit la remise du centre-arrière. Il peut être près du centre-arrière pour une remise directe ou à environ 5 verges derrière. Puis, le quart-arrière lance le ballon à l'un de ses receveurs afin que l'équipe progresse sur le terrain. Le quart-arrière doit compléter sa passe avant que le joueur défensif, soit le « rusher », ne lui enlève un « flag. Les courses du quart-arrière ne sont plus permises. Seules les remises ou passes dans le champ arrière sont acceptées. Si tel est le cas, une seule course est possible par « drive ». Les zones de non-course demeurent présentes.

Sur le converti de 2 points, la course est permise.
Le quart-arrière ne peut pas se débarrasser du ballon. Il doit toujours y avoir un receveur visé. En cas contraire, une pénalité de 5 verges et une perte d'essai sera accordée.

Un changement de quart-arrière sera obligatoire après un écart de 35 points, que ces derniers soient marqués par l'offensive ou la défensive.

Lors des cinq derniers jeux, l'équipe qui mène au pointage et qui a la possession du ballon a les options suivantes pour écouler les jeux : procéder normalement ou prendre le sack du quart. Le quart-arrière n'est donc pas autorisé à se débarrasser du ballon.

Receveur (REC) : Le receveur a pour but de se démarquer, en réalisant un tracé décidé par le quart-arrière, afin d'attraper le ballon et de progresser sur le terrain.

- Hors-jeu offensif : Un hors-jeu est provoqué lorsqu'un joueur offensif dépasse la ligne d'engagement avant la remise du centre-arrière. Une pénalité de 5 verges est alors décernée.
- Les jeux truqués sont autorisés. Cependant, tous joueurs en mouvement dans le champ arrière doivent être immobiles au moins une seconde avant la remise. Dans le cas contraire, une pénalité de 5 verges sera décernée.
- Les passes vers l'avant, les passes latérales et les remises sont autorisées derrière la ligne de mêlée. L'offensive peut donc effectuer plusieurs remises ou passes légales derrière la ligne de mêlée. Une fois la ligne de mêlée franchie, aucune passe ou remise n'est autorisée.
- Un seul pied dans la surface de jeu est nécessaire pour qu'une passe soit complétée.
- Si un joueur attrape le ballon et qu'il le perd par la suite, pour que l'attrapé soit complété, le receveur doit avoir été en contrôle de celui-ci pendant au moins deux secondes.

Au début d'un essai, le quart-arrière procède à une cadence (par exemple « Ready, set, hut ») et une fois le ballon projeté vers l'arrière par le centre-arrière, les receveurs et ce dernier courent un tracé de passe. Une passe est alors complétée lorsque le ballon est attrapé par un receveur sans avoir touché au sol. Le jeu s'arrête lorsque le ballon touche au sol, lorsque le joueur en possession du ballon se fait enlever un « flag », lorsqu'il sort en touche ou lorsqu'il y a trois points d'appui.

7.2. Formation défensive

Poursuiveur (P) : Ce joueur est aligné à 7 verges du centre-arrière et cette distance est marquée au sol par une poche. De plus, le « rusher » doit être à deux verges de côté de celle-ci, à la gauche ou à la droite. Son rôle est de mettre de la pression sur le quart-arrière et de lui enlever un « flag » afin d'obtenir un sac du quart. En cas de contact sur le quart-arrière autre que sur ses « flags », une pénalité de rudesse contre le quart-arrière sera décernée. Voir section 8 « Infractions »
Aucun joueur adverse ne peut obstruer le passage du « rusher ».
Il est possible d'avoir deux poursuiveurs. Cependant, seulement le premier identifié a un passage direct vers le quart-arrière. Aucune pénalité d'interférence ne sera appelée sur le deuxième poursuiveur. Le deuxième poursuiveur doit également être à minimum 7 verges de la ligne de mêlée.

Le poursuiveur obtient un sack du quart lorsque le ballon est encore dans les mains du quart-arrière, que son bras soit en mouvement de passe ou non.

Demi-défensif (DF) et demi de sureté (DS) : Le demi-défensif a pour but de surveiller un receveur.

Un joueur défensif ne peut pas retirer le « flag » d'un joueur qui n'a pas le ballon. Si le joueur offensif se fait retirer un « flag », puis qu'il attrape ensuite le ballon, il y aura premier essai automatique et 5 verges de pénalité au point d'attrapé. Dans le cas où le joueur offensif se fait retirer le « flag », mais qu'il n'attrape pas le ballon, ce sera premier essai automatique et 5 verges de pénalité de la ligne de mêlée.

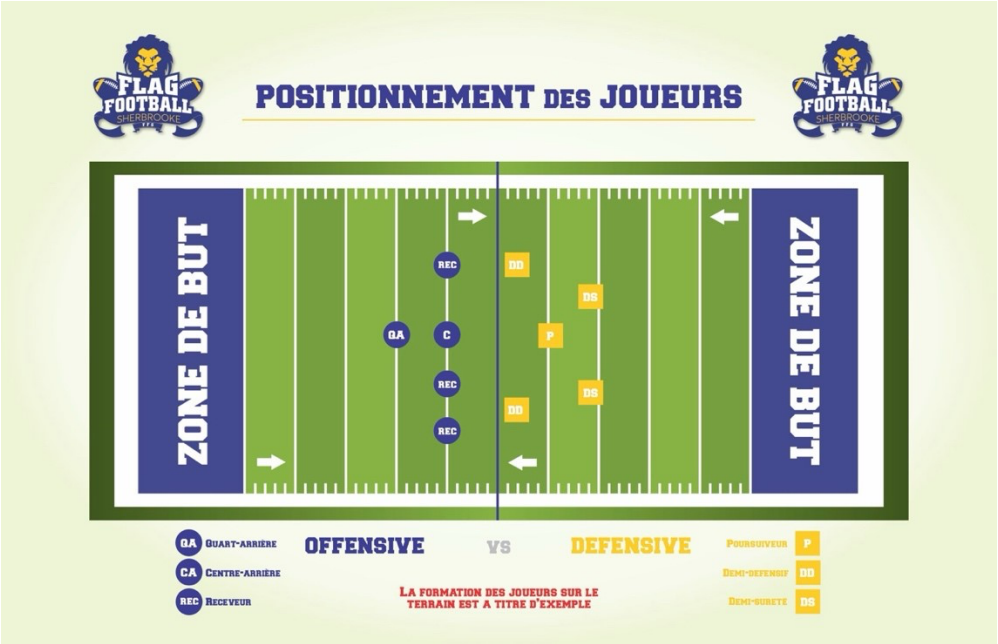
Le joueur défensif aligné devant le centre doit se trouver dans un rayon minimal de 2 verges.

Lorsque le dernier joueur défensif dans le champ arrière retient le joueur en possession du ballon (exemple retenir les shorts, le chandail ou autre), un touché sera accordé automatiquement à l'équipe offensive.

Aucun « press » n'est toléré sur le receveur de passe.

Lorsqu'un jeu truqué est effectué dans le champ arrière (ex. passe latérale ou déplacement d'un receveur vers l'arrière), tous les joueurs de la défensive sont autorisés à traverser la ligne de mêlée.

Hors-jeu défensif : Un hors-jeu est provoqué lorsqu'un joueur défensif dépasse la ligne d'engagement avant la remise du centre-arrière. Une pénalité est alors décernée.



8. Infractions

Aucun joueur, offensif ou défensif, ne peut bloquer un adversaire. L'usage de mains, de bras, d'épaules, de jambes ou de corps pour initier un contact est illégal. Une pénalité de bloc illégal sera alors décernée au joueur ayant tenté un bloc.

Contact du rusher avec le quart-arrière (QB)

Afin d'assurer la sécurité des joueurs, les mesures suivantes s'appliquent lorsqu'un rusher provoque un contact avec le quart-arrière (QB).

1. Contact au niveau des hanches ou plus bas

- Lorsqu'un rusher provoque un contact avec le quart-arrière lors d'une tentative de « déflagage » au niveau des hanches ou plus bas, une pénalité est décernée et un avertissement est donné au rusher.
- Si ce même joueur commet une deuxième infraction similaire durant le même match, une nouvelle pénalité est décernée et il perd le droit d'agir comme rusher pour le reste de la rencontre.

2. Contact au-dessus des hanches

- Tout contact provoqué par le rusher avec une partie du corps du quart-arrière située au-dessus des hanches entraîne automatiquement une pénalité et la perte du droit d'agir comme rusher pour le reste du match.
- Cette mesure s'applique **que le contact soit intentionnel ou accidentel**, et ce, dès la première infraction.

Application : Le joueur concerné peut poursuivre le match à une autre position, mais ne peut plus agir comme rusher lorsque cette restriction lui est imposée.

Lorsque la personne en possession du ballon court, ses coéquipiers ne peuvent bloquer ou faire un écran volontairement aux adversaires qui tentent d'enlever un « flag ». Une pénalité de bloc illégal sera alors décernée.

Aucun saut, plongeon ou glissade au sol volontaire n'est autorisé. Contrairement au football américain, il est interdit de sauter pour entrer dans la zone de but. Le touché est accordé lorsque le corps du joueur, et non le ballon, entre dans cette zone. Ceci est pour assurer la sécurité des joueurs. Seule la personne qui tente d'attraper une passe a le droit de sauter.

Le joueur défensif ne peut pousser volontairement à l'extérieur du terrain le porteur du ballon au lieu de lui enlever un « flag ». Ceci est pour assurer la sécurité des joueurs. Une pénalité de rudesse sera alors décernée dans cette situation.

8.1. Pénalités dans les cinq derniers jeux

- Si une infraction survient lors des cinq derniers jeux, l'équipe non fautive peut choisir entre :
  - Option 1 : Accepter la pénalité depuis la ligne de mêlée et reprendre l'essai avec le même nombre de jeux restants, ou
  - Option 2 : Refuser la pénalité et accepter le résultat du jeu tel qu'il s'est déroulé.

- Pour les pénalités qui accordent automatiquement un 1er essai lors des cinq derniers jeux (ex. : interférence, rudesse, arrêt illégal), deux options sont possibles :
  - Option 1 : Appliquer la pénalité à partir de la ligne de mêlée tout en conservant le nombre de jeux restants, ou

- Option 2 : Appliquer la pénalité à la fin du jeu (ballon tenu au point mort) et poursuivre avec le nombre de jeux restants.
Dans les deux cas, un 1er essai est accordé.

- Lors du tout dernier jeu, si une pénalité est acceptée, un jeu supplémentaire doit obligatoirement être accordé.

- Lors d'une rudesse ou d'un antisportif sur un touché, la pénalité est appliquée sur le converti. Une équipe peut tenter le converti de deux points à la ligne de 5.

- Lors d'une rudesse ou d'un antisportif contre l'attaque après un touché, la pénalité est appliquée sur le converti de la manière suivante :
- Si l'équipe choisit le converti de **1 point**, il sera joué à **15 verges** au lieu de 5 verges.
- Si elle choisit le converti de **2 points**, il sera joué à **20 verges** au lieu de 10 verges.
Il ne sera pas possible d'effectuer une tentative "onside kick" dans ce cas.

9. Positionnement du ballon

Le jeu est arrêté lorsque le porteur du ballon se fait enlever ses « flags » par un joueur adversaire ou lorsqu'il sort en touche par lui-même. Le jeu reprend au dernier point mort.

Lorsque le centre-arrière fait sa remise et que le quart-arrière n'attrape pas le ballon, le jeu est terminé dès que le ballon touche au sol. Il y a alors une perte d'essai et le jeu reprend à l'endroit où le ballon est tombé. Si le « fumble » est commis dans sa propre zone de but, il y a alors un touché de sureté accordé à l'équipe défensive. Cette dernière reprend alors possession du ballon à sa ligne de 5.

10. Pointage

Un touché vaut pour 6 points.

Conditions d'admissibilité au converti (divisions mixtes) – entre en vigueur à la saison Hiver 2027

Pour être admissible à une tentative de transformation après un touché, l'équipe offensive doit avoir réalisé au moins une des actions suivantes durant sa possession offensive :
- Une passe complétée impliquant une joueuse, à titre de passeuse ou de receveuse.

- Une course effectuée par une joueuse avec le ballon, lui permettant de gagner du terrain.

Une passe dirigée vers une joueuse, mais non complétée, ne constitue pas une participation admissible.
Une remise du ballon à une joueuse sans gain de terrain ne constitue pas une course admissible.
Si aucune participation admissible n'a été réalisée durant la possession, le touché demeure valide pour 6 points, sans accès aux options de converti (1 point, 2 points, onside kick).
La règle accordant 8 points pour un touché impliquant une joueuse demeure en vigueur.

Situations particulières – Interceptions :

- Cette règle s'applique également aux possessions offensives débutant à la suite d'une interception, **à l'exception de la situation suivante :**

  - **Exception :** Lorsqu'une interception permet à l'équipe de reprendre possession du ballon au-delà de la ligne du milieu du terrain, avec quatre essais pour marquer un touché, l'équipe est automatiquement admissible à une tentative de transformation, même sans participation offensive d'une joueuse.

  Cette exception vise à ne pas pénaliser une équipe ayant réalisé un jeu défensif important lui permettant de se retrouver directement en territoire adverse.
- Si l'interception entraîne une reprise de possession avant la ligne du milieu du terrain, les conditions habituelles d'admissibilité à la transformation demeurent en vigueur.
- Une interception réalisée par une joueuse ne constitue pas, à elle seule, une participation offensive admissible.

Application : Cette règle s'applique uniquement aux divisions mixtes et pourra être réévaluée ou modifiée à la suite de sa période d'essai.

Après un touché, l'équipe offensive dispose de **trois options** pour le converti :

1. **Converti de 1 point** : départ à la ligne de 5 verges, un seul jeu pour atteindre la zone des buts. Aucune course n'est autorisée lors du converti de 5 verges.
2. **Converti de 2 points** : départ à la ligne de 10 verges, un seul jeu pour atteindre la zone des buts.
3. **Onside Kick** (nouvelle option qui peut être utilisée deux fois durant la partie par chacune des équipes) *Application seulement à l'équipe qui tire de l'arrière, peu importe l'écart de points :

- L’équipe doit utiliser un **temps mort** (elle doit donc avoir au moins un temps d’arrêt en banque)**.**
- Le jeu reprend à sa **ligne de 5 verges**.
- L’équipe dispose d’**un seul essai** pour franchir 20 verges, soit jusqu’à la **ligne du milieu de terrain**.
- Si l’équipe réussit, elle **conserve la possession du ballon** et débute sa série offensive à partir de l’endroit où le joueur a été arrêté. S’il y a un touché, il compte pour 6 points (ou 8 points avec une fille).
- S’il y a interception sur la tentative « onside kick », l’équipe reprend au point « ballon mort ».
- S’il y a une infraction contre la défensive, l’équipe à l’offensive reprendra sa tentative « onside kick » là où la pénalité a été décernée.

Ces trois options ne comptent pas comme un jeu durant les 5 derniers jeux du match.

L’équipe qui intercepte lors d’un converti peut retourner le ballon dans sa zone de but et permettre à son équipe de marquer 2 points.

Un touché de sureté vaut pour 2 points. Le touché de sureté est provoqué lorsque le joueur en possession du ballon échappe le ballon ou se fait enlever un « flag » dans sa zone de but.

Un touché lors d’une interception vaut également pour 6 points.

10.1. Classement

Une victoire : 2 points
Une partie nulle : 1 point Une
défaite : 0 point

11. Précision catégorie mixte

Il est nécessaire d’avoir un minimum de 2 filles sur le terrain par équipe en tout temps. S’il y a moins de deux filles sur le terrain, il y aura automatiquement une défaite par forfait 18-0.

Lorsqu’une fille est impliquée dans un touché (quart-arrière ou receveur), elle permet à son équipe de marquer 8 points au lieu de 6.

12. Banc des joueurs

Chaque équipe se trouve à une extrémité du terrain déterminée par les arbitres. Il est demandé que les joueurs qui ne sont pas en action restent dans leur zone et ne dérangent pas le travail des arbitres.

Tous comportements antisportifs sur le banc seront punis par l'arbitre allant jusqu'à l'inconduite de partie, au même titre que les joueurs sur le terrain.

Les objets personnels des joueurs doivent se trouver préférablement dans le vestiaire ou collés au rideau bleu afin de laisser le corridor libre aux arbitres.

13. Règlements à l'intérieur du centre Roland-Dussault

-Aucune consommation de boisson alcoolisée ou de drogue ne sera tolérée avant et après une partie. Si tel est le cas, une expulsion directe de l'équipe sans remboursement sera effectuée.
-Terrains et vestiaires : Aucun crachat sur le terrain n'est toléré. Si tel est le cas, l'arbitre peut aller jusqu'à expulser un joueur. Les spectateurs n'ont pas accès aux terrains. Ils doivent se diriger directement sur la passerelle du 2e étage. Personne ne peut rester dans le corridor des vestiaires. Les utilisateurs doivent utiliser les vestiaires qui sont à leur disposition. Aucun changement de vêtements ne sera toléré sur le terrain. Les gens qui se présentent avec leurs espadrilles dans les pieds et qui proviennent de l'extérieur en temps hivernal se verront refuser l'accès aux terrains.
-La ligue exige le même respect pour tout le personnel du centre Roland-Dussault et celui de la ligue Flag Football Sherbrooke. En cas contraire, cette personne se verra expulser des lieux.
-La ligue et le centre Roland-Dussault ne sont pas responsables des pertes et des vols de tous biens personnels.

14. Procédure en cas d'incident

Si un incident ou une situation problématique survient lors d'une soirée de parties et que la ou les personnes concernées souhaitent le déclarer à la ligue, voici la procédure à suivre.

1. Envoyez un courriel à info@flagfootballsherbrooke.com en résumant l'événement. Partagez vos coordonnées afin de planifier un appel téléphonique avec les responsables de la ligue.

2. La ligue planifiera ensuite un appel téléphonique avec les autres personnes concernées par la situation afin d'avoir le point de vue de chacun.
3. La ligue partagera la décision et/ou les mesures prises dans un délai de 48h aux joueurs, aux capitaines et aux gens concernés.

*Veuillez noter qu'une suspension peut être imposée à un joueur et que la durée de la suspension sera déterminée selon la gravité de l'événement.

14.1. Mesure disciplinaire (pénalités majeures)

3 rudesses OU 3 conduites antisportives en saison régulière = 1 match de suspension 2 rudesses OU 2 conduites antisportives OU 1 rudesse + 1 conduite antisportive dans un même match = suspendu pour le reste du match + suspension le match suivant

Tableau récapitulatif des pénalités

Pénalités de 5 verges	
Pénalités	Endroits d'application
Débarrasser du ballon **(+ Perte d'essai)**	Point d'infraction
Hors-jeu	Ligne de mêlée
Procédure illégale	Ligne de mêlée
Trop de joueurs sur le terrain	Ligne de mêlée
« Blitz » illégal	Ligne de mêlée
Retarder la partie	Ligne de mêlée
Passe arrière ou avant illégale **(+ Perte d'essai)**	Point d'infraction
Bloc, écran, obstruction, contact	Point d'infraction
Saut, plongeon, extention du bras	Point d'infraction
Protection des « flags »	Point d'infraction
Retrait prématuré des « flags » **(+ 1er essai automatique)**	Du point d'attrapé si attrapé Ligne de mêlée si le ballon est échappé
Demande de temps d'arrêt (temps d'arrêt épuisé)	Ligne de mêlée
Équipement illégal (-1 temps mort ou 5 verges si épuisé)	Ligne de mêlée
Lancer les « flags »	Ligne de mêlée
Obstruction sur le « rusher »	Ligne de mêlée
Course illégale **(+ Perte d'essai)**	Ligne de mêlée
Retenu **(+ 1er essai automatique)**	Point d'infraction
Pénalités de 10 verges	
Conduite antisportive (narguer adversaire, parler à l'arbitre) *Plus de deux pénalités conduite antisportive : expulsion du match	Ligne de mêlée
Contact illégal sur le receveur ou sur le passeur **(1er essai automatique)**	Ligne de mêlée
Interférence offensive **(+ Perte d'essai)**	Ligne de mêlée
Interférence défensive **(+1er essai automatique)**	Ligne de mêlée
Pénalités 15 verges	
Rudesse défensive **(+ 1er essai automatique)**	Ligne de mêlée (sur QB) Point d'infraction (tout autre joueur)
Rudesse offensive (**perte d'essai)**	Point d'infraction
Perte d'un temps d'arrêt	
Blessé qui refuse de sortir du terrain	Ligne de mêlée

*Personne n'est autorisé à parler à l'arbitre sauf le capitaine de l'équipe ou le remplaçant identifié en début de partie.
*Tout comportement mettant la sécurité d'un joueur, d'un membre du personnel ou d'une personne responsable est sujet à une rencontre par la ligue et peut mener à l'expulsion du joueur en question.
*Chaque équipe est responsable de ses partisans. Les mêmes règlements de la ligue et du centre Roland-Dussault s'appliquent envers ceux-ci.

Dans ce document, le genre masculin est utilisé comme générique dans le seul but d'alléger le texte.

Les règlements sont inspirés de la ligue canadienne de Flag Football et de la Fédération Internationale de Football Américain.