



FOOTBALL SANS CONTACT

La sensation et la stratégie du football professionnel contacts en moins

Le football «SANS CONTACT» est un nouveau concept. Une adaptation du véritable football. Il se joue d'une manière *nouvelle et spectaculaire* par son rapprochement avec le football véritable. Le «Football sans contact» est le football qui se rapproche le plus du football de la NFL tout en **ÉLIMINANT LE RISQUE DE BLESSURE**, point essentiel au but de ce concept sans contact. Les règlements ont été modifiés afin d'augmenter les qualités techniques et stratégiques du jeu et de donner aux joueurs une vision globale de ce sport. Le football est un jeu qui demande autant d'habiletés physiques que d'intelligence et de stratégie. Il est par conséquent évident que pour profiter pleinement de la pratique de ce sport, il faut raffiner la façon de le jouer; il est donc centré sur la stratégie d'équipe et non seulement sur la performance physique des joueurs. Cette nouvelle version du football peut aussi se jouer mixte et autant à l'intérieur qu'à l'extérieur. Durée des matchs 2h30

Vivez l'intensité du football de la N F L

- 6 joueurs par équipe sur le terrain
 - Rotation du quart arrière (et des positions)
 - Défensive «full rush» à 3 verges du ballon
 - 4 essais pour franchir le terrain
 - Aucun contact toléré
 - Botté d'envoi et de dégagement
 - Arrêt de jeu si le ballon ou le porteur touche le sol
 - Mouvements illimités derrière la ligne de mêlée offensive ou défensive
 - Défensive : zone ou homme pour homme
 - Transformation 1 ou 2 points
- Audible: offensive et défensive

Pour une clinique ou autres informations contactez :

Marcel Petit Tél.: 845-0905



RÈGLEMENTS DU FOOTBALL SANS CONTACT

Les règlements de base sont ceux en vigueur dans la NFL. Cependant, afin de limiter les blessures et favoriser un saint esprit de compétition, les règles suivantes s'appliquent:

DÉROULEMENT DU JEU

1. La partie est divisée en deux demies de 1h00 ou 1h30 heure chacune et chaque demie est composée de deux quarts de 30 ou 45 minutes. Une pause de 10 minutes est accordée entre les deux demies.
2. Un tirage au sort détermine la possession du ballon au début de la partie.
3. Chaque équipe évolue sur le terrain avec 6 joueurs à la fois (Droit à 9 joueurs par équipe mais 6 seulement sur le terrain).
4. L'équipe qui a possession du ballon a 4 essais pour franchir le terrain et atteindre la zone des buts.
5. L'attaque a 1 minute entre chaque essai pour mettre le ballon en jeu. L'arbitre siffle à 45 secondes. Il reste alors 15 secondes pour mettre le ballon en jeu. Si le ballon n'est pas en jeu après ce temps il y a automatiquement perte d'essai.
6. Un essai se termine lorsque:
 - a- le porteur du ballon perd un flag (accidentellement ou non)
 - b- le porteur du ballon sort en touche
 - c- le porteur du ballon échappe le ballon par terre (le jeu recommence à l'endroit où est tombé le ballon)
 - d- le porteur du ballon met un genou au sol
 - e- une passe avant incomplète
7. Chaque jeu débute par une remise du centre au quart-arrière, si le ballon touche le sol lors de la remise du centre au quart-arrière, le jeu est considéré comme une passe incomplète.
8. Un minimum de 3 joueurs (de l'équipe offensive) doivent être sur la ligne de mêlée lors de la remise au centre au quart-arrière. Aucune restriction ne s'applique à la défensive.
9. La ligne de mêlée est identifiée par l'endroit où est déposé le ballon.
10. À l'exception du centre, tous les joueurs peuvent être en déplacement.
11. Sur un jeu au sol, tous les joueurs à l'exception du centre, peuvent transporter le ballon.
12. Sur un jeu aérien, tous les joueurs sont admissibles à recevoir le ballon.
13. L'équipe défensive doit être située à un minimum de 3 verges de la ligne de mêlée lors de la remise du centre au quart-arrière.

14. BOTTÉ DE DÉGAGEMENT

- a. Au 4^e essai il est possible pour l'offensive de faire un botté de dégagement pour reculer l'autre équipe lors d'un changement de possession, le quart-arrière fait le botté ou le remet à un autre qui peut faire le botté.
- b. La défensive ne peut bloquer un botté de dégagement. Cependant il est possible pour la défensive d'annuler un botté de dégagement en enlevant le flag du botteur avant que celui-ci ait effectué son botté.
- c. Sur un botté de dégagement, si le ballon est touché puis retombe au sol le jeu est arrêté et recommence ou le ballon a été touché. Si le ballon s'arrête au sol il doit y avoir 5 verges de protection afin de permettre à l'équipe qui reçoit de ramasser le ballon et de tenter son retour de botté de 15 vgs (maximum).
- d. Le retour d'un botté de dégagement est limité à un maximum de 15 verges.
- e. Si le botté d'envoi sort en touche, après avoir touché le sol, à l'intérieur du terrain, l'équipe qui reçoit le botté, commence sa série où à l'endroit où est sorti le ballon. Si le ballon sort du terrain sans avoir préalablement touché l'intérieur du terrain l'équipe qui reçoit reprend le ballon à sa ligne de 25vgs près du centre du terrain.

15. RÈGLEMENTS SUR LES CONTACTS ENTRE DEUX PERSONNES

- a. Le porteur du ballon a la responsabilité d'éviter le contact avec le joueur adverse.
- b. Lors d'une situation de réception de passe, le joueur défensif a la responsabilité d'éviter le contact.
- c. Dans l'éventualité d'une interception, le joueur offensif ne peut venir faire obstruction au joueur défensif. Dans un tel cas, l'essai est considéré comme joué et l'offensive perd un essai.
- d. Si un joueur fonce vers un autre pour entrer dans les buts ou plonge vers un joueur qui se déplace pour ne pas être frappé le touché est annulé et il y a perte d'essai comme lors d'une punition pour contact.

16. ALIGNEMENT DES ÉQUIPES

- a. Chaque équipe doit présenter un minimum de 6 joueurs et un maximum de 8 joueurs pour chaque partie.
- b. Chaque équipe doit nommer un capitaine et un capitaine-adjoint.
- c. Un minimum de 5 joueurs et un maximum de 8 joueurs par équipe dont 6 seulement peuvent évoluer sur le terrain en même temps, en respectant la rotation des positions.
- d. Chaque substitution de joueur doit se faire par l'équipe qui a possession du ballon avant son 1^{er} essai. Le joueur qui entre sur le terrain devient quart-arrière.
- e. Au début de chaque série de 4 essai chaque joueur de l'équipe à l'attaqué doit alterner de position.

17. POSITIONS DES JOUEURS

Positions à l'attaque	Positions à la défense
1- Quart-arrière	R=Rusher
2- Demi-arrière	C=Corner (1)
3- Centre arrière	C=Corner (2)
4- Ailier espacé à droite	DB= Defensive Back (1)
5- Ailier espacé à gauche	DB= Defensive Back (2)
6- Centre	S= Safety

- a. Avant le début de la rencontre, le capitaine de chaque équipe doit remplir sa feuille d'alignement avec les noms des joueurs et leurs positions de départ.
- b. Tous les joueurs d'une même équipe doivent porter un chandail de la même couleur avec un numéro dans le dos si possible.
- c. Deux équipes qui s'affrontent ne peuvent porter la même couleur de chandails.
- d. Chaque joueur doit porter une ceinture à flag ainsi que 2 flags soit un de chaque côté du corps. Les pantalons à poches sont interdits.

18. POINTAGE

Touché:	6 pts
Transformation simple:	1 pt (passe ou course à 5 vgs de la zone des buts)
Transformation double:	2 pts (passe ou course à 15 vgs des buts)
Touché de sûreté:	2 pts

19. PROCÉDURE POUR LE TOUCHÉ DE SURETÉ

- Un touché de sûreté a lieu lorsque le porteur du ballon se fait retirer son flag dans la zone de but. Les points sont accordés à la défensive.
- L'équipe qui donne les points doit effectuer le botté d'envoi pour remettre le ballon en jeu.
- Si 2 touchés de sûreté ont lieu consécutivement, alors l'équipe qui donne les points donne possession du ballon au 25 du terrain à l'autre équipe.

20. BOTTÉ D'ENVOI

- Au début de chaque demie ainsi qu'après chaque touché, le ballon est remis en jeu à l'aide d'un botté d'envoi effectué de la ligne de 25 verges de l'équipe qui effectue le botté.
- Si le botté d'envoi sort en touche, après avoir touché le sol, à l'intérieur du terrain, l'équipe qui reçoit le botté, commence sa série à l'endroit où est sorti le ballon.
- Si le ballon sort du terrain sans avoir préalablement touché l'intérieur du terrain l'équipe en réception reprend le ballon à sa ligne de 25 près du centre du terrain.
- Si le ballon est touché puis retombe au sol, le jeu est arrêté et recommence où le ballon a été touché.
- Un retour maximum de 30 verges est accordé par botté d'envoi.
- Pour être valide un botté d'envoi doit franchir au minimum 10 verges.
- La première équipe qui touche au ballon sur le botté d'envoi prend possession de celui-ci.
- Si le botté d'envoi ne franchit pas les 10 verges nécessaires, l'équipe qui reçoit reprend le ballon au centre du terrain.

21. RÔLE DE L'OFFICIEL

- Signaler la fin d'un essai (sifflet)
- Indiquer l'endroit où commence le prochain essai
- Chronométrer la partie
- Voir au respect du 45 secondes pour mettre le ballon au jeu
- Signale les pénalités et les appliqués (mouchoir)
- Voir au bon fonctionnement de la partie

21. Les PUNITIONS

Les punitions doivent être pensées par perte ou gain d'essai, au lieu de gain ou de perte de terrain. La perte d'essai peut aussi engendrer la perte de possession du ballon.

OFFENSIVE PUNIE :

L'essai est valide, le gain est annulé et il y a perte d'un ou deux essai.

DÉFENSIVE PUNIE :

Le gain offensif est bon et il y a gain d'un ou deux essai supplémentaire.

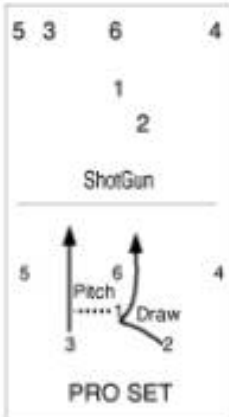
LISTE DES PUNITIONS

Trop de temps à mettre le ballon en jeu	Perte d'essai
Hors-jeu	Perte d'essai
Mise en jeu illégale	Perte d'essai
Joueur de trop	1 Essai
Mauvaise rotation du quart	1 Essai
Cacher ou protéger le drapeau	1 Essai
Passe au-delà de la ligne de mêlée	Passe incomplète + Perte d'essai
Passe : contact accidentel (offensive punie)	Passe incomplète + Perte d'essai
Passe : contact accidentel (défensive punie)	Passe complétée + Reprise d'essai
Retenir ou obstruction	2 Essais
Obstruction accidentel ou non	2 Essais
Contact VOLONTAIRE (jeu téméraire)	3 Essais
Contact VOLONTAIRE-RUDESSE ballon à 10 vgs des buts	(expulsion de la partie) + Perte ou prise possession du
RUDESSE EXCESSIVE	expulsion + 5 parties / Perte de partie
Conduite Anti-Sportive	expulsion + 5 parties / Perte de partie
Bagarre	Expulsion de la ligue + Suspension du club
Tentative de blessure	Expulsion du club de la ligue

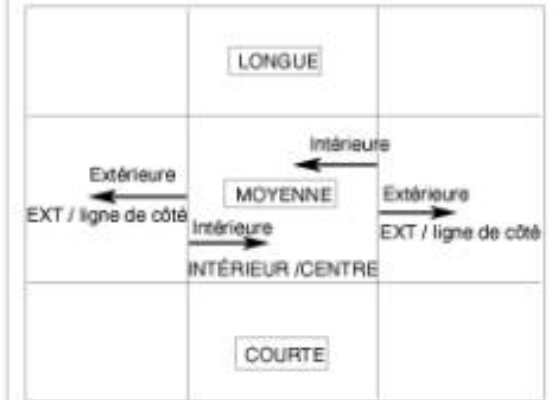
Formations de base - NIVEAU primaire

«MINI-FOOTBALL»

OFFENSIVE



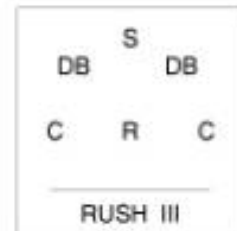
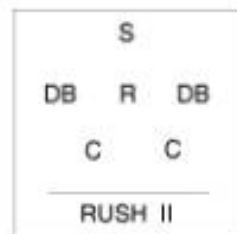
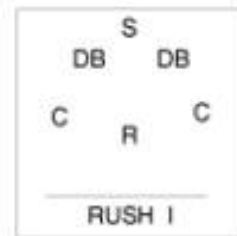
ZONES DÉFENSIVES



Tracés Passes

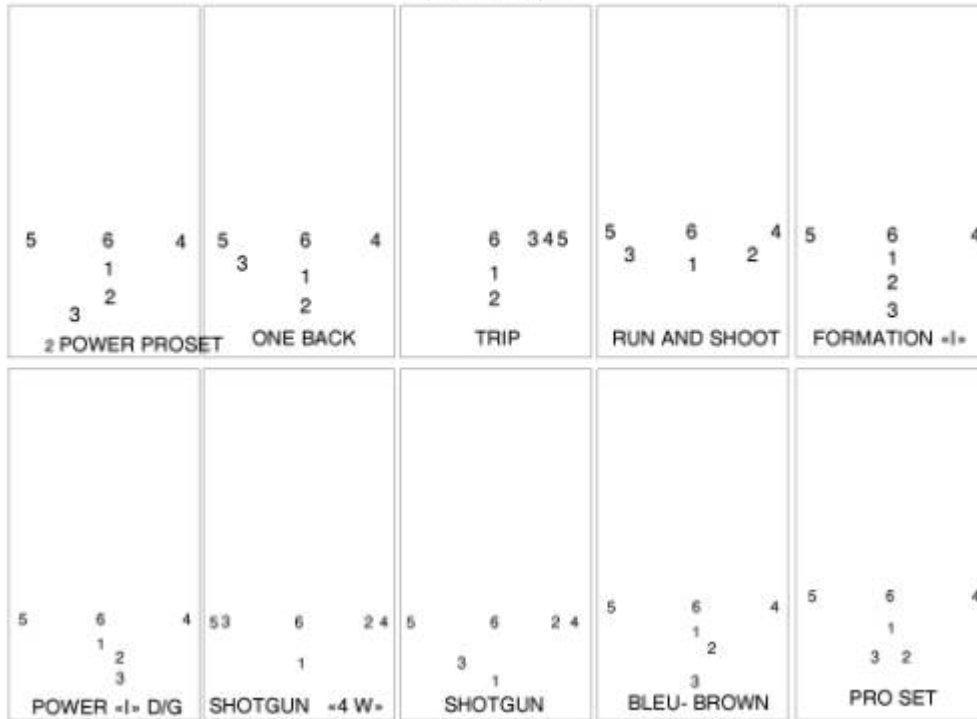


DÉFENSIVE



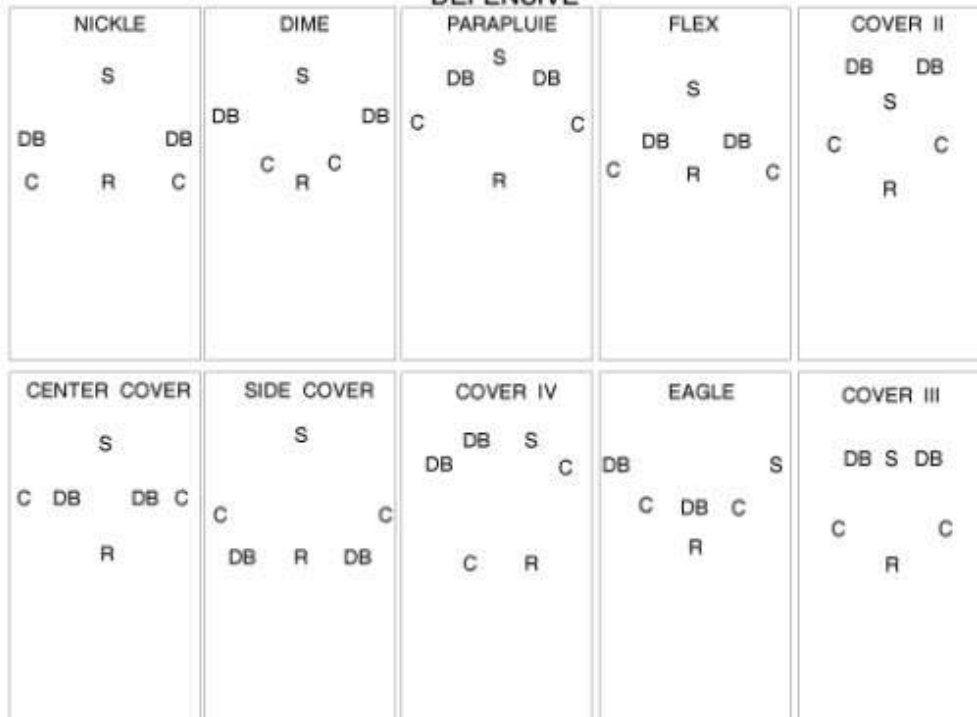
Formations avancées «OFFENSIVE»

OFFENSIVE



Formations avancées «DÉFENSIVE»

DÉFENSIVE



Formations suggérées

OFFENSIVE VS DÉFENSIVE

<p>NICKLE</p> <p>S</p> <p>DB DB</p> <p>C R C</p> <p>5 6 4</p> <p>1 2</p> <p>3</p> <p>POWER PROSET</p>	<p>DIME</p> <p>S</p> <p>DB DB</p> <p>C R C</p> <p>5 6 4</p> <p>3 1 2</p> <p>ONE BACK</p>	<p>PARAPLUIE</p> <p>S</p> <p>DB DB</p> <p>C C</p> <p>R</p> <p>6 3 4 5</p> <p>1 2</p> <p>TRIP</p>	<p>FLEX</p> <p>S</p> <p>DB DB</p> <p>C R C</p> <p>5 6 4</p> <p>3 1 2</p> <p>RUN AND SHOOT</p>	<p>COVER II</p> <p>DB DB</p> <p>S</p> <p>C C</p> <p>R</p> <p>5 6 4</p> <p>1 2 3</p> <p>FORMATION «I»</p>
<p>CENTER COVER</p> <p>S</p> <p>C DB DB C</p> <p>R</p> <p>5 6 4</p> <p>1 2 3</p> <p>POWER «I» DIG</p>	<p>SIDE COVER</p> <p>S</p> <p>C C</p> <p>DB R DB</p> <p>5 3 6 2 4</p> <p>1</p> <p>SHOTGUN «4 W»</p>	<p>COVER IV</p> <p>DB S C</p> <p>DB C</p> <p>C R</p> <p>5 6 2 4</p> <p>3 1</p> <p>SHOTGUN</p>	<p>EAGLE</p> <p>DB S</p> <p>C DB C</p> <p>R</p> <p>5 6 4</p> <p>1 2 3</p> <p>BLEU- BROWN</p>	<p>COVER III</p> <p>DB S DB</p> <p>C C</p> <p>R</p> <p>5 6 4</p> <p>1 3 2</p> <p>PRO SET</p>

Types de tracés de passe

