



Version VI du 1<sup>er</sup> janvier 2020

**Objet** : Le présent règlement a pour but de régler l'organisation d'un match de football américain flag pour les arbitres, joueurs et club

**Art. 1 Déroulement :**

- a. Les capitaines de chaque équipe s'avancent au centre du terrain
- b. Un lancer de monnaie détermine la possession du ballon. Le gagnant à le choix entre la possession du ballon ou le côté du terrain qu'il désire défendre
- c. Les rôles et les côtés de terrain changent à la seconde mi-temps (après les premières 20 minutes)
- d. Il n'existe pas de kick-off
- e. L'équipe attaquante prend possession du ballon à ses 5 yards et a 4 *play* pour traverser le milieu du terrain. Une fois que l'équipe passe le milieu du terrain, elle a de nouveau 4 *play* pour marquer un *touchdown*. Après avoir marqué, l'attaque a le choix entre essayer de mettre 1 *extra point* à partir des 5 yards adverse sans course ou 2 *extra points* à partir de la 12 yards adverse. Si l'attaque échoue, le ballon change de possession et la nouvelle équipe attaquante revient sur ses 5 yards.
- f. Le *first down* est automatiquement accordé à l'attaque en cas de faute défensive mentionnée.
- g. Tous les changements de possession du ballon commencent à ses propres 5 yards, excepté suite à une interception.

**Art. 2 Nombre, sexe, et âge des joueurs :**

- a. Une équipe officielle ne peut être constituée de plus de 20 joueurs (5 sur le terrain et 15 remplaçants).
- b. L'équipe peut jouer avec un minimum de 4 joueurs sur le terrain (suite à une blessure). Les matchs de la même journée pourront aussi être joués à 4.
- c. Les équipes des catégories poussin et junior peuvent jouer à 4 joueurs.
- d. Si moins, elle perd le jeu par forfait.
- e. Le sexe du joueur ne fait aucune différence sur le terrain et dans ce règlement.
- f. L'âge des joueurs doit correspondre à sa catégorie de jeu.
- g. Se référer au règlement RDTF001 – Règlement technique flag général.
- h. Un joueur d'une catégorie inférieure peut jouer un match/une saison avec une équipe d'une autre catégorie grâce à l'accord de son représentant légal. L'inverse est interdit. Se référer au règlement RDTF001 – Règlement technique flag général.



### **Art. 3 Temps du jeu :**

- a. Le jeu dure 40 minutes (2 mi-temps de 20 minutes chacune). Chronométré par le **juge de champ**.
- b. Le chronomètre s'écoule normalement, excepté les 2 dernières minutes de chaque mi-temps, appelées « temps officiel »
- c. Le temps officiel ne s'arrête pas après chaque *play*.
- d. **Le chronomètre s'arrête, dans les deux dernières minutes lorsque :**
  - a. Un first down est accordé, suite à un changement de possession.
  - b. Une pénalité est observée.
  - c. Quand la balle ou le coureur sort du terrain.
  - d. Quand le ballon, lors d'une passe incomplète, touche le sol.
  - e. Quand le ballon, lors d'un fumble, touche le sol.
  - f. Quand une équipe marque.
  - g. Quand un temps-mort est accordé.
  - h. Lors d'une transformation.

### **Le chronomètre redémarre au snap.**

- e. Cela permet aux joueurs d'apprendre à gérer le temps de jeu comme au football.
- f. Les arbitres peuvent arrêter le chronomètre à leur discrétion.
- g. Chaque équipe a 2 temps mort de 45 secondes par mi-temps. Ils ne peuvent pas les cumuler d'une mi-temps à l'autre.
- h. Les temps morts peuvent être demandés par le capitaine ou le coach principal.
- i. Le chronomètre s'arrête pendant la durée d'un temps mort.
- j. Le chronomètre s'arrête pour avertir les 2 dernières minutes de jeu de chaque mi-temps, ce n'est pas un temps mort.
- k. La période entre les mi-temps est de 5 minutes

### **Art. 4 Ballon mort :**

- a. L'échange de joueurs peut se faire seulement quand le ballon est mort.
- b. Le jeu est mort lorsque :
  - i. Un arbitre a sifflé
  - ii. Le porteur du ballon s'est fait arracher son *flag* ou sorti des limites du terrain (pied sur la ligne)
  - iii. Quelqu'un a marqué (mis des points)
  - iv. Une partie du corps du porteur du ballon, autre que ses pieds ou ses mains, a touché le sol
  - v. Lorsque le ballon touche le sol
- c. Si un des *flags* du porteur du ballon tombe tout seul le jeu est sifflé, considéré mort et il recommence à l'endroit où le flag est tombé.
- d. Un joueur est inéligible si un de ses *flags* est tombé au départ de l'action.
- e. Les *fumbles* sont des ballons morts. Le ballon sera remis à l'endroit où il a touché le sol. Si cela se passe pendant un *snap*, il sera remis à la *line of scrimmage* au *down* suivant.
- f. Si un *fumble* se passe dans sa propre end-zone, un *safety* sera accordé.

**Art. 5 Engagement :**

- a. L'attaque a 25 secondes, après le coup de sifflet de remise en jeu, pour engager le ballon. Après ce laps de temps, elle perd son down et reçoit 5 yards de pénalité.
- b. Le ballon est remis en jeu à l'endroit où le porteur du ballon avait ses pieds lorsque le jeu s'est arrêté.
- c. Le ballon est toujours remis en jeu au milieu de la largeur du terrain.
- d. Pour l'engagement, l'attaque doit récupérer le ballon du sol par un *snap*.
- e. Le *quarterback* doit respecter une seconde de pause à l'attaque avant le *snap*.
- f. Un seul joueur peut se déplacer latéralement (motion) avant le *snap*.
- g. Le *snapper* ne peut pas reprendre le ballon directement du *quarterback*.
- h. Les longs *snaps* et les *shutguns* sont autorisés.
- i. Aucun joueur ne peut se trouver dans la zone neutre (resp. la *line of scrimmage*) avant le *snap*. Excepté la main du *snapper* et au maximum l'avant de sa tête.

**Art. 6 Rushing sur le quarterback :**

- a. Les joueurs défensifs qui veulent *rusher* doivent être au minimum 7 yards derrière la *line of scrimmage* avant le *snap*.  
Pas plus de deux joueurs peuvent *rusher* sur le *quarterback*. Les joueurs qui font un *rush* doivent lever la main pour s'identifier. Il ne peut y avoir plus que deux joueurs qui indiquent leur intention de *rusher*. Si plus de deux joueurs ont la main levée au moment du *snap*, sifflez pour signal de *rush* illégal.
- b. Le *juge de champ* doit matérialiser l'emplacement de ces sept yards à chaque *play*.
- c. Les autres joueurs défensifs doivent défendre derrière la *line of scrimmage*.
- d. Dès qu'il y a une distribution, une feinte de passe ou une feinte de remise du ballon, la règle des 7 yards n'existe plus et n'importe quel défenseur peut passer la *line of scrimmage*.
- e. **Tous *blocks* et *tackles* sont strictement interdits**

**Art. 7 Courses :**

- a. Le *quarterback* n'a pas le droit de courir au-delà de la *line of scrimmage* avec le ballon, sauf si celui-ci a été distribué et ensuite remis au *quarterback*.
- b. L'attaque peut distribuer plusieurs fois le ballon de mains en mains derrière la *line of scrimmage* mais seulement en arrière et latéralement.
- c. L'attaquant, qui a reçu le ballon avant la *line of scrimmage*, peut faire une passe en avant. Il ne peut pas dépasser la *line of scrimmage* pour faire sa passe.
- d. Les feintes du porteur du ballon sont autorisées (telles que tournoiement, déplacement latéral) mais il ne peut ni sauter, ni plonger pour gagner du terrain.
- e. Une fois que le porteur du ballon a dépassé la *line of scrimmage*, il ne peut plus redistribuer le ballon.



**Art. 8 Passes :**

- a. Le *quarterback* a 7 secondes pour distribuer le ballon. Après ce laps de temps, le jeu est considéré comme mort avec perte de down et remise du ballon 5 yards derrière le dernier emplacement.
- b. Une seule passe en avant est autorisée, depuis l'arrière de la *line of scrimmage*, par *down*.
- c. Chaque joueur est éligible pour recevoir une passe, mais il doit avoir un pied dans le terrain pour réceptionner le ballon.
- d. Les interceptions changent la possession du ballon.
- e. Les interceptions peuvent parvenir à un *touchdown*.
- f. Les interceptions qui se passent et qui restent dans la end zone recommencent aux 5 yards de l'équipe qui a intercepté. Si par contre l'intercepteur (porteur du ballon) sort de la end zone, c'est à l'endroit où le jeu meurt que le ballon est remis. Si l'intercepteur sort puis revient dans la end zone et que le jeu meurt à ce moment-là, la situation se résulte par un *safety* (2 points) pour l'autre équipe.

**Art. 9 Pénalités :**

- a. Toutes les pénalités sont examinées depuis la *line of scrimmage* sauf les passes interférences défense et les contacts illégaux qui sont examinés depuis l'endroit de la faute
- b. Toutes les pénalités peuvent être déclinées, excepté les faux départs, les retards de jeu et celles qui concernent l'habillement d'un joueur ou/et son comportement. Le capitaine de l'équipe qui veut décliner une pénalité, doit se manifester dès qu'il la remarque
- c. Les pénalités n'excèdent pas la moitié de la distance de la ligne d'en-but de l'équipe adverse à la *line of scrimmage*
- d. Les arbitres déterminent les contacts accidentels qui résultent au déroulement du jeu (ballon et déflagage)
- e. Seuls les capitaines sont autorisés à poser des questions sur l'interprétation et la clarification de la faute. Personne ne peut reprocher le jugement des arbitres
- f. Le jeu ne peut pas se terminer sur une pénalité de la défense, sauf si l'attaque la décline
- g. Les pénalités après une interception sont examinées après que la course soit terminée



RDTF - 002

Règlement Département Technique Flag

Règlement Arbitrage Flag

**Art. 10 Pénalités défensives :**

- a. Hors jeu – 5 yards
- b. Remplacement illégal – 5 yards / 10 yards si intentionnel (si des joueurs entrent sur le terrain après le coup de sifflet annonçant le commencement du jeu. Par ex. pour tromper l'adversaire ; avoir 6 hommes ou plus sur le terrain)
- c. Signaux distractifs – 5 yards (par ex. signaux pour distraire ou simuler le *snap*)
- d. Interférer avec l'opposant ou le *snap* – 5 yards
- e. *Rushing* illégal – 5 yards (quand un joueur commence à *rusher* à l'intérieur du marquage des 7 yards)
- f. Passe interférence – 10 yards et *first down* automatique
- g. Contact illégal – 5 yards / 10 yards si intentionnel avec avertissement et *first down* automatique (excepté ballon, flag)
- h. Déflagage illégal – 5 yards / 10 yards si intentionnel et *first down* automatique

**Art. 11 Pénalités offensives :**

- a. Protection des *flags* – 5 yards (par ex. la main du coureur descend plus bas que ses hanches) / 10 yards si intentionnel avec avertissement
- b. Retard de jeu – 5 yards et perte d'un *down* (30 secondes *snap* et 7 secondes passes)
- c. Remplacement illégal – 5 yards / 10 yards si intentionnel
- d. Mouvement illégal – 5 yards (par ex. plus d'une personne se déplace)
- e. *Snap* illégal – 5 yards. (le center lève puis repose le ballon)
- f. Faux départ – 5 yards
- g. Saut / plongeon illégal – 5 yards (excepté pour attraper le ballon ou le flag)
- h. Joueur sorti du jeu illégalement – 5 yards (par ex. un joueur sort du jeu et retourne sur le terrain)
- i. Passe en avant illégale – 5 yards et perte d'un *down*
- j. Passe interférence – 10 yards et perte d'un *down*
- k. Course à l'intérieur de la « *no running zone* » donne une perte de *down* et recommence au dernier emplacement

**Art. 12 Comportement répréhensible – Avertissement :**

- a. Toute personne excédant un avertissement est expulsée du jeu.
  - i. Cette expulsion est aussi valable pour les autres matchs de la même journée
  - ii. Le jeu recommence quand cette/ces personne(s) ne peut(vent) plus influencer le jeu
- b. Toute personne expulsée d'un match devra passer devant la commission disciplinaire qui décidera d'une éventuelle suspension
- c. Tout comportement agressif qui incite à la violence ou au non-respect de l'arbitrage et des joueurs se verra sanctionné par un avertissement (expulsion au 2ème)





**Art. 13 Points :**

- a. *Touchdown* = 6 points
- b. *Extra point* = 1 point à 5 yards (*sans course*) et 2 points à 12 yards
- c. *Safety* = 2 points et remise du ballon à la 5 yards line de l'équipe qui a marqué
- d. Lors d'un *extra point* (transformation), une interception qui se termine dans la zone d'en-but adverse, procure 2 points à la défense et la possession du ballon à sa 5 yards line

**Art. 14 Equipement du joueur :**

- a) Protège-dents obligatoire
- b) Casquette à l'envers, bandana ou bob autorisés.
- c) Maillot numéroté identique pour toute l'équipe (si les deux équipes ont des couleurs de maillot similaires, le perdant du lancer de monnaie peut choisir son maillot). Le maillot doit être rentré dans le short et ne doit pas gêner les *flags* (sinon « protection des *flags* » automatique)
- d) Short ou training (identique pour toute l'équipe), sans poches, zips, boutons. Il doit être d'une couleur différente des *flags*
- e) Seules les lunettes de sport en plastique avec un élastique (genre basket, squash) sont autorisées. Les lentilles de contact sont également autorisées



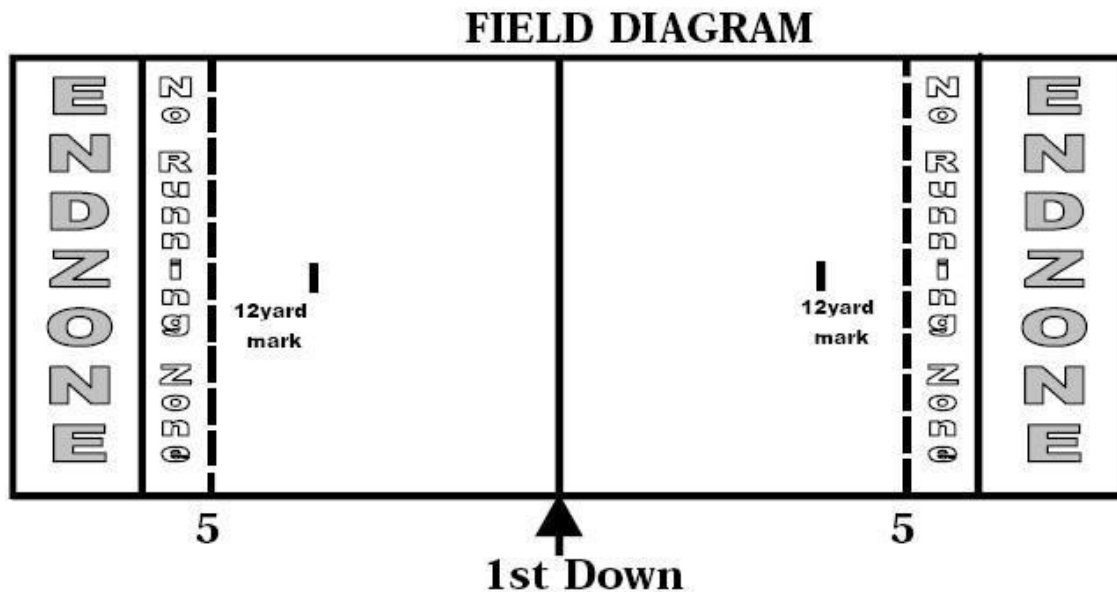
- f) Piercing et bijoux interdits
- g) Les systèmes des flags pop-up et flag boutons sont admis, **les flags boutons sont admis pour autant que les adversaires soient d'accord**. Ils doivent être composés d'une ceinture dont la languette est rangée et deux flags (de couleur unie pour la même équipe) qui s'accrochent au niveau des hanches. Les flags doivent être d'une couleur différente de celle des shorts.
- h) Jeu à l'intérieur : baskets ; Jeu à l'extérieur : baskets ou chaussures à crampons. Les crampons métalliques sont autorisés mais ne doivent pas être pointus ou coupants.
- i) Aucune protection ou casque n'est autorisée, excepté prescription médicale avec justificatif
- j) Les arbitres doivent effectuer des contrôles avant chaque compétition
- k) Tout manquement à un de ces articles sera sanctionné par une interdiction de participer au match



**Art. 15 Matériel d'arbitrage :**

- a. Uniforme
  - i. Casquette officielle d'après sa position
  - ii. Maillot rayé officiel manche courte
- b. Equipements
  - i. Un Sifflet
  - ii. Un drapeau jaune
  - iii. Un bean-bag blanc
  - iv. Calepin pour noter les fautes
  - v. Compte down
  - vi. Une montre chronomètre pour les arbitres qui doivent d'en occuper (sauf l'assistant touche)
- c. L'arbitre principal doit avoir avec lui une feuille de match
- d. Les arbitres doivent avoir une allure exemplaire pour les autres participants, pendant toute la durée du match. Ils ne peuvent ni manger, boire ou fumer pendant le temps du jeu

**Art. 16 Dimensions du terrain:**



- a) Lors d'une compétition internationale les dimensions sont toujours 30 sur 60 yards. Ceci comprend les 10 yards des zones d'en-but
- b) Selon la localité les dimensions peuvent être ajustées mais ne peuvent excéder :
  - a. La longueur : Entre 60 et 80 yards
  - b. la largeur : Entre 20 et 30 yards
  - c. les zones d'en-but : Maximum 10 yards en profondeur, minimum 7 yards
  - d. La CTF laisse la tolérance dans la largeur des terrains à un minimum de 25 mètres.



- c) Marquage :
- Les lignes continues de l'image ci-dessus doivent être tracées
  - La « *no running zone* » doit être marquée 5 yards avant chaque zone d'en-but
  - Les 12 yards avant les zones d'en-but doivent être signalés sur la touche (disque ou ligne) pour les transformations à 2 points
  - Des cônes doivent signaler les angles des 2 zones d'en-but, ainsi que la ligne médiane
- d) Le *white cap* est responsable des dimensions du terrain avant chaque match
- e) Pour les playoffs et les finales, le terrain doit faire 80 yards de longueur, les zones d'en-but 10 yards. (soit 10+60+10 yards)

**Art. 17 Arbitrage :**

- Chaque équipe participante au championnat doit avoir au minimum 5 arbitres formés
- Le cours dispensé par la NSFL est obligatoire pour pouvoir arbitrer
- L'examen réussi Niveau 1 est valable pour 3 ans, Niveau 2 est valable pour 2 ans
- L'arbitre doit toujours rester mobile sur le terrain en fonction de la progression du jeu ou/et du développement de l'action
- Trois arbitres officiels sont nécessaires pour permettre de jouer un match, dont un *white cap* officiel, qui est responsable du bon déroulement du sport et de l'harmonie des participants.
- Les arbitres peuvent faire la demande d'être assisté par un arbitre « shadows » (Niveau 3 – plus de 2 saisons comme WC), le « shadow » peut également prendre les décisions lors du match.
- Leurs missions sont :

**Le white cap :**

- Vérifier les dimensions du terrain et l'équipement des joueurs
- Contrôler que l'organisateur de la journée possède une trousse de secours et un portable à proximité (en cas d'accident).
- Chronométrer les 25 secondes pour l'engagement.
- Remettre le ballon en jeu.
- Incrire le score.
- Contrôler les 7 sept secondes avant la passe.
- Contrôler les blocs sur le rusher.
- Contrôler le nombre de joueurs en offense.
- Rédiger la liste détaillée des marqueurs par équipe

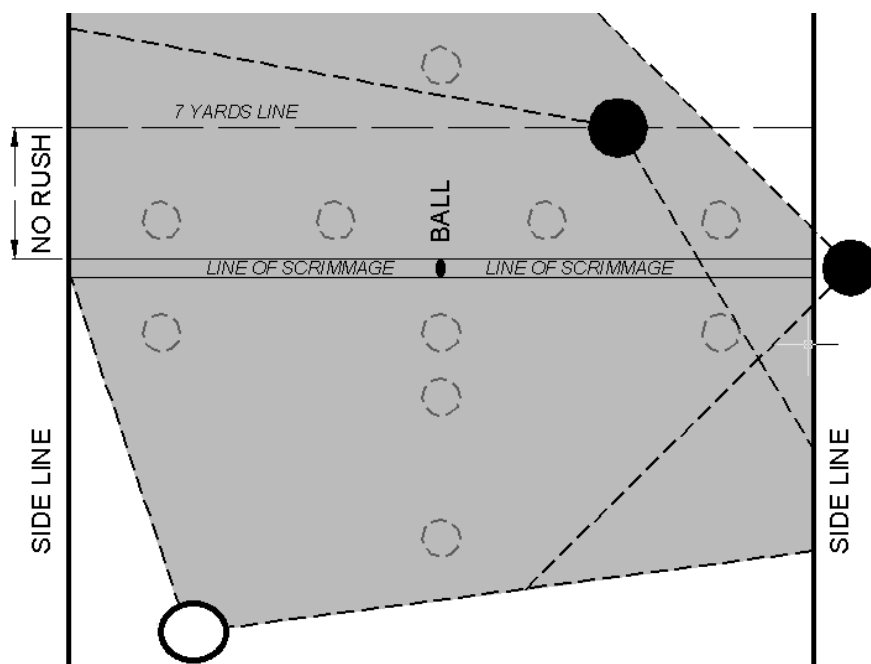


### Le juge champ :

- Chronométrer le temps de jeux
- Suivre la progression du ballon
- Contrôler le nombre de joueurs en défense
- Matérialise les 7 yards
- Contrôler les courses
- Contrôler les *flags*
- Inscrire le score

### L'assistant de touche :

- Gérer la *chain crew*
  - Suivre la progression du ballon, dès que celui-ci a franchi la LOS
  - Contrôler les départs et la zone neutre (LOS)
  - Contrôler les passes
  - Contrôler les *flags*
  - Inscrire le score
- h. L'arbitre responsable de sa mission doit pouvoir répondre à la faute commise sur le terrain
- i. Le *white cap* annonce toutes les fautes à l'équipe pénalisée. En cas de double fautes (fautes de la part des 2 équipes), elles sont annoncées aux deux équipes. Le jeu est annulé et recommence au même emplacement, au même *down*
- j. LES ARBITRES DÉCIDENT DE TOUS LES CAS DE FIGURE QUI NE SONT PAS RÉDIGÉS DANS CE RÈGLEMENT
- k. Emplacement des arbitres avant l'engagement



Art. 18 Signaux d'arbitrage :



**Remplacement  
illégal**



**Hors jeu**



**Équipement  
inapproprié**



**Passe  
illégal**



**Bloque  
illégal**



**Comportement  
répréhensible**



**Pénalité  
déclinée**



**Disqualification**



**Passe  
interférence**



**Passe  
incomplète**



**Protection  
de flag**



**Temps  
mort**



**Down  
suivant**



**Touchdown**



**Safety**



**Extra point**



**Rush illégal**



**Contact illégal**



**Retard du jeu**



**Saut / plongeon illégal**

**Art. 19 Finales et playoffs :**

- a. Les play-off et les finales ne sont arbitrées que par des *arbitres niveau 2*
- b. En cas d'égalité de score à la fin du jeu, du temps supplémentaire sera accordé. Le jeu recommence deux minutes après la fin du temps réglementaire. Il n'y a plus de temps mort
- c. L'équipe qui gagne le lancer de la monnaie, commence à la moitié du terrain. Chaque équipe a quatre tentatives pour marquer depuis le milieu de terrain. Si le score est toujours à égalité, après qu'ils aient tenté de marquer, ils recommencent toujours depuis le milieu de terrain. Les transformations (extra point) sont jouées comme pendant le jeu officiel, excepté si les deux équipes ont chacune déjà tenté deux fois.
- d. Elles doivent jouer leur transformation à la 12 yards line
- e. Les retours de situation doivent être joués et peuvent amener à marquer
- f. Une équipe ayant déclaré forfait durant la saison ne pourra pas participer aux playoffs. (exception faite si le forfait survient suite à une blessure et que l'équipe du blessé n'a plus assez de joueurs pour terminer le match)

**Art. 20 Points de classement :**

- |              |                                |
|--------------|--------------------------------|
| a. Victoire  | = 3 points                     |
| b. Défaite   | = 0 point                      |
| c. Match nul | = 1 point                      |
| d. Forfait   | = 3 points avec un score de 20 |

**Art. 21 Glossaire :**

- a. **Center** : Joueur qui effectue le *snap* ou le *shutgun*, ce qui détermine le début de chaque action
- b. **Chain crew** : Personne qui tient le panneau de progression de l'attaque
- c. **Down** : Tentative
- d. **Extra point** : La transformation du *touchdown*
- e. **Fair play** : Jouer loyalement
- f. **Flag** : Ruban de plaquage, permettant au joueur défensif d'arrêter la progression de l'attaque
- g. **Kick off** : Coup de pied d'engagement au Football tackle
- h. **Line of scrimmage** : Ligne de démarrage, là où le ballon se situe au départ de l'action



RDTF - 002

Règlement Département Technique Flag  
Règlement Arbitrage Flag

- i. **Zone de neutralité** : le prolongement des pointes du ballon sur le bord du terrain en largeur, représente une zone qu'aucun joueur n'a le droit de pénétrer avant le *snap* à part la main du centre pour effectuer l'engagement
- j. **Motion** : Déplacement latéral d'un joueur attaquant avant le *snap*
- k. **No running zone** : Zone dans laquelle la course est interdite, définie 5 yards avant chaque zone d'en-but adverse
- l. **Pitch** : Distribution du ballon, qui consiste à envoyer une petite passe à l'arrière de la *line of scrimmage*
- m. **Play** : Action qui permet à l'attaque d'avancer et à la défense de la contrer
- n. **Quarterback** : Joueur attaquant qui distribue le ballon
- o. **Rushing** : Course défensive qui permet au joueur de pénétrer la *line of scrimmage* avant ou après que le ballon soit distribué. Manière légale de mettre de la pression sur l'attaque. Le joueur défensif qui *rush* doit se trouver à 7 yards de la *line of scrimmage* au moment du *snap*
- p. **Safety** : Plaquage du porteur du ballon dans sa propre zone d'en-but
- q. **Shotgun** : Passe arrière par le center au *quarterback*
- r. **Snap** : Engagement du ballon de mains en mains depuis le sol, entre les jambes du center jusqu'au *quarterback*. Le *shotgun* consiste à le lancer
- s. **Touchdown** : Lorsqu'un joueur pénètre dans la zone d'en-but adverse avec le ballon. Cela vaut 6 points
- t. **White cap** : L'arbitre à casquette blanche, responsable du déroulement du jeu. Les 2 autres arbitres sont ses assistants
- u. **Arbitre Shadow** : 4<sup>ème</sup> arbitre assistant direct du White cap.

**Art. 22 Entrée en vigueur : Le présent règlement entre en vigueur à partir du 1<sup>er</sup> janvier 2020 et remplace les versions précédentes**