



Rappel des règles principales du football à 7vs7

Catégorie U20 et SENIORS

Le football à 7 est régi par le règlement du football à 11 avec restrictions sur les points suivants.

Ce document peut être complété par le tableau récapitulatif des formes de jeux publié par la FFFA.

Général :

- Il n'existe aucune numérotation de maillots obligatoire pour cette catégorie. Les joueurs sont autorisés à jouer à tous les postes.
- Le terrain mesure 120y de long par 35y de large (end zones comprises). Les end zones mesurent 10y de profondeur.
- Le temps de jeu est de 4x12' en temps réel ou 4x20' en continu mais dans ce cas le temps est arrêté après un TD et la transformation est jouée avec le temps arrêté.

Offense :

En général :

- Le TE doit porter une marque distinctive claire (brassard, chasuble, charlotte) dans l'absence de cette marque claire **il doit clairement se signaler en levant le bras lorsqu'il arrive sur la ligne de scrimmage**. Si aucune de ces conditions n'est respectée le TE n'est pas éligible pendant le tenu (cf. pénalité de lineman inéligible downfield).

Les formations :

- La base G-C-TE est obligatoire.
- 4 joueurs sur la ligne de scrimmage, 3 joueurs dans le backfield, les deux bouts de ligne sont éligibles. Toute formation est autorisée dans la mesure où elle respecte ces contraintes.
- Tout mouvement avant le snap (motions, shifts, trades) est autorisé dans la mesure où il respecte les contraintes d'application en vigueur dans le règlement du football à 11 (secondes d'immobilité, mouvement vers le backfield, etc...).



Le jeu :

- 4 tentatives pour faire 10 yards.
- La balle se replace toujours au milieu du terrain.
- Départs des drives sur la ligne de 25 yards (touchback).
- Le touchdown rapporte 6 points.
- Le safety est possible, la balle sera remise en jeu sous la forme d'un kick off.
- Une transformation à 2pts est possible. Elle sera effectuée de la ligne des 3y.
- Application de la mercy rule au-delà de 35 points.
- Les play actions sont autorisées.
- Le fumble est possible (cf. règlement du football à 11).

Les contacts :

- Les blocks doivent se faire dans le respect des règles du football à 11 avec restriction sur le block en dessous de la ceinture.
- Les blocks sous la ceinture sont interdits.

Défense :

En général :

- Il n'existe aucune numérotation de maillots obligatoire pour cette catégorie. Les joueurs sont autorisés à jouer à tous les postes.

Les formations :

- La défense doit toujours proposer sur la ligne défensive au maximum un joueur de moins que le nombre de joueurs alignés par l'attaque sur la ligne offensive.
Exemple : si l'attaque positionne 5 joueurs sur sa ligne offensive la défense pourra en positionner 4. Tout joueur offensif aligné à moins de 2 yards d'un bout de ligne est considéré comme faisant partie de la ligne offensive même si celui-ci est en retrait de la ligne de scrimmage (wing back).
- Si le down est de moins de 3 yards la défense est autorisée à aligner autant de joueurs sur la ligne défensive que le nombre de joueurs alignés par l'attaque sur la formation offensive.
- Tous les autres joueurs doivent se trouver clairement 5 yards en retrait de la ligne de scrimmage.



Le jeu :

- Les blitzes sont interdits. Seuls les joueurs alignés sur la ligne défensive au départ de l'action ont le droit de rusher le QB sur un jeu de passe.
- Une play action exécutée par l'attaque annule l'interdiction faite à la ligne précédente.
- La balle peut être interceptée et remontée par un défenseur.
- Les fumbles peuvent être recouverts ou remontés.

Les contacts :

- Les contacts sont régis par le règlement du football à 11 sur ces catégories respectives.

Equipes spéciales :

Kick off et kick off return :

- La balle n'est jamais vivante pour l'équipe qui botte.
- Le coup de pied est donné de la ligne de 35. Ce doit être un kick en l'air et la balle doit atterrir derrière la ligne de 25 de l'équipe qui retourne.
- L'équipe qui couvre le kick off doit s'aligner sur la ligne de 40 de l'équipe adverse et l'équipe qui retourne s'aligne sur sa ligne de 35. Chaque équipe doit obligatoirement positionner 3 joueurs de chaque côté du « hasmark » central. Personne n'a le droit de bouger tant que le retourneur n'a pas la balle dans les mains (Signal visuel + signal auditif par l'arbitre).
- Un botté qui sort des limites du terrain ou qui n'atterrit pas à l'intérieur des 25 yards adverses est sanctionné d'une procédure illégale. La balle sera placée sur la ligne de milieu du terrain.
- Les joueurs ont le droit de bouger quand la balle est touchée par le retourneur ou 3 secondes après que la balle a eu touché le sol (lorsque l'arbitre baisse sa main et crie « jouez »).
- Si la balle est bottée dans l'end zone et qu'elle y est « contrôlée » par le retourneur, ou qu'elle sort par la ligne arrière de la end zone, ceci constitue un touchback et la balle sera placée sur la ligne de 25 de l'équipe qui retourne.
- Si un joueur de n'importe quelle équipe (autre que le retourneur) touche la balle de quelque manière le jeu est arrêté. La balle sera placée à cet endroit. Première tentative pour l'équipe qui reçoit.
- Si le retourneur ne remonte pas la balle elle sera remise en jeu à l'endroit où elle s'est immobilisée.
- Les returns de type « reverse » et « fake reverse » ne sont pas autorisés.
- Il n'y a pas d'onside kick possible dans cette forme de jeu.
- Si une équipe se présente sans avoir travaillé le KO et qu'elle n'est pas en capacité de l'exécuter l'autre équipe repartira du milieu du terrain après chaque score.
- Si une équipe se présente sans avoir travaillé le KOR et qu'elle n'est pas en capacité de l'exécuter elle repartira de sa ligne des 25 yards.



Punt et punt return:

- Pour l'équipe qui punte seuls le long snaper et le punter sont requis.
- Le long snaper et le punter se positionnent à la distance l'un de l'autre qui leur convient entre 10 et 15 yards.
- La balle est snapée et bottée dans la foulée.
- Pendant cette phase de jeu le chrono est arrêté. 5 secondes sont décomptées automatiquement du chronomètre pour un punt. Cela annule tout punt déloyal.
- L'équipe qui retourne place deux retourneurs sur le terrain. Ils doivent réaliser un fair catch. Si le fair catch est réalisé la balle sera remise en jeu à cet endroit.
- Si le retourneur touche la balle sans la contrôler et que celle-ci roule vers son propre camp il doit la contrôler au sol et la balle sera remise en jeu à cet endroit.
- Si le retourneur touche la balle sans la contrôler et que celle-ci roule vers le camp adverse la balle sera remise en jeu à l'endroit où il l'a touchée.
- Si aucun des retourneurs ne touche la balle elle sera remise en jeu à l'endroit où elle s'est immobilisée ou à l'endroit où elle est sortie en touche.
- Si la balle est contrôlée ou si elle s'immobilise dans la end zone elle-même elle sera remise en jeu sur la ligne des 25 yards.

PAT et FG :

- Pour l'équipe qui botte, seuls le long snaper, le holder et le kicker sont requis.
- L'équipe qui est en défense n'est pas autorisée à pénétrer sur le terrain.
- La balle est snapée et bottée dans la foulée.
- Si le holder perd le ballon et qu'il est obligé de soulever son genou du sol pour le ramasser alors l'essai est considéré comme un échec.

En cas d'égalité au score à la fin du temps réglementaire :

- En cas d'égalité et si la forme de compétition l'exige. Il est possible de départager les deux équipes en donnant une possession de 4 tentatives à chacune sur la ligne de 20 yd de l'adversaire.
- Les équipes sont obligées de transformer à 2 points.
- Si les deux équipes sont encore à égalité au terme de leur série respective le processus se répète jusqu'à la victoire d'une des deux équipes.