

LIGUE DE FOOTBALL MONTRÉAL-MÉTRO



RÈGLES SPÉCIFIQUES

2025

LFMM

Ce document se veut un manuel d'assistance, et regroupe les règles de jeu spécifiques à LFMM et celles du livre Vert de Football Québec.

Les nouvelles règles 2025 sont en jaune

INTRODUCTION

Les règlements de jeu sont ceux dictés dans le livre des règlements du football amateur canadien par Football Canada. Le présent document a pour objectif de regrouper, par thématiques, les règles spécifiques à la Ligue de Football Montréal-Métro et du Livre Vert de la fédération. Cette démarche vise à en faciliter la consultation et la compréhension, tout en conservant la rigueur des textes officiels. Chaque règle est accompagnée de sa référence d'origine avec le numéro de l'article entre parenthèse (Livre vert ou LFMM), vous permettant de consulter les documents sources au besoin.

En cas de disparité entre ce document et les livres des règlements officiels, ces derniers ont priorité.

CATÉGORIES (Livre vert 22.1)

La ligue offre les catégories selon la structure Division B du Livre Vert.

Catégorie	Âges	Type football	Nb joueurs	Limite de poids(séries)
Atome	6-7-8 ans	Flag football	9 joueurs	Pas de limite
Moustique	9-10 ans	Football contact	12 joueurs	120 lbs (125)
Pee-wee AAA	11-12 ans	Football contact	12 joueurs	150 lbs (155)
Bantam	13-14 ans	Football contact	12 joueurs	Pas de limite
Midget	15-16-17 ans	Football contact	12 joueurs	Pas de limite

DURÉE D'UN MATCH (LFMM 22)

Atome : 4 quarts de 10 minutes
 Moustique : 4 quarts de 12 minutes
 Pee-wee : 4 quarts de 12 minutes
 Bantam : 4 quarts de 12 minutes
 Midget : 4 quarts de 12 minutes

PUNITIONS MAJEURES (LFMM 33.2)

Toutes les punitions majeures (rudesse, rudesse excessive ou conduite antisportive) doivent **être inscrites sur la feuille de match** avec le numéro du joueur et le type de punition.

BALLON (LFMM 25)

Atome : Wilson K2 ou Champro CT7 peewee (synthétique ou cuir)
Moustique : Wilson TDJ ou Champro CT7 Junior (synthétique ou cuir)
Pee-wee : Wilson TDY ou Champro CT7 Youth (synthétique ou cuir)
Bantam : Wilson TDY ou Wilson Youth GST Game (cuir)
Midget : Wilson F2000 (cuir)

Pour le secteur LFMM Élite, l'équipe locale doit fournir 2 ballons à chaque match, dont 1 neuf et 1 en bonne condition:

- Bantam – Wilson TDY cuir ou Wilson Youth GST Game
- Midget – Wilson F2000

Le non-respect de cette règle résulte en une amende décernée par le directeur discipline pouvant aller entre 25.00\$ et 100.00\$ pour l'équipe fautive.

TERRAIN

Atome: 41 verges * 110 verges (LFMM 30.1.2)
Moustique à Midget : 65 verges * 110 verges (Livre vert 61)

ESSAIS (Livre vert 81)

Les parties se jouent à quatre (4) essais pour toutes les catégories.

RÈGLE DE LA PASSE (Livre vert 81)

- Pour les catégories Atome à Bantam inclusivement, une passe ou un botté doit être tenté dans un des trois (3) premiers essais.
 - Lorsque la passe n'est pas tentée, il y a une punition pour procédure illégale (perte d'essai et de cinq (5) verges)
 - L'équipe en défensive a l'option soit d'accepter la punition ou le nouveau point mort du ballon sur le jeu.
- Une passe se définit par une motion au-dessus de l'épaule, à la hauteur de la tête, alors que le ballon est dirigé vers l'avant.
- Une passe rabattue volontairement au sol par l'équipe offensive ne compte pas comme une tentative de passe
- **Red zone** - 15 verges IN et OUT (si le début d'une série d'essais est à l'intérieur des 15 verges d'une des deux zones de but, l'équipe à l'offensive n'est pas obligée de tenter une passe.

POINTAGE (LFMM 27)

- Dans le secteur LFMM Junior (atome, moustique & peewee), lorsque le pointage atteint une différence de 40 points entre les deux équipes, les points ne sont plus comptabilisés au tableau d'affichage.
- Lors de la dernière minute de jeu du quatrième quart, s'il y a un écart de plus de 8 points, que l'équipe qui tire de l'arrière n'a plus de temps d'arrêt, que l'équipe en avance au pointage a possession du ballon, l'équipe à l'offensive peut en utilisant les essais disponibles écouler tout le temps restant au chronomètre en demandant à son quart-arrière de mettre le genou au sol; L'arbitre devra interdire aux joueurs de l'équipe défensive de charger la ligne offensive et le quart-arrière lors de la mise en jeu du ballon.

CHRONOMÈTRE (LFMM 28)

Tous les matchs doivent être disputés avec un cadran fonctionnel et visible aux entraîneurs.

CHAINEURS (LFMM 33.7)

Les deux équipes doivent fournir les 3 chaineurs: 2 chaineurs fournis par l'équipe locale et 1 chaineur fourni par l'équipe visiteuse. Un chaineur est une personne neutre qui ne doit pas intervenir durant le match sauf pour les tâches qui lui sont demandées par les arbitres

PROLONGATION (LFMM 29)

En cas de match nul, il y a prolongation dans les **matchs éliminatoires seulement** pour toutes les catégories.

CONVERTI

Atome: **Converti par botté seulement** et 1 point lorsque réussi (LFMM 30.1.10)

Moustique : **Converti par botté seulement** et 1 point lorsque réussi (LFMM 30.2.3)

Peewee à Midget : (LFMM 30.3.1)

- Converti par botté : 1 point
- Converti par course ou passe : 2 points

JOUEURS EXCÉDANT LA LIMITE DE POIDS (LFMM 26)

Les joueurs qui dépassent la limite de poids de leur catégorie doivent être identifiés avec un **COLLANT LFMM** sur le derrière du casque et doit être identifié sur la feuille de match avec l'inscription **O/W**.

Il peut bloquer sur des jeux offensifs. Autant sur les jeux au sol que les jeux par la passe après qu'elle soit captée.

APPAREIL DE COMMUNICATION (LFMM 23)

Atome, Moustique, Pee-wee :

L'utilisation de tout appareil de communication (ex. : casques d'écoute, radios, téléphones) entre les joueurs, entraîneurs, parents ou toute autre personne se trouvant dans les limites du terrain de football est interdite durant une partie pour les catégories Atome à PeeWee. Toutefois, la communication directe entre un joueur et son entraîneur est permise, par gestes, signaux ou affiches (traditionnelles ou électroniques). Le non-respect de cette règle entraîne une défaite de 6 à 0 pour l'équipe fautive

Bantam et Midget :

L'utilisation d'appareils de communication est permise. Seulement 2 joueurs sont autorisés à les utiliser. Les communications doivent cesser dès que le caucus est brisé.

PROCEDURE MATCH (LFMM 33)

Les arbitres doivent faire inscrire sur la feuille de match les numéros des joueurs qui reçoivent des punitions majeures pour rudesse, rudesse excessive, conduite antisportive ou qui se font expulser.

Chaque association qui reçoit doit fournir une personne qui agira à titre de marqueur durant les parties. Celle-ci devra s'assurer que la feuille de match est dûment complétée et aura la responsabilité de valider avec les arbitres les punitions majeures et les expulsions à la fin du match.

Le marqueur est une personne neutre qui ne doit pas intervenir durant le match sauf pour les tâches qui lui sont demandées par les arbitres. De plus, il devra s'identifier sur la feuille de partie.

Aucune feuille de match ne peut être modifiée après la fin de la partie, sauf par un arbitre ayant officialisé la partie.

Le personnel d'équipe au banc des joueurs durant un match sera limité pour les catégories suivantes:

- Atome : maximum de 10 personnes avec un contrat de la Fédération et inscrit sur la feuille de match.
- Moustique – Peewee : maximum de 12 personnes avec un contrat de la Fédération et inscrit sur la feuille de match.
- Référence : Personnes reconnues comme personnel d'équipe durant un match : Entraîneur, Gérant(e), soigneur, responsable vidéo-photo, water boy

Lors d'un match, les deux équipes doivent fournir les 3 chaineurs: 2 chaineurs fournis par l'équipe locale et 1 chaineur fourni par l'équipe visiteuse. Un chaineur est une personne neutre qui ne doit pas intervenir durant le match sauf pour les tâches qui lui sont demandées par les arbitres.

RÈGLES SPÉCIFIQUES – ATOME (LFMM 30.1)

30.1.1 Lorsque le nombre de joueurs présents par équipe est de 11 et plus, la partie se joue à 9 joueurs. Si le nombre de joueurs présents par équipe est 10 ou moins (minimum 7), la partie peut se jouer à 7 joueurs si l'équipe en fait la demande.

- a. Lorsqu'une partie se déroule à 7 joueurs, l'équipe qui en fait la demande doit l'indiquer sur la feuille de match et les deux entraîneur-chefs doivent la signer pour confirmer leur accord et l'équipe demanderesse perd le match 6 à 0. Ainsi, la partie sera considérée jouée.
- b. Une équipe qui ne se présente pas ou n'a pas le nombre suffisant pour jouer à 7 vs 7 aura les sanctions prévues à cet effet à l'article 15.
- c. Si, après le délai prévu pour le début de la partie une équipe ne compte pas le nombre de joueurs requis, la partie est annulée et les arbitres quitteront la surface de jeu et ne participeront pas à toute activité organisée par les équipes pendant la période prévue pour la partie

30.1.2 Terrain 41 verges x 110 verges.

30.1.3 Zone neutre d'une verge à la ligne de mêlée, selon les règles du football canadien.

30.1.4 **Aucun plaqué.** Tout contact ou plaqué de façon accidentelle ou volontaire sur le porteur du ballon résultera en une punition de rudesse de 15 verges lors de l'infraction.

- a. Exception : Si deux joueurs tentent d'attraper le ballon (interception) et que les deux joueurs jouent le ballon lors d'une passe avant, le contact pourra être considéré comme accidentel et aucune punition ne sera accordée, à moins que l'arbitre ne considère que l'un des deux joueurs a commis un acte de rudesse volontaire lors du jeu.

30.1.5 Seuls les blocs avec les bras, au-dessus de la ceinture, sur la ligne de mêlée, faits par des joueurs qui s'y retrouvent au moment de la remise, ainsi que les blocs effectués par des joueurs immobiles dans le champ arrière offensif, sont permis.

- a. Les blocs effectués par des joueurs en mouvement, dans le champs arrière offensif, les blocs au 2ième niveau sur les demis défensifs, les blocs sur les retours d'interception et tout autre bloc qui ne correspond pas aux critères ci-dessus sont interdits. Une pénalité de 10 verges pour bloc illégal sera imposée, selon l'application des règlements pour ce type d'infraction prévu dans le livre de règlements de Football Canada.
- b. Tout bloc fait avec une force excessive sera assujetti à une punition de rudesse au lieu de bloc illégal et sera pénalisée de 15 verges

30.1.6 Chaque joueur doit porter deux (2) drapeaux en vinyle de couleur contrastante avec son pantalon.

30.1.7 Chaque équipe doit avoir deux (2) séries de drapeaux : rouge et jaune. Ces drapeaux doivent être ceux fournis par la Ligue et être attachés à la ceinture fournie par la Ligue. Les drapeaux doivent être portés de chaque côté de la taille, être entièrement visibles et demeurer accessibles en tout temps.

30.1.8 Le jeu est arrêté lorsqu'un joueur de l'équipe «B» réussit à enlever un drapeau du porteur de ballon de l'équipe «A».

30.1.9 Avant la partie, les 2 équipes devront obligatoirement identifier sur la feuille de match les noms de tous les joueurs qui évolueront dans le champ arrière offensif durant la première demie (minimum de 6 joueurs), à savoir toutes les positions autres que les 3 joueurs de ligne.

- a. Les joueurs qui évolueront dans le champ arrière offensif durant la première demie devront être identifiés avec la lettre "A" devant leur nom sur la feuille de match.
- b. Les joueurs ainsi identifiés ne pourront en aucun moment jouer dans le champ arrière lors de la deuxième demie. Ces derniers deviennent donc inéligibles de toute position du champ arrière offensif en deuxième demie.
- c. Si l'un des joueurs devenus inéligible occupe une position dans le champ arrière lors de la deuxième demie, il y a une punition pour procédure illégale (perte d'essai et de cinq (5) verges). L'équipe en défensive aura alors l'option d'accepter la punition ou le nouveau point mort du ballon sur le jeu.
- d. Les joueurs évoluant dans le champ arrière offensif en première demie seront identifiés avec un A à l'arrière de leur casque
- e. Les joueurs évoluant dans le champ arrière offensif en deuxième demie seront identifiés avec un B à l'arrière de leur casque
- f. Aucun contrôle ne sera exercé par les arbitres en regard de cette règle. Aucune interruption de la partie ne sera allouée afin d'appliquer ou de valider l'application de cette règle

30.1.10 **Converti par botté seulement** et un point lorsque réussi.

30.1.11 Les entraîneurs peuvent être sur le terrain pendant les 5 premières parties de la saison.

- a. Les entraîneurs doivent s'éloigner des joueurs cinq (5) secondes avant le début du jeu.
- b. Les entraîneurs doivent se tenir à au moins 15 verges derrière l'arbitre en chef du côté de l'offensive et au moins 15 verges derrière le dernier joueur défensif du côté de la défensive.
- c. Dès le début du jeu, **les entraîneurs ne peuvent influencer les joueurs.**
- d. Maximum de (2) deux entraîneurs par équipe sur le terrain.
- e. Si un arbitre juge qu'un entraîneur présent sur le terrain a un comportement déplacé ou tient des propos inadéquats, il pourra le faire sortir du terrain. L'entraîneur pourra être remplacé par un autre entraîneur.

30.1.12 Une passe doit être tenté dans un des trois (3) premiers essais. Une passe se définit par une motion au-dessus de l'épaule, à la hauteur de la tête, alors que le ballon est dirigé vers l'avant

30.1.13 **Aucun botté d'envoi.** Le ballon est placé à la ligne de 35 dans le territoire de l'équipe en offensive au début de chaque demie et après un touché.

30.1.14 **Aucun botté de dégagement.** Lorsque l'équipe à l'offensive est au 4e essai, elle peut:

- a. Effectuer un jeu régulier par la passe ou la course peu importe sa position sur le terrain.
- b. Avancer le ballon de 15 verges et l'équipe adverse prend possession du ballon.

30.1.15 Les joueurs de la défensive ne peuvent arracher le ballon du porteur. En cas d'infraction, une punition de rudesse de 15 verges sera appliquée.

30.1.16 Si un porteur de ballon pose un geste visant à empêcher un joueur d'avoir accès à ses flags (protection) le jeu sera arrêté immédiatement. Le prochain jeu débutera à cet endroit. (Aucune pénalité de verge ajoutée)

30.1.17 Le jeu sera arrêté dès qu'un ballon touche le sol (sauf sur un converti). Le jeu reprendra l'endroit où le ballon touche le sol ou à celui où il a été échappé ou lancé en respectant les dispositions indiquées aux règles émises par Football Canada.

30.1.18 Si un joueur ne porte plus un de ses flags le jeu est arrêté lorsque celui-ci prend possession du ballon. Le prochain jeu débutera à l'endroit où le jeu a été arrêté et les essais se poursuivront sans perte de verge

RÈGLES SPÉCIFIQUES – MOUSTIQUE (LFMM 30.2)

Zone neutre d'une verge à la ligne de mêlée, selon les règles du football canadien

DISCIPLINE (LFMM art. 16)

TABLEAU DES SANCTIONS AUTOMATIQUES	NOMBRE DE PARTIES DE SUSPENSIONS (LES SANCTIONS SONT CUMULATIVES)				
	Joueur Secteur LFMM Junior	Joueur Secteur LFMM Élite	Entraîneur- Chef	Personnel de banc	Parent ou Spectateur
Abus ou attaque physique envers un arbitre	6	6	6	6	6
Abus verbal ou propos injurieux envers un arbitre	1	1	2	2	1
Écart de plus de 40 points (Atome et division 2 Secteur Junior)	-	-	1	-	-
Expulsion sans mention sur la feuille de match	1	1	1	1	1
Expulsion avec mention sur la feuille de match	1	1	2	2	2
Frapper autrui	2	2	6	6	6
Menaces ou Intimidation (incluant les réseaux sociaux)	1	1	1	1	1
Manque d'éthique ou d'esprit sportif	-	-	1	-	-
Ne pas respecter le changement de champs arrière atome	-	-	1	-	-
Refus de quitter le site une fois expulsé	1	1	1	1	1