

**SPORT. ÉDUCATION. FIERTÉ.**



ULTIMATE

RÉGLEMENTATION SPÉCIFIQUE  
2021-2022

Révisée le 10 juin 2020 (CSS 1920-01)

EN TANT QUE QU'ATHLÈTE, ENTRAÎNEUR OU SPECTATEUR DU RSEQ LAC-SAINT-LOUIS,  
MON COMPORTEMENT A UN IMPACT SUR MON ÉCOLE, MON SPORT, MES COÉQUIPIERS,  
MES JOUEURS, MES ADVERSAIRES, MON ENTRAÎNEUR, MES PARTISANS ET SUR MOI-MÊME.

## **PARTICIPER AU SPORT ÉTUDIANT, C'EST :**

### **L'ESPRIT SPORTIF**

**LE RESPECT**

**LA DIGNITÉ**

**LE PLAISIR**

**L'HONNEUR**

### **L'ESPRIT SPORTIF... J'Y CROIS**

- ③ Je prends connaissance des règles écrites et non écrites du sport et m'engage à les respecter
- ③ J'accepte toutes les décisions de l'arbitre sans jamais mettre en doute son intégrité
- ③ Je démontre un esprit d'équipe par une collaboration franche avec les coéquipiers et les entraîneurs
- ③ J'aide les coéquipiers qui présentent plus de difficultés
- ③ J'accepte les erreurs de mes coéquipiers car il m'arrive d'en faire également.
- ③ Je me mesure à un adversaire dans l'équité. Je compte sur mon talent et mes habiletés pour tenter d'obtenir la victoire.
- ③ Je refuse de gagner ou de perdre par des moyens illégaux et par tricherie

### **LE RESPECT... J'Y CROIS**

- ③ Je considère un adversaire sportif comme étant indispensable pour jouer et non comme un ennemi.
- ③ J'agis en tout temps avec courtoisie et respect envers les entraîneurs, les officiels, les coéquipiers, les marqueurs, les adversaires et les spectateurs.
- ③ Je suis capable de m'exprimer sans utiliser de langage injurieux, agressif ou irrespectueux
- ③ Je respecte les installations de l'école qui m'accueille pour disputer la partie.
- ③ Je respecte mon engagement envers mes coéquipiers, mes entraîneurs et mon équipe jusqu'au bout.

### **LA DIGNITÉ... J'Y CROIS**

- ③ Je fais preuve de sang-froid et maîtrise mes gestes et mes paroles face aux autres participants.
- ③ Je reconnais dignement la performance de l'adversaire dans la défaite et j'accepte la victoire avec modestie et sans ridiculiser l'adversaire.

### **LE PLAISIR... J'Y CROIS**

- ③ Je joue pour m'amuser d'abord et avant tout.
- ③ Je considère la victoire et la défaite comme une conséquence du plaisir de jouer.
- ③ Je considère le dépassement personnel plus important que l'obtention d'une médaille ou d'une bannière.

### **L'HONNEUR... J'Y CROIS**

- ③ Je représente mon équipe, mon école et mon instance régionale du RSEQ.
- ③ Je véhicule et projette les valeurs positives de mon sport et de mon école.
- ③ Je fais partie des ambassadeurs de mon école et du RSEQ.

**JE SUIS LE RSEQ.**

## Table des matières

Article 1	Catégories d'âges.....	4
Article 2	Format .....	4
Article 3	Inscription des joueurs .....	4
Article 4	Formule de rencontre.....	4
Article 5	Compte .....	5
Article 6	Défensive .....	6
Article 8	Disque officiel .....	6
Article 9	Appel de fautes.....	6
Article 10	Éthique sportive.....	6
Article 11	Costume.....	7
Article 12	Points au classement (modifié le 10/06/2020).....	7
Article 13	Bris d'égalité au classement .....	7
Article 14	Devoirs de l'école hôte.....	8
Article 15	Mini-jeux ( <i>cheers</i> ) .....	8
Article 16	Règlements.....	8
ANNEXE 1	Dimensions du terrain .....	9



**DOCUMENT COMPLÉMENTAIRE IMPORTANT À LIRE : RÉGLEMENTATION ADMINISTRATIVE DE L'ANNÉE EN COURS**

**ARTICLE 1 CATÉGORIES D'ÂGES**

- 1.1 Les catégories d'âges sont celles définies à l'annexe 1 de la réglementation régionale administrative du RSEQ Lac-Saint-Louis.

**ARTICLE 2 FORMAT**

- 2.1 Composition de l'équipe

	<b>5 contre 5</b>	<b>7 contre 7</b>
Nb joueurs minimum en uniforme et prêts à jouer	5	7
Nb joueurs maximum	Illimité	Illimité
Nb de joueurs sur le terrain	5 (2G+2F+1)	7 (3G+3F+1)
Nb minimum de <u>joueuses</u> sur le terrain	2	3
<i>Note : Une équipe peut placer plus que deux filles sur le jeu sans que l'équipe adverse n'ait à égaliser ce nombre.</i>		

- 2.2 Une équipe qui se présente en nombre insuffisant tel que mentionné à l'article 2.1 ou sans entraîneur (article 3 de la réglementation administrative régionale) sera considérée comme absente et perdra automatiquement la partie par forfait (article 17 de la réglementation administrative du RSEQ Lac-Saint-Louis s'appliquant).
- 2.3 Pour débiter le tournoi, chaque équipe doit respecter le nombre minimum requis tel que mentionné à l'article 2.1. Une équipe qui devient inférieure au nombre minimum requis sur le terrain durant une partie (blessure, expulsion, etc. – réf. article 5.1) perdra la partie par forfait (article 17 de la réglementation administrative s'appliquant).
- 2.4 Chaque joueur inscrit doit être admissible selon les articles 2, 5, 6 et 13 de la réglementation administrative du RSEQ Lac-Saint-Louis.

**ARTICLE 3 INSCRIPTION DES JOUEURS**

- 3.1 Référez-vous à l'article 12 INSCRIPTION DES JOUEURS ET ENTRAÎNEURS de la réglementation administrative du RSEQ Lac-Saint-Louis pour connaître les modalités.

**ARTICLE 4 FORMULE DE RENCONTRE**

**4.1 Durée des parties**

Deux périodes de 25 minutes avec une mi-temps de 2 minutes.

La mi-temps est accordée après 25 minutes de jeu.

Un coup de sifflet distinct doit signaler qu'il reste 5 minutes avant la fin de la partie.

Lorsque le temps réglementaire est écoulé et que le sifflet est donné, la partie prend fin et le jeu en cours est arrêté.

Lors d'un tournoi, les parties débiteront et prendront également fin au signal donné par le responsable du tournoi. Advenant le retard d'une équipe, l'article 4.5 sera appliqué.

La partie de l'équipe retardataire prendra fin lorsque le sifflet sera donné.

#### **4.2 Après un point / Substitution**

Après un point, l'équipe qui a marqué reste dans la zone où elle vient de marquer tandis que l'autre équipe se dirige dans la zone inverse. À noter que ceci est le moment de faire les substitutions.

Le lancer d'engagement ne peut être effectué que lorsque le lanceur et un joueur de l'équipe qui reçoit ont tous deux levé la main pour signaler que leur équipe est prête à amorcer le jeu. Le lancer d'engagement survient lorsque le lanceur lance le disque après avoir signalé qu'il était prêt.

L'équipe en possession du disque dispose d'un délai de 70 secondes pour signaler qu'elle est prête et 90 secondes pour procéder au lancer d'engagement.

#### **4.3 Temps d'arrêt**

Chaque équipe a droit à un temps d'arrêt d'une minute par demie.

Aucun temps d'arrêt ne peut être demandé à moins de cinq minutes de la fin de la partie.

#### **4.4 Forfait**

Une équipe qui ne se présente pas à un match ou qui ne respecte pas l'un ou l'autre des critères décrits à l'article 2 du présent document et ce, dans un délai de 20 minutes suivant l'heure fixée de la partie, perdra la partie par forfait.

Les points d'éthique attribués pour chacune des équipes seront les suivants : 3

#### **4.5 Retard**

Une équipe retardataire donne 1 point d'avance à l'équipe adverse pour chaque tranche de 5 minutes de retard et ce, jusqu'à concurrence de 20 minutes (maximum possible de 4 points d'avance). Après ce délai, l'équipe fautive est considérée comme absente et perdra la partie par forfait (référence art. 4.4)

#### **4.6 Prolongation – éliminatoires**

Pour les éliminatoires seulement, advenant une égalité dans le pointage à la fin du temps réglementaire, un point ultime devra être joué afin de déterminer l'équipe gagnante. L'équipe à qui revient la possession du disque débutera la période de prolongation.

#### **4.6 Disposition particulière**

Un différentiel de 10 points entre les 2 équipes arrête la partie. Le résultat est saisi tel quel sur la feuille de match.

Lorsque cela survient, les deux équipes sont encouragées à continuer la partie de façon à favoriser le plaisir et l'esprit du jeu.

### **ARTICLE 5 COMPTE**

5.1 Le compte doit être fait un utilisant un mot avant le premier chiffre.

Termes acceptés :

« compte à 1... 2... 3 »

« comptage à 1... 2... 3 »

« *stalling* 1... 2... 3 »

## ARTICLE 6 DÉFENSIVE

- 6.1 L'utilisation des pieds (footblock) pour bloquer le disque est interdite dans un rayon de 3 mètres entourant le lanceur.  
Si le disque est bloqué ou si le mouvement du pied affecte le lanceur, le disque lui est retourné et le jeu est repris.
- 6.2 La défensive de zone est interdite.

## ARTICLE 8 DISQUE OFFICIEL

Disque blanc de 175g reconnu par *USA Ultimate* (modèle *Discraft* ou *Dare Devil Disc*).

## ARTICLE 9 APPEL DE FAUTES

- 9.1 Si les joueurs sont incapables de trouver une résolution à un conflit, l'entraîneur ou l'observateur peut intervenir.
- 9.2 Les entraîneurs ne peuvent se donner le rôle d'arbitre. Ils ne peuvent pas arrêter le jeu ou s'introduire dans la discussion de faute entre les athlètes. Par contre, si un joueur demande l'aide ou l'avis de l'entraîneur lors de la résolution de conflits, l'entraîneur peut faire profiter les joueurs de son expertise et de sa connaissance des règlements en mentionnant ce que le règlement stipule.

## ARTICLE 10 ÉTHIQUE SPORTIVE

- 10.1 Points accordés par l'équipe adverse :

Éthique sportive	Description
5 = Exceptionnel	Cette mention ne s'applique qu'aux cas de comportements exceptionnels, d'ambiance, de <i>fair-play</i> , d'éthique et de politesse.
4 = Très bon	Lorsque les joueurs et l'entraîneur adoptent une attitude sportive courtoise ( <i>fair-play</i> ) supérieure à la moyenne. Les règles sont respectées et les joueurs montrent de la bonne volonté pour régler les conflits.
3 = Bon	Note générale accordée lors d'un match qui se déroule sans accroc.
2 = Faible	Si accroc mineur (1 ou plusieurs). C'est-à-dire que le jeu est retardé lors de remises en jeu, que des décisions sont légèrement contestées, qu'il y a des abus de langage mineurs, etc.
1 = Très faible	Écarts de comportements constants et persistants. Si les décisions sont contestées de façon systématique. Si l'équipe ne serre pas la main à la fin de la rencontre.
0 = Médiocre	Comportements inacceptables et perte de contrôle.

- 10.2 Chaque équipe débute la partie avec 3 points. Si une équipe se démarque par son éthique sportive exceptionnelle, l'équipe adverse pourra augmenter la note. Par contre, si une équipe se mérite une note inférieure à 3, l'équipe adverse devra justifier sa note par écrit sur la feuille de match.

- 10.3 Pour chaque partie, les équipes doivent inscrire le pointage d'éthique sportive sur la feuille de match à l'endroit prévu à cet effet. L'équipe qui omet d'inscrire le pointage de son adversaire se verra attribuer un pointage de 0.
- 10.4 Advenant une partie déclarée forfait, le pointage attribué pour chaque équipe sera de 3.  
Toutefois, pour le calcul de l'éthique sportive, ces parties seront retirées du classement pour assurer un calcul juste et équitable.
- 10.5 Le pointage de 0 sera attribué aux équipes ne disputant pas une partie prévue à l'horaire.

#### **ARTICLE 11 COSTUME**

- 11.1 Chaque équipe doit identifier sa couleur de chandail au début de la saison. Tous les membres de l'équipe doivent porter la même couleur lors des parties. Si deux équipes adverses possèdent le même ton de chandail (ex : noir et bleu marin), un tirage au sort entre les capitaines déterminera quelle équipe portera les dossards (ou tout autre vêtement d'une couleur contrastante).
- 11.2 Chaque équipe est responsable d'apporter ses dossards.

#### **ARTICLE 12 POINTS AU CLASSEMENT (MODIFIÉ LE 10/06/2020)**

Classement

Victoire	3 points
Partie nulle	1 point
Défaite	0 point
Forfait	-1 point (pointage de 9-0)

Le rang des équipes est déterminé par la moyenne des points.

Note : la moyenne des points équivaut au nombre de points obtenus divisé par le nombre de point maximum qu'une équipe aurait pu avoir si elle avait remporté toutes les parties disputées (incluant les points franc-jeu).

#### **ARTICLE 13 BRIS D'ÉGALITÉ AU CLASSEMENT**

- 13.1 Une équipe qui a perdu une partie par forfait en cours de saison se retrouve à la fin des équipes à égalité.
- 13.2 Entre les équipes à égalité : résultats des parties entre les équipes (nb de victoires, défaites et parties nulles)
- 13.3 Entre les parties des équipes à égalité : équipe ayant la meilleure fiche défensive
- 13.4 Entre les parties des équipes à égalité : équipe ayant la meilleure fiche offensive
- 13.5 Au classement général : fiche des équipes (nb de victoires, défaites, et parties nulles)
- 13.6 Au classement général : équipe ayant la meilleure fiche défensive
- 13.7 Au classement général : équipe ayant la meilleure fiche offensive
- 13.8 Au classement général : différentiel des buts pour et des buts contre
- 13.9 L'équipe ayant amassé le plus de points d'éthique sportive
- 13.10 Tirage au sort

**ARTICLE 14 DEVOIRS DE L'ÉCOLE HÔTESSE**

14.1 L'équipe hôte doit posséder et apporter le matériel suivant **pour chaque terrain** lorsqu'elle est l'hôte d'une partie ou d'un tournoi :

- Tableau de pointage
- Cônes (14 par terrain – voir disposition à l'annexe 1)
- Un (1) chronomètre
- Un (1) sifflet ou un (1) klaxon

**ARTICLE 15 MINI-JEUX (CHEERS)**

C'est le plaisir de jouer qui contribue à rendre l'ultimate si unique et les mini-jeux n'y sont pas étrangers. Il est fortement suggéré que chaque équipe connaisse le *cheer* à faire enfin de rencontre avec l'équipe adverse afin d'atténuer les conflits qui auraient plus avoir lieu durant la partie.

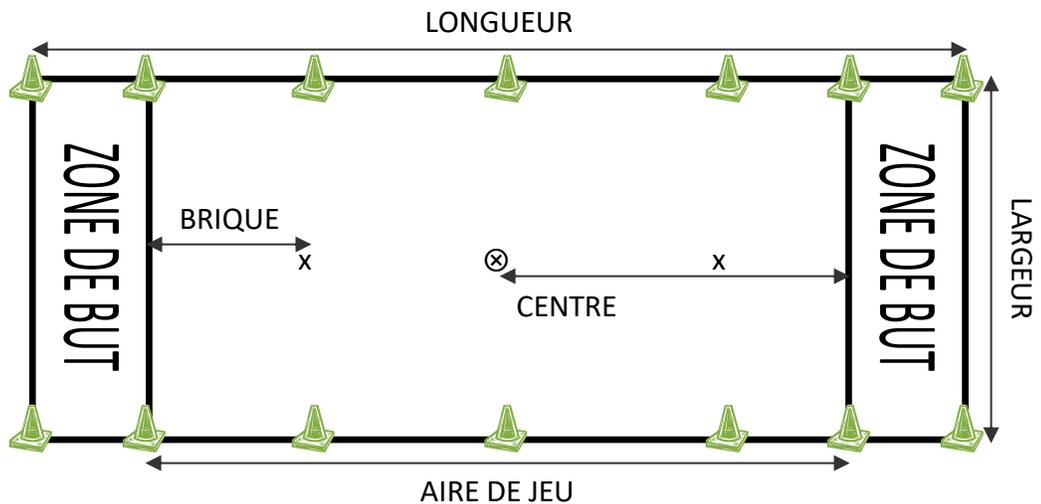
**ARTICLE 16 RÈGLEMENTS**

16.1 Les règlements officiels d'ultimate sont ceux d'*USA Ultimate* (11 e édition).

16.2 Les règlements spécifiques du RSEQ Lac-Saint-Louis ont préséances sur les règlements officiels.

16.3 Les règlements administratifs du RSEQ Lac-Saint-Louis doivent être respectés.

**ANNEXE 1 DIMENSIONS DU TERRAIN**



Description ▼	5 CONTRE 5		7 CONTRE 7	
	Mètre	Verge	Mètre	Verge
Dimensions* ►				
Longueur	59	65	110	120
Largeur	27.5	30	37	40
Aire de jeu	41	45	64	70
Centre du terrain	20.5	22.5	32	35
Zone de but	9	10	18	20
Brique	9	10	18	20

*Cette surface peut être ajustée selon les possibilités de l'équipe hôte.*

*\* Conversion approximative des mesures.*