



# MANUEL DES ENTRAÎNEURS 2025



Ce manuel n'est qu'un guide informatif et ne doit en aucun cas être utilisé comme document de référence absolu

## ACCÈS

Feuille de match et cartes d'affiliation du membre

Spordle Play : <https://play.spordle.com/login>

## ÉQUIPEMENT DES JOUEURS

### ÉQUIPEMENT OBLIGATOIRE

L'équipement obligatoire de tout joueur comprend chacun des équipements suivants :

- un maillot avec des manches ;
- un short ;
- des chaussettes ;
- des protège-tibias – ils doivent être en matière adéquate pour offrir un degré de protection raisonnable et doivent être recouverts par les chaussettes. Il incombe aux joueurs de porter des protège-tibias adéquats et d'une taille appropriée ;
- des chaussures – Les joueurs doivent porter des chaussures sécuritaires pour eux-mêmes ainsi que les autres joueurs. Il est permis d'utiliser des souliers à crampons pour autant que ceux-ci ne soient pas pointus ou coupants.

À l'exception du gardien de but qui doit porter un maillot différent de celui des joueurs des 2 équipes et des officiels de match, le maillot, les shorts et les chaussettes doivent être de la même couleur (pas nécessairement identique) pour tous les joueurs d'une même équipe.

Les gardiens peuvent porter des pantalons de survêtement en tant qu'équipement de base (en remplacement des shorts).

### BIJOU

Un joueur ne doit pas utiliser d'équipement ou porter quoi que ce soit qui soit dangereux.

**Tout type de bijou** (colliers, bagues, bracelets, boucles d'oreille, rubans de cuir ou de caoutchouc, etc.) **est interdit et doit être retiré.**

Recouvrir les bijoux de ruban adhésif (ou autre) n'est pas autorisé.

La SEULE exception est le bracelet *Medic Alert* qui doit être recouvert par un bandeau de sueur ou autre.

### AUTRE ÉQUIPEMENT

Les protections non dangereuses, comme les casques, les masques faciaux, les genouillères et les coudières en matériaux souples, légers et rembourrés sont autorisés, tout comme les casquettes de gardien et les lunettes de sport.

Ce manuel n'est qu'un guide informatif et ne doit en aucun cas être utilisé comme document de référence absolu

### LUNETTES DE SPORT

**Seules les lunettes de sport sont acceptées et seulement si elles ne représentent aucun danger tant pour le joueur qui les portent que pour les autres joueurs.** Des lunettes composées de matériaux tels que le métal ou la vitre ne sont pas acceptées.

### ORTHÈSES ET PLÂTRES

Les plâtres en matériaux rigides ne sont pas acceptés, et ce même s'ils sont recouverts d'un linge, de papier bulle, ou autre matériel.

Les orthèses souples sont acceptées.

### ÉLASTIQUES POUR CHEVEUX

Il est permis, conformément à la loi 4, de porter un élastique pour retenir les cheveux. Cependant, cet équipement ne doit comporter aucun danger ni pour le joueur ni pour aucun autre joueur. Les bandeaux élastiques cassables ainsi que les bandes non tissées, communément appelées «*prétape*» sont acceptés.

### NOMBRE MINIMUM DE JOUEURS POUR UN MATCH

- Soccer à 11 : Minimum de 7 joueurs sur le terrain
- Soccer à 9 : Minimum de 6 joueurs sur le terrain
- Soccer à 7 : Minimum de 5 joueurs sur le terrain

### **AVANT LE DÉBUT DU MATCH**

- Imprimer la **feuille de match** (via Spordle Play)

Si vous ne pouvez imprimer la feuille, vous pouvez en faire une à la main. Les éléments nommés ci-dessous doivent s'y retrouver :

- Nom de l'équipe receveuse
- Nom de l'équipe visiteuse
- Numéro du match
- Terrain du match
- Date du match
- Heure du match
- Numéro de carte d'affiliation, nom et numéro de chandail des joueurs qui pourraient participer au match
- Numéro de carte d'affiliation et nom de l'officiel d'équipe

Un joueur doit être inscrit sur la feuille de match avant le début du match et se présenter à l'arbitre avant le sifflet de la seconde demie, pour pouvoir participer au match.

- Match de 2 périodes : Avant le sifflet de la deuxième période
- Match de 3 périodes : Avant le sifflet de la deuxième période
- Match de 4 périodes : Avant le sifflet de la troisième période

Tout joueur inscrit sur la feuille de match sera considéré comme ayant participé au match. C'est la responsabilité de l'équipe de rayer le nom de tout joueur ou officiel d'équipe qui ne se trouve pas dans la surface technique.

- Vous assurez d'avoir accès aux **cartes d'affiliations des membres** via la plateforme SpordlePlay (responsabilité de l'équipe et non de l'arbitre)
  - Aucune cartes d'affiliations papier ou en capture d'écran ne sera accepté
- Avoir des **dossards** en cas de conflit de couleur (équipe visiteuse qui doit changer de couleur)
- Avoir des ballons de match (2) (équipe receveuse qui fournit les ballons de match)

#### SUSPENSION D'UN JOUEUR OU D'UN OFFICIEL D'ÉQUIPE SUR LA FEUILLE DE MATCH

Le nom d'un joueur ou d'un officiel d'équipe suspendu doit figurer sur la feuille de match où il doit purger son match, avec la mention SUSPENDUE. Il sera de la responsabilité des officiels d'équipe de rayer le nom de cette personne, pour valider que le membre ne participe pas au match.

L'équipe fautive perd par forfait.

Un joueur ou un personnel d'équipe qui a été exclu ou qui est sous le coup d'une suspension automatique, devra purger la suspension prévue avec l'équipe avec laquelle il a été exclu et ne pourra prendre part au match pour quelque équipe que ce soit tant que la suspension ne sera pas terminée.

#### **PENDANT LA SAISON**

#### POINTS AU CLASSEMENT

Le classement se fera par l'addition des points :

MATCH	POINTS
Match gagné	3 points
Match nul	1 point
Match perdu	0 point
Forfait	-1 point

CUMUL DE CARTONS	POINTS
18 cartons (tout confondus)	-3 points
23 cartons (tout confondus)	-6 points
28 cartons (tout confondus)	-9 points
30 cartons et plus	Expulsion de la coupe et/ou comité de discipline

Ce manuel n'est qu'un guide informatif et ne doit en aucun cas être utilisé comme document de référence absolu

## CLASSEMENTS

- Ligue régionale des Laurentides : <https://page.spordle.com/fr/ligue-de-soccer-laurentides-lr/stats>
- Ligue régionale des Laurentides-Laval-Lanaudière : <https://page.spordle.com/fr/ligue-aval-laurentides-lanaudiere/stats>
- Ligue interrégionale LLLM (LDIR) : <https://page.spordle.com/fr/ligue-aval-laurentides-lanaudiere-mauricie/stats>

**Aucun classement disponible pour les catégories U13 et moins**

## RESPONSABILITÉ DES ÉQUIPES

Les clubs, les équipes, sont responsables de comptabiliser eux-mêmes les cartons reçus par leurs joueurs et membres du personnel, le système informatique utilisé par les ligues n'ayant que valeur de support.

## COMMUNICATION AVEC LE CLUB

Pour toutes questions, demande de prêt, vérification de feuille de matchs, etc., l'équipe devra communiquer directement avec son club d'appartenance.

Aucune communication de la part d'un membre de l'équipe envers un responsable de l'ARS Laurentides ne sera traitée.

## UTILISATION DES JOUEURS

Les joueuses féminines doivent se conformer aux mêmes règlements, lorsqu'utilisées dans des équipes masculines autorisées.

L'utilisation des joueurs se fait comme suit :

1. **SELON L'ÂGE** : Une équipe ne peut utiliser un joueur réserve qui est de plus de deux (2) catégories d'âge inférieures à la sienne à moins d'avoir reçu l'autorisation écrite de l'organisme qui régit la compétition. Cette autorisation peut être accordée seulement si une attestation médicale fournie par un médecin en exercice au Québec, à l'effet que le joueur n'encourt aucun danger supplémentaire pour sa santé. La demande devra également être accompagnée d'une autorisation parentale.

Ce manuel n'est qu'un guide informatif et ne doit en aucun cas être utilisé comme document de référence absolu

2. **DEUX ÉQUIPES DU MÊME CLUB DANS LE MÊME CHAMPIONNAT** : Si un club a plus d'une (1) équipe dans un même championnat avec classement, les joueurs ne peuvent jouer que dans une (1) seule équipe pour toute la durée du championnat.
  
3. **JOUEUR DE DIVISION OU LIGUE SUPÉRIEURE** : Un joueur ayant évolué six matchs dans une division ou ligue supérieure (LDIR, LDP, PLSJQ, LSEQ, Ligue 1) ne pourra être utilisé dans une équipe évoluant dans une division inférieure à moins de respecter les conditions suivantes :
  - Écart d'une seule division
  - Maximum de deux joueurs qui descendent

Ce point ne s'applique pas aux catégories O-30, O-35 et O-45 et à un joueur évoluant dans une catégorie d'âge supérieure à la sienne.

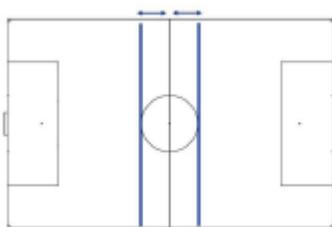
Si l'utilisation de joueurs n'est pas bien respectée, l'équipe fautive peut perdre son match par forfait.

En cas de doute concernant l'éligibilité d'un joueur, merci de contacter directement votre club, ou de vous référer au **fichier Excel : Utilisation de joueurs**.

## LES RÈGLES DE JEU ADAPTÉES POUR LES CDC (U9 à U12)

CADRE DES COMPÉTITIONS U9 À U12		
CATÉGORIE D'ÂGE	U9 ET U10	U11 ET U12
FORMAT DE JEU	7V7	9V9
TEMPS DE JEU	4 x 12 MINUTES Pauses de 3 minutes	3 x 20 MINUTES Pauses de 5 minutes
LIGNE DE RETRAIT <b>Lors du coup de pied de but</b>	AU DÉBUT DE L'ARC CENTRAL	AU DÉBUT DE L'ARC CENTRAL
DÉGAGEMENT DU GARDIEN	INTERDICTION DE LA VOLÉE/DEMI-VOLÉE	INTERDICTION DE LA VOLÉE/DEMI-VOLÉE
REMISES EN TOUCHE	CONDUITE DE BALLE / PASSE AU SOL AVEC LE PIED	À LA MAIN
GRANDEUR DES BUTS	BUTS À 7	BUTS À 7 SI LE TERRAIN EN LARGEUR BUTS À 11 SI LE TERRAIN EN LONGUEUR
TAILLE DU BALLON	4	4
ARBITRES	OUI* 1 arbitre	OUI* 3 arbitres

### LIGNE DE RETRAIT



Les adversaires doivent se trouver derrière cette ligne de retrait lors de l'exécution du coup de pied de but

### DÉGAGEMENT DU GARDIEN



Aucun dégagement à la volée ou demi-volée. Cette interdiction s'applique pour tous les CDC (jusqu'à U12).

Le joueur est soumis aux mêmes restrictions. Aucun contournement du règlement possible

## RÉSUMÉ DES RÈGLEMENTS DE COMPÉTITIONS

### LIGUE RÉGIONALE (LR) ET LIGUE DÉVELOPPEMENT INTERRÉGIONAL (LDIR)

Ballons de match	U13 et -	U14 et +
Ligue LR (A)	4	5
Ligue LDIR (AA)	4	5

Durée des demis	Soccer à 7	Soccer à 9	U13	U14	O30	U15 et U16 / O35	U17 à Senior
Ligue LR (minutes)	4x12	3x20	2x35	2x35	2x35	2x40	2x45
Ligue LR-LLL (minutes)			2x35	2x35		2x40	2x45
Ligue LDIR (minutes)			3x25	2x35		2x40	2x45

Ligue	LR			LDIR
Soccer à	7	9	11	11
Catégories	U9, U10 / O30	U11, U12 / O45	U13 à Sen / O35	U13 à Sen. / O35
<b>Nombre de joueurs</b>	LR - 7	LR - 9	LR - 11	LDIR - 11
Minimum de joueurs (incluant gardien)	5	6	7	7
<b>Dimensions &amp; Distances</b>	LR - 7	LR - 9	LR - 11	LDIR - 11
Distance à respecter sur coup franc	6 m	9,15 m		9,15 m
Distance à respecter sur coup de pied de réparation	6 m	9,15 m		9,15 m
<b>Changements des joueurs</b>	LR - 7	LR - 9	LR - 11	LDIR - 11
Coup d'envoi	Oui			Oui
Coup pied de but	Oui			Oui
Touche offensive	Oui *Permis pour les 2 si l'équipe offensive change			Oui *Comme A
Coup franc et Coup de pied de réparation (pénalty)	Non			
Joueur(s) blessé(s)	Oui *Tous les joueurs			Oui *seulement blessé
Nombre maximum de changements	Illimité			
Port du dossard obligatoire par les remplaçants	Oui			Non
Retardataires doivent arriver avant le coup d'envoi de la deuxième	Oui			
<b>Équipements des joueurs</b>	LR - 7	LR - 9	LR - 11	LDIR - 11
Équipe qui doit changer de couleur chandail	Visiteur			
Lunettes non sportives autorisées?	Non			
Couleur des cuissards et du maillot de corps	Noir, Blanc ou couleur de l'équipement			Couleur dominante de la manche
Couleur du ruban adhésif (ou autre) sur les bas	Couleur de la partie couverte ou transparent			Couleur de la partie couverte
<b>Entraîneurs</b>	LR - 7	LR - 9	LR - 11	LDIR - 11
Nombre maximum d'officiels d'équipe (excluant physio)	3			3
Nombre maximum de physio (si carte)	1 (carte d'affiliation non nécessaire, mais carte de professionnel ou étudiant requis)			1
Minimum d'entraîneur non joueur	1 *0 en Senior			1 *0 en Senior
<b>Arrêt du match</b>	LR - 7	LR - 9	LR - 11	LDIR - 11
Arrêter définitivement le match si écart de 7 buts et entraîneur(s) désirent arrêter	Oui (seulement si la première demie est terminée)			Non
Retard maximal des équipes (minutes)	30			15
Arrêt total de ___ minutes pour annuler match	30			15 Incluant pour le tonnerre
<b>Coupe ou Séries fin de saison</b>	LR - 7	LR - 9	LR - 11	LDIR - 11
Retard des équipes (minutes)	30 *Aucun retard pour la journée des finales			Aucun
Prolongation (temps complet en minutes)	Aucune			2 X 10 minutes
Tirs au but	5 (IFAB)			5 (IFAB)

Ce manuel n'est qu'un guide informatif et ne doit en aucun cas être utilisé comme document de référence absolu