



LOIS DU JEU

Foot en marchant

Saison 2025-2026

REGLES DU JEU

1. Définition du déplacement en marchant

- Les joueurs doivent uniquement marcher (un pied doit toujours être en contact avec le sol).
- Interdiction de courir, de trotter, de sauter avec ou sans le ballon.

2. Utilisation du ballon

- Le ballon ne doit pas dépasser la hauteur des hanches, excepté pour les tirs au but.

3. Surface de réparation

- Les joueurs de champ ne peuvent pas rentrer dans la surface de réparation (Les deux pieds doivent rester en dehors de la surface)
- Le gardien de but ne peut pas sortir de sa surface.

4. Le hors-jeu

- Pas de hors-jeu en football en marchant

5. Les remises en jeu

- Les touches et les corners s'effectuent aux pieds.
- Distance de 2 m entre le ballon et les joueurs adverses
- 2 façons pour effectuer les touches : en passe ou en conduite de balle (maximum 3 touches).
- Le corner:
 - PAS DE CORNER: Si le gardien dévie le ballon en sortie de but. Relance au pied ou à la main.
 - CORNER : Si le ballon sort des limites ou touche le filet (Foot) en ayant été touché par un joueur.



REGLES DU JEU

6. Le jeu du gardien de but

- Le gardien de but peut relancer à la main ou au pied sur ballon au sol.
- Les passes au gardien sont autorisées, celui-ci peut s'en emparer avec les mains ou les pieds.

7. Les coups francs et coups de pied de réparation

- Les tacles, charges et contacts sont interdits.
- Tous les coups francs sont indirects.
- Distance de 2 m entre le ballon et les joueurs adverses pour les coups francs.
- Si le coup franc est trop proche de la surface de réparation (moins de 2 mètres), un recul de 2 mètres sera effectué afin de permettre à la défense adverse de se mettre à distance.

Particularité du terrain synthétique avec parois (type terrain foot5)

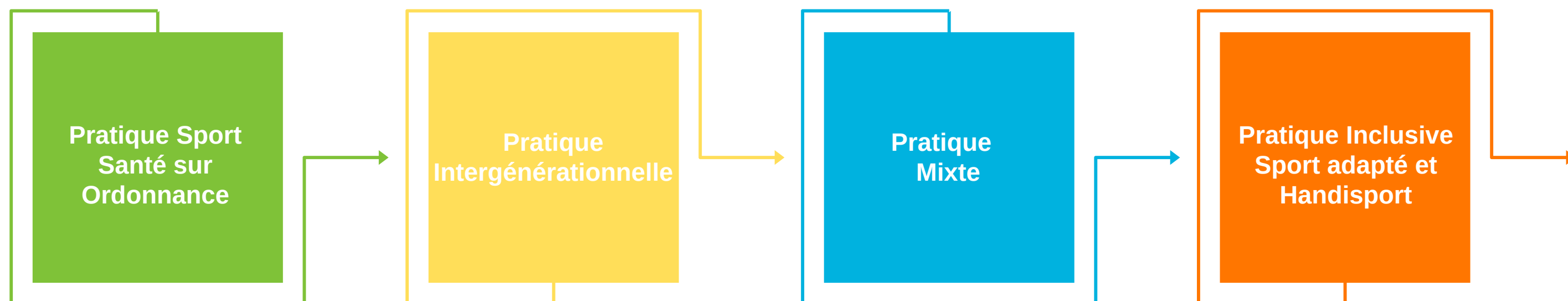
- Utilisation des parois latérales en ricochet pour jouer.
- Interdiction aux joueurs de s'appuyer sur les parois.

Conseils :

- Eviter de mettre les enfants dans les buts quand rencontre intergénérationnelle (puissance frappe de balle).
- Possibilité d'aménagement des règles en fonction des publics et des installations, se mettre d'accord avant le début de la rencontre ou du rassemblement.
- L'autoarbitrage est préconisé.



LES INTERETS DE LA PRATIQUE



SANCTIONS

FAUTES	SANCTION SPORTIVE		SANCTION ADMINISTRATIVE POSSIBLE DANS LE CADRE COMPETITIF
Le ballon dépasse la hauteur des hanches (excepté sur un tir au but)	Coup Franc Indirect (à l'endroit de la passe)	CUMUL FAUTES D'EQUIPE Temps de jeu inférieur ou égal à 10 minutes : 3 fautes cumulées par équipe Temps de jeu supérieur à 10 minutes : 5 fautes cumulées par équipe Si 3 ou 5 fautes cumulées d'équipe en fonction du temps de jeu = COUP DE PIED DE REPARATION	Carton jaune Carton rouge
- Courses des joueurs - Tacle, charge, contact, main des joueurs de champ - Plus de 3 touches de balle - Les joueurs de champ pénètre dans la surface adverse	Coup Franc Indirect (à l'endroit de la faute)		
Contestation			2 minutes d'exclusion Carton jaune Carton rouge
- Le gardien de but sort de sa surface de réparation - Un joueur de champ pénètre dans sa propre surface de réparation	Coup de pied de réparation		Carton jaune Carton rouge