



**Le jeu
avant
l'enjeu**



REGLES DU JEU – FOOT A 7 – SENIOR

Jours de pratique	VENDREDI SOIR (A PARTIR DE 19H) SAMEDI (A PARTIR DE 17H) DIMANCHE MATIN (A PARTIR DE 11H00)	
Licences	LOISIR	
Nombre de joueuse	6 + 1 GB (minimum 5 joueuses – 4 remplaçantes)	
Dimension du terrain, des buts	Terrain : 60 à 70 x 45 à 55m (½ terrain de foot à 11) But : 6 x 2 m	
Ballon	Taille 5	
Type de terrain	Herbe, synthétique ou stabilisé	
Touches	A la main	
Temps de jeu	2 X 35 MINUTES	
Tacle	Interdit	
Coup-franc	Direct (adversaire à 6m)	
Hors-jeu	OUI (A LA LIGNE MEDIANE)	
Gardiennne de but	Relance à la main ou au pied sur ballon posé au sol. Pas de frappe de volée, ou de ½ volée Coup de pied de but : à plus ou moins 1 m à droite ou à gauche du point de réparation : 9 mètres Prise de balle à la main interdite sur passe délibérée d'une partenaire	
Arbitrage	Central (bénévole du club recevant) – A la touche (joueuse remplaçante ou dirigeant)	

UTILISATION DE LA FMI

