



FOOT



**LOIS
DU JEU**
ÉDITION JANVIER 2026

Table des matières

Article 1	JOUEURS/JOUEUSES	P. 3
Article 2	DURÉE DE LA RENCONTRE	P. 3
Article 3	ÉQUIPEMENTS	P. 3
Article 4	TERRAIN	P. 4
Article 5	BUTS et BALLON	P. 5
Article 6	COUP D'ENVOI / ENGAGEMENT	P. 6
Article 7	BALLON EN JEU et HORS DU JEU	P. 6
Article 8	SURFACE DE RÉPARATION et GARDIEN DE BUT	P. 7
Article 9	COUP FRANC	P. 8
Article 10	COUP DE PIED DE COIN (CORNER)	P. 8
Article 11	COUP DE PIED DE RÉPARATION (PENALTY)	P. 8
Article 12	DÉPARTAGE DES ÉQUIPES - SÉANCE DE TIRS AU BUT EN SHOOT OUT (MORT SUBITE)	P. 9
Article 13	ARBITRAGE	P. 10
Article 14	FAUTES ET COMPORTEMENT ANTI-SPORTIF	P. 11
Article 15	HORS-JEU	P. 12

ARTICLE 1 – JOUEURS/JOUEUSES

Un match oppose deux équipes composées chacune de cinq joueurs au maximum, dont un gardien de but et de 3 remplaçants maximum.

Les remplacements peuvent se faire à tout moment de la partie sans attendre d'arrêt de jeu.

Le joueur ne peut rentrer qu'après la sortie du terrain de son coéquipier.

Un match ne peut débuter ou reprendre si l'une des deux équipes compte moins de trois joueurs.

ARTICLE 2 - DURÉE DE LA RENCONTRE

Le temps de pratique ne peut pas dépasser 60 minutes pour un joueur/une joueuse sur une journée

Exemples de plateaux :

PLATEAU À 3 ÉQUIPES

Matchs aller-retour soit
4 matchs par équipe
1 match = 15 minutes

PLATEAU À 4 ÉQUIPES

Matchs aller-retour soit
6 matchs par équipe
1 match = 1 x 10 minutes

PLATEAU À 5 ÉQUIPES

4 matchs par équipe
1 match = 15 ou 2 x 7 minutes

ARTICLE 3 – ÉQUIPEMENTS

L'équipement obligatoire d'un joueur comprend chacun des éléments suivants :

- un maillot avec des manches (courtes ou longues) ;
- un short – le gardien a le droit de porter un pantalon ;
- des chaussettes – tout ruban adhésif ou autre matériau appliqué ou porté à l'extérieur des chaussettes doit être de la même couleur que la partie de la chaussette sur laquelle il est appliquée ou qu'il couvre ;
- des protège-tibias – ceux-ci doivent être en matière adéquate pour offrir un degré de protection raisonnable et doivent être recouverts par les chaussettes ;
- des chaussures.

Un joueur perdant accidentellement une chaussure ou un protège-tibia doit le remplacer le plus vite possible et au plus tard lors du prochain arrêt de jeu ; si, avant de le faire, le joueur marque un but ou est impliqué dans un but de son équipe, le but est accordé.

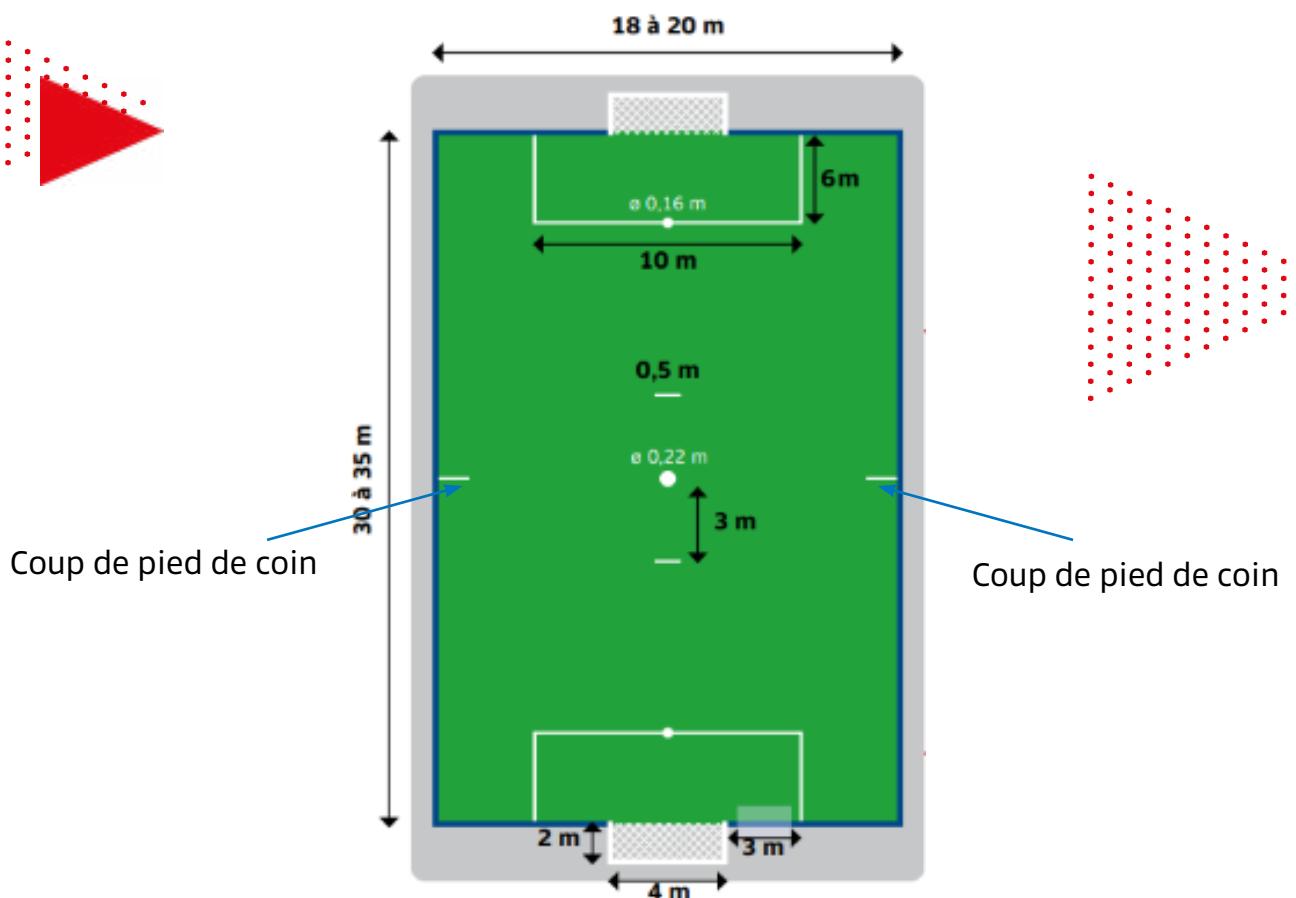
Le port des protège-tibias est obligatoire.

Seules les chaussures à crampons « Artificial Grass » (AG) ou « Turf » sont autorisées. Les chaussures à crampons moulés (“Firm Ground” – FG) et vissés (“Soft Ground” - SG) sont interdites.

ARTICLE 4 - TERRAIN

Le terrain doit avoir les dimensions suivantes : longueur de 30 à 35 mètres et largeur de 18 à 20 mètres et respecter le cahier des charges technique suivant :

→ Cahier des charges technique d'un terrain de Foot5



Tout terrain classé ou référencé, par le service compétent de la FFF ou de ses instances, sera considéré comme conforme, et disposé à recevoir des rencontres.

Lorsque les rencontres se déroulent dans un centre privé de Foot5, la Commission Fédérale des Terrains et Installations Sportives devra autoriser le déroulement des rencontres, et aucunes réserves d'avant-match concernant l'aire de jeu sera recevable.



ARTICLE 5 - BUTS et BALLON

La distance séparant l'intérieur des deux poteaux est de 4 mètres et le bord inférieur de la barre transversale se situe à 2 mètres du sol (profondeur de 50 cm min., section ronde ou ovoïde de 8 cm). Les filets doivent être constitués d'un matériau approprié et accrochés à l'arrière des poteaux ainsi que de la barre transversale par un système d'attache adéquat. Ils doivent être convenablement suspendus afin de ne pas gêner le gardien de but.

Les ballons sont de taille 4 type Futsal ou de taille 5 type Football. Plus précisément, le ballon doit être :

- D'une circonference comprise :
 - Pour le ballon Football à 11 taille 5 : entre 68 cm et 70 cm ;
 - Pour le ballon Futsal taille 4 : entre 62 cm et 64 cm.
- Poids (au début de la rencontre) :
 - Pour le ballon Football à 11 taille 5 : entre 410 g et 450 g ;
 - Pour le ballon Futsal taille 4 : entre 400 g et 440 g.
- Pression (mesurée au niveau de la mer) :
 - Pour le ballon Football à 11 taille 5 : entre 0,6 et 1,1 atmosphère (soit 600 à 1 100 g/cm², ou 8,5 à 15,6 psi) ;
 - Pour le ballon Futsal taille 4 : entre 0,4 et 0,6 atmosphère (soit 400 à 600 g/cm², ou 6 à 8,5 psi).



ARTICLE 6 - COUP D'ENVOI / ENGAGEMENT

L'équipe qui remporte le toss (pile ou face) choisit, soit le but en direction duquel elle attaquera, soit d'effectuer le coup d'envoi.

- L'adversaire se voit attribuer le coup d'envoi ou le choix du but en direction duquel il attaquera. Le coup d'envoi est identique à celui du jeu à 11 cependant, sur le point au centre du terrain.
- Les joueurs adverses doivent se trouver à 5 mètres du ballon. Il est interdit de marquer directement sur l'engagement.

ARTICLE 7 - BALLON EN JEU et HORS DU JEU

Le ballon est considéré comme étant hors du jeu lorsqu'il touche les filets surmontant les palissades, le filet de toit ou sort du terrain.

Il est important de noter que les palissades font partie intégrante du jeu.

Lorsque le ballon sort de la zone de jeu en touchant le plafond ou les filets surmontant les palissades dans la longueur du terrain (droite et gauche), la remise en jeu (touche) se fera par le gardien au pied sur ballon au sol dans sa surface de réparation.

Lorsque le ballon sort de la zone de jeu en touchant les filets surmontant les palissades dans la largeur du terrain, de part et d'autre du but :

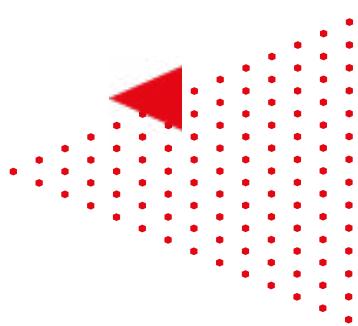
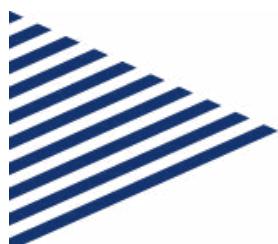
- Le ballon est touché en dernier par l'équipe attaquante avant de sortir des limites du terrain, un coup de pied de but est accordé. Ce coup de pied doit être exécuté par le gardien de but, au pied, sur un ballon immobile au sol à l'intérieur de sa surface de réparation.
- Le ballon est touché en dernier par l'équipe défendante, y compris le gardien de but, la remise en jeu (Coup de pied de coin/ corner) se fera sur la ligne centrale, au pied, sur ballon immobile au sol, à proximité de la palissade à droite ou à gauche en fonction de l'endroit où le ballon est sorti.

Sur toutes les remises en jeu, tous les adversaires doivent se trouver à au moins 5 mètres de l'endroit où est positionné le ballon.

Il n'est pas possible de marquer un but directement sur une remise en jeu.

- Si le ballon entre dans le but adverse, une sortie de but doit être accordée.
- Si le ballon entre dans le but de l'exécutant, un corner doit être accordé.

L'équipe ayant encaissé un but effectue la remise en jeu depuis le centre du terrain.



ARTICLE 8 - SURFACE DE RÉPARATION et GARDIEN DE BUT

SURFACE DE RÉPARATION

La surface de réparation représente la surface d'intervention à la main du gardien. Cette zone est délimitée par une ligne.

L'ensemble des joueurs des deux équipes a la possibilité de jouer dans cet espace et de le traverser avec ou sans ballon.

GARDIEN DE BUT

- **SURFACE DE RÉPARATION :**

Le gardien peut sortir de la surface de réparation.

- **RELANCE :**

Dans la continuité d'une action de jeu, la relance du gardien de but s'effectue à la main ou au pied sur ballon posé au sol, dans la limite de 5 secondes. Interdiction de marquer directement sur une relance. Le gardien n'est pas autorisé à dégager de volée ou de demi-volée.

- **PASSE EN RETRAIT :**

Le gardien n'est pas autorisé à prendre le ballon à la main sur une passe délibérée au pied de son partenaire.

- **COUP DE PIED DE BUT :**

Suite à une sortie du ballon hors du jeu, le coup de pied de but doit obligatoirement être effectué au pied, ballon posé au sol par le gardien de but dans la surface de réparation.



ARTICLE 9 - COUP FRANC

Tous les coups francs sont **indirects**. Les joueurs adverses doivent se trouver à une distance minimale de **5 mètres** lors de l'exécution du coup franc.

Si, le gardien de but commet une infraction dans la surface de réparation, un coup franc coup franc indirect sera accordé, il devra s'exécuter sur la ligne de surface de réparation à l'endroit le plus proche de la faute.

Après avoir posé le ballon, le joueur dispose de **5 secondes** pour remettre le ballon en jeu. Sinon le ballon est rendu à l'adversaire et remis en jeu à l'endroit même de cette faute.

ARTICLE 10 - COUP DE PIED DE COIN (CORNER)

Un coup de pied de coin est accordé quand le ballon, touché en dernier par un joueur ou le gardien de l'équipe défendante, touche les filets surmontant les palissades derrière les buts.

Le ballon doit être placé sur la ligne centrale, à proximité de la palissade (gauche ou droite) en fonction de l'endroit où le ballon est sorti.

Les joueurs adverses doivent se trouver à une distance minimale de 5 mètres lors de l'exécution d'un coup de pied de coin. Après avoir posé le ballon, le joueur dispose de 5 secondes pour remettre le ballon en jeu. Sinon le ballon est rendu à l'adversaire et remis en jeu au même endroit.

ARTICLE 11 - COUP DE PIED DE RÉPARATION (PENALTY)

Le coup de pied de réparation s'effectue sous forme de « shoot out » en 1 contre 1 entre un attaquant et le gardien.

L'attaquant s'élance du milieu du terrain pour marquer.

Le joueur dispose de 5 secondes pour réaliser un tir unique à l'extérieur de la surface de réparation. Il est interdit au gardien de sortir de sa surface.

Tous les joueurs ont le droit de tirer, dont le gardien.

Si le ballon ne rentre pas dans le but, touche la palissade, un poteau, la barre transversale ou le filet, l'action prend fin et le ballon est rendu au gardien. La relance du gardien de but s'effectue à la main ou au pied sur ballon posé au sol, dans la limite de 5 secondes.

ARTICLE 12 - DÉPARTAGE DES ÉQUIPES - SÉANCE DE TIRS AU BUT EN SHOOT OUT (MORT SUBITE)

En cas d'égalité, lors des phases à élimination directe, une séance de tirs au but en « mort subite » sera réalisée pour déterminer le vainqueur de la rencontre.

Tous les joueurs présents sur le terrain à la fin de la rencontre ont le droit de participer aux tirs au but. Même un joueur qui est sous le coup d'une exclusion temporaire peut participer s'il n'a pas encore purgé sa période d'exclusion à la fin du match, dans ce cas l'équipe étant en supériorité n'a pas à réduire son nombre de joueurs, dans la mesure où il y aura le même nombre de participants.

Exemple : Une équipe évolue à cinq contre quatre, dont une exclusion temporaire, à la fin de la rencontre, le joueur étant exclu temporairement peut participer à la rencontre, les deux équipes s'affrontant à cinq contre cinq.

Si, à la fin du temps réglementaire ou pendant la séance de tirs au but, une équipe se retrouve en supériorité numérique à la suite d'une exclusion définitive dans l'équipe adverse, elle doit réduire volontairement son nombre de joueurs afin de rétablir l'égalité numérique entre les deux équipes. L'équipe concernée doit alors informer l'arbitre du nom et du numéro des joueurs retirés.

Sauf indication contraire prévue par le règlement, les joueurs ainsi retirés ne sont pas autorisés à participer aux tirs au but.

Si, avant ou pendant la séance de tirs au but, le gardien de but ne peut plus continuer à jouer, il peut être remplacé par un joueur précédemment retiré afin d'équilibrer le nombre de joueurs entre les équipes.

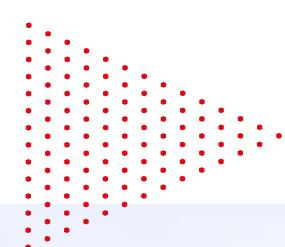
Si les deux équipes sont à égalité après avoir effectué un tir chacune, la séance de tirs au but se poursuit jusqu'à ce qu'une équipe ait marqué un but de plus que l'autre après le même nombre de tentatives.



ARTICLE 13 - ARBITRAGE

La manière d'arbitrer est à la discréTION de l'organisateur, celui-ci doit être capable de s'adapter à l'offre et au format proposés :

- Auto-arbitrage en loisir;
- Arbitrage par des dirigeants ou joueurs des équipes concernées par la rencontre;
- Arbitrage par des dirigeants ou joueurs des équipes non concernées par la rencontre (formule plateau);
- Désignation d'arbitre officiel.



ARTICLE 14 - FAUTES ET COMPORTEMENT ANTI-SPORTIF

L'arbitre a autorité pour infliger des sanctions disciplinaires à partir du moment où il pénètre sur le terrain pour l'inspection d'avant-match et jusqu'à ce qu'il le quitte après le coup de sifflet final (séance de tirs au but comprise).

Si, avant de pénétrer sur le terrain au début du match, un joueur ou un officiel d'équipe commet une faute passible d'exclusion, l'arbitre a autorité pour empêcher le joueur ou l'officiel d'équipe de participer au match ; l'arbitre signalera toute autre incorrection.

Qu'il soit sur le terrain ou en dehors, un joueur ou un officiel d'équipe qui commet une faute passible d'avertissement ou d'exclusion doit être sanctionné conformément à la nature de la faute commise.

Le carton jaune indique un avertissement et le carton rouge indique une exclusion.

Les comportements listés sont également applicables aux officiels d'équipe.

1 - Coup franc indirect ou coup de pied de réparation (penalty)

Un coup franc indirect est accordé si un joueur commet l'une des fautes suivantes de manière imprudente ou inconsidérée (Comportement anti-sportif) (liste non exhaustive) :

- S'accrocher à la palissade, aux filets ou à un joueur
- Tenir ou pousser son adversaire
- Tacler ou frapper son adversaire.
- Charger volontairement un joueur, y compris s'il est proche de la palissade
- Toucher délibérément le ballon des mains (excepté le GDB dans sa surface)
- Conservation du ballon plus de 5 secondes dans les mains du GDB ou remise en jeu après le délai de 5 secondes autorisé
- Menacer ou bousculer un adversaire
- Obstruction à l'évolution d'un adversaire ou du gardien
- Jeu à terre du ballon par un joueur

2 - Approche disciplinaire

L'arbitre a autorité pour infliger des sanctions disciplinaires, à partir du moment où il pénètre sur le terrain pour l'inspection d'avant-match et jusqu'au retour aux vestiaires.

Infractions possibles d'un avertissement et donc d'une exclusion temporaire (carton jaune) (liste non exhaustive) :

- Manifester sa désapprobation en paroles ou en actes ;
- Enfreindre de manière répétée les lois du Jeu (le nombre exact d'infractions à partir duquel l'avertissement doit être infligé est laissé à la discrétion des arbitres) ;
- Se rendre coupable de comportement antisportif.
- Retarder la reprise du jeu ;
- Ne pas respecter la distance réglementaire lors de l'exécution d'une balle à terre sans l'autorisation de l'arbitre ;

Un joueur recevant un carton jaune, sur l'aire de jeu, doit quitter le terrain pour une durée de deux minutes quelle que soit la durée de la rencontre.

Toutes les fautes sanctionnées par un coup franc sont des fautes cumulables. À partir de la troisième faute cumulée d'une équipe, un shoot out est accordé à l'équipe adverse. Le décompte des fautes cumulées est remis à 0 pour chaque équipe à chaque période.

Un remplaçant ou joueur remplacé doit être averti s'il commet l'une des infractions suivantes :

- Retarder la reprise du jeu ;
- Manifester sa désapprobation en paroles ou en actes ;
- Se rendre coupable de comportement antisportif ;



Infractions possibles d'exclusion (carton rouge) :

- Empêche l'équipe adverse de marquer un but ou annihile une occasion de but manifeste en commettant une main (excepté le gardien de but dans sa propre surface de réparation)
- Empêche un adversaire se dirigeant vers le but de marquer ou annihile une occasion de but manifeste en commettant une faute possible d'un coup franc
- Commet une faute grossière ;
- Crache sur/vers ou mord quelqu'un ;
- Adopte un comportement violent ;
- Tient des propos ou fait des gestes blessants, injurieux et/ou grossiers ;
- Reçoit un second carton jaune au cours du même match.

L'exclusion engendre un penalty (en « shoot out ») pour l'équipe adverse.

Un joueur exclu ne pourra plus participer au match en cours, ni prendre place sur le banc des remplaçants, et devra quitter les alentours du terrain de jeu pour se rendre aux vestiaires. Il ne pourra pas participer à minima à la rencontre suivante et la commission ad-hoc statuera sur le nombre de matchs de suspension.

Après autorisation de l'arbitre ou du responsable de plateau, un joueur remplaçant pourra pénétrer sur le terrain de jeu 4 minutes effectives après l'exclusion définitive de son coéquipier.

ARTICLE 15 – HORS-JEU

Il n'y a pas de hors-jeu.

