



## Règlements U10 Mixte et U10 Féminine

*Années 2015-2016-2017*

<b>Ballon</b>	Taille 0
<b>Temps de jeu</b>	4 x 10 minutes (2 minutes d'entre jeu maximum)
<b>Temps mort</b>	NON
<b>Nombre joueurs/GB</b>	5 (4 joueurs de champ + 1 Gardien de but)
<b>Dimensions terrain</b>	Selon la configuration et les tracés de votre salle, les matchs peuvent se dérouler sur l'une des 2 surfaces suivantes : - Jouer sur toute la longueur du terrain de basket, soit 28 m. - Pour la largeur, utiliser la largeur du terrain de basket ou celle du terrain de handball. - Les zones doivent être tracées ou matérialisées par des disques, des bandes ou des adhésifs, tracées à 5 mètres. (Voir les schémas. Article 15.5)
<b>Dimensions buts</b>	Mini but (2.40 de largeur / 1.70 de hauteur)
<b>Réducteurs de buts</b>	NON
<b>Règles de jeu et arbitrage</b>	



<b>Règle des 3 mètres et remise en jeu du GB</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Faire impérativement respecter la règle des 3 mètres.</li> <li>- Relance du GB après but ou arrêt : pas d'intervention défensive sur la première passe dans la zone des 3 mètres afin de reprendre le jeu plus rapidement</li> </ul>
<b>Contacts</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Les contacts doivent être modérés.</li> <li>- Neutralisation interdite</li> </ul> <p>En cas de neutralisation répétée par un joueur et / ou par l'équipe = sanction d'1 minute d'exclusion</p>
<b>Engagement après un but</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Par le GB, adversaires à 3 mètres de la zone</li> </ul>
<b>Reprise du jeu après une faute</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Attendre le remplacement des adversaires à 3m du ballon pour relancer le jeu</li> </ul>
<b>Jet de 7 mètres</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- En appui devant la zone</li> </ul>
<b>Exclusion</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1' avec remplacement immédiat</li> </ul>
<b>Gardien de But</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Au minimum 2 gardiens de but qui font au minimum un quart temps entier chacun</li> </ul> <p>(exemple 1 : GB 1 sur un quart temps et GB 2 sur 3 quarts temps exemple 2 : GB 1 sur 2 quarts temps et GB 2 sur 2 quarts temps)</p>
<b>Obligations de défense</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pas d'alignement le long de la ligne délimitant la zone.</li> <li>- Système Homme à Homme ou Femme à Femme avec des intentions de récupération de balle sur tout le terrain.</li> </ul>
<b>Obligation en attaque</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Il est interdit de sortir le GB et le remplacer par un attaquant.</li> </ul>