



FOOT FÉMININ



Commission
Féminines



MANUEL EDUCATEUR

U6 À U13 FÉMININES

La Commission Féminines

**Bernard
Courrier**

**Stéphanie
Stoïca**

**Serge
Gourdain**

Communication

**Stéphanie
Stoïca**

**Sandra
Martins**

**Patrice
Montagnon**

Compétition

**Lakhdar
Touati**

**Patrice
Montagnon**

**Sandra
Martins**

**Dervil
Argyre**

Technique

**Alexandre
Bernhard**

**Ramy
Nait Saidi**

**René
Copeta**

**Sabri
Ameri**

**Jordy
Ndinda**

**Nicolas
Courtois**

**Angelo
Cizia**

**Dervil
Argyre**

**Ayoub
Ayar**



Pour toute question contactez
PATRICE MONTAGNON - CORRESPONDANT
06 68 86 96 72
feminine@lyon-rhone.fff.fr



Pour toute question technique contactez
ALEXANDRE BERNHARD
06 59 62 55 38
abernhard@lyon-rhone.fff.fr

LE MATCH DU SAMEDI

U7-U9 FEMININES

→ Horaires	Samedi 11h (10h15 sur place)
→ Temps du plateau	50 minutes au total en U7 / 48 minutes au total en U9 à 4 équipes : 12 minutes contre chaque adversaire. 5 minutes obligatoires de repos entre chaque rencontre
→ Effectif	4+4 dont les gardiennes en U7F + 2 remplaçantes max. 5+5 dont les gardiennes en U9F + 2 remplaçantes max.
→ Taille du ballon	Taille 3
→ Arbitrage	Par les éducateurs des 2 équipes à l'extérieur du terrain
→ Temps de jeu	Entre 75% et 100% du temps total du plateau pour chaque joueuse
→ Règlement	Joueuses : U9F (2017) U8F (2018) ; U7F (2019) U6F (2020) Possibilité de 3 sur-classement U7F (2016) en U9F Sous-classement interdit (sauf joueuse jouant en championnat garçon)

- **Coup franc** : Direct
- **Rentrée de touche et de corner** : peut s'effectuer soit par une passe soit directement sur une conduite de balle pour la joueuse qui effectue la touche (ballon arrêté sur la ligne et adversaires à 4m). Les joueuses ont la possibilité d'aller marquer directement suite à la conduite de balle.
- **Dégagement de la gardienne** : La gardienne ne peut pas relancer le ballon directement par une volée ou une $\frac{1}{2}$ volée. Elle peut soit relancer à la main, soit relancer au pied en ayant préalablement posé le ballon au sol.
- **Zone de relance protégée** : L'ensemble de l'équipe adverse doit se trouver en dehors de la zone des 8m. Il ne doit pas y avoir plus de 2 partenaires dans la zone des 8m.
Elle fait la passe à une de ses partenaires dans la zone des 8m, les adversaires ne peuvent y entrer que lorsqu'elle a touché le ballon
- **Tacle interdit** : sanctionné d'un coup franc direct à l'endroit du tacle (ou penalty à 6m si dans la surface)
- **Les fautes** : Toutes les fautes seront sanctionnées par un COUP FRANC DIRECT tiré à l'endroit où la faute s'est produite. Toutefois, si la faute considérée comme grave, un penalty pourra être accordé. Le penalty sera tiré à 6 mètres. Aucune joueuse n'aura le droit d'être dans la surface de réparation.
- **Distance à respecter** : Lors de l'exécution d'un coup d'envoi, des coups francs et des corners, les adversaires doivent se trouver à une distance minimale de 6m.



LE MATCH DU SAMEDI

U11 FEMININES

→ Horaires

Samedi 11h (10h15 sur place)

Possibilité de démarrer à 10h et 14h sur demande par mail à la commission Féminines

→ Temps du plateau

48 minutes au total / à 4 équipes : 16 minutes contre chaque adversaire / à 3 équipes : 25 minutes contre chaque adversaire + 5 minutes obligatoires de repos entre chaque rencontre

→ Effectif

8+8 dont les gardiennes + 2 remplaçantes max.
Moins de 6 joueuses l'équipe est forfait

→ Taille du ballon

Taille 4

→ Arbitrage

Auto Arbitrage interdit

C'est à l'équipe recevante (joueur U15 ou U17, dirigeant licencié) d'arbitrer

→ Temps de jeu

Entre 50% et 75% du temps total du plateau pour chaque joueuse

→ Règlement

Joueuses : U11F (2015) U10F (2016)

Possibilité de 3 sur-classement U9F (2017)

Sous-classement interdit (sauf joueuse jouant en championnat garçon)

● **Coup franc** : Direct et indirect

● **Rentrée de touche** : A la main.

A refaire en cas de mauvais geste

● **Hors-jeu** : A partir de la ligne des 13 mètres

● **Dégagement de la gardienne** : La gardienne ne peut pas relancer le ballon directement par une volée ou une $\frac{1}{2}$ volée. Elle peut soit relancer à la main, soit relancer au pied en ayant préalablement posé le ballon au sol. *Si elle fait, elle sera sanctionnée par un coup franc indirect sur la ligne des 13 m, perpendiculairement à l'endroit de la faute, avec un mur situé à 6m du ballon.*

● **Passe en retrait à la gardienne** : La gardienne ne peut pas saisir le ballon des mains sur une passe bottée (donc du pied) délibérément par une partenaire. *Si elle le fait, elle sera sanctionnée par un coup franc indirect sur la ligne des 13m, perpendiculairement à l'endroit de la faute, avec un mur situé à 6m du ballon.*

● Note explicative sur les pratiques féminines Pratique U11F :

>> Pratique **Foot à 8 100% Féminine** avec 3 phases dans la saison avec 1 poule unique départementale (Si engagement dans cette pratique, prendre en compte la possibilité de faire davantage de kms)

>> Pratique **Foot à 5 100% Féminine** sous format de Footmix sur des dates précises sur le long de la saison.



LE MATCH DU SAMEDI

U13 FEMININES

→ Horaires

Samedi 14h (13h15 sur place)

Possibilité de démarrer à 10h-11h ou 15h30 sur demande par mail à la commission Féminines

→ Durée du match

2 x 30 minutes sans temps additionnel / Coupe Festival : 4 équipes: 3 x matchs de 20 minutes - 3 équipes : 2 matchs de 30 minutes + temps de pause à l'appréciation de l'arbitre

→ Effectif

8+8 dont les gardiennes + 3 remplaçantes max.
Moins de 6 joueuses l'équipe est forfait

→ Taille du ballon

Taille 4

→ Arbitrage

Arbitre capacitaire de l'équipe visiteuse, si non présentation, c'est à l'équipe recevable (joueur U15 ou U17, dirigeant licencié) d'arbitrer
Pour les assistants: 1 joueuse remplaçante de chaque équipe par ex.

→ Temps de jeu

50 % minimum du temps total du match.
Tous les joueuses doivent sortir au moins une fois (sauf GB).

→ Désignation du match

Sur le site internet du District .
Sur le PV et par email pour la Coupe Festival.

→ Règlement

Joueuses U12F (2014) & U13F (2013) - Possibilité de 3 surclassements
U11F (2015) / Sous-classement interdit ((sauf joueuse jouant en championnat garçon) / Mutation : 4 dont 1 hors période

- **Coup franc** : Direct et indirect
- **Rentrée de touche** : A la main.
A refaire en cas de mauvais geste
- **Hors-jeu** : A partir de la ligne médiane
- **Dégagement de la gardienne** : La gardienne ne peut pas relancer le ballon directement par une volée ou une $\frac{1}{2}$ volée. Elle peut soit relancer à la main, soit relancer au pied en ayant préalablement posé le ballon au sol.
Si elle fait, elle sera sanctionnée par un coup franc indirect sur la ligne des 13 m, perpendiculairement à l'endroit de la faute, avec un mur situé à 6m du ballon.
- **Coup de pied de but**: comme foot à 11
- **Passe en retrait à la gardienne** : La gardienne ne peut pas saisir le ballon des mains sur une passe bottée (donc du pied) délibérément par un partenaire.
Si elle le fait, elle sera sanctionnée par un coup franc indirect sur la ligne des 13m, perpendiculairement à l'endroit de la faute, avec un mur situé à 6m du ballon.
- **Temps de rotations**: à la moitié de chaque mi-temps, un temps de rotation est mise en place afin d'organiser les changements de joueuses. Les remplacements ne pourront s'effectuer qu'à ce moment-là sauf en cas de blessure.
- **Temps de cette pause rotation**: 30 secondes.



CALENDRIERS

U7 FEMININES

	SEPTEMBRE 2025				OCTOBRE 2025				NOVEMBRE 2025					DECEMBRE 2025				JANVIER 2026				
	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S		
	5	13	20	27	4	11	18	25	1	8	15	22	29	6	13	20	27	3	10	17	24	31
U7				Rentrée du foot	J1 Plateau des copines					J2 Plateau des copines		J3		J4					Foot 5 Passion 100% F	Futsal c'est TOP		Futsal c'est TOP Foot 5 Passion 100% F
	FEVRIER 2026				MARS 2026				AVRIL 2026				MAI 2026				JUN 2026					
	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S
	7	14	21	28	7	14	21	28	4	11	18	25	2	9	16	23	30	6	13	20	27	
U7				Futsal c'est TOP	J5 Thématique "Carnaval" Plateau des copines		J6		pléiades			J7 Thématique "Pléiades" Plateau des copines		J8	Ascension	Pentecôte	Fête DLR au Festival		JND			

U9 FEMININES

	SEPTEMBRE 2025				OCTOBRE 2025				NOVEMBRE 2025				DECEMBRE 2025				JANVIER 2026					
	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S				
	5	13	20	27	4	11	18	25	1	8	15	22	29	6	13	20	27	3	10	17	24	31
U9			J1 Rentrée du foot		J2 Plateau des copines	J2 Challenge Penalty				J3 Plateau des copines			J4		J5			J6 Futsal c'est TOP Foot 5 Passion 100% F		J7 Futsal c'est TOP		J8 Foot 5 Passion 100% F
	FEVRIER 2026				MARS 2026				AVRIL 2026				MAI 2026				JUN 2026					
	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	
	7	14	21	28	7	14	21	28	4	11	18	25	2	9	16	23	30	6	13	20	27	
U9				J6 Plateau des copines	J7 Shoot Out		J8	J9 Pléiades			J10 Plateau des copines	J11 J10 Conduite de balle	J12 Ascension	J13 Pentecôte	J14 Fête DLR au Festival	J15 Tournoi Interclubs (16 équipes)						

U11 FEMININES

	SEPTEMBRE 2025				OCTOBRE 2025				NOVEMBRE 2025					DECEMBRE 2025				JANVIER 2026				
	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	
	5	13	20	27	4	11	18	25	1	8	15	22	29	6	13	20	27	3	10	17	24	31
U11			J1 Rentrée du foot	J2 Phase 1	J3 Phase 1	J4 Phase 1			J1 Phase 2	J2 Phase 2	PPF U11F	J3 Phase 2	P.E.F. Téléthon 100%F.	J5 Phase 2	Futsal c'est TOP			Futsal c'est TOP				J1 Phase 3
	FEVRIER 2026				MARS 2026				AVRIL 2026					MAI 2026				JUN 2026				
	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	
	7	14	21	28	7	14	21	28	4	11	18	25	2	9	16	23	30	6	13	20	27	
U11	Futsal c'est TOP			J2 Phase 3	J3 Phase 3	Foot 5 Passion P.E.F. Solidarité	J5 Phase 3	Pâques			J6 Phase 3	J7 Phase 3		Ascension	Pentecôte	Clôture Tournoi Festival 100%F	Fête DLR au Festival					

U13 FEMININES

	SEPTEMBRE 2025				OCTOBRE 2025				NOVEMBRE 2025					DECEMBRE 2025				JANVIER 2026				
	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	
	5	13	20	27	4	11	18	25	1	8	15	22	29	6	13	20	27	3	10	17	24	31
U13			J1 Phase 1	J2 Phase 1	PPF U12F U13F	J3 Phase 1	J4 Phase 1		1er Tour Festival 13F	J5 Phase 1	J6 Phase 1	PPF U12F	J7 Phase 1	Futsal Coupe du DLR U13 Tour 1							Futsal Coupe du DLR U13	2ème Tour Festival 13
																					Foot 5 Passion 100% F	
U13	FEVRIER 2026				MARS 2026				AVRIL 2026				MAI 2026				JUIN 2026					
	Foot 5 U13 critérium			J1 Phase 2	J2 Phase 2	J3 Phase 2	J4 Phase 2	Pléiades	J5 Phase 2	J6 Phase 2	J7 Phase 2	Ascension	Pentecôte	Clôture Tournoi Festival 100%F								
								Finale DEP Festival 13						Finale Coupe Grap								

ADMINISTRATIF

L'extraction sur PAPIER des licences (avec nom, prénom, date de naissance, numéro de licence et photo) est **OBLIGATOIRE** et à jour sur le match !

Tous les documents papiers, ainsi que les informations sur l'utilisation de la FMI sont disponibles sur le site du District.

L'application **FOOT COMPAGNON** est aussi un plus ! (licences, matchs, classements)

U7-U9 FEMININES

Obligations du club recevant:

il remplit la description du plateau (date, site, n° de plateau, poule, équipes participantes) et envoie sous 48h à la Commission Féminines par mail

Obligations des clubs participants :

ils remplissent les informations demandées par joueuse (nom et prénom de tous les acteurs de la rencontre) et la donne au club recevant

Où trouver les plateaux U7-U9F ?

Sur le PV, par email et sur le groupe Whatsapp



Formation

CFI U6-U9 préconisé pour les éducateurs de cette catégorie
Attestation Fédérale Pratique Féminine à minima

U11 FEMININES

Obligations du club recevant:

il remplit la description du plateau (date, site, n° de plateau, poule, équipes participantes, numéro de licence, nom et prénom de tous les acteurs de la rencontre) et envoie sous 48h à la Commission Féminines par mail

Où trouver les matchs U11F ?

Sur le PV, par email et sur le groupe Whatsapp



Formation

CFI U10-U13 préconisé pour les éducateurs de cette catégorie
Attestation Fédérale Pratique Féminine à minima

U13 FEMININES

Obligations du club recevant:

il fournit la tablette et remplit correctement les informations demandées (numéro de licence, nom et prénom de tous les acteurs de la rencontre).

Les deux éducateurs signent la tablette à la fin du match. En cas de défaillance de la tablette, remplir obligatoirement une FDM papier avant le début match (téléchargeable sur le site du DLR) et à envoyer sous 48h à la commission Féminines par mail

Où trouver les matchs U13F ?

Sur le site web du district <https://lyon-rhone.fff.fr/>



Formation

CFI U10-U13 préconisé pour les éducateurs de cette catégorie
Attestation Fédérale Pratique Féminine à minima

