

RINGUETTE DE GYMNASSE: FEUILLE DES RÈGLES



LES RÈGLES DE SÉCURITÉ

1. Les bâtons doivent jamais être levés au-dessus de la taille.
 - Rappelez aux joueur·euse·s que les bâtons sont des équipements sportifs qui ne doivent être utilisés que dans le but pour lequel ils ont été conçus.
 - Rappelez aux joueur·euse·s que nous ne sommes pas en train de jouer au golf et qu'ils doivent garfaire leur mouvement d'accompagnement devant leur corps (on ne sait jamais qui peut se trouver derrière vous).
 - Utilisez la règle du nombril - pas de bâton au-dessus du nombril, jamais.
2. Sauf indication contraire, les anneaux doivent rester au sol.
 - Le seul moment où les anneaux peuvent quitter le sol est lorsque le joueur·euse effectue un tir au filet.
 - Les anneaux sont durs et peuvent causer des blessures aux joueur·euse·s qui ne portent pas de protection faciale ou d'autres équipements de protection.
3. À tout moment, les enfants doivent avoir DEUX MAINS sur leur bâton.
 - Les enfants auront un meilleur contrôle de leur bâton et de leur anneau lors des exercices et des activités, ce qui contribuera à prévenir les blessures.
4. Respectez touste le monde.
 - Cet endroit doit être sécuritaire pour touste le monde et nous encourageons les participant·e·s à toujours se respecter les uns les autres et à respecter les instructeur·rice·s et les bénévoles.

LES RÈGLES DE LA RINGUETTE DE GYMNASSE

- Il y a un maximum de 5 joueur·euse·s par équipe plus un·e gardien·ne de but (6 au total). On peut réduire le nombre de joueur·euse·s dans les petits gymnases.
- Le jeu est divisé en deux ou plusieurs périodes égales dont le temps est fixé par l'instructeur·rice.
- Le jeu commence par une mise au jeu dans le cercle central. L'équipe qui effectue la mise au jeu alterne à chaque période.
- L'anneau doit être passé au-delà de toute ligne désignée. Aucune manipulation de bâton chevauchant la ligne n'est autorisée. L'anneau doit être touché par un·e autre joueur·euse avant que celui qui effectue la passe puisse le toucher à nouveau.
- Pour des raisons de sécurité, seul·e le·a gardien·ne de but est autorisé·e à pénétrer dans l'enceinte du but.
- Aucun contact physique avec les adversaires n'est autorisé. Un contact délibéré donne une mise au jeu à l'autre équipe.
- Après qu'un but a été marqué ou que l'anneau soit sorti des limites du terrain, le jeu reprend par une mise au jeu.

Gardez à l'esprit que chaque séance de ringuette sera différente et que, dans certains cas, en raison du temps imparti et de la capacité des participant·e·s, il n'est pas toujours dans l'intérêt d'une expérience sportive positive de vouloir à tout prix organiser rapidement une partie complète de ringuette.

