



LES RÈGLES INCONTOURNABLES DU FOOTBALL EN MARCHANT

- Les joueurs doivent uniquement marcher.
- Le ballon ne doit pas dépasser la hauteur des hanches.
- Les tacles, charges et contacts sont interdits.
- Les touches s'effectuent aux pieds.
- Distance de 2m entre le ballon et les joueurs adverses pour toutes les remises en jeu (touches, corners, coups francs).
- Interdiction de marquer de son propre camp.
- Les coups francs sont tous indirects.
- Le gardien relance au pied ou à la main.

PRÉSENTATION :

Le Foot en marchant ou "Walking Football" est une variante du football qui se pratique à effectif réduit (5 contre 5 ou 6 contre 6 selon la taille du terrain et le type de public).

Créé en 2011 en Angleterre, c'est une version lente du football avec des règles aménagées permettant une pratique loisir totalement sécurisée et accessible à tous et toutes (intergénérationnelle, mixité hommes-femmes et/ou sociale, inclusion). Cette pratique s'inscrit dans la démarche du Sport Santé.

VIDÉO DE PRÉSENTATION "Ligue Bourgogne-Franche-Comté" :

Cliquer sur le lien suivant : [A la découverte... du Foot en marchant! - Youtube](#)

- Format possible : 1 gardien de but par équipe; les joueurs ne peuvent rentrer dans la surface de réparation et le gardien ne peut en sortir.
- Autre format possible : pas de gardien ; on ne peut marquer que dans la surface de réparation adverse.
- Variante possible : 3 touches de balle maximum.

ALLER PLUS LOIN :

Le mini-guide du Foot en marchant FFF : à récupérer auprès des CT DAP