



PROJET « INTERCLUBS »

« La pratique à votre rythme »



1



SECTION
**FOOT
LOISIR**

UNE PRATIQUE SPORT « SANTÉ »

Le Foot en Marchant est une variante du football, il se pratique en effectif réduit, les joueurs ont interdiction de courir.



C'est une version plus lente du football avec des règles aménagées permettant une pratique loisir sécurisée et accessible à tous.

LES PARTICULARITÉS



LES CHAUSSURES

Des chaussures de football ou baskets sont conseillées. Les protège-tibias sont aussi obligatoires.



LE BALLON

Un ballon de Futsal ou de taille T5 est préconisé.



LE TERRAIN

Toute surface avec pour dimensions 18-30m de largeur x 30-40m de longueur est utilisée pour la pratique.

UNE NOUVELLE PRATIQUE DU FOOTBALL

L'APPORT DU FOOTBALL EN MARCHANT ET SES COMPLÉMENTARITÉS
DANS LE CADRE DU DÉVELOPPEMENT DE LA PRATIQUE « LOISIRS » AU SEIN DE NOS CLUBS FFF



<https://ffftv.fff.fr/video/6306345267112/decouvrir-le-foot-en-marchant>



DYNAMIQUE
SPORT « SANTE »



COHÉSION ET PARTAGE EN ÉQUIPE



MIXITÉ DES PUBLICS



INTÉGRATION SOCIALE



ALLER À LA RENCONTRE D'UN « NOUVEAU » PUBLIC



PLAISIR DU JEU



NIVELLEMENT DES PRATIQUANT(E)

L'ORGANISATION DU DISTRICT



Jean-Jacques GAZEAU
PRÉSIDENT DU DISTRICT
DE VENDÉE DE FOOTBALL



Gwenaëlle RICHARD
VICE-PRÉSIDENTE DU DISTRICT
RESPONSABLE ÉLU DU PÔLE DAP, RÉFÉRENTE
RÉGIONALE

La commission départementale des pratiques « loisirs »

« UNE ÉQUIPE AU SERVICE DES CLUBS »



Président de la commission
« Loisirs » :

Gwenaëlle RICHARD
06 60 76 07 29
christian.guibert86@orange.fr



Pôle loisirs foot traditionnel à 11 – 8 – 5

CTD

Bastien PASQUEREAU (Masculin) / Kévin BELY (Féminin)
06 79 97 09 68 - 07 87 06 80 00
bpasquereau@foot85.fff.fr / kbely@foot85.fff.fr



Pôle loisirs foot santé et diversifié

CTD

Adrien REMAUD
06 27 24 12 67
aremaud@foot85.fff.fr

Membres
GT FOOT
A 11 :

- Julien DULOU
- René Paul CARTRON
- Antoine FERRAND

Membres
GT FOOT
A 8 :

- Julien DULOU (M)
- Céline DELAVAUD (F)

Membres
GT FOOT
A 5 :

Membres
GT
FOOT
GOLF :

Membres
GT
FUTNET :

- Kévin CASTELAO
- Jimmy LIBERT

Membres
GT FOOT
EN MARCHANT :

- JF GAUTRON
- René Paul CARTRON

Membres
GT
FEETBOOL :

- Philippe GUESDON

GUIDER – CONSEILLER – INFORMER – ORGANISER – PLANNIFIER – TRANSMETTRE

Adrien



REMAUD Adrien
CTD
aremaud@foot85.fff.fr
06 27 24 12 67

Carlyne



BRIEAU Carlyne
BMF APPRENTISSAGE
cbrieau@foot85.fff.fr
07 71 89 77 76

VOS INTERLOCUTEURS EN PROXIMITÉ

Le développement de la pratique : une dynamique de secteur !

René Paul CARTON
06 73 71 01 60

SECTEUR CHALLANS
SECTION CLUB : FC LA GARNACHE



Louis ORION
06 32 71 45 66

SECTEUR LES SABLES D'OLONNE,
SECTION CLUB : LES SABLES VF



Jean-François GAUTRON
06 77 75 48 90

SECTEUR LA ROCHE SUR YON
SECTION CLUB : ESOF LA ROCHE SUR YON



Philippe RONDEAU
06 20 37 59 91

SECTEUR MONTAIGU-LES HERBIERS
SECTION CLUB : VENDEE LES HERBIERS FOOTBALL



Michel BAUDOUIN
06 46 62 19 91

SECTEUR CHANTONNAY-POUZAUGES
SECTION CLUB : AS LA CHÂTAIGNERAIE



Florian GIBAUD
06 45 68 53 26

SECTEUR FONTENAY-LUCON
SECTION CLUB : VENDÉE FONTENAY FOOT



LES OBJECTIFS DES « INTERCLUBS » DU DISTRICT

SE RENCONTRER : en avant marche !

Partager des relations amicales (social)

Pratiquer ensemble une activité sportive (santé)

Créer une dynamique en intra secteur (attirer, développer)

Communiquer sur la pratique au travers de ce rassemblement (valoriser)

LE DÉROULEMENT DU RASSEMBLEMENT



LES HORAIRES (INDICATIFS)			LE DÉROULEMENT
<u>MATIN :</u>	<u>APRÈS-MIDI :</u>	<u>SOIR :</u> (public « actifs »)	
9H45	13H45	19H00	Arrivée du/des club(s), accueil café
10H	14H15	19H15	Briefing sur les lois du jeu, l'état d'esprit attendu et la répartition des équipes
10H15	14H30	19H30	Début de l'échauffement collectif OBLIGATOIRE (tous les participants ensemble, menés par référent)
10H30 (CRÉNEAU DE PRATIQUE : 1H30)	14H45 (CRÉNEAU DE PRATIQUE : 1H30)	19H45 (CRÉNEAU DE PRATIQUE : 1H30)	<p>Début des rencontres : Format OBLIGATOIRE « montée-descente » sur 3 matches de 20 min (mi-temps 5 min max) – Tirage au sort à l'aide de lettres pour les emplacements de départ sur les terrains (voir plan en diapo suivante : A-B-C-D-E-F-G-H)</p> <p><u>Objectifs :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - 1h de pratique pour tous - Même nombre de rencontres par équipe - Pas de classement - Auto-arbitrage
12H	16H	21H15	Fin de l'activité – Débrief et photo collective (obligatoire : retour sur mpaquereau@foot85.fff.fr ou directement sur WhatsApp au 06 58 70 77 29)
12H15	16H15	21H30	Temps de convivialité (apéritif, goûter à la charge du club recevant)
12H30 (ou plus...)	16h30 (ou plus...)	22h00 (ou plus...)	Clôture de l'interclubs

L'ORGANISATION DE LA PRATIQUE

CAHIER DES CHARGES

Le terrain : 1 terrain à 11 herbe ou synthétique (ou un gymnase)

Les buts : adaptés foot à 5 (avec des filets)

Les dimensions de jeu : [voir tableau des lois du jeu en diapo suivante](#)

Les chaussures : baskets ou crampons moulés

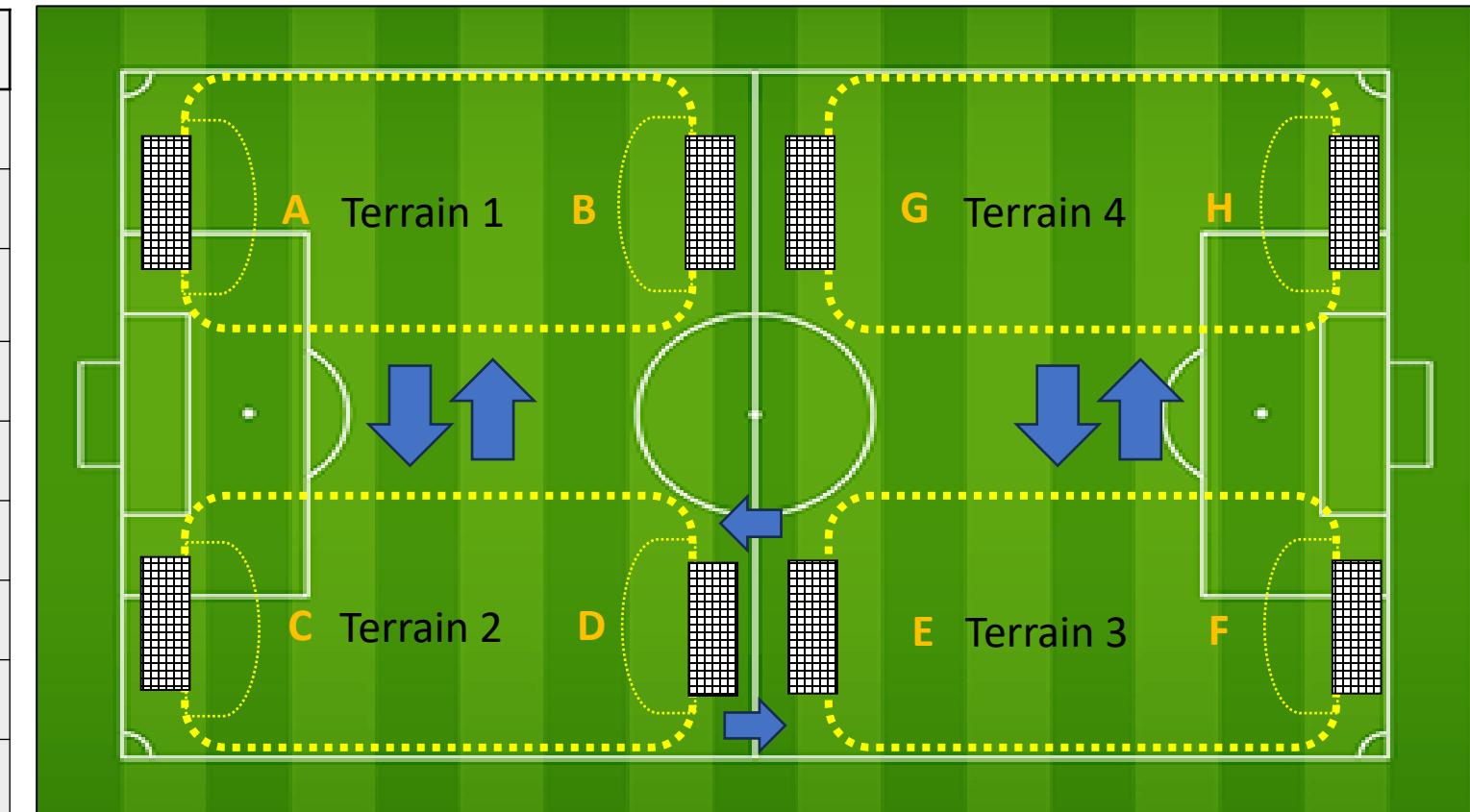
La tenue officielle : maillot, short et chaussettes du club (**obligatoire**)

Les protège-tibias : non obligatoires

L'âge : pas d'âge requis (aptitude via la délivrance de la licence)

La licence FFF : LOISIRS **Obligatoire** (licence sport « santé » **interdite**)

L'état d'esprit : loisirs sans compétition (**auto-arbitrage obligatoire**)



Début des rencontres : format OBLIGATOIRE « montée-descente » sur 3 matches de 20 min (mi-temps à 10 min pendant 5 min maximum)

Tirage au sort : à l'aide des lettres pour les emplacements de départ sur les terrains (voir plan ci-dessus : A-B-C-D-E-F-G-H)

LES LOIS DU JEU

LES REGLES OFFICIELLES DU FOOT EN MARCHANT

PRECONISATION 5c5	LES REGLES DU JEU COMPETITION
NOMBRE DE TOUCHES DE BALLE	Libre
HAUTEUR DE BALLON LORS DES PASSES / TIRS	Hauteur But (1m80)
TACLES ET CHARGES	Interdit
MISE À DISTANCE ADVERSAIRES SUR STRATÉGIE	4m (au pied)
COUP DE PIEDS ARRÊTÉS	Indirect (1m max d'élan)
TEMPS DE JEU MAXIMUM (SELON ORGANISATION)	60' maximum avec 20' maxi par séquence
NOMBRE MAXIMUM DE REMPLAÇANTS	5
TEMPS POUR JOUER LES REMISES EN JEU (BALLON GDB COMPRIS)	4 secondes
TOUCHES	Passe au pied
SURFACE GDB (ZONE INTERDITE)	6m (Zone interdite type handball – ¼ cercle de 6m à partir des poteaux et ligne à 6m devant le but)
PÉNALTY	6m (1m max d'élan)
HORS-JEU	Non
PASSE EN RETRAIT AU GDB	Prise de balle à la main autorisée
DÉPLACEMENT (AVEC OU SANS BALLON)	1 appui au sol obligatoire (Marche)



DIRECTION TECHNIQUE NATIONALE

INSTALLATION ET MATÉRIEL

- **Revêtement** : terrain synthétique, gymnase, terrain de futsal extérieur ou terrain de Foot 5 ou pelouse.
- **Tracés**: marquages avec des éléments en PVC/silicone
- **Ballon** : de taille 4 ou 5 selon le public
- **Espace de jeu** :
 - 5c5 :
 - Terrain : 36x20m
 - But : 4x1,80/2m
 - 6c6 :
 - Terrain : 40x20/24m
 - But : 4x1,80/2m
(gymnase : 3x2m)

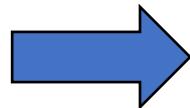
ECHANGE

Quelles règles peuvent être adaptées en fonction du niveau de pratique ?



LA COMMUNICATION ET L'ADMINISTRATIF DU RASSEMBLEMENT

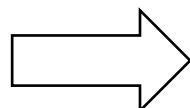
AVANT



Mise en ligne sur le site et les réseaux du club de l'affiche officielle de votre rassemblement pour mobiliser en interne.



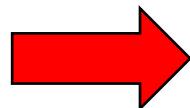
PENDANT



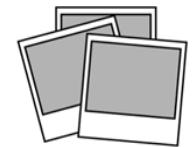
Contactez vos correspondants locaux pour couvrir l'évènement le jour J et n'hésitez pas à faire des stories sur vos différents réseaux pour mettre en valeur vos exploits !



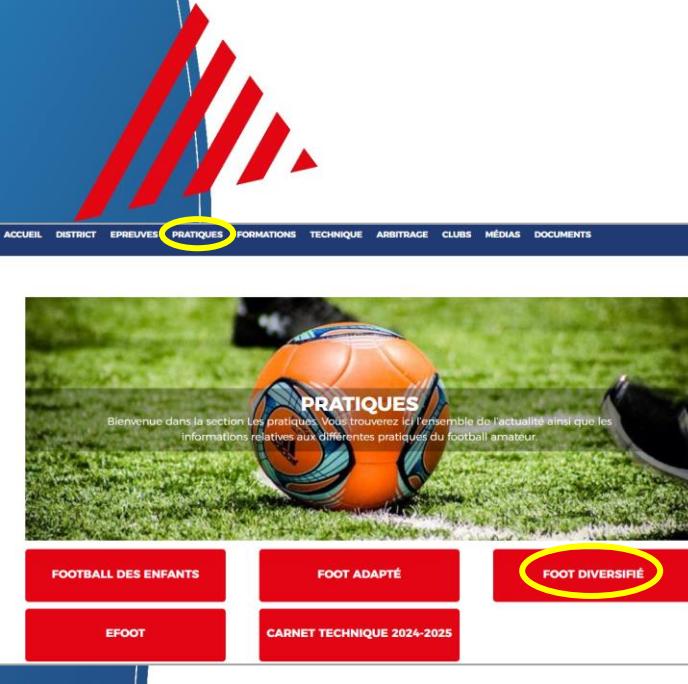
APRÈS



- 1) Retour de la fiche « BILAN » OBLIGATOIRE dans les 4 jours suivant l'interclubs, sur la messagerie : shuvelin@foot85.fff.fr
- 2) Retour de la photo officielle des équipes, OBLIGATOIRE pour publication sur les réseaux départementaux via l'adresse : mpaquereau@foot85.fff.fr ou via WhatsApp au 06 58 70 77 29.



L'ACCOMPAGNEMENT DU DISTRICT



ACCUEIL DISTRICT EPREUVES **PRATIQUES** FORMATIONS TECHNIQUE ARBITRAGE CLUBS MÉDIAS DOCUMENTS

PRATIQUES

Bienvenue dans la section Les pratiques. Vous trouverez ici l'ensemble de l'actualité ainsi que les informations relatives aux différentes pratiques du football amateur.

FOOTBALL DES ENFANTS FOOT ADAPTÉ **FOOT DIVERSIFIÉ**

EFOOT CARNET TECHNIQUE 2024-2025

- 1) Une affiche personnalisable et des outils « clés en main » pour accompagner le club
- 2) Sur demande, une visite d'accompagnement d'un membre de la commission départementale
- 3) Une formation dédiée à la mise en place de la pratique

L'esprit foot sans compétition

Née en Angleterre il y a un peu plus de 10 ans, cette version « lente » du football s'inscrit dans une démarche sport santé. Totallement sécurisé et accessible à tous, le foot en marchant a pour avantage d'être intergénérationnel, mixte et inclusif !

(Re)Découvrez dès maintenant la discipline en vidéo grâce à l'expérience de l'US Saint Meen Saint Ouen.

À la découverte du foot en marchant | FFF 2... À regarder ... Partager

Regarder sur  YouTube

Vous souhaitez lancer votre section de foot en marchant ? Retrouvez ici tous les documents utiles pour le développement de la pratique :

- Miniguide du foot en marchant
- Affiche personnalisable Foot en Marchant
- Plaquette promotionnelle foot en marchant

Pour plus d'infos, contactez Adrien Remaud, Conseiller Technique DAP, à l'adresse aremaud@foot85.fff.fr ou par téléphone au 06 27 24 12 67.

FOOT EN MARCHANT

Guide d'accompagnement au développement de la pratique



LE FOOT EN MARCHANT

Née en Angleterre il y a un peu plus de 10 ans, cette version « lente » du football s'inscrit dans une démarche sport santé.

Totalement sécurisé et accessible à tous, le foot en marchant se veut adaptable, mixte, inclusif et intergénérationnel !

LE PUBLIC CIBLE

Les licencié.e.s : les plus de 45 ans (super-vétérans) / les dirigeant.e.s

Les non-licencié.e.s : âgé.e.s de plus de 45 ans. Pratique ouverte aux pratiquant.e.s handisport et sport adapté.

UNE PRATIQUE AU COEUR DU SPORT SANTÉ

Le foot en marchant permet notamment de :

- maintenir la force musculaire et osseuse
- améliorer ses capacités respiratoires et cardio-vasculaires
- prévenir les principales pathologies chroniques
- favoriser un bien-être psychologique

Attention. La pratique reste contre-indiquée pour des personnes atteintes de pathologies chroniques non-équilibrées ou aigües. Vos licenciés doivent détenir un certificat médical valide attestant l'autorisation de la pratique.

DES RÈGLES AMÉNAGÉES

- Interdiction de courir et de lever le ballon au dessus 1m80 (hauteur des buts)
- Pas de hors-jeu
- Tacles, contacts et coups francs interdits
- Remises en jeu : les adversaires doivent être au moins à 4 mètres
- Gardien de but : seul autorisé dans la surface de réparation, peut relancer à la main ou au pied
- Opposition : 5 vs 5 ou 6 vs 6
- Temps de jeu : 60 min maximum
- Nombre de périodes modulable en fonction du public

LES AVANTAGES POUR LE CLUB

- Diversification de l'offre de pratique
- Arrivée de nouvelles/nouveaux licencié.e.s (parents, bénévoles...)
- Fidélisation des licencié.e.s
- Engagement de nouvelles/nouveaux bénévoles
- Ancrage du club dans une démarche Sport Santé

CONTACT

Adrien Remaud
06 27 24 12 67
aremaud@foot85.fff.fr

MERCI
POUR VOTRE ENGAGEMENT



Foot en
MARCHANT

« La pratique à votre rythme »



SECTION
FOOT
LOISIR