



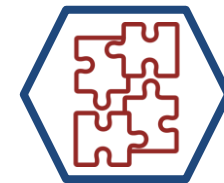
# Pratique U11 F

## Saison 2026 - 2027

District de Lyon et du Rhône



# Organisation



Pratique mise en place sur la saison 26 – 27 pour 2 raisons évidentes :

- La pratique à 5 est plus adaptée que la pratique à 8 pour des jeunes filles qui débutent, pour la grande majorité d'entre elles, le football sur les catégories U10 – U11.
- Dans un objectif de préparation serein et pertinent des effectifs U11F, nous souhaitons laisser du temps aux clubs de construire leurs effectifs. Ainsi, la pratique devient évolutive sur la saison afin d'éviter notamment les nombreux forfaits et manquements aux règlements (joueuse non licenciée, surclassement de U9, etc...) constatées sur les saisons précédentes.

Calendrier de la pratique U11 F sur la saison 26 – 27 :

- Pratique à 5 sur la 1<sup>ère</sup> phase (4 dates)
- Pratique évolutive sur la 2<sup>ème</sup> phase (5 dates qui mêlent des plateaux à 5 et à 8)
- Pratique sur la 3<sup>ème</sup> phase (7 dates) en fonction du bilan tiré des phases 1 et 2





# Calendrier



## Calendrier Football d'Animation Féminin D.L.R. 2026-2027



| U11 F | SEPTEMBRE 2026 |                        |                           |                           | OCTOBRE 2026              |                           |               |        | NOVEMBRE 2026                                       |                                    |               |               | DECEMBRE 2026 |                                     |               |                              | JANVIER 2027  |   |                        |    |    |               |
|-------|----------------|------------------------|---------------------------|---------------------------|---------------------------|---------------------------|---------------|--------|-----------------------------------------------------|------------------------------------|---------------|---------------|---------------|-------------------------------------|---------------|------------------------------|---------------|---|------------------------|----|----|---------------|
|       | S              | S                      | S                         | S                         | S                         | S                         | S             | S      | S                                                   | S                                  | S             | S             | S             | S                                   | S             | S                            | S             | S | S                      | S  | S  |               |
|       | 5              | 12                     | 19                        | 26                        | 3                         | 10                        | 17            | 24     | 31                                                  | 7                                  | 14            | 21            | 28            | 5                                   | 12            | 19                           | 26            | 2 | 9                      | 16 | 23 | 30            |
|       |                |                        | J1<br>Phase 1<br>Foot à 5 | J2<br>Phase 1<br>Foot à 5 | J3<br>Phase 1<br>Foot à 5 | J4<br>Phase 1<br>Foot à 5 |               |        |                                                     | J1<br>Phase 2<br>Foot à 5 -<br>DLR | J2<br>Phase 2 |               | J3<br>Phase 2 | J4<br>Plateau<br>P.E.F.<br>Téléthon | J5<br>Phase 2 | Fustal<br>de Noël            |               |   | Futsal<br>c'est<br>TOP |    |    | J1<br>Phase 3 |
|       | FEVRIER 2027   |                        |                           |                           | MARS 2027                 |                           |               |        | AVRIL 2027                                          |                                    |               |               | MAI 2027      |                                     |               |                              | JUIN 2027     |   |                        |    |    |               |
|       | S              | S                      | S                         | S                         | S                         | S                         | S             | S      | S                                                   | S                                  | S             | S             | S             | S                                   | S             | S                            | S             | S | S                      | S  | S  |               |
|       | 6              | 13                     | 20                        | 27                        | 6                         | 13                        | 20            | 27     | 3                                                   | 10                                 | 17            | 24            | 1             | 8                                   | 15            | 22                           | 29            | 5 | 12                     | 19 | 26 |               |
|       | J2<br>Phase 3  | Fustal<br>c'est<br>TOP |                           |                           | J3<br>Phase 3             |                           | J4<br>Phase 3 | Pâques | J5 Foot<br>5<br>Passion<br>P.E.F.<br>Solidarit<br>é |                                    |               | J6<br>Phase 3 | Journée d     | Ascension                           | Pentecôte     | Fête<br>DLR<br>au<br>Féminin | J7<br>Phase 3 |   |                        |    |    |               |

Plateau de foot à 5

Plateau de foot à 8

Plateau organisé par le DLR

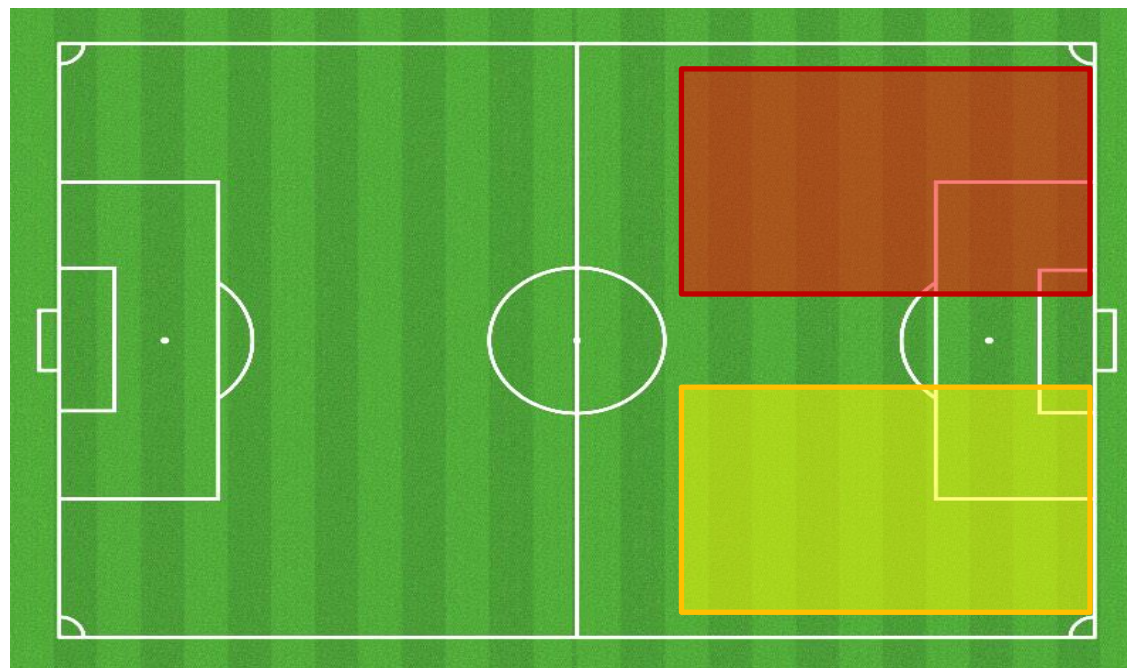




# Organisation - Règles



- Durée d'1 match à 5 : **3 matchs de 18min** (plateau **4** équipes)  
**2 matchs de 25 min** (plateau de **3** équipes)
- Espace de jeu Foot à 5 : **35m par 25m** (terrain U9) / **Cage à 5** (4m x 1m50)
- Règles du Foot à 5 : **idem u9**
  - **Touche** : passe au sol ou conduite
  - **Corner** : au pied, passe uniquement
  - **Relance GB** : zone protégée à 8m
  - **Temps de jeu** : tendre vers 100 % et changement à la volée
- Organisation : rotation 1 = A / B et C / D – rotation 2 : A / C et B / D – rotation 3 : A / D et B / C
- Sous-classement : **non autorisé**
- Sur-classement : **3 joueuses U9 F autorisées**



Terrain 1

Terrain 2



# Informations



Pour plus d'informations, n'hésitez pas à nous contacter.



Commission Technique et des Jeunes  
BERNHARD Alexandre  
06.59.62.55.38  
[abernhard@lyon-rhone.fff.fr](mailto:abernhard@lyon-rhone.fff.fr)



Commission Féminines  
MARTINS Sandra  
04.72.76.01.48  
[feminine@lyon-rhone.fff.fr](mailto:feminine@lyon-rhone.fff.fr)

