

Règlements des JFL-2026

Jeux FADOQ Laurentides — Édition 2026

« Ensemble, célébrons le plaisir de bouger et de partager ! »

Règlements des disciplines présentées du 19 mai au 6 juin 2026



Mission des JFL

Chaque année, à la fin du printemps, les Jeux FADOQ des Laurentides ont pour objectif de promouvoir un mode de vie actif, d'encourager le dépassement de soi, de favoriser le bien-être et de renforcer les liens entre les membres de la FADOQ dans les Laurentides. Ces initiatives se concrétisent par des activités sportives, culturelles et récréatives organisées dans l'ensemble des huit MRC de la région sur une période de trois semaines.

Vision des JFL

Cet événement vise à rassembler, inclure et dynamiser tous les participants, afin que chacun puisse trouver sa place, développer ses compétences et vivre une expérience enrichissante lors des épreuves organisées dans la région des Laurentides. Ici, le dépassement de soi est valorisé comme objectif principal, et les médailles servent de passeport pour rejoindre la délégation FADOQ-RLS à la finale provinciale des Jeux FADOQ, qui se tiendra à Saint-Hyacinthe du 22 au 26 septembre.

RÈGLEMENTS GÉNÉRAUX

CONDITIONS D'ADMISSIBILITÉ

- Être membre en règle du Réseau FADOQ et avoir 50 ans ou plus au moment de la finale provinciale des jeux FADOQ ;
- Être sélectionné et inscrit par la région FADOQ représentée ;
- Respecter le code d'éthique des Jeux provinciaux ;
- Est exclus de toute forme de participation : les employés des regroupements régionaux et du secrétariat provincial ainsi que les administrateurs du CA provincial.

CATÉGORIES D'ÂGE

Les participants sont autorisés à s'inscrire dans une seule catégorie d'âge.

En cas de différence entre :

1. L'âge du participant au moment de la qualification et son âge au moment des Jeux FADOQ, le participant devra s'inscrire dans la même catégorie d'âge que celle qui lui a permis de se qualifier aux jeux provinciaux. Le participant peut être amené à concourir dans une catégorie d'âge plus jeune.
2. Les catégories d'âge utilisées par une région et par les Jeux FADOQ, les membres des équipes devront concourir dans la catégorie d'âge qui correspond à l'âge du plus jeune membre de l'équipe, lors des jeux provinciaux.

INSCRIPTION

- Tous les participants doivent remplir le formulaire d'inscription et le soumettre avec les frais d'inscription requis à l'intervenant de leur région dans le délai convenu.
- Les participants ne doivent pas s'inscrire ou compétitionner dans plus d'une discipline et catégorie par jour ;
 - Exception : il est possible de s'inscrire dans plusieurs catégories de course.

SUBSTITUT

- Les changements de partenaire(s) ne seront autorisés qu'avant le début officiel des Jeux. Le comité organisateur doit être informé de toute substitution effectuée entre le moment où les formulaires d'inscription originaux ont été soumis et le début des Jeux.

IMPORTANT

Le changement de partenaire ou substitution n'est pas permis pour une équipe de deux joueurs. Sauf exception, approuvée par le secrétariat provincial.

TRANSPORT

- Le transport vers la ville hôte et les lieux de compétition est la responsabilité des participants et des accompagnateurs.

POLITIQUE NON-FUMEURS

- Tous les sites utilisés dans le cadre des Jeux FADOQ seront des environnements sans fumée (cigarette, vapoteuse et marijuana).

Il est important de respecter vos limites et vos capacités lors de la pratique d'activités. De plus, il est fortement recommandé de consulter un médecin avant d'entreprendre une activité physique d'intensité élevée.

PÉTANQUE

1- PRINCIPE DE LA DISCIPLINE

- Il s'agit de placer les boules le plus près possible du but (cochonnet).
- Chaque équipe contient 3 joueurs (triplette), dont un capitaine.
- Chaque joueur lance 2 boules.

NOUVEAUTÉ — Composition des équipes

- Une équipe mixte est composée de trois (3) joueurs, dont un minimum d'une femme.
- Une équipe mixte peut être composée d'un maximum de deux (2) joueurs, homme ou femme, classé **ARGENT** par la Fédération de pétanque du Québec.
- **Aucun joueur**, homme ou femme, classé **OR** par la Fédération de pétanque du Québec ne sera admis aux jeux provinciaux.

2- MATÉRIEL

Boules

- Les boules de pétanque doivent être en métal, avoir un diamètre compris entre 7,05 cm et 8 cm et un poids compris entre 650 grammes et 800 grammes.
- Il est recommandé d'utiliser des boules de compétition. Elles ont un diamètre et un poids mieux contrôlés. On les reconnaît par la marque, le poids et le numéro de série qui y sont gravés. L'équilibre de ces boules permet un meilleur contrôle.
- Il est interdit de changer de boules et de but pendant une partie sauf si le but ou une boule sont introuvables ou cassés. Le temps de recherche accordé est de cinq minutes.
- Il est permis d'utiliser ses boules de pétanque pourvu qu'elles soient conformes. En cas de non-conformité le joueur devra utiliser le matériel de l'organisation ou d'un autre joueur qui utilise du matériel conforme.

But (cochonnet)

- Le but est en bois, d'un diamètre de 30 mm $\pm$ 1 mm et d'un poids entre 10 et 18 grammes. Les buts peints, quelle que soit la couleur, sont autorisés.

3- PLATEAU

C'est le comité organisateur qui délimite les terrains du tournoi. Le jeu de pétanque se pratique préférentiellement sur de la poussière de pierre tapée, et avec des dimensions d'au moins 3 mètres X 10 mètres minimum (40' x 10').

4- DÉROULEMENT

- Les capitaines procèdent par tirage au sort pour déterminer laquelle des deux équipes débute.
- Le joueur de l'équipe qui débute met en place le cerceau, en le marquant, à l'une des extrémités du terrain. Pour que le but lancé par un joueur soit valable, il faut :
 - Que la distance entre le but et le bord le plus rapproché du cerceau soit comprise entre six mètres et dix mètres ;
 - Que le but soit visible du cercle ;
- Si, le jet n'est pas à la bonne distance ou en dehors des limites, l'équipe adverse dépose le but entre six (6) et dix (10) mètres.
- Le joueur qui lance le but n'est pas obligé de jouer le premier. Trace
- Lors du début des compétitions et pour toute leur durée, il est interdit d'enlever quoi que ce soit sur le terrain avant de lancer le but ou les boules ; cependant, un joueur qui s'apprête à jouer, ou l'un de ses partenaires peut boucher un trou.

5- POINTAGE

- Les parties se jouent habituellement en treize (13) points, mais peuvent se jouer en onze (11) points ou en temps minuté, si le temps est limité.
- Il est interdit aux joueurs de ramasser les boules jouées avant la fin de la mène.
- Au moment de mesurer un point, il est permis de déplacer, après les avoir marqués, les autres boules et les obstacles situés entre le but et les boules à mesurer. À la suite de la mesure, les boules et les obstacles doivent être remis à leurs places.
- La décision de mesurer un point incombe au capitaine ou à un de ses coéquipiers.
- Quels que soit le rang des boules à mesurer et le moment dans une mène, un officiel peut être consulté et sa décision est sans appel.
- Les mesures doivent être faites avec des instruments appropriés. Peu importe la distance entre la boule la plus proche et le but.
- À la fin d'une mène, toute boule enlevée avant le décompte des points est nulle si elle n'a pas été marquée ; aucune réclamation n'est admise à ce sujet.

6- FAUTES ET PÉNALITÉS

Les boules

- Avant de lancer sa boule, le joueur doit enlever de celle-ci toute trace de boue ou dépôt quelconque.
- Lorsqu'un joueur joue sa dernière boule, il lui est interdit de tenir une boule supplémentaire à la main.
- Une boule jouée ne peut être rejouée, à moins qu'elle ait été déviée ou arrêtée involontairement par un objet mobile, une boule ou un but provenant d'un autre jeu.
- On ne peut pas lancer des boules pour essais pendant une partie.
- Une boule qui touche à la limite du terrain est considérée comme bonne. Les boules qui sortent entièrement du terrain doivent être retirées du jeu.
- Aucune boule en terrain autorisé ne peut être annulée sous prétexte d'être trop éloignée du but, et aucune mène ne peut être annulée sous prétexte que la boule la plus proche est trop loin.

Le but

- Lors du lancement du cochonnet (but) celui-ci doit être marqué par l'équipe qui l'a lancé.
- Si le but est déplacé au cours d'une mène par un lancer et reste dans le terrain ou sur les lignes du terrain, il est valable. S'il sort hors du terrain délimité et qu'une seule des deux équipes a encore des boules à jouer, celle-ci marque autant de points qu'il lui reste de boules à jouer. Si aucune équipe ou les deux équipes n'en ont, la mène se termine sans qu'aucun point ne soit marqué et le but est relancé par la dernière équipe à avoir marqué.
- Si le but est déplacé en raison du vent ou accidentellement par un joueur, un spectateur, l'arbitre, une boule ou but provenant d'un autre jeu, ou tout autre objet mobile, il est remis à sa place à condition qu'il ait été marqué. En toutes circonstances, les capitaines peuvent se mettre d'accord, sinon aucune réclamation n'est admise pour des buts non marqués.
- Le point est perdu pour une équipe si un de ses joueurs effectuant une mesure déplace le but ou une boule en jeu.

Pénalités

Les officiels et l'organisation se réservent le droit de disqualifier une équipe pour manquement aux règlements, écart de conduite ou manque d'esprit sportif.

Ces règlements sont une version abrégée des règlements officiels de la fédération de pétanque du Québec, adaptés pour les compétitions FADOQ.

RETARD DE L'ÉQUIPE

Les participants doivent être sur le site de compétition et prêts à participer au moins 15 minutes avant l'heure de début de la compétition.

Une équipe qui arrive en retard lors de sa compétition aura comme conséquence de perdre la première partie par défaut cumulant ainsi « 0 » point et l'équipe présente « 11 » points.