



LUTTE UNSS

Règlement 2012-2016

Sommaire :

<i>I - BUT DE LA LUTTE UNSS.....</i>	<i>3</i>
<i>II - DUREE DU COMBAT.....</i>	<i>3</i>
<i>III - INTERDICTION</i>	<i>3</i>
<i>IV - ARBITRAGE</i>	<i>4</i>
<i>V - SURFACE DE COMBAT.....</i>	<i>4</i>
<i>VI - COTATION DES TECHNIQUES.....</i>	<i>5</i>
<i>VII - AVERTISSEMENT</i>	<i>6</i>
<i>VIII - DEROULEMENT DU COMBAT.....</i>	<i>6</i>
<i>IX - DEROULEMENT DE LA COMPETITION.....</i>	<i>7</i>
<i>X – GAIN DE LA RENCONTRE ENTRE DEUX EQUIPES D’ETABLISSEMENT (face à face)</i>	<i>7</i>
<i>XI – POINTS ATTRIBUES POUR LE CLASSEMENT DU CHAMPIONNAT EXCELLENCE</i>	<i>7</i>
<i>XII – CLASSEMENT DES EQUIPES D’ETABLISSEMENT EN FORMULE CHAMPIONNAT</i>	<i>8</i>
<i>XIII – CLASSEMENT DES LUTTEURS EXCELLENCE EN FORMULE CHAMPIONNAT</i>	<i>8</i>
<i>XIV – CAS D’EGALITE.....</i>	<i>8</i>
<i>XV - GESTES ET VOCABULAIRE DE L'ARBITRE.....</i>	<i>9</i>

ANNEXES 1 à 4

OBJECTIFS RECHERCHES

➤ *Respecter l'essentiel de la Lutte : «LE TOMBÉ».*

➤ *Faciliter l'accession aux pratiques fédérales.*

La lutte UNSS est un style de lutte qui doit être :

- Facilement accessible aux débutants.
- Aisément arbitrable.
- Compréhensible par le spectateur.

Ce style favorise les actions offensives et se caractérise par une limitation des actions au sol à celles recherchant la « mise en danger » et le «tombé».

La Lutte UNSS s'adresse aux catégories d'âge :

- Benjamins, Minimes, Cadets, Juniors et Seniors.

La lutte UNSS se pratique à deux niveaux :

- Un championnat de France UNSS par Equipes d'Etablissement :
Les lutteurs minimes et cadets ne doivent pas avoir été licenciés 2 ans à la FFL.
Les judokas de ceintures bleue, marron et noire, au moment de la compétition, ne peuvent pas participer aux championnats minimes et cadets.
Les sections sportives et les pôles « haut niveau » des fédérations françaises de Lutte et de Judo ne peuvent pas participer à ce championnat
Les équipes juniors-séniors participent à un championnat « OPEN » sans conditions restrictives.
- Un championnat de France UNSS Excellence :
Tout licencié UNSS

REGLEMENT

I - BUT DE LA LUTTE UNSS

De la position debout, renverser et maintenir **son adversaire sur le dos pendant deux secondes** : c'est le «**TOMBÉ**» (contact simultané des omoplates au tapis).

II - DUREE DU COMBAT

Chronométrage en temps continu.

Arrêt du chronomètre à la demande de l'arbitre : « temps mort » (blessure...).

BENJAMINS	:	3 minutes	BENJAMINES	:	3 minutes
MINIMES	:	3 minutes	MINIMES FILLES	:	3 minutes
CADETS	:	4 minutes	CADETTES	:	3 minutes
JUN/SEN	:	5 minutes	JUN/SEN FILLES	:	4 minutes

III - INTERDICTION

Interdictions générales :

- Les coups
- Les torsions d'articulation
- Les saisies de la tête seule à 2 bras
- Les chatouillements, actions sur les doigts, les cheveux, etc.
- Les étranglements
- Toute action sur la figure
- **Toute action jugée dangereuse** pour l'intégrité de l'enfant et notamment sur la colonne vertébrale

Une grande vigilance est requise quant à la position défensive du « pont » : aucune poussée vers l'avant de l'attaquant n'est autorisée

Techniques interdites :

- La «**ceinture arrière**» en souplesse
- L'«**arraché au sol**»
- La «**double clef de tête**»
- La «**liane**» (jambe sur jambe au sol) avec «**clef de tête**» dans le sens opposé.
- La « **cuisse à rebours** », défenseur à plat ventre

REGLE D'OR : « NE PAS FAIRE MAL »

IV - ARBITRAGE

1) JURY

Au minimum :

- un arbitre qui dirige le combat et cote les prises
- un secrétaire qui note la cotation des prises, sur la feuille de match et chronomètre.

Il est souhaitable, notamment pour les finales, de fonctionner avec un corps d'arbitrage réglementaire pour éviter tout litige :

- Arbitre
- Juge
- Chef de tapis (décision à la majorité 2-1)

2) TENUE

2-1 : Championnat de France UNSS par équipe d'établissement

- maillot de lutte **ou** cuissard noir (au-dessus du genou) et top **moulant** de couleur bleu ou rouge (manches au-dessus du coude)
- et**
- chaussures de lutte **ou** pieds nus

2-2 : Championnat de France UNSS EXCELLENCE

- Tenue réglementaire à tous les niveaux : maillot de lutte et chaussures de lutte

V - SURFACE DE COMBAT

Le combat se déroule sur un tapis présentant toutes les caractéristiques de sécurité.
Le tapis est au minimum de 36 m², soit le quart du tapis 12x12 (tapis lutte collège).

La délimitation de la surface de combat, cercle rouge, n'est pas une zone de passivité.

VI - COTATION DES TECHNIQUES

(Elle découle de la finalité du combat : le «tombé»)

➤ Les techniques de lutte debout : elles sont engagées lorsque le lutteur attaqué est sur ses deux pieds au départ de l'action.

➤ Les techniques de lutte au sol : elles sont amorcées à partir d'un contrôle arrière, d'une position assise contrôlée ou sur un adversaire ayant au moins un genou au sol.

- **Le «tombé»**, c'est le contact simultané des deux omoplates au sol pendant 2 secondes.
- **La «mise en danger»**:
 - allongé, la ligne des omoplates forme avec le tapis un angle inférieur à 90°
 - assis, le dos forme avec le tapis un angle inférieur à 45°
- **Le «contrôle arrière»** : le lutteur attaqué se retrouve à plat ventre ou en position quadrupédique (2 genoux + 1 main ou 2 mains + 1 genou), le lutteur attaquant est situé derrière la ligne d'épaules du lutteur attaqué et le contrôle.
- **La « position assise contrôlée »** : le lutteur attaqué se retrouve assis, le dos formant avec le sol un angle supérieur à 45°, le lutteur attaquant est situé devant lui et le contrôle.
- **Le « surpassé »** : le lutteur dominé, dessous, retourne la situation à son avantage en mettant son adversaire en position de mise en danger ou en accédant au contrôle arrière.

✓ **3 points** : Technique de lutte debout **contrôlée** avec « mise en danger » directe de l'adversaire.

✓ **2 points** : Technique de lutte au sol avec «mise en danger» de l'adversaire **maintenue 2 secondes**

✓ **1 point** : - Toute action réalisée debout ou au sol, qui se termine par un «**contrôle arrière**».
- Toute action **portée debout** menant **directement** l'adversaire **en position assise contrôlée**
- **Avertissement** (accompagné d'un point pour l'adversaire).

N.B. : *exemples d'actions non cotées :*

- *Actions amorcées debout non contrôlées*
- *action au sol faisant passer l'adversaire sur le dos sans «mise en danger» maintenue 2sec.*

TABLEAU DE COTATION DES ACTIONS ET DES TECHNIQUES

TECHNIQUES	AVEC MISE EN DANGER	SANS MISE EN DANGER
<u>DEBOUT</u>	3 POINTS	1 POINT
<u>SOL</u>	2 POINTS	1 POINT

VII - AVERTISSEMENT

L'avertissement est accompagné d'un point pour l'adversaire (1 point).

Il est attribué :

- ✓ Pour non combativité flagrante (toujours précédé d'un avertissement verbal)
- ✓ En cas de non respect des interdits (sans avertissement verbal systématique pour les techniques interdites)
- ✓ Pour comportement anti-sportif

L'élimination se fait au 3ème avertissement.

Pour tout comportement anti-sportif, une sanction d'exclusion du lutteur de la compétition pourra être prononcée.

VIII - DEROULEMENT DU COMBAT

A/ Éléments favorisant une lutte offensive

1. **L'attaquant ne doit pas être pénalisé** sauf s'il est contré et mis en danger.
2. Sur une technique «loupée» engagée debout et se terminant au sol, **la lutte se poursuit mais aucune cotation n'est attribuée.**
3. Si le combat stagne au sol, **sans «mise en danger»**, il est interrompu et reprend debout.

B/ Arrêt et continuation du combat

Le combat sera arrêté et reprendra debout dans les cas suivants :

1. **Debout**, l'arbitre siffle dès qu'un des deux lutteurs met un pied en entier à l'extérieur du cercle rouge. Si une action était engagée, elle sera cotée.
2. **En position quadrupédique**, la lutte est interrompue dès qu'une main du lutteur attaqué est à l'extérieur du cercle.
3. **Sur le dos ou à plat ventre**, le combat est interrompu dès qu'une épaule au moins du lutteur attaqué est à l'extérieur du cercle de combat.
N.B. : il ne peut y avoir de «mise en danger» maintenue (2 pts.) et à fortiori de «tombé» à l'extérieur du cercle de combat.
4. Sur **retour à plat ventre ou position quadrupédique** d'un lutteur ayant été mis en danger durant 2 secondes (action à deux points), la lutte est arrêtée et reprend debout.

Le combat continuera au sol dans les cas suivants :

1. Après un «amené à terre» assis, ventral ou quadrupédique contrôlé derrière, ou un «surpassé» (au sol) sans mise en danger, **le combat continue** pour permettre d'atteindre le «tombé».
2. Après une action cotée (engagée debout) à 3 pts et un retour à plat ventre ou quadrupédique du lutteur attaqué, **le combat continue** pour permettre d'atteindre le «tombé», une cotation à 2 pts pourra avoir lieu.
3. Sur «mise en danger», **le combat continue pour obtenir le «tombé»**, il ne sera arrêté qu'en cas de sortie de la surface de combat ou prise illégale.

Le combat reprend en position quadrupédique lorsqu'une erreur manifeste d'arbitrage a été commise dans la lutte au sol.

C/ Gain du match

Le combat s'arrête :

- Victoire par «tombé»
- Victoire par «supériorité technique» (quand la différence entre les lutteurs est de 10 points)
- A la fin du temps réglementaire.
- Sur disqualification

NB : tout arrêt du combat demandé (ex. cri, frappe sur le tapis ou l'adversaire avec la main ou le pied, demande d'arrêt de la prise engagée) par le lutteur en position de mise en danger entraînera immédiatement sa défaite par abandon.

Est déclaré vainqueur aux points le lutteur qui totalise le plus grand nombre de points techniques. En cas d'égalité de points à la fin du temps réglementaire, la victoire sera attribuée au lutteur qui a marqué le dernier point.

Dans le cas où aucun point n'est marqué lors du combat, l'arbitre ordonne une prolongation d'une durée maximale égale au temps du combat moins deux minutes.

Le lutteur qui marque le premier point est déclaré vainqueur.

En l'absence de point marqué, une décision est prise par le corps d'arbitrage (arbitre, juge et chef de surface réunis) en prenant en compte les actions engagées durant toute la durée du combat.

IX - DEROULEMENT DE LA COMPETITION

- * Les catégories de poids sont celles de l'U.N.S.S. (voir annexes 2 et 3) pour les compétitions scolaires.
- * Les rencontres s'effectuent en une formule championnat jusqu'à 5 équipes (ou concurrents) ou par un tableau de classement à partir de 6 équipes (ou concurrents).
Voir modèle disponible sur le site national UNSS

X – GAIN DE LA RENCONTRE ENTRE DEUX EQUIPES D'ETABLISSEMENT (face à face)

➤ Est déclaré vainqueur l'équipe qui a le plus de victoires.

➤ En cas d'égalité de victoires, les critères suivants seront retenus successivement:

- 1) le plus grand total de points de classement
- 2) le moins de défaites par forfait
- 3) le plus de victoires par tombé ou supériorité technique
- 4) la victoire par tombé (ou supériorité technique) la plus rapide (temps indiqué sur la feuille de rencontre)
- 5) le plus grand total de points techniques marqués sur l'ensemble des combats
- 6) le lutteur le plus jeune

XI – POINTS ATTRIBUES POUR LE CLASSEMENT DU CHAMPIONNAT EXCELLENCE

7 points pour les lutteurs et lutteuses classés 1^{er} de leur catégorie
6 points pour les lutteurs et lutteuses classés 2^{ème} de leur catégorie
5 points pour les lutteurs et lutteuses classés 3^{ème} de leur catégorie
4 points pour les lutteurs et lutteuses classés 4^{ème} de leur catégorie
3 points pour les lutteurs et lutteuses classés 5^{ème} de leur catégorie
2 points pour les lutteurs et lutteuses classés 6^{ème} de leur catégorie
1 point pour tous les autres lutteurs et lutteuses de la catégorie

XII – CLASSEMENT DES EQUIPES D’ETABLISSEMENT EN FORMULE CHAMPIONNAT (5 équipes ou moins)

Le classement est établi selon le nombre de victoires acquises par chacune des équipes.

XIII – CLASSEMENT DES LUTTEURS EXCELLENCE EN FORMULE CHAMPIONNAT (5 lutteurs ou moins)

Le classement est établi selon le nombre de victoires acquises par chacun des lutteurs.

XIV – CAS D’EGALITE

A- Critères à prendre en compte pour départager des équipes d’établissement à égalité de victoires à l’issu d’une formule championnat (5 équipes ou moins) :

1/Egalité entre 2 équipes : l’équipe qui a remporté la rencontre les opposant se classe avant l’autre.

2/Egalité entre 3 équipes et plus : il faut d’abord classer la dernière équipe du groupe des ex-æquo en fonction des critères suivants jusqu’à ce qu’il ne reste plus que 2 équipes à égalité.

Le moins de points de classement

Le moins de victoires par tombé ou par supériorité technique

Le moins de points techniques marqués dans toute la compétition

B- Critères à prendre en compte pour départager des lutteurs excellence à égalité de victoires à l’issu d’une formule championnat (5 lutteurs ou moins)

1/Egalité entre 2 lutteurs : celui qui a remporté la rencontre les opposant se classe avant l’autre.

2/Egalité entre 3 lutteurs et plus : il faut d’abord classer le dernier lutteur du groupe des ex-æquo en fonction des critères suivants jusqu’à ce qu’il ne reste plus que 2 lutteurs à égalité.

Le moins de points de classement

Le moins de victoires par tombé ou par supériorité technique

Le moins de points techniques marqués dans toute la compétition

C- Critères à prendre en compte successivement pour départager des équipes à égalité de points de classement à l’issu du championnat UNSS EXCELLENCE

☞ **Prendre en compte tous les membres de l’équipe :**

① Le plus de filles

② Le plus de victoires

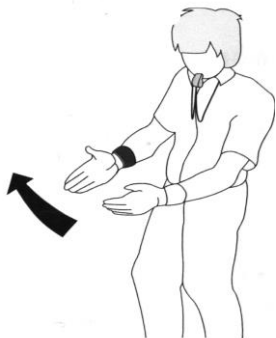
③ Le plus de points de classement

④ Le plus de points techniques

⑤ Le lutteur ou la lutteuse le (la) plus jeune

XV - GESTES ET VOCABULAIRE DE L'ARBITRE

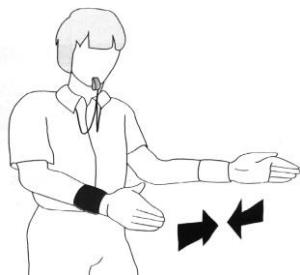
Les termes sont parfois précédés de la couleur du lutteur interpellé.



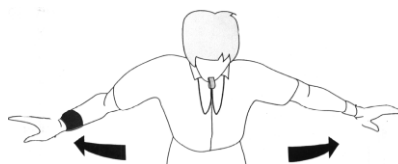
« **CENTRE** »
Coup de sifflet (sortie)



« **2 POINTS** »



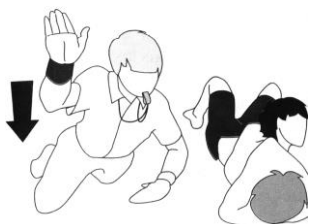
ROUGE (BLEU)
« **CONTACT** » « **ACTION** »



« **ACTION NON CÔTE** »



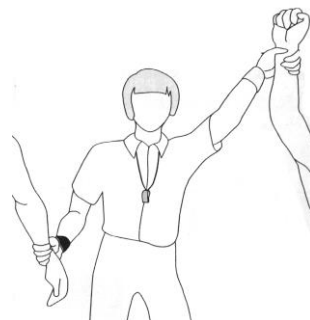
ROUGE (BLEU)
« **AVERTISSEMENT** »



« **TOMBÉ** »
Frapper le tapis et
coup de sifflet



« **TEMPS MORT** »



ROUGE (BLEU)
« **VAINQUEUR** »

POINTS DE CLASSEMENT

Vainqueur	Perdant	Type de victoire
4	0	<ul style="list-style-type: none"> - TOMBÉ - FORFAIT / ABANDON / BLESSURE - DISQUALIFICATION - SUPERIORITE TECHNIQUE / DIFFERENCE DE 10 POINTS
3	0	<ul style="list-style-type: none"> - DIFFERENCE DE MOINS DE 10 POINTS - LE PERDANT N'A MARQUE AUCUN POINT TECHNIQUE
3	1	<ul style="list-style-type: none"> - DIFFERENCE DE MOINS DE 10 POINTS - LE PERDANT A MARQUE AU MOINS 1 PT TECHNIQUE

LUTTE PAR EQUIPES D'ETABLISSEMENT
CATEGORIES D'AGE ET DE POIDS

BENJAMINS 11-12-13 ans		MINIMES 14-15 ans		CADETS - JUNIORS1 16-17-18 ans		JUNIORS/SENIORS 18 ans et +	
Féminin	Masculin	Féminin	Masculin	Féminin	Masculin	Féminin	Masculin
(+25 – 30)							
35	(+30 – 35)						
40	40	(+35 -40)					
45	45	45	(+40 -45)	(+40 -45)			
50	50	50	50	50		(+45 -50)	
55	55	55	55	55	(+50 -55)	55	
	60	60	60	60	60	60	(+55 -60)
		70	65	65	65	65	65
			75	75	70	70	70
					75	80	75
					85		80
							90

NOMBRE DE CATEGORIES UNSS

6	6	6	6	6	6	6	6
---	---	---	---	---	---	---	---

DUREE DES MATCHES

3 minutes	3 minutes	3 minutes	4 minutes	4 minutes	5 minutes
-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------

LUTTE EXCELLENCE CATEGORIES D'AGE ET DE POIDS

MINIMES 14-15 ans		CADETS - JUNIORS 1 16-17-18 ans	
Féminin	Masculin	Féminin	Masculin
+35 -40	+40 -45	+40 -45	
45	50	50	
50	55	55	+50 -55
55	60	60	60
60	65	65	65
70	75	75	70
			75
			85

NOMBRE DE CATEGORIES UNSS

6	6	6	6
----------	----------	----------	----------

DUREE DES MATCHES

3 minutes	3 minutes	4 minutes	4 minutes
-----------	-----------	-----------	-----------

LA REGLEMENTATION DES CHAMPIONNATS UNSS

Toutes les compétitions sont régies par le règlement Lutte UNSS version SEPT 2014.

1/ CHAMPIONNAT DE FRANCE UNSS PAR EQUIPES D'ETABLISSEMENT

Compétition équipe contre équipe (face à face)

Formule championnat jusqu'à 5 équipes ou tableau de classement à partir de 6 équipes

A – CONDITIONS DE PARTICIPATION

Le **Championnat de France UNSS par équipes d'établissement** est ouvert à tout élève licencié à l'UNSS sauf:

- aux lutteurs minimes et cadets ayant été licenciés au moins 2 ans à la FFL
- aux judokas en possession d'une ceinture aux couleurs bleue, marron ou noire
- aux lutteurs et judokas des sections sportives labellisées par le Rectorat et pôles « haut-niveau » des Fédérations Française de Lutte et de Judo

Tout manquement à ces points entraînera la disqualification de l'équipe d'établissement scolaire.

NB : Tout lutteur doit combattre dans la catégorie de son poids réel déterminé par la pesée, avec une tolérance de +/- 2 kg.

Les catégories de poids sont définies à l'annexe 2.

Attention : catégories d'âge retenues au **Championnat de France UNSS par équipes d'établissement** :

garçons: minimes, cadets-juniors1, juniors/seniors
filles : minimes, cadettes-juniors1

B - ORGANISATION

* Engagement par équipes d'établissement

* La qualification se fait à l'issue des rencontres inter académies

C - REGLEMENT

* Il est toujours possible de recomposer son équipe d'établissement avant le championnat de France.

* Traitement des ex-æquo : en cas d'égalité, les équipes seront départagées selon les conditions définies au chapitre XI «CAS D'EGALITE»

Niveau académique

➤ 4 lutteurs minimum, de même catégorie d'âge et de catégories de poids différentes + 1 jeune officiel

Niveau inter-académique

➤ 5 lutteurs minimum de même catégorie d'âge et de catégories de poids différentes + 1 jeune officiel

Niveau national

➤ 5 lutteurs minimum de même catégorie d'âge et de catégories de poids différentes + 1 jeune officiel

2/ CHAMPIONNAT DE FRANCE UNSS EXCELLENCE

Compétition par catégorie de poids

Formule championnat individuel jusqu'à 5 lutteurs ou tableau de classement à partir de 6 lutteurs

A – CONDITIONS DE PARTICIPATION

Le Championnat de France UNSS excellence par équipe est ouvert à tout élève licencié à l'UNSS.

NB : Tout lutteur doit combattre dans la catégorie de son poids réel déterminé par la pesée, avec une tolérance de +/- 2 kg.

Les catégories de poids sont définies à l'annexe 3.

Attention : catégories d'âge retenues au **Championnat de France UNSS EXCELLENCE**:

Minimes, cadets-Junior1 (garçons et filles)

B - ORGANISATION

- * Engagement par équipe dont tous les élèves (garçons et/ou filles) sont du même établissement
- * La qualification se fait à l'issue des rencontres inter-académiques

C - REGLEMENT

- * Il est toujours possible de recomposer son équipe avant le championnat de France.
- * Les **catégories d'âge** du Championnat de France UNSS sont définies chaque année scolaire par circulaire.
- * Traitement des ex aequo : en cas d'égalité, les lutteurs et les équipes seront départagés selon les conditions définies au chapitre XI: «CAS D'EGALITE »
- * Le classement par équipe sera établi à partir des **5 meilleurs résultats** obtenus par les lutteurs dans les catégories de poids (garçons et filles) définies à l'annexe 3 (un seul lutteur ou lutteuse par catégorie de poids)

Niveau académique

➤ **Championnat par équipes de 12 lutteurs au maximum garçons et/ou filles**
(au minimum 5 concurrents)

Rencontre par catégorie de poids

Niveau inter-académique

➤ **Championnat par équipes de 12 lutteurs au maximum garçons et/ou filles**
(au minimum 5 concurrents)

Rencontre par catégorie de poids

Niveau national

➤ **Championnat par équipes de 12 lutteurs au maximum garçons et/ou filles**
(au minimum 5 concurrents)

Rencontre par catégorie de poids

▶ **Le challenge Lino Ventura sera attribuée à l'équipe ayant été la plus fair-play sur l'ensemble des championnats par équipes d'établissement et excellence.**

La pesée pour tous les championnats se fait en tenue de lutte et pieds nus.

3/ LES JEUNES OFFICIELS

Un jeune arbitre fait partie de chaque équipe engagée dans le Championnat de France UNSS par équipes d'établissement et Excellence, il peut être d'un autre établissement dans la limite de l'académie.

Il ne peut pas être compétiteur.

Celui-ci doit être régulièrement licencié à l'UNSS et justifier d'un niveau académique au minimum.

L'organisation de toute compétition doit prévoir le tutorat du jeune officiel par **1 adulte compétent, membre du jury**, afin d'assurer l'équité sportive et la sécurité. En aucun cas, un jeune officiel doit être en difficulté dans des situations litigieuses.

La certification

La certification des jeunes officiels se fera par une commission d'arbitrage désignée par la CMN en référence aux niveaux de certification définis par l'UNSS.