



# **REGLEMENT UNIVERSITAIRE**

## **LUTTE**

### *COMPETITION INDIVIDUELLE*

*A partir de l'année universitaire 2023/2024*

*Edition septembre 2023*

# **AVANT-PROPOS**

Ce règlement spécifique s'intègre dans le règlement général de la FFSU.

En cas de désaccord sur l'interprétation des dispositions d'un article du présent règlement, la Commission Mixte Nationale (CMN) est la seule habilitée à prendre les décisions.

Seuls les étudiants possédant une licence FFSU de l'année universitaire de la saison en cours, sont autorisés à lutter.

# SOMMAIRE

## GENERALITES4

Article 1 – La tenue de Lutte4

Article 2 – Le tapis4

Article 3 – Le corps d'arbitrage5

## COMPETITION INDIVIDUELLE6

Article 4 – Début et fin du combat6

Article 5 – Gain du combat6

Article 6 – Le Tombé7

Article 7 – Supériorité Technique7

Article 8 – La position de mise en danger7

Article 9 – Valeur attribuée aux actions et aux prises7

Article 10 – Arrêt et continuation du combat8

11 – Fuite de combat9

Article 12 – Interdictions générales et prises illégales9

Article 13 – Catégories de poids9

Article 14 – Pesée9

Article 15 – Tirage au sort**Erreur ! Signet non défini.**

Article 16 – Formule de compétition10

Article 17 – Durée des combats10

Article 18 – Classement individuel10

19 – Classement général11

## ANNEXES12

Annexe 1 – LA TENUE13

Annexe 2 – LE TAPIS14

Annexe 3 - LE CORPS ARBITRAL15

Annexe 4 – INTERDICTIONS GENERALES ET PRISES ILLEGALES16

Annexe 5 – VOCABULAIRE DE L'ARBITRE17

Annexe 6 – FORMULE DE COMPETITION18

# GENERALITES

## Article 1 – La tenue de Lutte

La tenue de lutte en compétition est une tenue 2 pièces avec short de combat et top collant type lycra (Voir les exemples de modèles en [annexe 1](#))

- Le **top** doit respecter les contraintes suivantes :
  - Coloris au choix
  - Matière synthétique type lycra et près du corps.
  - Manches courtes recouvrant les épaules et au-dessus du coude
  - Col rond ras du cou ou légèrement montant
  - Pas de maillots d'autres sports
- Le **short** doit respecter les contraintes suivantes :
  - Juste au-dessus du genou
  - Proche du corps sans être collant
  - Pas de poche
  - Pas de fermeture éclair
  - Pas de partie rigide pouvant blesser
  - Coloris au choix

### Protège-oreilles

- Seuls les protèges oreilles sans aucune partie métallique ou coque, sont autorisés.

### Chaussures

- Chaussures de lutte

### Il est interdit de :

- Porter des bandages sur les poignets, les bras ou les chevilles, sauf en cas de blessure et sur prescription médicale. Ces bandages devront être recouverts de bandes élastiques,
- Accéder aux tapis de compétitions sans être en tenue de combat conforme
- S'enduire le corps de matière grasse ou collante,
- Se présenter en état de sudation au début du combat ainsi qu'au début de chaque manche,
- Porter un quelconque objet susceptible de blesser l'adversaire ou soi-même (tel que bague, bracelet, boucles d'oreilles, prothèses, etc...)

### Particularités pour les femmes :

- Port du soutien-gorge sans armature.
- Les cheveux doivent être maintenus à l'aide d'élastiques ou de rubans, à l'exclusion d'attaches métalliques.

Si un lutteur se présente dans une tenue non conforme, il lui sera demandé de se mettre en conformité dans un délai temporel rapide.

Passé ce délai le lutteur fautif sera déclaré perdant par Abandon

## Article 2 – Le tapis

Tapis de type homologué par l'UWW. (Précisions en [annexe 2](#))

### **Article 3 – Le corps d'arbitrage**

Le corps d'arbitrage, pour chaque combat se compose de 2 arbitres :

- L'arbitre central qui est dans la zone de combat.
- Le second arbitre qui est à l'extérieur de la zone de combat.

Soit 2 officiels dont les modalités de qualification ou de désignation sont fixées par la Commission Mixte Nationale FFSU-FFLDA.

Ils seront aidés par un secrétaire de table et un chronométreur

(Voir [annexe 3](#) pour le rôle de chacun)

# COMPETITION INDIVIDUELLE

## Article 4 – Début et fin du combat

Les lutteurs sont appelés selon la procédure suivante :

- 1<sup>er</sup> appel : le lutteur a 30 secondes pour se présenter
- 2<sup>ème</sup> appel : le lutteur a de nouveau 30 secondes pour se présenter
- 3<sup>ème</sup> appel : le lutteur a 30 dernière secondes pour se présenter

A l'issue de cette procédure le lutteur est déclaré Forfait et il sera non classé

L'entraîneur est assis dans une tenue sportive (avec chaussures, sans casquettes, ni bonnet, ni couvre-chef) à la place qui lui est réservé au bord du tapis. Pendant le combat

- Il lui est formellement interdit d'influencer les décisions ou d'interpeller le corps d'arbitrage.
- Il a seulement le droit de parler à son lutteur.
- Il ne doit pas filmer le combat ou prendre des photos.

En cas de non-respect de ces règles il sera averti verbalement, puis exclu du combat (carton jaune), voire de la compétition (carton rouge).

Répondant à l'appel de son nom, chaque adversaire, avant le match, doit se placer à un coin du tapis, à la place qui lui est dévolue et qui est celle marquée de la même couleur que les manchettes qui lui sont attribuées.

L'arbitre central, au milieu du tapis, appelle les deux lutteurs, leur serre la main, vérifie leur tenue, que leurs mains soient exemptes de bagues ou de bracelets.

Les lutteurs se serrent la main et, au coup de sifflet de l'arbitre central, commencent le combat.

Le match terminé, l'arbitre central prend place au milieu du tapis, les lutteurs se serrent la main, se placent de chaque côté de l'arbitre central.

Aussitôt après que l'arbitre central ait levé la main du lutteur gagnant, les lutteurs serrent la main de l'arbitre central, puis celle de l'entraîneur de son adversaire.

En cas de non-respect des dispositions ci-dessus, le lutteur fautif est disqualifié et non classé. La CMN se réserve le droit de prendre des mesures disciplinaires.

## Article 5 – Gain du combat

Un combat peut être gagné de la manière suivante :

### Avant la fin du temps règlementaire :

- Par Tombé
- Par Supériorité Technique (10 points d'écart)
- Par Abandon (Blessure)
- Par Forfait (non-présentation du lutteur après les appels réglementaires)
- Par 3 avertissements
- Par Disqualification de l'adversaire (immédiate pour faute grave)

## A la fin du temps réglementaire

- Par victoire aux Points :
  - Le vainqueur est celui qui a le plus de points sur le combat.
  - En cas d'égalité de points :
    - Le vainqueur est celui qui a marqué le dernier point du combat

Si le score est toujours nul à la fin du temps réglementaire, la victoire du combat sera attribuée par décision arbitrale (consultation des deux arbitres et décision tranchée par l'arbitre de plus haut niveau si désaccord).

Toute action amorcée sur le gong n'est pas retenue et aucune action effectuée entre le coup de gong et le coup de sifflet de l'arbitre n'est valable.  
L'action ne sera valable que si elle est terminée avant le coup de gong.

## Article 6 – Le Tombé

Est considéré comme « Tombé » le lutteur maintenu par son adversaire les deux omoplates sur le tapis pendant une seconde (durée suffisante pour permettre à l'arbitre Central de constater le contrôle total du « Tombé »).

Le « Tombé » dans la surface de protection (en dehors de la zone de passivité) n'est pas valable.  
Le « Tombé » constaté par l'arbitre central est valable si le second arbitre manifeste son accord.

## Article 7 – Supériorité Technique

La Supériorité Technique correspond à une différence de 10 points.

L'action ne pourra pas être interrompue pour attribuer la victoire par supériorité technique qu'à la fin complète de l'action (attaque ou contre-attaque immédiate).

## Article 8 – La position de mise en danger

- **Allongé sur le côté** : la ligne des omoplates du lutteur forme avec le tapis un angle inférieur à 90°
- **Assis** : le dos du lutteur forme avec le tapis un angle inférieur à 45°

## Article 9 – Valeur attribuée aux actions et aux prises

### 0 point :

- **« Prise de risque »** : Une action loupée portée debout et finissant au sol avec l'adversaire en contrôle arrière est arrêtée. Aucun point n'est attribué et le combat reprend debout (valorisation de la prise de risque de l'attaquant)

### 1 point :

- ✓ **Au sol** :
  - **« Surpassé »** : après avoir subi une action cotée, 1 point au lutteur surpassant et contrôlant son adversaire en passant derrière lui.
- ✓ **Debout** :
  - **« Sortie »** : au lutteur dont l'adversaire met un pied entier dans la surface de protection.
  - **« Autre prise »** : au lutteur portant une prise correcte debout, avec décollement des

appuis de son adversaire, qui ne met pas son adversaire dans une position de mise en danger.

- « **Avertissement** » : au lutteur dont la prise est gênée irrégulièrement par son adversaire ou dont l'adversaire commet une fuite de tapis, une fuite de prise, une prise illégale ou brutalité. Un avertissement est donné au lutteur fautif.

## 2 points :

✓ *Au Sol :*

- « **Mise en danger** » : au lutteur mettant son adversaire dans une position de mise en danger.

Nota Bene : Une action au sol ayant le même contrôle est limitée à 2 répétitions enchaînées. Toute action supplémentaire nécessitera un autre contrôle pour être cotée.

*Debout :*

- « **Amené à terre contrôlé** » : au lutteur qui passe derrière son adversaire au sol (même si l'action stagne un moment au sol avant le premier passage arrière).

Remarque : La position au sol est déterminée par au moins trois points de contact autre que les pieds (la tête, les mains, les genoux, les coudes...) ou le corps touchant le sol.

- « **Contre debout** » : au lutteur qui bloque son adversaire dans l'exécution d'une prise depuis debout dans une position de mise en danger.

## 4 points :

✓ *Debout :*

- « **Mise en danger debout** » : au lutteur exécutant une prise debout amenant son adversaire en position de mise en danger directe (avec ou sans amplitude).

## Article 10 – Arrêt et continuation du combat

Dans tous les cas, lorsque la lutte est arrêtée (en position debout ou à terre), elle reprend debout, au centre du tapis.

### Précisions des cas d'arrêt du combat :

✓ *Lutte Au sol :*

- « **Position neutre** » : pas de mise en danger et aucune action en cours
- « **Erreur d'arbitrage** »
- « **Sortie au sol** » :
  - Allongé (sur le ventre ou sur le dos) : une partie du triangle tête/épaules touche la surface de protection
  - A quatre pattes : une main touche la surface de protection
- « **Prise de risque** » : le lutteur attaquant se retrouve au sol contrôlé sans que le lutteur attaqué ait fait la moindre action.
- « **Irrégularité** » : une action poursuivie malgré 2 actions enchaînées et cotées avec le même contrôle

✓ *Lutte Debout :*

- « **Sortie debout** » : un pied entier dans la surface de protection
- « **Non combattivité** » : L'arbitre constate la passivité d'un ou des deux lutteurs
- « **Irrégularité** » : L'arbitre constate une action antisportive d'un ou des deux lutteurs

**Le combat n'est JAMAIS stoppé en cas de mise en danger dans la surface de combat (dont la zone de passivité) sauf à la fin du temps réglementaire.**



## 11 – Fuite de combat

La fuite de combat se manifeste de deux manières :

- « **Fuite de prise** » : Le lutteur rompt continuellement le contact pour ne pas se faire marquer de point
- « **Fuite de tapis** » : sortie volontaire de la surface de combat

### Sanction pour fuite de combat

- 1 avertissement à l'adversaire + 1 point au lutteur attaquant

## Article 12 – Interdictions générales et prises illégales

Toute action dangereuse ou anti sportive est interdite (voir [annexe 4](#))

### Conséquences des prises illégales

- Action illégale du lutteur attaquant :
  - 1<sup>ère</sup> action illégale constatée : action annulée + avertissement verbal
  - Récidive : action annulée + avertissement au lutteur fautif + 1 point à l'adversaire
- Action illégale du lutteur attaqué :
  - Ne gênant pas l'attaquant : action comptabilisée + avertissement au lutteur fautif + 1 point à l'attaquant
  - Génant l'attaquant : pas de point pour l'action avortée + avertissement au lutteur fautif + 1 point à l'attaquant

## Article 13 – Catégories de poids

### JEUNES GENS

- 63 kg  
- 69 kg  
- 76 kg  
- 84 kg  
- 92 kg  
+ 92 kg

### JEUNES FILLES

- 53 kg  
- 57 kg  
- 62 kg  
- 68 kg  
+ 68 kg

## Article 14 – Pesée

La pesée se fait obligatoirement en tenue officielle sans les chaussures.

Chaque lutteur n'est admis que dans une seule catégorie de poids.

Pour être admis dans une catégorie, le poids doit nécessairement être inférieur ou égal à la catégorie visée et supérieur à la catégorie inférieure (ex : au moins 76,001 kg pour lutter en -84 kg).

## Article 16 – Formule de compétition

Voir les détails en [annexe 6](#)

- « Jusqu'à 5 lutteurs », la compétition est organisée en « tournoi nordique » (poule unique où tout le monde se rencontre).
- « 6 ou 7 Lutteurs », La compétition est organisée en 2 poules. Les 1ers de chaque poule se rencontrent en 1/2 Finales croisées, puis les vainqueurs s'affrontent en finale 1ere place et les 2 perdants s'affrontent pour la place de 3.
- « A partir de 8 Lutteurs », la compétition est organisée en tableau à double élimination (un lutteur est éliminé après 2 défaites), selon le système d'appariement FFLDA.

## Article 17 – Durée des combats

La durée des combats est fixée de la manière suivante :

Hommes et femmes :

- 2 manches de 3 minutes avec 30'' de repos en score cumulé (tableau des gagnants et les finales 1<sup>er</sup>/2<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup> 5<sup>ème</sup>)
- 1 Manche de 3 minutes pour les combats de repêchage.

## Article 18 – Classement individuel

### Le classement du tournoi nordique et classement en 2 poules

Le classement final est établi selon les critères suivants :

- Le nombre de victoires.
- En cas d'égalité de victoires :
  1. En cas d'égalité de victoires entre 2 lutteurs : leur combat direct détermine le lutteur classé avant l'autre.
  2. En cas d'égalité de victoires entre plus de 2 lutteurs :
    - Le plus de victoires par « tombé »
    - Le moins de victoires par « 3 avertissements »
    - Le moins de victoires par « abandon »
    - Le plus de victoires par « supériorité »
    - Le plus de points marqués
    - Le moins de points concédés
    - Les lutteurs seront classés du plus léger au plus lourd (le poids pris en compte sera celui de la pesée)

### Le classement du tableau à double élimination

Le classement final est établi par l'issue des phases finales et des phases de repêchage.

## 19 – Classement général Lutte individuel

Classement par Association Sportive :

- Jeunes gens
- Jeunes filles
- Général

Le classement est déterminé par la place des lutteurs à la compétition :

- 1<sup>er</sup> reçoit 8 points
- 2<sup>ème</sup> reçoit 7 points
- 3<sup>ème</sup> reçoit 6 points
- 4<sup>ème</sup> : reçoit 5 points
- 5<sup>ème</sup> reçoit 4 points
- 7<sup>ème</sup> reçoit 2 points
- Autres reçoivent 1 point.



## ANNEXES

## Annexe 1 – LA TENUE

### EXEMPLES DE MODELES AUTORISES



### EXEMPLES DE MODELES NON AUTORISES



**Manches longues**



**Ne recouvre pas les épaules**



**Pas assez collant et coton**



**Short collant**



**Short trop court**



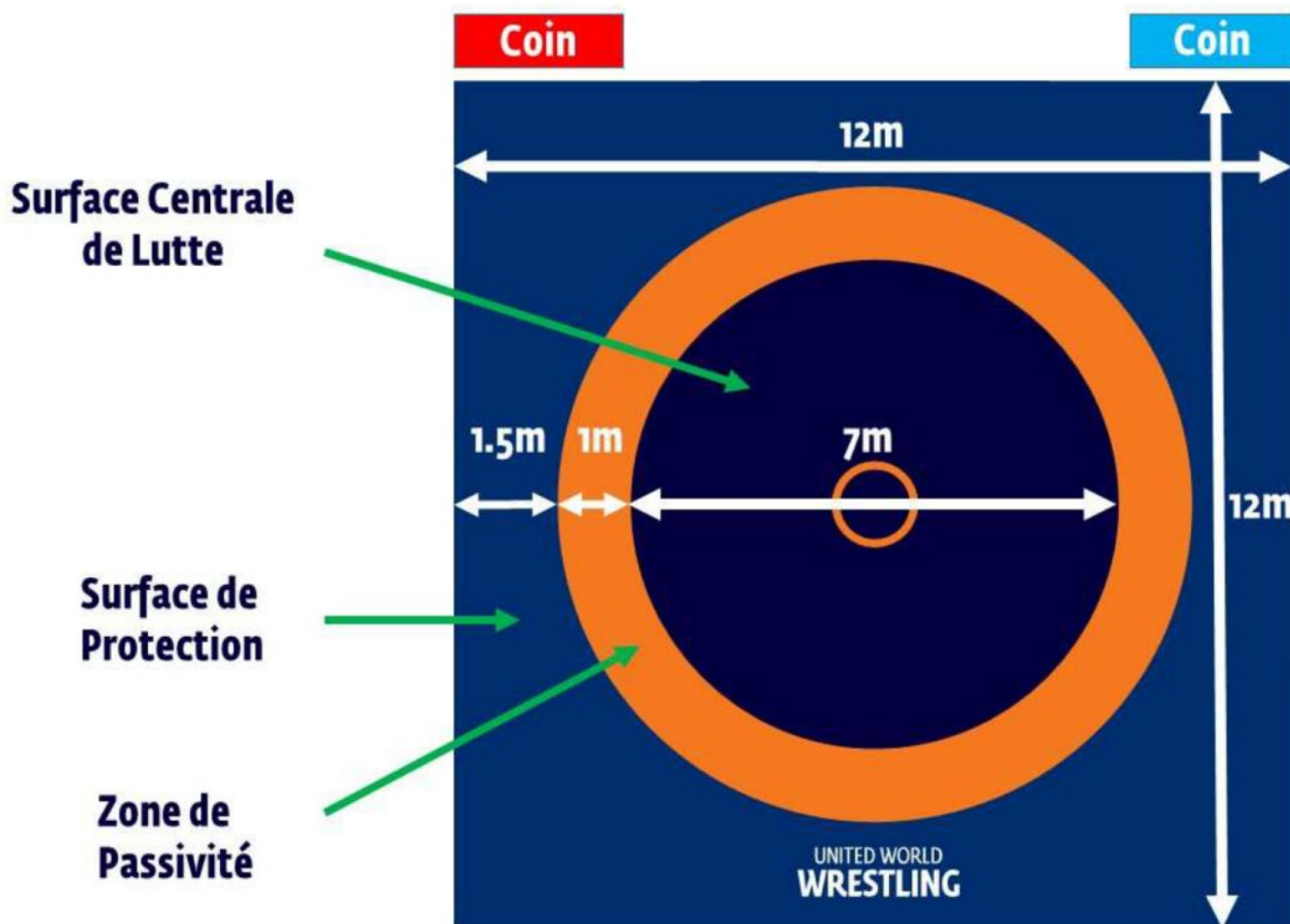
**Graphisme sans lien avec la lutte**

## Annexe 2 – LE TAPIS

La zone de combat est composée d'un cercle de 9 mètres de diamètre, entouré d'une garniture de même épaisseur et de 1,50m de largeur.

A l'intérieur du cercle de 9 m de diamètre, tout autour de sa circonférence, est tracée une bande de couleur orange de 1 mètre de largeur, qui fait partie intégrante de la surface de combat.

Pour désigner les différentes parties du tapis, la terminologie suivante sera employée :



- La partie intérieure du tapis située en deçà de la bande orange sera appelée : surface centrale de lutte (diamètre 7m)
- La bande orange : zone de passivité (largeur 1m)
- La garniture : surface de protection (largeur 1,50 m)

## Annexe 3 - LE CORPS ARBITRAL

Les arbitres sont tenus de porter sur le poignet gauche une manchette de couleur Rouge et sur le poignet droit une manchette de couleur Bleue.

Les arbitres sont tenus de s'exprimer dans les termes du vocabulaire de l'arbitre (voir [Annexe 5](#)).

### L'arbitre central

Il évolue à l'intérieur de la surface de combat et est en charge de :

- Diriger le combat et s'assurer de sa bonne tenue (comportement et sécurité des lutteurs)
- Coter les actions
- Déclarer le « Tombé » après accord du second arbitre
- Déclarer le vainqueur

### Le second arbitre

Il évolue à l'extérieur de la surface de combat et est en charge de :

- Apprécier les actions
- Apporter une aide à la décision à l'arbitre central
- Valider le « Tombé »
- Vérifier et signer la feuille de pointage

**Les interactions** entre les deux arbitres :

- Communication non verbale à l'aide des signes et gestes.
- Communication verbale pendant le combat ou pendant les temps d'arrêts

### Le Secrétaire

- Remplir la feuille de pointage remplie en fonction des décisions des arbitres

### Le Chronométréur

- Chronométrer le match en stoppant le temps à chaque arrêt marqué par l'arbitre central.

## **Annexe 4 – INTERDICTIONS GENERALES ET PRISES ILLEGALES**

### **Il est interdit aux lutteurs :**

- De réaliser toute action pouvant atteindre l'intégrité physique de l'adversaire, de le faire souffrir, de le blesser ou de chercher à provoquer son abandon. (Coup, étranglement, luxation, tirage cheveux...).
- D'avoir toute action cherchant à perturber la concentration adversaire (pincement...).
- De toucher le visage adversaire entre les sourcils et la ligne de la bouche,
- De se cramponner et de s'accrocher au tapis,
- De parler durant le combat.
- De saisir la plante du pied de l'adversaire (seule la saisie du dessus du pied et du talon est permise), de saisir le short ou le maillot.
- De saisir la tête seule ou le cou, à une ou deux mains aussi bien en contrôle qu'en action quel que soit le sens de l'action.
- De porter une action sur l'adversaire de haut en bas sur la tête (en piqué) aussi bien debout (hanché) qu'au sol (ceinture à rebours tournée sur le côté)
- De « casser » le pont qui se fera par un soulevé de terre ou par une poussée dans le sens de la tête. Il faut de compresser le pont
- Enduire la peau de substances grasses ou collantes
- Simuler une blessure
- Quitter l'aire de compétition pour quelque raison que ce soit

### **Sont illégales et formellement interdites notamment les prises ou actions ci-après :**

- Le ramassement de bras par-dessus, effectué sur l'avant- bras
- Toutes les clés verrouillées sur la tête, la double clef de tête (Nelson),
- L'exécution d'une prise en tendant la colonne vertébrale de l'adversaire
- Toute action avec arraché au sol



## **Annexe 5 – VOCABULAIRE DE L'ARBITRE**

Tout membre du corps d'arbitrage doit parfaitement connaître et appliquer le vocabulaire défini ci-après, lequel constitue le moyen officiel de communication entre eux et les lutteurs

### **1) SALUT**

Les lutteurs doivent se saluer.

### **2) OPEN**

Le lutteur doit modifier sa position et adopter une lutte plus ouverte.

### **3) ATTENTION**

L'arbitre met en garde le lutteur passif avant de demander l'avertissement

### **4) ACTION**

Le lutteur doit exécuter la prise qu'il a engagée.

### **5) STOP**

Ce mot signifie l'arrêt du combat.

### **6) CONTINUEZ**

La lutte doit reprendre sur cet ordre de l'arbitre.

L'arbitre emploie également ce mot pour faire continuer la lutte si les lutteurs s'arrêtent par confusion et le regardent comme s'ils demandaient une explication.

### **7) CENTRE**

Les lutteurs doivent se rendre au milieu du tapis et y reprendre le combat.

### **8) TOMBE**

Mot employé pour indiquer que le lutteur est battu par "Tombé".

Pour le Tombé, l'arbitre dit pour lui-même "Tombé", frappe le tapis de la main et siffle la fin du combat.

### **9) CHRONOMETRE**

Le chronométrateur doit, sur cet ordre de l'arbitre, arrêter ou mettre en marche le chronomètre.

### **10) CONSULTATION**

L'arbitre Central et le second arbitre, après avoir arrêté le combat, se consultent avant de prononcer une disqualification ou une prise de décision sur toutes les questions ou il y a désaccord

### **11) AVERTISSEMENT**

L'arbitre pénalise un lutteur pour infraction aux Règles ou fuite de combat

### **12) DOCTEUR**

Appeler le médecin officiel de la compétition pour soigner un lutteur.

## Annexe 6 – FORMULE DE COMPETITION

### Dans une catégorie de poids avec moins de 6 participants

Il faut utiliser la formule du tournoi nordique dans laquelle tous les lutteurs se rencontrent.

Le classement final est établi selon les critères suivants :

- Le plus grand nombre de victoires.
- En cas d'égalité de victoires entre 2 lutteurs, le mieux classé sera celui qui aura battu l'autre.
- En cas d'égalité de victoires entre plus de 2 lutteurs, le classement sera établi en fonction des critères hiérarchiques suivants :
  - Le plus de points de classement
  - Le plus de victoire par Tombé
  - Le plus de victoires par Supériorité Technique
  - Le plus de Points Techniques marqués
  - Le moins de Points Techniques donnés
  - Le plus léger (lors de la pesée avant la compétition)
  - Le numéro de tirage au sort le plus bas

### Dans une catégorie de poids avec 6 ou 7 lutteurs

Système avec 2 poules, puis élimination directe.

- Deux poules (A et B) de 3 ou 4 lutteurs – Tournoi nordique dans les poules
- ½ finales entre les 2 premiers de poule (1<sup>er</sup> poule A – 2<sup>e</sup> poule B / 1<sup>er</sup> poule B -2<sup>e</sup> poule A)
- Place de 3<sup>e</sup> -4<sup>e</sup> entre les perdants des ½ finales (une seule place de 3<sup>e</sup>me) et 1<sup>er</sup> -2<sup>e</sup> entre les gagnants des ½ finales.
- Les 3<sup>e</sup> de poule sont classés 5<sup>e</sup>, le 4<sup>e</sup> de poule est classé 7<sup>e</sup>.

### Dans une catégorie de poids partir de 8 lutteurs

Système à double élimination

#### Tour de qualification

- S'il n'y a pas de nombre idéal de lutteurs dans une catégorie de poids (8, 16, 32, etc.), un tour de qualification sera organisé pour atteindre le nombre idéal.

#### Tableau des gagnants

- Chaque lutteur vainqueur ou exempt au tour de qualification passe dans le « tableau des gagnants »

#### Le tableau des repêchages

- Chaque lutteur perdant passe dans le « tableau des repêchages ».
- Les exempts en repêchage sont qualifiés pour le tour de repêchage suivant.
- Un lutteur qui perd lors des repêchages est éliminé de la compétition.
- Les lutteurs perdants lors du même tour de repêchage sont classés ex-æquo (3<sup>e</sup>, 5<sup>e</sup>, 7<sup>e</sup>, 9<sup>e</sup>, 13<sup>e</sup>, 17<sup>e</sup>, 25<sup>e</sup>, etc.).
- Le dernier tour de repêchage correspond à la place de 3<sup>e</sup>/5<sup>e</sup>
- Si les lutteurs se sont déjà rencontrés, le combat doit se réaliser à nouveau