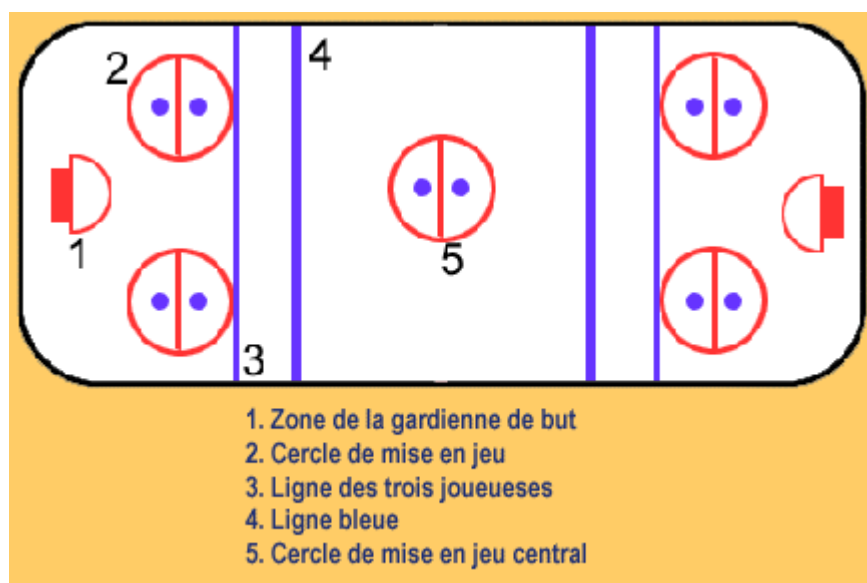


Voici quelques règlements afin de vous permettre de mieux comprendre le sport de la ringuette.

La ringuette est jouée sur une patinoire régulière de hockey. Cinq joueuses et un gardien sont sur la glace pour chacune des équipes sauf évidemment en cas de pénalités. L'objectif est de compté des buts dans le filet de l'autre équipe. La manière dont cela est réalisé est toutefois unique à la ringuette. Un bâton droit (similaire à un bâton de hockey sans palette) est utilisé pour passer l'anneau en caoutchouc (20 centimètres de diamètre) d'une joueuse à l'autre.



Au début de la partie, une des équipes possède l'anneau et amorce la partie par une passe, similaire à ce qu'on voit au soccer. La joueuse dispose de cinq secondes pour faire une passe à une coéquipière et la partie est lancée.

En cas d'arrêt du jeu, on assiste à une remise en jeu par une des équipes dans le cercle le plus près ou par le gardien qui dispose de cinq secondes pour remettre l'anneau en jeu .

Des règles de jeu empêchent une joueuse de transporter l'anneau d'un bout à l'autre de la glace. L'anneau doit en effet être passé à une autre joueuse à chaque ligne bleue ce qui amène plus de joueuses à prendre part à l'action. L'anneau ne peut cependant franchir deux zones. Si telle est le cas, seule l'équipe en défensive a le droit de reprendre l'anneau.

À partir de la catégorie atome, la ligne de jeu libre (petite ligne rouge à l'intérieur de la zone défensive et offensive) définit une zone dans laquelle un maximum de trois joueuses par équipe peut y être, ce qui empêche la formation d'un mur de cinq joueuses autour du gardien et favorise le jeu imaginatif. Il y a certaines exceptions à cette règle: lors d'une double pénalité à une équipe ou lorsqu'une équipe a retiré le gardien en faveur d'un joueur supplémentaire.

À un certain niveau, la règle du trente secondes s'applique, favorisant un jeu encore plus rapide. Cette règle oblige une équipe à effectuer un lancer au but au cours des trente secondes qui suivent la prise de contrôle de l'anneau.

LES PÉNALITÉS

Il n'y a pas de contacts intentionnels permis à la ringuette car les règles sont orientées vers la sécurité. Toutefois, lorsqu'un contact survient, une pénalité est décernée. Les pénalités les plus communes sont le contact, l'accrochage et l'interférence qui surviennent habituellement de manière non intentionnelle lorsqu'une joueuse tente de prendre l'anneau à une autre joueuse.

Source : Ringuette Québec