

# CHECK-LIST D'AVANT MATCH

Minutes avant CE	Actions à réaliser
60'	Arriver au stade et se présenter aux dirigeants du club recevant.
58'	Prendre connaissance de votre vestiaire et demander que la feuille de match soit complétée dans les meilleurs délais (avec les arbitres-assistants et le délégué).
55'	Vérifier le terrain (lignes, filets, piquets de coin...). Si nécessaire, demander aux dirigeants du club recevant de faire les modifications.
50'	Vérifier que la feuille de match est en cours de réalisation . Inciter les clubs à la remplir rapidement et entièrement (pour l'avoir au plus tard 35' avant le CE) Demander à avoir un maillot de joueur et de gardien de chaque équipe.
45'	Se mettre en tenue et préparer son équipement : sifflet, montre, carton d'arbitrage, cartons jaunes et rouges, pièce, ...
35'	Vérifier la feuille de match et préparer son carton d'arbitrage (couleurs des équipes, capitaines, remplaçants, ...)
30'	Échauffement et étirements (environ 10 à 15')
15'	Rentrer aux vestiaires avec l'ensemble des joueurs Demander à vérifier les ballons du match (en garder un).
13'	Consignes aux arbitres-assistants et au délégué (ensemble).
11'	Vérifier les identités et les équipements des joueurs (crampons, protège-tibias, absence de bijoux, ...)
7'	Signature de la feuille de match par les capitaines (ou dirigeants pour les mineurs). Consignes d'avant-match.
4'	Entrée des équipes.
3'	Tirage au sort avec les deux capitaines dans le rond central.
2'	Compter les joueurs des deux équipes.
1'	Demander aux gardiens de but et aux arbitres-assistants s'ils sont prêts.
0'	CE avec déclenchement du chronomètre.