RÈGLEMENT FÉDÉRAL UNSS 2024-2028



Fiches parues au04/11/26: toutes les activités surlignées en rouge ne sont pas encore parues. Des mises à jour régulières seront faites.

Cette synthèse comprend 6 documents à suivre :

1. Tableau collège ;
2. Tableau lycée ;
3. Surclassement, Mixité et Jeunes Coach·es (principes généraux) ;
4. Fiches sports collectifs (*) ;
5. Fiches sports ou artistiques (*) ;
6. Tableaux des APSA des listes 1 & 2.

(*)Pour chaque fiche vous trouverez les années de naissance et sur-classements autorisés, jeune coach, nombre de compétiteur·rices/équipe, mixité, possibilité de remplacement.

1. COLLÈGE	Anciennes Catégories	Années de naissance	**Catégorie collège**	**Surclassement autorisé avec CM** spécifique par APSA	**APSA autorisées par exception**	**APSA non autorisées** dans les équipes pour le Championnat de France (liste 1)
	Poussins	2017 et après	/////	2017 pour la catégorie benjamin·e mais jamais en catégorie collège	Cross collège avec surclassement	Aucune n'est autorisée
CM2	B1	2016	/////	Possible en catégorie collège mixte des sports individuels selon CMN	////	Aucune n'est autorisée
6ème	B2	2015	Collège	Possible Mais interdit pour : circuit-training, haltérophilie-musculation, judo et tous les sports collectifs	Cross catégorie benjamin·e sans surclassement HB collège établissement	Aucune n'est autorisée sauf Cross et HB (voir ci-contre)
5ème	B3	2014	Collège	Possible pour la catégorie collège filles et garçons en sports collectifs sauf le rugby.	Filles Rugby à10 excellence	Athlétismehivernal, Cross excellence, Circuit-training open, Rugby
4ème	M1	2013	Collège	/////	////	////
3ème	M2	2012	Collège	/////	////	////
Redoubl.	C1	2011	Collège	/////	////	Foot, Futsal, Rugby à 10 excellence, VB à 4 établissement VB à 6 excellence

2. LYCÉE &LP	Anciennes Catégories	Années de naissance	**Catégorie lycée**	**Surclassement autorisé avec CM** spécifique par APSA	**APSA autorisées par exception**	**APSA non autorisées**dans les équipes pour le Championnat de France (liste 1)
3PM	M2	2012	Lycée	Possible en catégorie lycée garçon sports collectifs sauf le rugby. Mais interdit pour : Circuit-training, Rugby, LP BB 3c3, LP Futsal	////	Circuit-training et Rugby (voir ci-contre)
2nde	C1	2011	Lycée	////	/////	////
1ère	C2	2010	Lycée	/////	/////	/////
Terminale	J1	2009	Lycée	/////	/////	/////
Post bac ou retard	J2	2008	Lycée	/////	Aviron Indoor, Canoë-kayak, Judo Kata, Ultimate, Voile, Volley Lycée F Rugby établissement LP BB 3c3, LP Badminton, LP CO, LP cross, LP Futsal, LP Raid	BB 5c5 et 3c3, FB, Futsal, HB, Rugby
Post bac ou retard	Séniors	2007 et avant	LP pour certaines APSA	/////	LP Badminton, LP C.O., LP cross, LP Raid, Voile	Aucune n'est autorisée Interdiction supplémentaire pour LP Futsal, LP BB 3c3

3.1. **SURCLASSEMENT** : voir le RF P. 13 et annexe 3

Extrait : *« Un surclassement consiste, pour un élève, à évoluer dans la catégorie d'âge immédiatement supérieure à la sienne lorsqu'il est né un an (date anniversaire) avant son entrée dans cette catégorie (…) La possibilité de surclassement à l'UNSS est laissée* ***à l'initiative de la famille*** *(…)* ***Chaque CMN détermine la possibilité de surclassement****(…)Tout surclassement doit faire l'objet d'une demande via le* ***formulaire en annexe 3,*** *auprès du service régional concerné (…) Le service régional transmettra la demande auprès de la Direction nationale pour validation et assurera le suivi de la décision prise auprès de l'AS concernée et lors des compétitions qualificatives ou des rencontres sélectives UNSS. »*

Certaines CMN autorisent les surclassements mais d'autres aucun ! Exemple : Rugby et Circuit-training. Il faut donc se référer à chaque fiche sport ou artistique pour vous en assurer.

Note SNEP-FSU : il faut donc s'y prendre à l'avance car le processus peut être long. Vous ne pourrez pas inscrire un élève sur OPUSS si la demande n'est pas validée par le Service Régional. Rappel : le CM doit bien préciser l'APSA concernée.

3.2. MIXITÉ

Sports collectifs : les catégories Filles et Garçons sont maintenues. La mixité est interdite en Handball Lycée et en Rugby Collège et Lycée.
Dans tous les autres sports collectifs, les Filles ont la possibilité de jouer dans les équipes garçons mais l'inverse n'est pas permis.
La mixité est obligatoire en Ultimate avec au moins 2Filles et 2 Garçons sur le terrain.

APSA hors sports collectifs : les équipes sont composées de 4 compétiteur·rices (6 pour le Cross). La mixité est obligatoire avec 2 Garçons au maximum.

Activités artistiques, acrobatiques et d'expression : la mixité est encouragée (donc non obligatoire).

3.3. JEUNE COACH·E (JC)

Sports collectifs : la·le JC ne peut pas être joueur·euse.
3 exceptions : FB Collège (établissement et excellence) la·le JC est compétiteur·trice.

Dans toutes les autres APSA (artistiques, acrobatiques et expressions comprises) : la·le JC est compétiteur·rice à l'exception de la boxe savate.

3.4. LES CHAMPIONNATS « EXCELLENCE » (art. 18, P. 11 du Règlement Fédéral)

Certains élèves sont interdits de compétition qualificative. Faites bien attention pour la composition de votre équipe.

« b. *Ne sont pas autorisés à participer* ***dans l'activité concernée et ses extensions (voir les règles et tableau d'extension sur OPUSS) :***

- *Tous les élèves inscrits sur les listes de sportifs de haut-niveau (SHN) ministérielle en vigueur (Article L 221-2 du code du sport) ;*
- *Tous les élèves inscrits sur les listes des pôles fédéraux des parcours de performance fédéraux (PPF) ;*
- *Tous les élèves inscrits en sport-études au titre des publics 1 et 2, définis par la circulaire du 15 décembre 2023 relative aux modalités d'aménagement scolaire permettant le renforcement de la pratique sportive des élèves (https://www.education.gouv.fr/bo/2023/Hebdo48/MENE2334358C) ;*
- *Tous les élèves dont le niveau n'est pas autorisé par la CMN.* »

NOUVEAU : « Toutes les AS classées dans les six premières places du CF UNSS « Établissement » de l'activité sportive ou artistique concernée, les 2 années scolaires précédant immédiatement l'année en cours » sont obligées de concourir en Excellence.

4. FICHES SPORTS COLLECTIFS - LISTE 1

Voir les tableaux pages suivantes (mise à jour le 04/11/26).

BASKET	Catégories	Surclassements	Jeune Coach·e	N^bre de compétiteur·rices	Mixité
Basketball 5x5 Établissement Excellence	• Collège : 11/12/13 • Lycée : • Filles : 07 à 12 • Garçons : 08 à 11	• Oui en collège (2014) • Oui en lycée garçons (2012)	• Collège : non-compétiteur·rice • Lycée : non-compétiteur·rice	10	Filles possibles sans restriction dans la catégorie garçons
Basketball 3x3 Établissement	• Lycée Pro uniquement: • Filles et garçons : 07 à 12	• Pas de surclassement	Lycée Pro: non-compétiteur·rice	5	Filles possibles sans restriction dans la catégorie garçons
Basketball 3x3 Open	• Lycée Open : • Filles : 07 à 12 • Garçons : 08 à 11	• Oui en lycée garçons (2012)	Lycée : non-compétiteur·rice	5	Filles possibles sans restriction dans la catégorie garçons

FOOTBALL	Catégories	Surclassements	Jeune Coach·e	N^bre^ de compétiteur·rices	Mixité
Football 8- Collège **Football 7**- Lycée Établissement	• Collège : 11/12/13 • Lycée : • Filles : 07 à 12 • Garçons : 08 à 11	• Oui en collège (2014) • Oui en lycée garçons (2012)	• Non-Compétiteur·rice en collège • Non-compétiteur·rice en lycée	• 13 en collège • 12 en lycée	Filles possibles sans restriction dans la catégorie garçons
Football 8- Collège **Football 11**- Collège Excellence	Collège : 11/12/13	• Oui en collège (2014)	Non-compétiteur·rice	• 13 en filles • 16 en garçons	Filles possibles sans restriction dans la catégorie garçons
Football 11- Lycée Excellence	• Lycée : • Filles : 07 à 12 • Garçons : 08 à 11	• Oui en lycée garçons (2012)	Non-compétiteur·rice	16	Filles possibles sans restriction dans la catégorie garçons

FUTSAL	Catégories	Surclassements	Jeune Coach·e	N^bre de compétiteur·rices	Mixité
Futsal Collège Lycée Lycée Pro Établissement	• Collège : 11/12/13 • Lycée et Lycée Pro : • Filles : 07 à 12 • Garçons lycée : 08 à 11 • Garçons LP : 07 à 11	• Oui en collège (2014) • Oui en lycée garçons (2012) • Oui en lycée pro (2012)	Non-compétiteur·rice	• 10 max collège • 10 max lycée • 10 max en LP	Filles possibles sans restriction dans la catégorie garçons
Futsal Collège Lycée Excellence	• Collège : 11/12/13 • Lycée et Lycée Pro : • Filles : 07 à 12 • Garçons : 08 à 11	• Oui en collège (2014) • Oui en lycée garçons (2012)	Non-compétiteur·rice	10 max	Filles possibles sans restriction dans la catégorie garçons

HANDBALL	Catégories	Surclassements	Jeune Coach·e	Nbre de compétiteur·rices	Mixité
Handball Établissement	• Collège : 11/12/13 • Lycée et lycée pro : • Filles : 07 à 12 • Garçons : 08 à 11	• Oui en collège (2014) • Oui en lycée garçons (2012)	Non-compétiteur	Jeu à 7 : 12 max	Collège : filles possibles sans restriction dans la catégorie garçons Lycée : pas de mixité
Handball Excellence	• Collège : 11/12/13 • Lycée et lycée Pro : • Filles : 07 à 12 • Garçons : 08 à 11	• Oui en collège (2014) • Oui en lycée garçons (2012)	Non-compétiteur	Jeu à 7 : 12 max	Collège : filles possibles sans restriction dans la catégorie garçons Lycée : pas de mixité

RUGBY	Catégories	Surclassements	Jeune Coach·e	Nbre de compétiteur·rices	Mixité
Rugby 7 Établissement	• Collège : 11/12/13 • Lycée filles : 2008 à 2011 • Lycée garçons : 09/10/11	Aucun surclassement	Non-compétiteur·rice	De 10 à 12 maximum	Pas de mixité
Rugby 10 Excellence	• Collège filles : 12/13 • Collège garçons : 11/12/13 • Lycée filles : 2008 à 2011 • Lycée garçons : 09/10/11	Aucun surclassement Sauf filles 2014	Non-compétiteur·rice	De 13 à 15 maximums	Pas de mixité

VOLLEY	Catégories	Surclassements	Jeune Coach·e	Nbre de compétiteur·rices	Mixité
Volleyball 4 Établissement Excellence	• Collège : 11/12/13 • Lycée et lycée pro : • Filles : 07 à 12 • Garçons : 08 à 11	• Oui en collège (2014) • Oui en lycée garçons (2012)	Non-compétiteur·rice	6	Filles possibles sans restriction dans la catégorie garçons
Volleyball 6 Excellence	• Collège : 10/11/12/ • Lycée et lycée pro : • Filles : 06 à 11 • Garçons : 07 à 10	• Oui en collège (2014) • Oui en lycée garçons (2012)	Non-compétiteur·rice	11	Filles possibles sans restriction dans la catégorie garçons

ULTIMATE	Catégories	Surclassements	Jeune Coach·e	Nbre de compétiteur·rices	Mixité
Ultimate Établissement Excellence	• Collège : 11/12/13 • Lycée et lycée pro : • Filles : 07 à 12 • Garçons : 08 à 11	• Oui en collège (2014) • Oui en lycée garçons (2012)	Non-compétiteur·rice	6 à 8 max 3G +3F 3G+4F 4G+3F 4G+4F	2 filles, 2 garçons sur le terrain

5. FICHES SPORTS ET ARTISTIQUES HORS SPORTS COLLECTIFS (MAJ 04/11/26)

APSA liste 1	Catégories	Surclassements	Jeune Coach·e	N^bre^ de compétiteur·rices	Mixité	Remplacement pour inaptitude
Arts du cirque Open	• Collège : 2011 à 2016 • Lycée : 2007 à 2012	• Pas de surclassement	Compétiteur·rice	8 à 10	Mixité encouragée	
Athlétisme hivernal Établissement Excellence	• Collège : 2011 à 2015 • Lycée : 08/09/10/12	• Non en collège • Non en lycée	Compétiteur·rice	4 Au moins 3 élèves 12/13 en collège	2 garçons maximum	
Aviron Indoor Open	• Collège : 11 à 15 • Lycée : 08 à 12 • LP seulement : 07/12	• Non en collège • Non en lycée	Compétiteur·rice	8	4 garçons 4 filles	Pas concerné
Aviron Outdoor Collège Lycée Open	• Collège Mixte: 11 à 15 • Lycée Mixte : 08 à 12 • LP seulement : 07/12	• Pas de surclassement, mais 2016 autorisé·e seulement pour être barreur·euse	Compétiteur·rice	Collège: 15 Lycée : 9	Mixité imposée en collège Mixité possible en Lycée	Pas concerné Mais un bareur·euse peut ramer sur décision médicale

APSA liste 1	Catégories	Surclassements	Jeune Coach·e	N^bre de compétiteur·rices	Mixité	Remplacement pour inaptitude
Badminton Établissement Excellence	• Collège : 11/12/13/14/15 • Lycée : : 08/09/10/11/12	• Oui en collège (2016) • Non en lycée	Compétiteur·rice	4	2 garçons et 2 filles	Possible sous conditions (maintien de la conformité de la composition de l'équipe, ...)
Badminton Lycée Pro Open	07/08/09/10/11/12	Non	Compétiteur·rice	3 à 4 max	Garçons ou mixte en Open LP Filles : sans garçons	
Badten Établissement Excellence	Collège : 11 à 15	Oui en collège (2016)	Compétiteur·rice	4	2 garçons maximum	Possible sous conditions
Boxe Assaut Établissement. Excellence	• Collège : 10/11/12/13 • Lycée : 08 à 11	• Oui en collège (2014) • Oui en lycée (2012)	Compétiteur·rice	4	2 garçons maximum	
Boxe Fr. Savate Établissement Excellence	• Collège : 11 à 15 • Lycée :08 à 12	• Non en collège • Non en lycée	Compétiteur·rice	4	2 garçons maximum	
Canoë-kayak Open	• Collège : 11 à 15 • Lycée : 08 à 12	• Oui en collège (2016) • Non en lycée	Compétiteur·rice	4	2 garçons maximum	Possible sous conditions
Circuit-training Open	• Collège : 11 à 13 • Lycée : 08 à 12	Aucun surclassement	Compétiteur·rice	4	2 garçons maximum	À définir

APSA liste 1	Catégories	Surclassements	Jeune Coach·e	N^{bre} de compétiteur·rices	Mixité	Remplacement pour inaptitude
Course d'orientation Établissement Excellence	• Collège : 11 à 15 • Lycée : 08 à 12	• Oui en collège (2016) • Non en lycée	Compétiteur·rice	4	2 garçons maximum	Aucun
Cross-Country Établissement	• Benjamin·es : 14/15/16 • Collège : 11/12/13 • Lycée : de 07 à 12 • Lycée Pro : 2007 à 2012	• Pas de surclassement	Compétiteur·rice	6 maximum	Mixité obligatoirement SAUF EN LP Benj et collège :3+3 Lycée : 2 garçons et 2 filles minimum	Pas concerné
Cross-Country Excellence	• Collège : 11/12/13 • Lycée : 07 à 12	• Pas de surclassement	Compétiteur·rice	6 maximum	Mixité obligatoirement Benj et collège :3+3 Lycée : 2 garçons et 2 filles minimum	Pas concerné

APSA liste 1	Catégories	Surclassements	Jeune Coach·e	N^bre de compétiteur·rices	Mixité	Remplacement pour inaptitude
Danse Chorégraphiée Établissement Excellence	• Collège : 11 à 16 • Lycée : 07 à 12	• Pas de surclassement	• Intégré dans la composition • Jeune regard pas interprète	10 à 12	Mixité encouragée	
Danse Hip Hop Établissement Excellence Lycée Open	• Collège : 11 à 15 • Lycée: 08 à 12	• Oui en collège (2016) • Non en lycée	Compétiteur·rice	4 à 6	Mixité encouragée	Pas concerné
Escalade Établissement Excellence	• Collège : 11 à 15 • Lycée : 08 à 12	• Oui en collège (2016) • Non en lycée	Compétiteur·rice	4	2 garçons maximum	Possible sous conditions
Golf Établissement Excellence	• Collège : 11 à 15 • Lycée : 08 à 12	• Oui en collège (2016) • Non en lycée	Compétiteur·rice	4	2 garçons maximum	Possible sous conditions
Gym acrobatique Établissement Excellence Open en lycée	• Collège : 11/12/13/14/15 • Lycée : 08/09/10/11/12	• Oui en collège (2016) • Non en lycée	Compétiteur·rice	6 obligatoire (collège et lycée) 9 obligatoire en excellence collège (si moins de 6 ou 9 gymnastes, jeune coach non compétiteur et autre juge possible)	Mixité encouragée	Pas concerné

APSA liste 1	Catégories	Surclassements	Jeune Coach·e	N^bre de compétiteur·rices	Mixité	Remplacement pour inaptitude
Gym artistique Collège Établissement Excellence	• Collège : 11 à 15	• Oui en collège (2016)	Compétiteur·rice	4	**Collège** • Équipe garçons, 1 fille max • Équipe fille Non mixte excellence	Pas concerné
Gym artistique Lycée Établissement Excellence	• Lycée : 08 à 12	• Pas de surclassement	Compétiteur·rice	4	Mixité encouragée Équipe : • Mixte • 4 Garçons • 4 Filles	Pas concerné
Judo Combat Open	• Collège : 12/13 • Lycée : 08/09/10/11	• Pas de surclassement	Compétiteur·rice	4	2 garçons maximum	
Judo Kata Open	• Collège : 11/12/13/14 • Lycée : 07/08/09/10/11	• Non en collège (2015) • Oui en lycée (2010)	Pas de jeune coach	2	Mixité obligatoire	
Laser Run Open	• Collège : 11 à 15 • Lycée : 08 à 12	• Oui en collège (2016) • Non en lycée	Compétiteur·rice	4	2 garçons maximum	Possible sous conditions
Lutte Établissement Excellence	• Collège : 11/12/13/14 • Lycée : 09/10/11/12	• Pas de surclassement	Compétiteur·rice	De 6 à 4 avec des compositions différentes en fonction du Collège ou Lycée et de établissement ou excellence	Mixité obligatoire	

APSA liste 1	Catégories	Surclassements	Jeune Coach·e	N^bre^ de compétiteur·rices	Mixité	Remplacement pour inaptitude
Natation Établissement Excellence	• Collège : 11 à 15 • Lycée : 08 à 12	• Oui en collège (2016) • Non en lycée	Compétiteur·rice	4	2 garçons maximum	Possible sous conditions
Pétanque Collège Lycée Open Lycée Pro Open	• Collège : 09/10/11/12 • Lycée : 06/07/08/09 • LP: 05 & avant 06/07/08/09	• Oui en collège (2013) • Oui en lycée (2010) • Oui en LP (2010)	Compétiteur·rice	3	2 garçons maximum (encouragée en LP)	
Raid Multisports Établissement Excellence	• Collège : 11 à 13 • Lycée : 08 à 12	• Pas de surclassement	Compétiteur·rice	4	2 garçons maximum	Pas concerné
Run & Bike Établissement Excellence	• Collège : 11 à 15 • Lycée : 08 à 12	• Pas de surclassement	Compétiteur·rice	4	2 garçons maximum	Pas concerné
Step Collège Établissement Excellence Lycée Open	• Collège : 11 à 15 • Lycée pro : 07 à 12 • Lycée : 08 à 12	• Oui en collège (2016) • Non en lycée	Compétiteur·rice	• Collège : 5 à 7 • Lycée : 3 à 5	Mixité encouragée	Possible sous conditions
Surf Établissement Excellence	• Collège : 11/12/13/14/15 • Lycée : 08/09/10/11/12	• Oui en collège (2016) sous condition • Non en lycée	Compétiteur·rice	4	Mixité 2 garçons maximum	

APSA liste 1	Catégories	Surclassements	Jeune Coach·e	N^bre de compétiteur·rices	Mixité	Remplacement pour inaptitude
Tennis Open	• Collège : 11 à 15 • Lycée : 08 à 12	• Oui en collège (2016) • Non en lycée	Compétiteur·rice	4	2 garçons maximum	Possible sous conditions
Tennis de table Établissement Excellence	• Collège : 11 à 15 • Lycée : 08 à 12	• Oui en collège (2016) • Non en lycée	Compétiteur·rice	4	2 garçons maximum	Possible sous conditions
Tir à l'arc Établissement Excellence	• Collège : 11 à 15 • Lycée : 08 à 12	• Oui en collège (2016) • Non en lycée	Compétiteur·rice	4	2 garçons maximum	Pas concerné
Triathlon Établissement Excellence	• Collège : 11 à 15 • Lycée : 08 à 12	• Pas de surclassement	Compétiteur·rice	4	2 garçons maximum	Pas concerné
Voile habitable Open	• Lycée : 05/06/07/08/09	• Oui en (2010)	Compétiteur·rice	4+ 1 remplaçant·e autorisé·e	Mixité obligatoire	
Voile légère Établissement Excellence	• Collège : 11 à 15	• Oui en collège (2016)	Compétiteur·rice	4	2 garçons maximum	Possible sous conditions

APSA liste 1	Catégories	Surclassements	Jeune Coach·e	N^{bre} de compétiteur·rices	Mixité	Remplacement pour inaptitude
VTT Établissement Excellence	• Collège : 11/12/13/15 • Lycée : 08/09/10/12	• Oui en collège (2016) • Oui en lycée (2013) sauf excellence	Compétiteur·rice	4	Mixité obligatoire (2 filles et 2 gars)	
Ski nordique **Open**	• Collège : de 2011 à 2015 • Lycée : de 2008 à 2012	Aucun	Compétiteur.rice	4	2 garçons maximum	Pas concerné

APSA liste 2	Catégories	Surclassements	Jeune Coach·e	N^bre de compétiteur·rices	Mixité	Remplacement pour inaptitude
Activités Subaquatiques Open Rappel CM obligatoire	• Collège : 10/11/12/13/14 • Lycée: 07/08/09/10/11	• Pas de surclassement	Compétiteur·rice	3 à 4	Mixité	
Beach volley **Open** **Filles et garçons lycée**	• Filles lycée : de 2007 à 2012 • Garçons lycée : de 2008 à 2011	• Pas de surclassement pour les filles. • Surclassement possible pour les garçons (2012)	Compétiteur·rice	3	Aucune	
Double Dutch Challenge national Open	• Collège : 13/14/15	• Oui en collège (2016)	Non compétiteur·rice	4	Mixité encouragée	
E.Échecs Établissement	• Collège : 09 à 15 et après • Lycée GT et pro : 06 à 11	Non défini	Au choix	Illimité	Mixité encouragée	
E.Échecs Excellence	• Collège : 2008 à 2014 • Lycée: 06 à 11	Non défini	Au choix	Illimité	Mixité encouragée	
Equitation **Coupe de France** **Etablissement** **Open**	• Collège : 11 à 15 • Lycée : 08 à 12	• Collège oui (2016) • Lycée non	Compétiteur·rice	4	Mixité autorisée	

APSA liste 2	Catégories	Surclassements	Jeune Coach·e	N^bre de compétiteur·rices	Mixité	Remplacement pour inaptitude
Escrime Coupe de France Open	• Benjamin·es : 14/15/16 • Collège : 11 à 14 • Lycée : 09 à 11	• Non en Benjamin.es et collège • Lycée oui (2012)	Compétiteur·rice	3	Au moins 1 fille et 1 garçon	
Gym rythmique Coupe de France Excellence pour collège Open pour lycée	• Benjamin.es : 14 et 15 • Collège : 11 à 15 • Lycée : 08 à 12	• Oui en collège et benjamin.es (2016) • Non en lycée	Compétiteur·rice	4 à 6	Mixité encouragée	Remplaçant·e fait déjà parti de l'effectif de l'équipe
Gym aérobic Coupe de France	• Collège : 11 à 15 • Lycée open : 08 à 12	• Oui en collège (2016) • Non en lycée	Compétiteur·rice	Collège : 4 à 6 (3 à 5 en excellence) Lycée : 3 à 5	Mixité encouragée	Pas concerné
Haltérophilie Musculation Open	• Collège : 10/11/12/13/14 • Lycée : 07/08/09/10/11	• Pas de surclassement	Compétiteur·rice	4	2 garçons maximum	
Hockey sur gazon **Open**	• Collège Filles : 11 à 13 • Collège mixte : Filles : 11 à 13 Garçons : 12 à 13 • Lycée mixte : Filles : 08 à 12 Garçons : 08 à 11	• Collège filles et mixtes : oui (2014) • Lycée : oui pour les garçons (2012)	Non compétiteur·rice	6 à 10	Mixité possible pour les championnats mixte.	

APSA liste 2	Catégories	Surclassements	Jeune Coach·e	N^bre de compétiteur·rices	Mixité	Remplacement pour inaptitude
Karaté **Open**	• Collège : 11 à 14 • Lycée : 08 à 12	• NON	Compétiteur·rice	2 à 6	Obligatoire	Pas concerné
Kayak Polo Open	• Collège : 10/11/12/13/14 • Lycée : 07/08/09/10/11	• Oui en collège (2015) • Non en lycée (2012)				
Kick Boxing Light Coupe de France Excellence	• Collège : 10/11/12/13/14 • Lycée: 07/08/09/10/11	• Pas de surclassement	Compétiteur·rice	4 3 tolérés	Mixité	
Planche à voile Open	• Collège : 09/10/11/12 • Lycée : 06/07/08/09	• Oui en collège (2013) • Non en lycée (2010)	Compétiteur.rice	4	Au moins 1 fille et 1 garçon	
Rugby à 13 Collège Garçons et Filles Excellence	• Collège Garçons : • 2010/2011 • Collège filles : 2010/2011/2012	• Certificat obligatoire pour les 2012 pour surclassement en minimes Garçons	Compétiteur·rice (sauf si d'une autre AS)	14 maximum	Aucune mixité	

APSA liste 2	Catégories	Surclassements	Jeune Coach·e	N^bre de compétiteur·rices	Mixité	Remplacement pour inaptitude
Rugby à 13 Lycée Garçons et Filles Excellence	• Lycée Garçons : 2007 à 2009 • Lycée Filles : 2007 à 2009	• Pas clair car la FS parle de catégorie Cadets et Juniors alors que l'on parle de catégorie Collège et Lycée	Compétiteur·rice (sauf si d'une autre AS)	14 maximum	Aucune mixité	
Sauvetage	• Collège : 10/11/12/13/14 • Lycée : 07/08/09/10/11	• Pas de surclassement	Compétiteur.rice	4	Mixité obligatoire	
Shortennis Liste 2 Challenge National	• Collège : 09/10/11/12 • Lycée : 06/07/08/09	• Oui en collège (2013) • Oui en lycée (2010)	Compétiteur·rice	3 à 4	Au moins 1 garçon + 1 fille	
Tir Sportif Coupe de France Collège Lycée Établissement Excellence Rappel CM obligatoire	• Collège : 11 à 15 • Lycée : 08 à 12	• Oui en collège (2016) • Non en lycée	Compétiteur·rice	2 tireur·euses	Mixité encouragée	

APSA liste 2	Catégories	Surclassements	Jeune Coach·e	N^bre de compétiteur·rices	Mixité	Remplacement pour inaptitude
Water-polo Coupe de France Collège Établissement Excellence	• Collège : 09/10/11/12	• Non en collège (2013)	Au choix	9 max 5 dans l'eau	Au moins 2 garçons et 2 filles en permanence dans l'eau	
Water-polo Coupe de France Lycée Open	• Lycée : 06/07/08/09	• Oui en lycée (2010)	Au choix	6 à 9 5 dans l'eau	Au moins 2 garçons et 2 filles en permanence dans l'eau	

6.TABLEAUX DES APSA DES LISTES 1 & 2

Article 21- les activités sportives et artistiques de la liste 1

Toutes les activités sportives et artistiques du programme national sont recensées dans la liste 1.
Les compétitions sont proposées au niveau district, départemental, académique, inter-académique et national.
Les rencontres Arts du cirque et Danse chorégraphiée de niveau district au niveau national sont organisées sous forme de festivals.

Performance	Raquettes	Combat	Acrobatique et expression	Artistique	Précision	Sports collectifs	Pleine nature
Athlétisme	Badminton	Boxe anglaise	Danse Hip-Hop	Arts du cirque	Golf	Basket	Canoë kayak
Aviron	Badten	Boxe française	Gymnastique acrobatique	Danse chorégraphiée	Pétanque	Basket 3X3	Course d'orientation
Cross-country	Tennis	Judo	Gymnastique artistique		Tir à l'arc	Football	Escalade
Circuit training	Tennis de table	Lutte	Step			Futsal	Raid multisports
Laser run						Handball	Ski nordique
Natation						Rugby	Surf
Run and bike						Ultimate	Voile
Triathlon						Volley-ball	VTT

Le programme national regroupe les compétitons et festivals :
- Des APSA de la liste 1 ci-dessus ;
- Les jeux des benjamin.es ;
- Le championnat de France de Sport Partagé Multi-activités.

Les équipes devront être obligatoirement conformes à la fiche sport ou artistique de l'APSA concernée.

Finalité nationale.

Article 23- les activités sportives et artistiques de la liste 2

Les activités sportives et artistiques du programme territorial sont recensées dans la liste 2 des activités de l'UNSS.
Les rencontres sont proposées au niveau district, départemental, académique, multi-académique et national (rencontres, challenges, coupes, ...).

Performance	Raquettes	Combat	Acrobatique et expression	Précision	Sports collectifs	Pleine nature
Activités subaquatiques	Padel	Aïkido	Danse sportive	Discgolf	Base ball	Biathlon
BMX	Pelote	Echecs	Double dutch	Tir sportif	Sand ball	Equitation
Cyclisme	Peteca	Escrime	Gymnastique aérobic		Hockey sur gazon	Paddle
Haltérophilie	Roundnet	Karaté	Gymnastique rythmique		Beach soccer	Planche à voile
Pentathlon	Shortennis	Kick boxing light	Gymnastique acro-aérienne		Beach volley	Randonnée
Trail	Squash	Taekwondo	Natation synchronisée		Kayak polo	Sauvetage
			Parkour		Rugby à 5	Ski alpin
			Roller skate		Rugby à 13	Snowboard
			Sports de glace		Water-polo	

Le programme territorial regroupe les rencontres :

- Des APSA de la liste 2 ci-dessus ;
- Les rencontres promotionnelles de la liste 1 (établissement ou open) ;
- Les rencontres promotionnelles ou évènementielles telles que la lycéenne, la JNSS, la SOP, les journées olympiques, animations sport partagé ou parasport, public féminin, ...
- Les rencontres des APSA qui ne sont pas dans les listes 1 et 2 (l'ex « liste 3 »), si elles sont validées par une commission départementale.