La Ligue d'improvisation scolaire de Sherbrooke et des environs (LISSE) est constituée des écoles secondaires estriennes participantes. Le Conseil Sport Loisir de l'Estrie agit en soutien à la ligue et assure le lien entre les écoles secondaires.

Les écoles secondaires privées ou publiques situées sur le territoire de la région de l'Estrie sont admissibles.	Les écoles hôtes et les dates de tournois sont déterminées par le Conseil Sport Loisir de l'Estrie, à la suite d'une consultation des écoles participantes. Les responsables des écoles en sont informé·e·s à la rencontre de début de saison.
La saison est constituée de quatre tournois se déroulant le samedi, au cours des mois de janvier à avril, et d'un tournoi final avec remise de prix, en mai. En cas de tempête de neige, un samedi sera déterminé d'avance pour une reprise.	- Cadette : 1ère et 2e secondaire - Juvénile : 4e et 5e secondaire La catégorie des joueurs et joueuses de 3e secondaire demeure au choix de la personne responsable de l'équipe.
Chaque école a le droit d'inscrire un maximum de 2 équipes. Les équipes sont composées d'un minimum de 5 et d'un maximum de 12 joueurs et joueuses. Elles sont mixtes afin de respecter la diversité des genres, sauf dans le cas des écoles réservées exclusivement aux filles ou aux garçons. Note importante : Un maximum de 9 joueur·euse·s pourra être assis sur le banc lors des tournois. Il y a donc une possibilité de 3 remplaçant·e·s pour les équipes qui atteignent le maximum de 12.	Le coût d'inscription est de 300 $ pour les équipes cadettes et de 350 $ pour les équipes juvéniles, incluant un minimum de 8 parties en saison régulière, excluant les éliminatoires. Une équipe est assurée de jouer 2 parties par tournoi.

Les règlements, horaires des tournois, classement des équipes, statistiques, officiels pour chacune des parties ainsi que tout le support nécessaire aux entraîneuses et entraîneurs et aux écoles participantes sont assumés par la coordination régionale de la ligue.