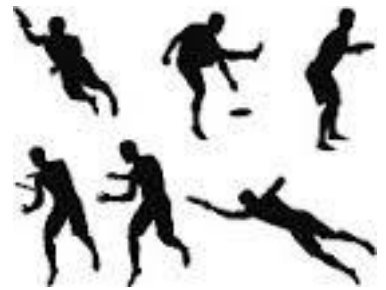


# Ultimate Frisbee



## **Spirit of the game:**

Ultimate betont die Sportlichkeit, Anstand und Fairplay. Kämpferischer Einsatz wird zwar gefördert aber niemals auf Kosten des Respekts vor dem Gegner, den vereinbarten Regeln und der Freude am Spiel gehen !

## **Mannschaft:**

7 Feldspieler ( max. 5 Auswechselspieler)

In jeder Mannschaft müssen sich 2 Mädchen permanent auf dem Spielfeld befinden.

## **Spielgerät:**

Frisbee Scheibe

## **Spielfeld:**

Verkleinertes Fußballfeld (45mX20m)

## **Spielregeln:**

### **Spielbeginn:**

- beide Mannschaften befinden sich in ihrer Endzone. Mannschaft A schießt Mannschaft B die Scheibe. Dort wo die Scheibe gefangen wird, aus geht oder auf den Boden klatscht, fängt Mannschaft B an mit dem Angriff.

### **Punktgewinn:**

- Punkte erzielt man indem man einen Pass des Mitspielers in der gegnerischen Endzone fängt
- Nach dem Erzielen eines Punktes wird die Endzone gewechselt
- Die Mannschaft die den Punkt erzielt hat beginnt das Spiel (s. Spielbeginn)

### **Spielregeln:**

- wenn die Scheibe ausgeht oder den Boden berührt, erhält die Mannschaft das Spielgerät die die Scheibe nicht als letztes an der Scheibe war
- wird die Scheibe vom Gegner auf den Boden geworfen, bekommt die angreifende Mannschaft die Scheibe zurück

### **Nicht Erlaubt:**

- laufen mit der Scheibe ist verboten
- kein Körperkontakt

### **Erlaubt:**

- Sternschritt (s. Basketball)
- gegnerischen Pass abfangen

### **Spielerwechsel:**

Spieler dürfen nur nach einem Punkt ausgewechselt werden