

„Hoher kämpferischer Einsatz wird gefördert, sollte aber niemals auf Kosten des gegenseitigen Respekts zwischen den Spielern, des Festhaltens an den vereinbarten Spielregeln oder der Freude am Spiel gehen.“

Ein Ehrenkodex des Fairplays

Der **“Spirit of the Game”** ist die erste Regel des Ultimate-Regelwerks des Flugscheiben-Weltverbandes (WFDF). Er beschreibt einen **Ehrenkodex des Fairplays**, wonach sich die Ausübenden ausdrücklich dazu bekennen, in ihren Handlungen den gemeinsam vereinbarten Regeln zu entsprechen – sowohl auf als auch neben dem Feld. Dies drückt sich darin aus, dass sie strittige Situationen eigenverantwortlich und gemäß den Regeln ohne externe Schiedsrichtende klären.



Links:

Deutscher Frisbeesport-Verband
<https://www.frisbeesportverband.de/>

Landesverband
<https://frisbeesport-bw.de/>

Leintal Schule Schwaigern
<https://www.leintalschule.de/>

Frisbeesport in Raum Heilbronn
Sportscheiben, Fortbildungen und mehr - Angebot für Schulen
<https://disc-respect.com/>

10 Einfache Regeln

Zur kompakten Vermittlung der Grundregeln von Ultimate

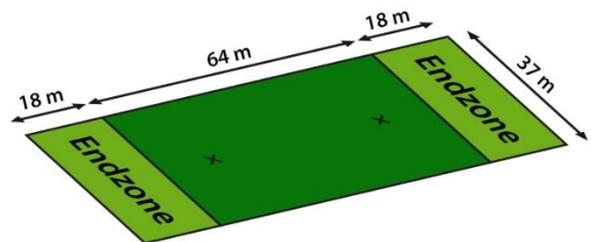


1. Spirit of the Game

Ultimate betont die Sportlichkeit, Anstand und Fair-Play. Kämpferischer Einsatz wird zwar gefördert, darf aber niemals auf Kosten des Respekts vor dem*der Gegner*in, der Regeln und dem Spaß am Spielen gehen.

2. Spielfeld

Ein offizielles Spielfeld ist 100m lang und 37m breit. Davon ist das Hauptspielfeld 64m lang, und die jeweiligen Endzonen 18m tief. Je nach Spieleranzahl kann das Spielfeld verkleinert werden. Die Relationen der Spielfeldteile sollten ungefähr 3/5 Spielfeld und je 1/5 Endzone betragen.



3. Spielbeginn

Jeder Punkt beginnt mit der Aufstellung der beiden Mannschaften à je sieben Spieler*innen an der Grundlinie (in der Halle fünf gegen fünf). Die verteidigende Mannschaft wirft die Scheibe zur angreifenden Mannschaft (Anwurf)

4. Bewegung der Scheibe

Die Scheibe darf in jede Richtung des Spielfeldes geworfen werden. Mit der Scheibe darf man nicht laufen. Der*die Werfer*in hat zehn Sekunden Zeit die Scheibe abzuwerfen. Der*die direkte Verteidiger *in (Marker*in) zählt den*die Werfer*in laut im Sekundentakt an.

5. Punktgewinn

Die angreifende Mannschaft erzielt einen Punkt, wenn ein*e Mitspieler*in die Scheibe in der Endzone der Gegner*innen fängt. Die Mannschaft mit dem Punktgewinn bleibt auf dieser Seite, die andere Mannschaft muss die Spielfeldseite wechseln.

6. Scheibenwechsel

Wenn ein Pass von einem*r Mitspieler*in nicht gefangen werden kann (Scheibe berührt den Boden, fliegt ins Aus oder der*die Gegner*in fängt sie ab), kommt die verteidigende Mannschaft sofort in Scheibenbesitz und greift nun an.

7. Auswechseln

Spieler*innen dürfen nur nach einem Punkt oder nach einer Verletzung ausgewechselt werden.

8. Körperkontakt

Zwischen Spieler*innen ist kein Körperkontakt erlaubt. Darauf haben alle Spieler*innen zu achten. Das Behindern der Verteidigung durch eine*n angreifende*n Spieler*in wie im Basketball ist ebenfalls verboten („Pick“). Jede Körperberührung ist im Prinzip ein Foul.

8. Foulspiel

Wenn ein*e Spieler*in einen Gegenspieler berührt, ist das ein Foul. Foul ruft der*die Spieler*in, der *die gefoult wurde. Wenn die Scheibe dem*der Angreifer*in dabei verlorengeht, wird das Spiel unterbrochen und nach einem „Check“ fortgesetzt, als wäre das Foul nicht passiert. Ist der*die foulende Spieler*in mit dem Foulruf nicht einverstanden, so wird der letzte Pass wiederholt.

10. Eigenverantwortung

Es gibt keine externen Schiedsrichtenden. Jede*r Spieler*in ist selbst dafür verantwortlich Fouls oder Linienverstöße (erster Bodenkontakt muss in sein, die Linie zählt zum Aus). anzuzeigen. Die Spieler*innen regeln ihre Meinungsverschiedenheiten in fairer Weise.



Das Spiel - Disc Golf

Disc Golf folgt im Prinzip den gleichen Regeln wie Golf, wobei, an Stelle von Ball und Schläger, aerodynamische Wurfscheiben verwendet werden.

Jede *Bahn* besitzt ein *Tee* (Abwurfstelle) und ein *Ziel* (Auffangkorb). Eine Bahn ist beendet, wenn die Scheibe in den Korb *geputtet* wird.

Die Ketten am Korb dienen dazu den Flug der Scheibe zu stoppen, die Frisbee fällt dann in den darunter liegenden Korb.

Das **Ziel des Spiels ist es, einen Parcours mit möglichst wenig Würfeln zu durchspielen**. Die einzelnen Bahnen sind üblicherweise zwischen 50 und 150 Meter lang - auf großen Kursen werden auch längere Bahnen bis zu 300m und mehr gespielt. Die Schwierigkeit einer Bahn ergibt sich aber nicht nur aus der Länge, sondern auch durch Hindernisse auf dem Gelände, die umspielt werden müssen (Bäume, Büsche oder Topografie des Geländes).

–
Beim Schul Pokal wird immer in 2er Teams gespielt (bei 10 Spieler gibt es 5 Teams)

Doubles / Best Shot:

- Die SpielerInnen eines Teams werfen nacheinander vom Tee ab.
- Das Team kann sich in weiterer Folge für eine bestimmte Lage entscheiden.
- Von dieser Position werfen wieder beide SpielerInnen usw. ...
- Sobald die erste Scheibe im Korb landet, ist die Bahn beendet.
- Welche die bessere Lage ist, entscheidet das jeweilige Team selbst.

Kleine Regelkunde:

- Rücksichtnahme - Rücksichtnahme auf Spaziergänger, Mitspieler, Tiere, Pflanzen, Bäume und alle anderen Einrichtungen.
- Jeder Spieler hat sich vor(!) seinem Wurf zu vergewissern, dass nichts und niemand seine Bahn kreuzt, wenn er werfen will.
- Gestartet wird vom Abwurf. Weitergespielt wird von dort, wo der eigene Wurf gelandet ist.
- Es fängt immer der Spieler an, der auf der vorherigen Bahn am wenigsten Würfe gebraucht hat.
- Nach dem Abwurf spielt derjenige weiter, der am weitesten vom Ziel entfernt liegt.
- Nach dem Treffen des Ziels werden die Anzahl der Würfe notiert und es geht zur nächsten Bahn.

Name	Bahn 1	Bahn 2	Bahn 3	Bahn 4	Bahn 5	Bahn 6	Bahn 7	Bahn 8	Bahn 9	Gesamt