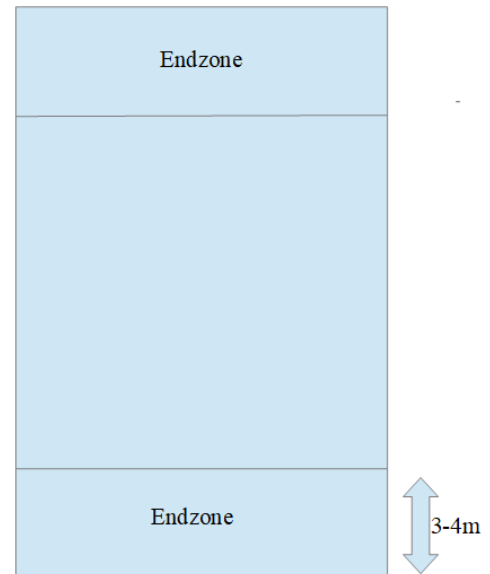


Der Trendsport Ultimate Frisbee

Beim Ultimate Frisbee treten zwei Teams gegeneinander an. Das Ziel jedes Teams ist es die Frisbee in der gegnerischen Endzone zu fangen. In der Halle spielen fünf gegen fünf SpielerInnen (Hallendrittel). In der großen Halle oder auf dem Freiplatz 7 - 7. Auf dem Freiplatz ist das Feld 64 x 37m groß. Die Endzone ist 23m tief.

Spielregeln

- Mit der Scheibe in der Hand darf nicht gelaufen werden.
- Ein Stepschritt (max. drei Schritte) ist erlaubt.
- Ein Sternschritt ist erlaubt.
- Hechten ist erlaubt.
- Wenn der Gegner die Frisbee abfängt, darf er sofort weiterspielen.
- Wenn die Angreifer die Frisbee nicht fangen können (Scheibe berührt den Boden, fliegt ins Aus oder ein Verteidiger schlägt sie zu Boden), bekommt das verteidigende Team die Frisbee und greift wieder an. Es gibt keine Spielunterbrechung.
- Man muss einen Meter Abstand zum Gegner einhalten.
- Bei einem Foul oder regelwidrigen Verhalten erhält das gegnerische Team die Scheibe.



Spielfeld Hallendrittel

Alle SpielerInnen sind
Schiedsrichter.



Erste Übungen mit der Scheibe

im Schulsport sollen AnfängerInnen nur den Rückhandwurf nutzen. Dieser ist am leichtesten erlern- und umsetzbar.

Notizen