

TORNEO ULTIMATE FRISBEE

Regole generali

- NON è ammesso il **CONTATTO** fisico
Se avviene ed altera significativamente l'azione (es. non riesco a prendere il disco a causa del contatto) **CHI L'HA SUBITO** deve chiamare **FALLO** -> se l'avversario concorda chi ha subito tiene il disco, se l'avversario **NON CONCORDA** si elimina l'azione e il disco torna a chi l'ha lanciato.
- NON ci si può **MUOVERE** con il disco in mano
Se capita, avvisare l'avversario in modo tranquillo e farlo tornare fermo nel punto in cui ha iniziato a muoversi (N.B. al giocatore è concesso lo spazio per fermarsi da una corsa veloce o un salto)
- Tutte le **LINEE** del campo valgono come **FUORI**
Quindi le linee perimetrali valgono come fuori campo (il disco passa all'avversario) e la linea di inizio meta vale come fuori meta (quindi il punto non è valido e va risegnato). Questo vale sul primo appoggio di un giocatore (es. prendo il disco e il primo contatto che ho è sulla linea), **NON** se il giocatore dopo essere atterrato ci scivola o cade sopra (es. atterro in campo e poi scivolo sulla linea perimetrale).
- Ogni volta che il disco cade è passa all'avversario
A prescindere da chi l'abbia toccato per ultimo, ogni volta che il disco cade a terra la squadra di difesa passa in attacco e viceversa.



Svolgimento della partita

- Eseguire il FLIP (testa o croce con il disco per decidere chi inizia in attacco)
- Disporre le due squadre avversarie ognuna in un'area di meta
- Eseguire il SEGNALE: la squadra di difesa alza il disco e quella in attacco una mano
- Eseguire il LANCIO INIZIALE: la difesa consegna il disco all'attacco lanciandolo più lontano che può verso gli avversari, gli attaccanti lo prendono al volo senza farlo cadere o lo lasciano cadere a terra e poi lo raccolgono (scelta consigliata). Promemoria: se gli attaccanti, nel tentativo di prenderlo al volo o per distrazione, fanno cadere il lancio iniziale si cambia subito possesso e i difensori potranno passare in attacco.
- La squadra in attacco che ha raccolto il disco dovrà tentare di raggiungere la meta avversaria a passaggi, mentre i difensori dovranno cercare di intercettare il disco mentre è in aria o indurre gli avversari all'errore
- Per segnare META bisogna ricevere un lancio all'interno dell'area di meta avversaria (quella opposta a dove di parte)
- Segnata la meta, la squadra che ha fatto punto resta nell'area in cui ha segnato e tiene il disco, mentre gli avversari si spostano nell'area opposta. In questo frangente si possono eseguire le sostituzioni dei giocatori della propria squadra.
- Dopo di che si riparte con il SEGNALE

Svolgimento del torneo

- Le partite dureranno 20 minuti, al termine del tempo si concluderà la partita. Ad eccezione delle finali che non potranno terminare in pareggio.
- Vi saranno 5 minuti di pausa fra una partita e l'altra, che serviranno essenzialmente a spostare le squadre sui campi della partita successiva.
- Nella prima fase a gironi verranno assegnati punti a seconda dell'esito della partita: +3 partita vinta, +1 pareggiata, 0 persa.
- Verranno poi selezionate le prime due classificate di ogni girone, le altre saranno eliminate.
- Nella seconda fase vi saranno degli scontri ad eliminazione diretta, ad eccezione dell'ultimo scontro.
- Nella fase finale le due vincitrici dell'ultimo scontro gareggeranno per 1°/2° posto, mentre le due perdenti per 3°/4° posto