

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**

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, questo tempo servirà a spostare le squadre sui campi della partita successiva.

TORNEO MASCHILE

- Prima fase a gironi (5 gironi da 3 squadre l'uno): +3 partita vinta, +1 pareggiata, 0 persa.
- Seconda fase ad eliminazione tra le 1° e 2° classificate della fase a gironi.
- Finali 1°-4° classificato

Girone A	Girone B	Girone C	Girone D	Girone E
ALSA	BLSA	CLSA	BMAN	CMAN
DLSA	BINFO	AINFO	BMEC	AMEC
CINFO	ALSS	ACHI	DINFO	AELE

TORNEO FEMMINILE

- Prima fase a gironi (1 girone da 5 squadre): +3 partita vinta, +1 pareggiata, 0 persa.
- Semifinali 1°-4° classificato
- Finali 1°-4° classificato

Girone A	ALSA	BLSA	CDLSA	ALSS	ACHI
-----------------	------	------	-------	------	------