

NORMAS ULTIMATE

- ➔ ULTIMATE es un deporte de NO-CONTACTO jugado por dos equipos de siete jugadores (dentro de la cancha) cada uno.
- ➔ El objetivo del juego es anotar puntos.
- ➔ El "Frisbee" o "Disco" es movido únicamente mediante pases o lanzamientos, pues al tirador no le está permitido caminar o correr con el disco. No se puede correr cuando se tiene el frisbee en la mano, solamente se puede andar la inercia que uno lleve si lo coge en carrera.
- ➔ Cuando un pase es incompleto, interceptado, bloqueado, tirado o hace contacto con una de las áreas fuera del terreno hay un cambio de posesión. Si el defensor toca el frisbee, no cae al suelo, y lo sigue cogiendo un atacante, se sigue jugando
- ➔ Se puede pasar hacia donde se quiera, hacia adelante, hacia atrás, hacia el lateral, no importa el lugar.
- ➔ Un punto es anotado cuando se recibe un pase dentro de la zona de gol y hay contacto de cualquier parte del cuerpo dentro del área que se está atacando.
- ➔ Cada periodo de juego y después de cada gol se comienza con un saque inicial (consiste en el lanzamiento del disco a la zona de anotación contraria por parte de un jugador del equipo que saca para comenzar el juego). En cuanto el disco es lanzado, todos los jugadores pueden moverse en cualquier dirección.
- ➔ No se puede defender dos contra uno, siempre tienen que ser defensas individuales cuando alguien lleva el frisbee.
- ➔ Hay 10 segundos para pasar el frisbee, quien tiene el frisbee lo tiene que lanzar en 10 segundos como mucho, estos segundos los cuenta el defensor desde uno hasta diez.
- ➔ La distancia a la hora de defender tiene que ser como mínimo de un frisbee de distancia, no se puede estar pegado al rival, y tampoco se puede tocar.
- ➔ No se permite el contacto, no es un deporte de contacto, así que siempre se defiende sin tocar, ni empujar, si no es falta.
- ➔ No hay arbitros, se confía en el fairplay y la deportividad, y son los propios jugadores los que pitan y arbitran, para lo cual hay que saber bien las reglas.
- ➔ Cuando un frisbee lo cogen 2 jugadores, el frisbee es posesión del atacante, no hay luchas

como en el baloncesto ni nada similar.

→ El equipo que marca punto será el que ponga el disco en juego.

CAMPO DE JUEGO: ULTIMATE

