

von Jörg Benner, Leiter SOTG- und Regelkomitee der DFV Ultimate-Abteilung

Die Grundregeln des Sports sind schnell erklärt und doch könnten wir stundenlang darüber reden. Als Deutschland 2005 Gastgeberland der „World Games“ war, der Weltspiele der nicht-olympischen Sportarten, fand in Duisburg auch ein Ultimate-Turnier der sechs besten Nationen statt (wie auch 2009 in Kaohsiung, Taiwan, und 2013 in Cali, Kolumbien). Für die Zuschauer wurden verschiedene Verständnishilfen geboten, wie eine Live-Moderation und Handzettel, auf denen die auf Seite 4 folgenden zehn einfachen Regeln standen. Der WDR berichtete zum Teil auch in der ARD über die Entscheidungen. Sehr amüsant war dabei die Bemerkung des Reporters Claus Lufen, der meinte, der Sport ist so einfach, dass er mit zehn Regeln auskommt. Er hatte mit dieser Bemerkung Recht und er hatte auch Unrecht.

In der Tat ist das Basisregelwerk sehr einfach, sodass sehr schnell ein Grundverständnis für den Sport hergestellt werden kann und Kinder ebenso wie Erwachsene schnell mitspielen können. Doch dieses Grundverständnis reicht auf Dauer nicht. Die erste und wichtigste Regel im Ultimate Frisbee heißt „Spirit of the Game“. Das bezeichnet eine grundsätzliche Einstellung zum Sport, die ein wenig an das olympische Ideal der Völkerverständigung erinnert. Kurz gefasst besagt diese Regel: Es ist wichtiger, dass du Spaß am Sport hast und dass du auch deinen Gegner respektierst, als dass du gewinnst. Das ist schon mal ein ganz schöner Brocken.

Das klingt nicht nur an anders als in anderen Sportarten, es verhält sich auch im Wettkampf anders. Beim Ultimate überwiegt im Allgemeinen das Zusammengehörigkeitsgefühl der Athleten verschiedener Teams gegenüber ihrer Rivalität. Die Regeln, die den Spirit of the Game im ersten Paragraphen alleine mit 12 Unterpunkten behandeln, bezeichnen ihn als eine Art Ehrenkodex, der über den Sport hinausreicht. Wenn du dir das einmal in Ruhe ansiehst, wirst Du feststellen, dass es sich dabei um eine Art freiwillige Selbstkontrolle und gleichzeitig um eine Übung zum Nachdenken handelt, die Dir auch im sonstigen Leben weiterhelfen kann.

Das Besondere an den Ultimate-Regeln und dem Spirit of the Game ist, dass er ein Zusammenspielen ohne Schiedsrichter ermöglicht. Wie ist das möglich? Die Spielerinnen und Spieler agieren selbst als Schiedsrichter für jede strittige Situation, an der sie beteiligt sind und tragen somit die Verantwortung für den Fortgang des Geschehens. Dieses Konzept funktioniert von Freundschaftsspielen bis hin zu offiziellen Deutschen und internationalen Meisterschaften und wurde schon mehrfach mit Fairplay-Preisen ausgezeichnet.

Das bedeutet aber auch, dass alle Spieler zwangsläufig die Regeln kennen müssen, und zwar umso besser, je wettbewerbsorientierter sie spielen. Wenn du einen näheren Blick in die Regeln hinein wirfst, wirst du darin lesen können, dass das neben Respekt und Regelkenntnis auch Wahrheitsliebe und eine möglichst klare Sprache verlangt. Außerdem steht in den Regeln:

„1.7. Die Mannschaften selbst sind die Bewahrer des Spirit of the Game und müssen daher:

- 1.7.1. Verantwortung übernehmen, um den eigenen Spielern die Regeln und den Spirit zu vermitteln;
- 1.7.2. Spieler disziplinieren, die einen schlechten Spirit an den Tag legen; und
- 1.7.3. anderen Mannschaften konstruktive Ratschläge geben, wie diese ihrerseits ihr Verhalten verbessern können.

- 1.8. Wenn ein Anfänger aus Unwissen eine Regel verletzt, sind erfahrene Spieler verpflichtet, die Regelverletzung zu erklären.
- 1.9. In Spielen mit Anfängern und jungen Spielern kann ein erfahrener Spieler hinzugezogen werden, der Regeln erklärt und bei Meinungsverschiedenheiten hilft.“

Das bedeutet, mit der Erfahrung wächst die Verantwortung. Üblicherweise wächst mit der Erfahrung aber auch die Regelkenntnis von ganz alleine. Sobald du ein begeisterter Ultimate-Spieler bist, wirst du dich auch brennend dafür interessieren, wie die Regelauslegung in einem bestimmten Fall genau aussieht und wie die korrekte Verfahrensweise ist.

Überhaupt: „Verantwortung“, das klingt erstmal so gar nicht nach Spaß. Aber eigentlich geht es vor allem um Eigenverantwortung. Du selbst bist dafür verantwortlich, wie das Spiel in einer bestimmten Situation fortgeführt wird. Und das ist schon verdammt cool! Anders gesagt wird der Spaß dadurch sogar in eine andere Dimension katapultiert. Du brauchst keinen, der dir sagt, was richtig und was falsch ist, sondern du selber bestimmst im Spiel mit Gleichgesinnten und auch gegen sie, wie es weiter geht.

Wie sieht das im Einzelfall aus? Ein Spieler ruft ein bestimmtes Codewort wie „Foul!“, „Aus! oder „Down!“ und friert damit das Spielgeschehen ein. Nach diesem „Freeze Call“ klären nur die beiden Beteiligten, wie ihre Sicht der Dinge ist. Wird keine Einigung der beiden Sichtweisen erzielt, geht die Scheibe zurück zum vorigen Werfer. Wenn du aber zugeben kannst, dass dein Gegenspieler recht hat, dann ist das großer Sport! Wir gehen im Ultimate davon aus, dass dein Gegenspieler dasselbe tun würde. Das ist vielleicht in den meisten Sportarten nicht normal (dort wird es auch nicht verlangt). Aber genau das ist die Bedeutung eines „Ehrenkodexes“, den der Spirit of the Game darstellt. Wenn du Ultimate spielst, erklärst du dein Einverständnis mit den Regeln. Schon deshalb solltest du natürlich wissen, was drin steht...

Das Sahnehäubchen ist schließlich aber noch die gegenseitige Bewertung beider Teams nach einem Spiel. Die findet meistens mündlich statt, indem sich die Spieler beider Mannschaften gewöhnlich im gemischten Kreis aufstellen und dann jeweils ein Vertreter eines Teams sagt, wie er das Spiel und die Spielweise des Gegners fand. Bei offiziellen Turnieren findet diese Beurteilung sogar schriftlich statt, auf so genannten Spirit-Bewertungsbögen. Das gibt es auch bei keiner anderen Sportart. Am Ende von Turnieren erhält dann dasjenige Team mit der durchschnittlich besten Bewertung einen Sonderpreis verliehen, der bei den meisten Mannschaften einen sehr hohen Stellenwert hat.

Bewertet werden auf dem Bogen im Einzelnen das Wissen und die Umsetzung der Regeln, das körperliche Verhalten (im Gegensatz zu anderen Sportarten etwa wie Basketball ist Ultimate tatsächlich körperkontaktlos), die Charakterstärke, in strittigen Situationen Einsicht zu zeigen und sich regelkonform zu verhalten sowie die Selbstbeherrschung und das emotionale Verhalten unter Adrenalin.

Als krönender Abschluss wird die Frage nach dem direkten Vergleich beantwortet: Wenn du beide Teams von außen betrachtest, wer hat sich besser verhalten, welches Team zeigte den besseren Spirit? Meine Mannschaft, die der anderen oder waren doch beide in der Hinsicht eher gleich gut? Das ist schon eine echte Herausforderung und erfordert wiederum ein gewisses Maß an Objektivität und Wahrheitsliebe. So viel zum Einstieg in die Regelkunde.

Leitfaden zur Handhabung strittiger Situationen

1. Es gibt im Ultimate keinen Schiedsrichter, der das Spiel leitet. Wie ist das möglich? Die Spieler müssen die Regeln selbst kennen und befolgen. Die Spieler sind alle auch Schiedsrichter!
2. Damit das funktioniert, müssen die Spieler die Regeln gut kennen. Sie sind eigenverantwortlich und erklären sich damit einverstanden, dass sie die Regeln richtig finden und einhalten. Das Prinzip steht im 1. Regel-Paragrafen, der heißt „Spirit of the Game“.
3. Was bedeutet die Selbstregulierung und Eigenverantwortung? Sie bedeutet, dass die Spieler selbst den Mund aufmachen und es laut sagen müssen, wenn sie ihrer Ansicht nach einen Regelverstoß festgestellt haben.
4. Diese Aktionen heißen „Freeze Calls“ (Rufe zum Einfrieren). Wenn so ein Ruf erfolgt, heißt das, dass das Spiel anhält. Alle Spieler müssen dahin zurück, wo sie waren, als der Ruf ertönte.
5. Typische Freeze Calls sind „Foul“ (ein Gegenspieler hat mich beim Werfen oder Fangen behindert), „Aus“ (die erste Bodenberührung nach dem Fangen war auf der Linie oder im Aus) und „Down“ (die Scheibe hat vor dem Fangen den Boden berührt).
6. Wenn ein Ruf ertönt, teilen nur die beiden beteiligten Spieler mit, wie sie die Situation gesehen haben. Andere Spieler und Außenstehende sollen nichts sagen, außer sie werden gefragt. Es ist daher wichtig, genau aufzupassen und sich sicher zu sein!
7. Das „Verfahren“ soll in 30 Sekunden abgeschlossen werden. Das heißt, einmal nachfragen ist o.k., diskutieren ist nicht o.k. Nur wenn die Beteiligten an einer „Aus“- oder „Down“-Situation sich nicht sicher sind, können sie einen Außenstehenden fragen.
8. Wenn der Beschuldigte den Regelverstoß zugibt (gefoult zu haben, aus zu sein oder nicht gefangen zu haben – es gibt weitere Fälle), kommt der Rufer in Scheibenbesitz. Streitet der Beschuldigte es ab, geht die Scheibe zurück zum vorigen Werfer.
9. Der „Meinungsaustausch“ mit dem Gegenspieler erfordert Respekt, Zuhören, höfliche Sprache und Objektivität, d.h. Wahrheitsliebe (Schummeln geht klar gegen die Regeln).
10. Das Verfahren funktioniert bei Spaßturnieren ebenso wie bei Meisterschaften: Wer Ultimate spielt, muss die Regeln einhalten! Die Scheibe wird durch einen „Check“ wieder ins Spiel gebracht: Der Gegenspieler tippt drauf, sagt „Disc In“ und beginnt anzuzählen.



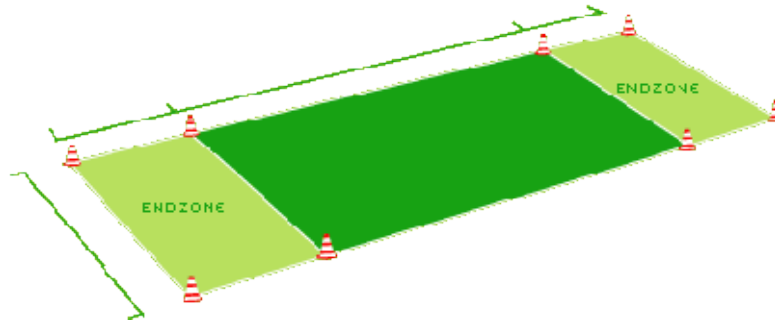
Zehn einfache Regeln

1. Spirit of the Game

Ultimate betont die Sportlichkeit, Anstand und Fairplay. Kämpferischer Einsatz wird zwar gefördert, darf aber niemals auf Kosten des Respekts vor dem Gegner, 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 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 Werfer hat zehn Sekunden Zeit die Scheibe abzuwerfen. Der direkte Verteidiger des Werfers (Marker) zählt den Werfer laut im Sekundentakt an.

5. Punktgewinn

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

6. Scheibenwechsel

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

7. Auswechseln

Spieler dürfen nur nach einem Punkt oder nach einer Verletzung auswechseln.

8. Körperkontakt

Zwischen Spielern ist kein Körperkontakt erlaubt. Darauf haben alle Spieler zu achten. Das Behindern der Verteidigung durch einen angreifenden Spieler wie im Basketball ist ebenfalls verboten (genannt „Pick“). Jede Körperberührung ist im Prinzip ein Foul.

9. Foulspiel

Wenn ein Spieler einen Gegenspieler berührt, ist das ein Foul. Foul ruft der Spieler, der gefoult wurde. Wenn die Scheibe dem Angreifer dabei verloren geht, wird das Spiel unterbrochen und nach einem „Check“ fortgesetzt, als wäre das Foul nicht passiert. Ist der foulende Spieler mit dem Foulruf nicht einverstanden, dann geht die Scheibe zurück zum vorigen Werfer.

10. Eigenverantwortung

Es gibt keine externen Schiedsrichter. Jeder Spieler ist selbst dafür verantwortlich Fouls oder Linienverstöße (erster Bodenkontakt muss „in“ sein, die Linie zählt zum Aus) anzuzeigen. Die Spieler regeln ihre Meinungsverschiedenheiten in fairer und vorgeschriebener Weise.