



Immer
einen an der
Scheibe haben!

Ultimate Frisbee ist ein schneller Teamsport mit einer Wurf-scheibe, der Elemente aus dem Football und dem Basketball mitbringt und sich durch hohe Anforderungen auszeichnet, die er seinen Spielern abverlangt: Kondition, Sprintstärke, Wurftechnik und taktisches Denken.



An den Kopfseiten des 100 Meter langen und 37± Meter breiten Spielfeldes befinden sich wie beim American Football zwei Endzonen. Ziel

des Spieles ist es, durch Zupassen die Scheibe in der gegnerischen Endzone zu fangen und damit einen Punkt zu erzielen. (siehe auch: 10 einfache Regeln)

Je nach Turniermodus wird auf Punkte (13-17) oder auf eine vorher bestimmte Zeit gespielt (z.B. 50 Min.). Nach jedem Punkt dürfen beliebig viele der sieben Spieler (in der Halle und auf Sand je fünf) je Team auswechseln. Da es sich auch bei vollem Einsatz um einen körperkontaktlosen Sport handelt, ist die Mixed-Variante von Teams, die aus Frauen und Männern bestehen, eine beliebte Spielklasse. Daneben bestehen Offene-, Damen- und Juniorenteams (U20, U17 und U15).



Der **Deutsche Frisbeesport-Verband e.V.** verfolgt das Ziel, den Frisbeesport in Deutschland zu verbreiten und das praktizierte Fairplay gemäß dem „**Spirit of the Game**“ zu fördern. Der DFV existiert seit 1990 und hat mehr als 1.500 Mitglieder in über 80 Sportvereinen. Als eingetragener Verband ist er eine gemeinnützige Institution und wird von seinen Mitarbeitern ehrenamtlich betrieben. Ein besonderer Schwerpunkt gilt der Jugendförderung. Als Mitglied in **EFDF** und **WFDF** vertritt der **DFV** Deutschland auf internationaler Ebene und ermöglicht einen Start deutscher Spielerinnen und Spieler bei Welt- und Europameisterschaften. Bereits zweimal konnten DFV-Teams als Vertreter einer der sechs erfolgreichsten Nationen weltweit an den Weltspielen der nicht-olympischen Sportarten (**World Games**) teilnehmen.

Hier können Sie sich eine Scheibe abschneiden:

Geschäftsstelle DFV

Geschäftsführer Jörg Benner
Martinusstraße 9, 50765 Köln
DFV-Hotline: 0700-74474477
geschaefte@frisbeesportverband.de



DFV-Präsident: Dr. Volker Schlechter
Tel.: 0711-7352276 - praesident@frisbeesportverband.de

Vize-Präsident (Breitensport): Daniel Zeis
Tel.: 0160-8571570 - vizepraesident@frisbeesportverband.de

Koordinator Ultimate Frisbee: Tim Buchholz
Tel.: 0176-23936871 - ultimate@frisbeesportverband.de

Koordinatorin Schulsport, Komitee für Aus- und Weiterbildung:
Nati Moser, Tel.: 07555-927390 - kaw@frisbeesportverband.de

Koordinator adh: Ralf Simon
Tel.: 06151-166753 - sim@usz.tu-darmstadt.de

Mit freundlicher
Unterstützung von



Offizieller Partner
des DFV e.V.



**ULTIMATE
FRISBEE**

Unsere Welt ist eine **Scheibe!**
Alles über diese Sportart

Gestaltung www.brucklaecher.com, Texte: DFV, J.Benner
© Fotos: I.Schmigal, T.Griesbaum, M.Brucklaecher, A.Tiefenbacher

www.frisbeesportverband.de



Spirit of the Game: Die haben den Dreh raus!

Die größte Besonderheit an Ultimate ist, dass trotz enormer athletischer Leistungen selbst bei Meisterschaften auf höchstem Niveau **keine Schiedsrichter** benötigt werden. Prinzipiell ist es ein körperloser Sport, d.h. Tackling wie beim Football ist nicht erlaubt. Strittige Situationen wie Fouls, Wegsperrern oder Linienverstöße werden durch



lautes Rufen moniert und bei einer Unterbrechung des Spiels durch die beteiligten Gegenspieler eigenverantwortlich geregelt. Dabei wird der Spielfluss eingefroren („Freeze“), alle Spieler müssen stehen bleiben. Wenn der unmittelbar beteiligte Gegenspieler das

Foul anerkennt, behält der gefoulte Spieler die Scheibe. Bestreitet sein Gegenspieler ein Foul („Contest“), geht die Scheibe zum Werfer zurück und das Spiel geht von dort weiter.

Dieses faire Verhalten auf dem Feld spiegelt ein Zitat aus den Statuten des Weltverbandes wieder:

Der Flugscheibensport hat seit seiner Entstehung stets auf den Sportsgeist des Einzelnen vertraut. Trotz des hohen kämpferischen Einsatzes stehen der gegenseitige Respekt und die Freude am Spiel im Vordergrund. Es wird davon ausgegangen, dass kein Spieler die vorher vereinbarten Regeln absichtlich verletzt. Kontrolle oder Sanktionen sind daher unnötig.

10 einfache Regeln für Ultimate

1. Spirit of the Game: Ultimate betont Sportlichkeit, Anstand und Fair-Play. 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.

3. Spielbeginn: Jeder Punkt beginnt mit der Aufstellung der beiden Mannschaften à je sieben Spielern an der Grundlinie. 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 Sekundenkontakt an.

5. Punktgewinn: Die angreifende Mannschaft erzielt einen Punkt, wenn ein Mitspieler die Scheibe in der Endzone des Gegners fängt.

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. Auswechsell: Spieler dürfen nur nach einem Punkt oder nach einer Verletzung auswechsell.

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 („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, geht die Scheibe zum Werfer zurück.

10. Selbstverantwortung: Es gibt keine Schiedsrichter. Jeder Spieler ist selbst dafür verantwortlich Fouls oder Linienverstöße anzuzeigen. Die Spieler regeln ihre Meinungsverschiedenheiten in fairer Weise.



Ultimate an Schulen: Kids kommen mächtig ins Rotieren!

In Deutschland nimmt Ultimate Frisbee an Schulen eine immer größere Bedeutung ein. Die Entwicklung der Sportrahmenpläne weg von traditionellen Sportarten, hin zu „Bewegungsfeldern“, bietet Ultimate als neu zu entdeckende Mannschafts-Sportart an, die viele fordernde Spielelemente verbindet. Die wichtigsten Aspekte für Lehrer sind dabei: **das problemlose Zusammenspiel von Mädchen und Jungen**, die erforderliche **Selbstverantwortung** sowie die hohen **koordinativen Fähigkeiten**, die der Sport den Spielern abverlangt.

Sportpädagogen aus der Ultimate-Szene bringen sehr fundierte Angebote in den Sportunterricht ein. Gleichzeitig steigt die Anzahl der Sportlehrer, die über den Hochschulsport oder spezielle Weiterbildungen mit Ultimate in Berührung kommen, kontinuierlich an.

Schüler oder Lehrer, die Interesse an Unterrichtsmaterialien, Fortbildungen oder Workshops haben, finden Kontaktangaben auf der Rückseite.

Seit einigen Jahren führt der **DFV** Deutsche Junioren-Meisterschaften im Ultimate durch, alljährlich steigt die Anzahl der für jeden offenen Junioren- und Schülerturniere.

Größte Erfolge der deutschen Junioren waren der Gewinn der **Goldmedaille** des **U20-Nationalteams** und der Gewinn der Bronze-Medaille des U17-Nationalteams bei der Europameisterschaft 2007 in Southampton. Aktuell wird erstmals eine Juniorinnen-Nationalmannschaft aufgestellt.



Der **DFV** hat einen „Supporters' Club Junioren Ultimate Deutschland“ gegründet, um die Entwicklung des Juniorsports in Deutschland voranzutreiben:

www.frisbeesportverband.de/Junioren-sport/supporters_club

