

Hilfen zur Vermittlung von Ultimate Regel-„Portionen“

1. Grundregeln zu Werfenden und Fangenden

- 1.1. Ultimate ist weitgehend berührungslos. Jeder mehr als beiläufige Kontakt ist ein Foul.
- 1.2. Alle Spielenden sind dafür verantwortlich die Regeln zu befolgen und zu überwachen.
- 1.3. Mit der Scheibe ist Laufen verboten, nach dem Fangen schnellstmöglich stehen bleiben.
- 1.4. Zum Werfen ist ein Sternschritt möglich, das Standbein nicht anheben oder nachziehen!

2. Grundregeln zum Spielfeld und zum Anwurf

- 2.1. Das Spielfeld besteht aus 1 Zentralzone und 2 Endzonen (je ca. 1/5 Länge = halbe Breite).
- 2.2. Die Auslinien gehören bereits zum Aus, die Endzonenlinien gehören noch zum Hauptfeld.
- 2.3. Das verteidigende Team ordnet sich zu und wirft den Anwurf zum angreifenden Team.
- 2.4. Einen Pass in der Endzone zu fangen ergibt einen Punkt, die Teams wechseln die Seite.

3. Grundregeln zum Anzählen und zur Spielfortsetzung

- 3.1. Marker*in darf Werfer*in durch Anzählen im Sekundentakt (bis 10) unter Druck setzen.
- 3.2. Dazu muss er/sie wenigstens drei Meter Abstand haben und zu Beginn „Zählen“ sagen.
- 3.3. Beim Anzählen muss ich mit jedem Körperteil wenigstens eine Scheibe Abstand halten.
- 3.4. Nach Unterbrechung wird die Situation wieder hergestellt und mit „Check“ fortgesetzt.

4. Regeln zu Callen und Turnover

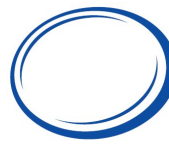
- 4.1. Marking- und Travel-Calls unterbrechen nicht das Spiel, wenn sie sofort behoben werden.
- 4.2. Jede andere Regelverletzung sind Fouls oder sog. Violations und unterbrechen das Spiel.
- 4.3. Wird trotz Marking-Infraction geworfen und der Pass kommt nicht an, ist das Turnover.
- 4.4. Kommt ein Pass nicht an oder der/die Werfer*in wird ausgezählt, ist das ein Turnover.

5. Regeln zum Fangen und zur Positionierung auf dem Spielfeld

- 5.1. Wenn Angriff und Verteidigung gleichzeitig fangen, bleibt der Angriff im Scheibenbesitz.
- 5.2. Wird die Scheibe nach dem Fang beim Hinfallen fallen gelassen, gilt sie als nicht gefangen.
- 5.3. Wird ein/e Verteidiger*in im Laufen behindert, kann er/sie „Pick“ rufen. Das Spiel hält an.
- 5.4. Sie/er darf sich dann dorthin begeben, wo sie/er ohne die Behinderung gewesen wäre.

6. Regeln zu den Teams und zu In und Aus

- 6.1. Teams bestehen aus min. 5 (sonst 7) Spielenden, die einheitliche Kleidung tragen müssen.
- 6.2. Vertretende jedes Teams flippen um 1. Anwurf oder Seitenwahl (Umdrehen nach Halbzeit).
- 6.3. Nach jedem Punkt dürfen beliebig viele Auswechslungen vorgenommen werden.
- 6.4. Wenn eine Scheibe ins Aus ging, wird sie da wo sie ins Aus ging wieder ins Spiel gebracht.



Hilfen zur Vermittlung von Ultimate
Ultimate Regelquizfragen (Ja/Nein/Zahlen)

Ja/Nein-Fragen 1

Gibt es im Ultimate externe Schiris für Spielentscheidungen?	Nein	§ 1.1
Müssen die Spielenden das Spiel regulieren?	- Ja	§ 1.1
Ist Ultimate grundsätzlich kontaktfrei?	- Ja	§ 1.1
Ist ein beiläufiger Kontakt ein Foul?	- Nein	§ 15.1
Darf ich im Ultimate Gegenspieler*innen blockieren?	- Nein	§ 17.8
Müssen die Teams ihren Mitspielenden Regeln und Spirit vermitteln?	Ja	§ 1.7.1
Ist es guter Spirit Gegner*innen zu guten Aktionen zu beglückwünschen?	Ja	§ 1.5
Ist es guter Spirit Gegner*innen aufzufordern, mir die Scheibe zu passen?	Nein	§ 1.6
Darf ich mir selbst zuspieren?	- Nein	§ 13.2.5
Ist es ein „Travel“, wenn ich 5 Schritte auslaufe?	- Ja	§ 18.2.5.3
Darf ich beim Auslaufen die Richtung wechseln?	- Nein	§ 18.2.2
Darf ich mich als Werfer*in zum Werfen auch nach hinten drehen?	Ja	§ 18.2.3

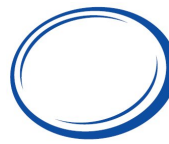
Ja/Nein-Fragen 2

Aus wie vielen Zonen besteht ein Spielfeld?	- 3	§ 2.1
Gehört die Auslinie zum Aus?	- Ja	§ 2.3
Gehört die Grundlinie zur Endzone?	- Nein	§ 2.4
Darf ich beim Sternschritt mit einem Fuß ins Aus treten?	- Ja	§§ 11.3.2, 18.2.1
Ist es ein Punkt, wenn ich nach dem Fang in die Endzone laufe?	Nein	<i>Einführung</i>
Ist es ein Punkt, wenn ich beim Fang zugleich in und aus lande?	Nein	§ 12.3.2
Ist es ein Punkt, wenn ich erst die Endzone und dann das Aus berühre?	Ja	§ 11.3.2
Muss das angreifende Team als Erstes auf der Linie stehen?	- Ja	<i>Regelanhang</i>
Darf das angreifende Team vorm Anwurf Positionen wechseln?	Nein	<i>Regelanhang</i>
Führt das verteidigende Team den nächsten Anwurf aus?	- Ja	§ 4.5.3
Muss das verteidigende Team vorm Anwurf ein Handzeichen abwarten?	Ja	§ 7.2
Darf ich einen Anwurf fallen lassen?	Nein	§ 7.8

sonst ist es ein Turnover, Ausnahme: indoor in Deutschland

Ja/Nein-Fragen 3

Muss ich zwischen Zählen und 1 eine Sekunde Pause machen?	Nein	§ 9.1
Bei welcher Zahl ist ein/e Spieler*in in Scheibenbesitz ausgezählt?	10	§ 13.2.2
Bei welcher Zahl ist eine/e Spieler*in mit Scheibe in der Halle ausgezählt?	8	<i>Regelanhang</i>



Hilfen zur Vermittlung von Ultimate

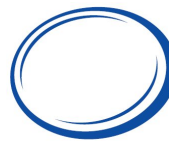
Darf ich anzählen, wenn ich fünf Meter entfernt stehe?	-	Nein	§ 9.3.2 (3 m)
Wie viel Meter Entfernung darf ich zum Anzählen höchstens haben?		3 Meter	§ 9.3.2
Muss der/die Marker*in mit jedem Körperteil eine Scheibe Abstand haben?	Ja		§ 18.1.1.3
Darf mich der/die Marker*in beim Sternschritt behindern?		Nein	§ 18.1.1.2-6
Kann ich als Werfer*in zu schnelles Anzählen beklagen?		Ja (<i>fast count</i>)	§ 18.1.1.1
Wo beginnt das Anzählen bei unbestrittenem Regelverstoß der Verteidigung?	bei 1 –		§ 9.5.1
Wird das Anzählen nach unbestrittenem Regelverstoß durch Angriff fortgesetzt?	Ja –		§ 9.5.2
Wird vor Fortsetzung versucht, die Spielsituationen wieder herzustellen?	Ja		§ 1.1
Soll der/die Marker*in beim Check auf die Scheibe schlagen?		Nein	<i>Definitionen (nur berühren)</i>

Ja/Nein-Fragen 4

Führt ein Marking- oder Travel-Call zur Spielunterbrechung?		Nein	§ 15.2
Kann das Spiel nach Marking- oder Travel-Call unterbrochen werden?	Ja		§§ 18.1.2, 18.1.5, 18.2.9
Darf mehr als ein/e Marker*in direkt an dem/der Werfer*in stehen?		Nein	§ 18.1.1.5
Wieviel Abstand muss ein/e 2. Verteidiger*in von Werfer*in halten?		3 Meter	§ 18.1.1.5
Kann ein Wurf nach Marking Infraction Call zu Turnover führen?		Ja	§ 18.1.6
Muss ich beim Marking mehr als eine Scheibe Abstand von Werfer*in halten?		Nein	§ 18.1.1.3
Kann eine Marking Infraction von der Verteidigung bestritten werden?	Ja		§ 18.1.2 (=> V)
Dürfen andere außer Werfer*innen Marking Infraction callen?		Nein	§ 15.5.
Darf jemand anders außer Gefoulten ein Foul callen?	-	Nein	§ 15.4.
Ist durch Werfen nach Foul- oder Violation-Call gewöhnlich ein Turnover möglich?	-	Nein	§ 16.1. <i>Ausnahmen dazu s. §§ 15.9, 16.2 u. 16.3</i>
Kann ich mir mit einem Call mehrere Sekunden Zeit lassen?		Nein	§ 15.8. (<i>außer Pick</i>)
Gibt es eine Ausnahme zum Gebot immer unmittelbar zu callen?	Ja		(<i>Pick</i>) § 18.3.1.1

Ja/Nein-Fragen 5

Erhält die Defense die Scheibe, wenn Angriff und Verteidigung zugleich fangen?		Nein	§ 12.5
Wenn ich nach dem Fangen hin falle und dabei die Scheibe verliere, gilt der Fang?		Nein	§ 12.2
Habe ich gefangen, wenn ich hin falle und die Scheibe auf mir liegen bleibt?		Nein	§ 12.1.
Bedeutet Fangen „anhaltende Kontrolle über eine sich nicht drehende Scheibe“?	Ja		§ 12.1
Ich rufe beim Fangversuch Foul, die Verteidigung stimmt zu. Behalte ich die Scheibe?	Ja		§ 17.2
Wenn ich beim Fangen in der Luft ins Aus gedrängt werde, behalte ich die Scheibe?	Ja		§ 17.3
Gibt es eine Rechtfertigung für ein Foul, wenn ich versuche die Scheibe zu spielen?		Nein	§ 12.8
Darf ich Pick rufen, wenn mich ein/e andere/r Verteidiger*in blockiert?		Ja	§ 18.3.1
Führt ein Pick immer zur Spielunterbrechung?		Ja	(<i>weil es eine Violation ist</i>) § 15.7



Hilfen zur Vermittlung von Ultimate

Darf sich der/die Spieler*in bei Pick dahin begeben, wo er möchte?	Nein	§ 18.3.2
Geht die Scheibe nach einem Pick-Call zurück zum/zur vorigen Werfer*in?	Ja	§ 1.12
Darf ich beim Pick kurz abwarten, bevor ich den Call mache?	Ja	§ 18.3.1.1

Ja/Nein-Fragen 6

Wie viele Spielende stehen bei den Erwachsenen auf der Linie?	7	§ 5.1
Wie viele Spielende müssen bei Erwachsenen wenigstens auf der Linie stehen?	5	§ 5.1
Wie viele Jugendliche stehen sich im Ultimate gegenüber?	5	<i>Regelanhang</i>
Müssen alle Spielenden eines Teams einheitliche Kleidung tragen?	Ja	§ 3.3
Sind Alustollen beim Ultimate erlaubt?	Nein	§ 3.4
Darf der/die Sieger*in beim Flippen Angriff und Seitenwahl bestimmen?	Nein (<i>nur eins</i>)	§ 6.1
Dürfen nach jedem Punkt beliebig viele Spielende auswechseln?	Ja	§ 5.2
Wird eine Scheibe, die ins Aus ging, genau dort wieder ins Spiel gebracht?	Ja	§ 11.7
Gilt eine Scheibe als aus, wenn sie einen herunter hängenden Ast berührt?	Ja	§ 11.2
Darf eine Scheibe, die eine Hallenwand berührte, weiter gespielt werden?	Nein	§ 11.2
Darf eine Scheibe, die über die Auslinie flog, wieder „in“ gefangen werden?	Ja	§ 11.6
Darf ein/e Verteidiger*in eine Scheibe, die über das Aus fliegt, dort abschlagen?	Ja	§ 11.6

Zusatzfragen:

Beginnt der nächste Punkt mit dem nächsten Anwurf?	-	Nein	§ 4.5.1
<i>„Nach einem Punkt beginnt sofort der nächste Punkt.“</i>			
Muss ein Anwurf, der in der Endzone landet, von dort gespielt werden?	-	Ja	§ 7.10
Muss ein Anwurf, der auf dem Boden landet und ohne Berührung ins hintere Aus rollt, von ganz hinten gespielt werden?	-	Nein (<i>von der Punktlinie</i>)	§ 7.11
Muss ein Anwurf, der auf dem Boden landet und nach Berührung ins hintere Aus rollt, von ganz hinten gespielt werden?	-	Ja	§ 7.11.1
Darf ich eine Spielunterbrechung zur Korrektur meiner Ausrüstung kurz verlängern?	Ja	§ 10.3.	
Darf ich ins Aus springen und dabei die Scheibe fangen und werfen, bevor ich lande?	Ja	§ 11.3.1	
Wird eine fliegende Scheibe aus, wenn sie ein/e Angreifer*in im Aus berührt?	Ja	§ 11.5	
Ist nach einer Aus-Berührung einer fliegenden Scheibe durch eine/n Angreifer*in der Punkt, wo die Scheibe nach Turnover ins Spiel gebracht wird, dort wo sie ins Aus geflogen ist?	Nein	§ 11.5	
<i>sondern am nächstliegenden Punkt der Auslinie zum/zur Angreifer*in</i>			
Wie viele Meter muss ein/e Werfer*in die Scheibe selber zum Startpunkt tragen?	3	§ 11.8	
Darf ich eine Scheibe vorm Fang absichtlich weiterleiten?	-	Nein	§ 18.2.5.6
Kann jeder das Spiel für eine Verletzungsunterbrechung anhalten?	Ja	§ 19.1.1	
Kann jeder das Spiel für eine technische Unterbrechung anhalten?	Ja	§ 19.2.1	