

8 Terrains

2 équipes par terrain

Durée 45 minutes

Match de 7 minutes

**L'équipe qui gagne
change de terrain**

Jeux départementaux

15 juin 2012

Plumelec

Ultimate

Règles de base

- ✓ Le terrain est de forme rectangulaire avec deux zones d'en-buts à chaque extrémité comme au rugby.
- ✓ Le match dure 7 minutes.
- ✓ Le but du jeu est d'attraper le frisbee dans l'en-but de l'adversaire lorsque celui-ci est lancé par un partenaire.
- ✓ Répartir les équipes (8 joueurs sur le terrain par équipe) de part et d'autre du terrain dans la zone d'en-but.
- ✓ **Mise en jeu (début de match et après un point marqué)**
Au signal, un des joueurs de l'équipe, en possession du frisbee, le lance vers l'autre équipe. (Tous les joueurs peuvent alors se placer sur le terrain).
 - Si le frisbee tombe au sol, un des joueurs de l'équipe qui l'a lancé, ramasse le frisbee et le tend à un joueur de l'équipe adverse (le plus proche de lui).
 - Si le frisbee est attrapé par un des joueurs de l'équipe qui a engagé, le jeu continue.
 - Si le frisbee est attrapé par un des joueurs de l'équipe adverse, le jeu continue.
 - Si le frisbee est attrapé ou touché par un des joueurs de l'équipe adverse puis tombe au sol, celui-ci doit ramasser le frisbee et le tendre à un des joueurs de l'équipe qui a engagé.

✓ **Marquer un point**

Un point est marqué à chaque fois que l'équipe offensive attrape le disque dans la zone d'en-but de l'équipe adverse. Après chaque point, les équipes changent de côté et le jeu reprend par un lancer d'engagement.

✓ **Changements de possession du frisbee**

Le frisbee change de possession à chaque fois que celui-ci tombe au sol ou qu'il sort du terrain (touche).

✓ **Les fautes**

- Lorsqu'il y a contact entre deux joueurs et plus.
- Les écrans et les obstructions sont également interdits.
- Lorsqu'un joueur met trop de temps (plus de 10 secondes) à ramasser le frisbee et le tendre à l'équipe adverse (plus de 10 secondes).

Le frisbee sera redonné par l'arbitre à l'équipe non fautive.

