

Ultimate

REGLE DE JEU

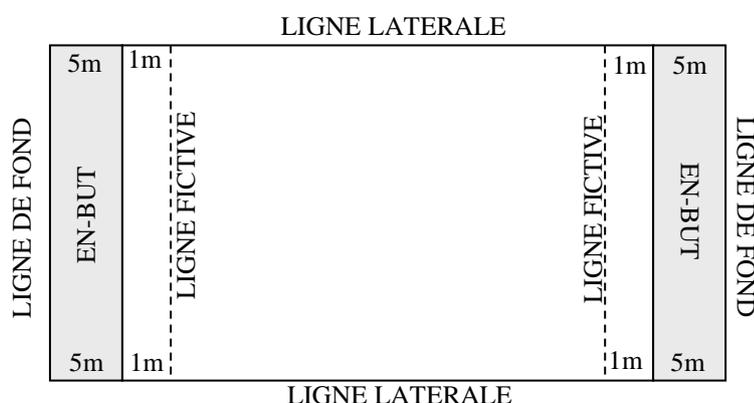
Esprit du jeu

La particularité de ce jeu est qu'il se pratique **sans arbitre**. En effet, l'auto arbitrage est de rigueur: le fautif reconnaît son erreur au point de remettre en main propre le frisbee à son adversaire. Le fair-play est l'essence de ce jeu. Si la compétition est encouragée, elle ne doit jamais se faire au dépend du respect mutuel entre les joueurs, de l'adhésion au règlement convenu ou du plaisir de jouer.

En pratique, un enseignant aura un œil sur le jeu, il n'interviendra que s'il y a conflit et pour noter les scores.

Espace de jeu

Le terrain d'ultimate doit être rectangulaire, avec deux zones de but à chaque extrémité (voir ci-dessous). Pour une pratique en salle ou en extérieur, privilégier un terrain de handball (40mx20m) avec deux zones de but de 5m.



Les équipes : deux équipes de 6 joueurs (+remplaçants)

Matériel: 1 frisbee - des plots pour baliser le terrain - dossards

But du jeu:

Le but du jeu en ultimate est semblable à celui des autres sports collectifs : battre l'équipe adverse en marquant plus de point qu'elle.

Un point est marqué lorsqu'un joueur fait une passe convenablement réceptionnée à un de ses partenaires situé dans la zone de but adverse.

L'équipe qui totalise le plus de points à la fin de la partie est déclarée gagnante.

Le frisbee doit être uniquement déplacé par passes, il doit « voler » ; le lanceur n'a pas le droit de marcher avec le disque.

Durée de jeu:

De 7 à 8 mn.

L'engagement:

Il a lieu en début de période ou après le marquage d'un point.

Tous les joueurs sont placés derrière la zone de but, sans bouger pendant l'engagement. Les joueurs sont disposés les uns à côté des autres le long de celle-ci.

Au signal du lanceur (frisbee levé, il crie "prêts?"), l'équipe réceptrice devra répondre "prêts!" en levant la main, le disque pourra être lancé.

Les joueurs des 2 équipes ne pourront franchir leur ligne de but qu'une fois le disque lâché par le lanceur. Un joueur de l'équipe réceptrice peut alors rattraper le disque avant qu'il ne touche le sol et ainsi gagner du temps et du terrain.

Pour engager en début de période, l'équipe qui possède le disque l'envoie le plus loin possible vers la zone de but adverse.

Remarque: *En gardant l'esprit du fair-play, le frisbee lancé par l'équipe qui met en jeu doit atterrir entre les 2 zones d'en-but. Bien que conseillé, il n'est pas nécessaire que le frisbee dépasse la ligne médiane lors de la mise en jeu.*

Une équipe qui a marqué engage à partir de la zone d'en-but où elle a marqué. Cela signifie qu'à chaque point marqué les équipes changent de terrain et essaie de marquer en face.

Remise en jeu

Règle d'or: lorsque le frisbee tombe à terre on ne regarde que celui qui l'a lancé et la remise en jeu se fait au bénéfice de l'adversaire (contrairement à tout autre sport où c'est le dernier qui touche qui est "fautif").

Exemple: A joue contre B. A lance le frisbee, B tape sur le frisbee en vol et le fait tomber. Comme c'est A qui l'a lancé, la remise en jeu se fait par B.

Une passe est incomplète lorsque le frisbee :

☞ **tombe à terre (hors zone d'en-but):**

La remise en jeu a lieu à l'endroit où est tombé le frisbee à l'avantage de l'équipe adverse. Pour laisser l'avantage au jeu, il est possible de faire une passe directe pour marquer.

☞ **sort des limites latérales du terrain (hors zone d'en-but):**

La remise en jeu se fait à l'endroit de la ligne latérale que le frisbee a franchie. Dans ce cas il faut faire une passe intermédiaire en dehors de la zone de but avant de marquer.

☞ **tombe dans la zone d'en-but:**

Le frisbee revient à l'équipe adverse, la remise en jeu se fait dans le terrain, environ 1m en dehors de la zone de but (ligne fictive), parallèlement aux lignes latérales.

☞ **sort des lignes latérales ou de la ligne de fond de la zone d'en-but**

La remise en jeu se fait par l'équipe adverse sur la ligne latérale environ à 1m de la zone de but (ligne fictive). Pour marquer, il faut faire une passe intermédiaire en dehors de la zone de but.

Résumé: Lors d'une remise en jeu, quand le frisbee sort du terrain, il faut faire une passe intermédiaire dans le terrain (hors zone d'en-but) avant de marquer, quand il tombe dans le terrain on peut marquer directement.

Marquage:

- ☞ Le contact entre joueur est interdit.
- ☞ Un seul défenseur peut marquer le lanceur (c'est lui qui compte les 8 secondes). Les autres joueurs se placent à trois mètres au moins du porteur.
- ☞ Le marqueur doit laisser entre lui et le lanceur une distance au moins égale à celle du diamètre du disque. Le marqueur ne peut que gêner le lancement du frisbee, il ne peut en aucun cas toucher le lanceur ni le frisbee qu'il tient en main. Par contre le marqueur peut faire tomber le frisbee en vol dès qu'il a quitté les mains du lanceur. Pour la remise en jeu voir la règle d'or.

Changements de joueurs

Les remplacements sont illimités. Un remplaçant ne peut entrer sur le terrain que lorsque le joueur qu'il remplace est sorti. (L'échange se fait par une tape dans la main).