



**Campionati studenteschi 2018/2019 di Ultimate Frisbee  
Istituzioni scolastiche secondarie di II GRADO**

**CATEGORIA MIXED**

**Categoria Allievi/e:** nati negli anni 2002 - 2003 - 2004 (2005 se studenti in anticipo scolastico)

**Categoria Juniores m/f:** nati negli anni 2000/2001

**CATEGORIA OPEN**

**Categoria Allievi/e:** nati negli anni 2002 - 2003 - 2004 (2005 se studenti in anticipo scolastico)

**Categoria Juniores m/f:** nati negli anni 2000/2001

**CATEGORIA FEMMINILE**

**Categoria Allieve:** nate negli anni 2002 - 2003 - 2004 (2005 se studentesse in anticipo scolastico)

**Categoria Juniores f:** nati negli anni 2000/2001

**Disposizioni tecniche, Regolamento Ultimate Frisbee modificato**

A integrazione del regolamento federale di Ultimate Frisbee si specificano le regole per le gare tra gli alunni delle istituzioni scolastiche secondarie di II grado.

**Composizione delle squadre**

Ogni squadra deve essere composta da 10 atleti.

Il formato della partita è 5 contro 5.

Tutti i giocatori devono giocare più frazioni di gioco (mete). Entro le prime 3 frazioni bisogna schierare tutti i giocatori.

Una meta dura dal pull al momento in cui si segna il punto.

Entrambe le squadre effettuano sostituzioni solo dopo ogni una meta e prima di aver segnalato di essere pronta per il pull (lancio iniziale).

**- Mixed**

Ogni squadra deve essere composta da 10 atleti, 5 maschi e 5 femmine.

Si schierano 5 atleti in campo: almeno 2 maschi e 2 femmine. La squadra che riceve il pull (in attacco) sceglie se schierare come quinto atleta una femmina o un maschio. La squadra in difesa si deve adeguare.

**- Open**

Ogni squadra deve essere composta da 10 atleti. Si schierano 5 atleti (maschi o femmine) in campo.

**- Femminile**

Ogni squadra deve essere composta da 10 atlete. Si schierano 5 giocatrici in campo.

**Impianti e attrezzature**

Il campo misura di norma 12/16 metri di larghezza e 25/30 metri di lunghezza (comprese le aree di meta della larghezza di 2,5/3,5 metri).

Gli impianti possono essere indoor o outdoor.

Si gioca con un disco regolare di 175 grammi.

**Abbigliamento**

Scarpe da ginnastica e/o scarpe da gioco munite di tacchetti di gomma/plastica piccoli (non metallici).

Ogni giocatore deve essere riconoscibile attraverso un numero sulla maglia.

**Tempi di gioco e Punteggio**

Le partite durano 18'.

Un Timeout di 1' per squadra, non utilizzabile negli ultimi 5 minuti.

Ogni meta vale 1 punto.

La partita finisce quando:

- 1) una squadra raggiunge i 15 punti prima dello scadere del tempo
- 2) allo scadere del tempo se nessuna delle squadre ha ancora raggiunto i 15 punti, bisogna segnare un'ultima meta e applicare la regola del Cap+1 solo se la differenza mete è uguale o inferiore a 1.

**Cap+1:** si prende il risultato più alto e si aggiunge un punto. La prima squadra che raggiunge quel risultato vince.

Esempi: il tempo finisce quando un giocatore sta eseguendo un passaggio; si finisce il punto, il punteggio segna 9 - 9; la partita termina ai 10.

Il tempo finisce qualche secondo dopo che è stato segnato un punto; si gioca l'ultima meta, il punteggio segna 10 - 9; la partita termina agli 11.

Il tempo finisce; si gioca l'ultima meta; il punteggio segna 10 - 8. La squadra che è arrivata a 10 ha vinto.

N.B.: I capitani delle due squadre dopo il Cerchio Finale comunicano assieme al Comitato Organizzatore il risultato delle partite.

**Ripresa del gioco dopo il Pull**

Se il Pull termina fuori dal campo, si gioca dal centro della propria linea di meta.

**Regolamento, Autoarbitraggio, Spirito del Gioco, Cerchio Finale**

L'Ultimate è uno sport auto-arbitrato e senza contatto fisico che si basa sullo Spirito del Gioco.

Con lo Spirit Of The Game s'intende la conoscenza e il corretto utilizzo del Regolamento da parte di ogni giocatore, l'assenza di falli e contatto fisico, il comportamento leale e corretto, l'atteggiamento positivo, l'autocontrollo, la comunicazione rispettosa tra giocatori e soprattutto la basilare gioia di giocare.

La competitività è sempre incoraggiata, ma sempre nel rispetto delle regole e della sicurezza degli altri giocatori. Qualsiasi azione pericolosa, insulto, fallo intenzionale o comportamento volto a vincere a tutti i costi sono contrari allo Spirito del Gioco.

Al termine di ogni partita si fa il Cerchio Finale attorno al disco, mischiandosi con i giocatori dell'altra squadra. Un capitano per parte fa un discorso per ringraziare gli avversari, analizzare la partita e sottolineare se le regole siano state rispettate o no. Dopo un applauso, la squadra che ha vinto fa un passo dentro il cerchio e camminando in senso antiorario dà il cinque con la mano destra agli avversari.

**Casi di classifica avulsa**

Nei tornei con formula di girone all'italiana, in caso di parità di punti al termine del girone, la squadra che passa al turno successivo è determinata dai seguenti criteri: 1) risultati conseguiti negli



incontri diretti; 2) differenza punti realizzati e punti subiti; 3) differenza mete; 4) media dell'età dei componenti la squadra, passa quella più giovane; 5) sorteggio.

Sito Federazione Italiana Flying Disc - [www.fifd.it](http://www.fifd.it)

Contatti - Commissione Sviluppo FIFD - [sviluppo@fifd.it](mailto:sviluppo@fifd.it)

Brochure Docenti con Storia dell'Ultimate, Regole base, Progressione didattica pdf

**Ufficio Scolastico Regionale  
per l'Emilia - Romagna**  
Servizio di Coordinamento Regionale  
per l'Educazione Fisica e Sportiva

14 GEN. 2019