World Flying Disc Federation

Regolamento dell'Ultimate 2013

Traduzione conforme al "WFDF Rules of Ultimate 2013"
Versione Ufficiale in vigore dal 1 gennaio 2013

Indice delle Regole

Introduzione 1
1. Spirit of the Game (Spirito del Gioco) 2
2. Campo di gioco 3
3. Equipaggiamento 3
4. Punto, meta e partita 4
5. Squadre 4
6. Iniziare la partita 4
7. Lancio iniziale 4
8. Stato del disco 5
9. Conteggio 5
10. Check (Riavvio) 6
11. Fuori campo 6
12. Ricevitori e disposizione in campo 7
13. Turnover (Perdita di Possesso) 8
14. Segnare una meta 9
15. Chiamare i falli, le infrazioni e le violazioni 9
16. Proseguire dopo una chiamata di fallo o di violazione 10
17. Falli 10
18. Infrazioni e violazioni 11
19. Interruzioni 13
20. Time-Outs (Pause Tecniche) 14
Glossario 15
Licenza Legale 17

Introduzione

L'Ultimate è uno sport di squadra che si gioca con un disco. Ciascuna squadra è composta da sette giocatori. Si gioca su un campo rettangolare che è circa la metà della larghezza di un campo di calcio, con un'area di meta a ciascuna estremità. L'obiettivo di ciascuna squadra è di segnare un punto facendo ricevere un passaggio ad un giocatore nell'area di meta che si sta attaccando. Un lanciatore con il disco non può correre ma può passarlo in qualsiasi direzione a qualunque compagno. Un passaggio non completo è un turnover (perdita di possesso), e l'altra squadra può raccogliere il disco e tentare di segnare nell'area di meta opposta. Una partita è giocata generalmente a 17 punti e dura circa 100 minuti. L'Ultimate è uno sport auto-arbitrato e senza contatto fisico. Lo Spirito del Gioco guida i giocatori nell'auto-arbitraggio della partita e nella propria condotta in campo.

1. Spirito del Gioco

1.1. L'Ultimate è uno sport auto-arbitrato e senza contatto fisico. Tutti i giocatori sono responsabili della conduzione del gioco e del rispetto delle regole. L'Ultimate si basa sullo Spirito del Gioco che pone la responsabilità del "fair play" (correttezza) su ogni giocatore.

1.2. Si presuppone che nessun giocatore infranga le regole intenzionalmente quindi non esistono severe sanzioni bensì un metodo per la ripresa del gioco che simuli quello che sarebbe più probabilmente avvenuto se non ci fosse stata l'infrazione.

1.3. I giocatori devono essere consapevoli che, in tutte le decisioni prese e in tutte le discussioni, stanno agendo in veste di arbitri. In tali situazioni i giocatori devono:
- 1.3.1. conoscere le regole;
- 1.3.2. essere obiettivi e imparziali;
- 1.3.3. essere onesti;
- 1.3.4. spiegare il proprio punto di vista chiaramente e brevemente;
- 1.3.5. dare all'avversario la possibilità di parlare;
- 1.3.6. risolvere le dispute in meno tempo possibile usando un linguaggio rispettoso;
- 1.3.7. effettuare le chiamate in maniera coerente durante la partita;
- 1.3.8. effettuare una chiamata solo quando l'infrazione di una regola è sufficientemente significativa da causare una differenza nel risultato dell'azione.

1.4. Il gioco altamente competitivo è incoraggiato, ma mai a spese del rispetto reciproco tra i giocatori, del rispetto delle regole di gioco convenute o della basilare gioia di giocare.

1.5. Le seguenti azioni sono esempi di buono spirito:
- 1.5.1. informare un compagno di squadra se ha fatto una chiamata sbagliata o non necessaria o se ha commesso un fallo o una violazione;
- 1.5.2. ritirare una chiamata se ci si accorge che non era necessaria;
- 1.5.3. complimentarsi con un avversario per una buona azione o per un buono Spirito;
- 1.5.4. presentarsi all'avversario; e
- 1.5.5. reagire con calma ad un dissenso o ad una provocazione.

1.6. Le seguenti azioni sono chiare violazioni dello Spirito del Gioco e devono essere evitate da tutti i partecipanti:
- 1.6.1. il gioco pericoloso e il comportamento aggressivo;
- 1.6.2. i falli intenzionali o altre violazioni intenzionali delle regole;
- 1.6.3. prendere in giro o cercare di intimidire giocatori avversari;
- 1.6.4. l'esaltazione provocatoria dopo aver fatto meta;
- 1.6.5. effettuare una chiamata come ritorsione alla chiamata di un avversario; e
- 1.6.6. chiamare un giocatore avversario per farsi dare un passaggio.

1.7. Le squadre sono i custodi dello Spirito del Gioco e devono:
- 1.7.1. prendersi la responsabilità dell'insegnamento delle regole e del buono Spirito;
- 1.7.2. disciplinare i giocatori che dimostrano cattivo Spirito; e
- 1.7.3. fornire proposte costruttive alle altre squadre su come migliorare il loro rispetto verso lo Spirito del Gioco.

1.8. Nel caso in cui un principiante commetta un'infrazione per scarsa conoscenza delle regole, i giocatori esperti sono tenuti a spiegargli la regola.

1.9. Un giocatore esperto, che offre consiglio sulle regole e guida l'arbitraggio dei giocatori sul campo, può supervisionare partite con giocatori giovani o principianti.

1.10. Le regole dovrebbero essere interpretate dai giocatori direttamente coinvolti nell'azione, o dai giocatori con la miglior prospettiva dell'azione. I non-giocatori, a parte il capitano,

dovrebbero evitare di farsi coinvolgere. Però i giocatori possono appellarsi ai non-giocatori con una prospettiva migliore per chiarire le regole e per farsi assistere nell'effettuare la corretta "chiamata di linea" (Line Call) o "disco a terra" (Down Call).

1.11. I giocatori ed i capitani sono gli unici a poter effettuare ogni tipo di chiamata.

1.12. Se, dopo averne discusso, i giocatori non riescono a raggiungere un accordo sull'accaduto, il disco sarà riconsegnato all'ultimo lanciatore precedente alla discussione.

2. Campo di Gioco

2.1. Il campo di gioco è un rettangolo le cui dimensioni ed aree sono riportate in Figura1.

2.2. Le linee perimetrali racchiudono il campo e sono costituite da due (2) linee laterali per la lunghezza e due (2) linee perimetrali per la larghezza.

2.3. Le linee perimetrali non fanno parte del campo di gioco.

2.4. Le linee di meta sono quelle linee che separano l'area centrale dalle aree di meta e sono parte dell'area centrale.

2.5. Il punto del "Brick" è formato dall'intersezione di due (2) linee lunghe un (1) metro ed è situato a diciotto (18) metri da ciascuna area di meta, a metà tra le linee perimetrali.

2.6. Otto oggetti flessibili e colorati (ad esempio coni di plastica) segnalano gli angoli dell'area centrale e delle aree di meta.

2.7. Le zone nell'immediato perimetro del campo di gioco devono essere tenute libere da oggetti mobili. Se il gioco viene ostruito da non-giocatori o da oggetti entro tre (3) metri dalla linea perimetrale, il giocatore ostruito o il lanciatore con il possesso del disco può chiamare "Violation" (violazione).

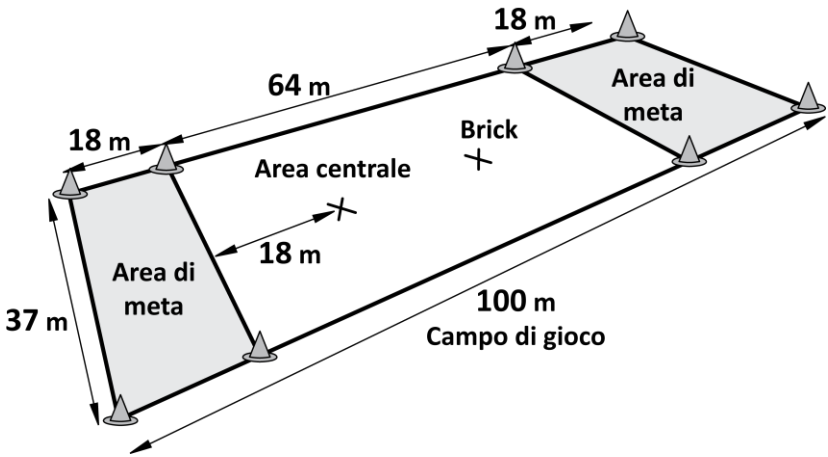

Figura 1

3. Equipaggiamento

3.1. Si può usare qualsiasi disco che sia accettato da entrambi i capitani.

3.2. La WFDF può avere una lista di dischi approvati di cui consiglia l'uso.

3.3. Ogni giocatore deve indossare una divisa che distingua la propria squadra.

3.4. I giocatori non devono indossare nulla che sia pericoloso per sé o per gli altri giocatori.

4. Punto, meta e partita

4.1. Una partita consiste in un dato numero di punti. Ogni punto si conclude con una meta.
4.2. Una partita è portata a termine e vinta dalla prima squadra che segna diciassette (17) mete.
4.3. Una partita è suddivisa in due (2) periodi di gioco, denominati "primo e secondo tempo". L'intervallo fra i due tempi inizia quando una squadra segna per prima nove (9) mete.
4.4. Il primo punto di un tempo ha inizio quando inizia il tempo di gioco.
4.5. Dopo la realizzazione di una meta, e se la partita non è finita o l'intervallo non è raggiunto:
    4.5.1. il punto successivo ha inizio immediatamente; e
    4.5.2. le due squadre cambiano l'area di meta che dovranno difendere; e
    4.5.3. la squadra che ha segnato diventa la difesa ed effettua il successivo lancio iniziale.
4.6. La struttura base di una partita può essere modificata per adattarsi a competizioni speciali, al numero e all'età dei giocatori o allo spazio disponibile.

5. Squadre

5.1. Durante ogni punto ciascuna squadra metterà in campo un massimo di sette (7) giocatori e un minimo di cinque (5) giocatori.
5.2. Una squadra può effettuare sostituzioni (illimitate) solo dopo una meta e prima del lancio iniziale successivo, tranne nel caso di infortuni (Sezione 19).
5.3. Ciascuna squadra nominerà un capitano come suo rappresentante.

6. Iniziare la partita

6.1. I capitani delle due squadre determinano equamente quale delle due deve per prima:
    6.1.1. ricevere o lanciare il lancio iniziale; o
    6.1.2. l'area di meta da difendere.
6.2. All'altra squadra spetta la scelta rimanente.
6.3. All'inizio del secondo tempo, queste condizioni iniziali sono invertite.

7. Lancio iniziale

7.1. All'inizio della partita, dopo l'intervallo o dopo una meta, il gioco riprende con un lancio, denominato "Pull" (lancio iniziale).
    7.1.1. Le squadre si devono preparare per il lancio iniziale senza indugio.
7.2. Il lancio iniziale viene effettuato da un giocatore della difesa che lancia il disco dopo che entrambe le squadre hanno segnalato di essere pronte, con almeno un giocatore per squadra che alza la mano sopra la propria testa.
7.3. Una volta pronti, e fino al rilascio del lancio iniziale, tutti i giocatori della squadra in attacco devono rimanere con un piede sopra la loro linea di meta, senza cambiare la loro posizione.
7.4. Quando viene effettuato il lancio iniziale, tutti i giocatori della difesa devono stare all'interno della loro area di meta.
7.5. Se una squadra vìola la 7.3 o la 7.4, la squadra avversaria deve chiamare la violazione "Offiside" (fuorigioco) prima che la squadra in ricezione tocchi il disco. Conseguentemente il lancio iniziale deve essere ripetuto nel più breve tempo possibile.
7.6. Appena viene rilasciato il disco, tutti i giocatori possono muoversi in qualsiasi direzione.
7.7. Dopo il lancio iniziale, nessun giocatore della squadra in difesa può toccare il disco finché non lo tocchi un giocatore dell'attacco oppure il disco non venga a contatto con il terreno.
7.8. E' turnover (perdita di possesso) se un attaccante, dentro o fuori il campo, tocca il disco prima che il disco tocchi il terreno o la squadra in attacco fallisce la presa.
7.9. Se il disco inizialmente tocca il campo di gioco senza mai diventare fuori campo, o viene preso al volo dentro il campo, il lanciatore stabilisce il perno dove il disco si ferma.

7.10. Se il disco inizialmente tocca il campo di gioco e successivamente diventa fuori campo senza che lo tocchi un attaccante, il lanciatore stabilisce il perno sul punto dell'area centrale più vicino al punto dove il disco è uscito dal campo (Sezione 11.7).

7.11. Se il disco inizialmente tocca il campo di gioco e successivamente diventa fuori campo dopo aver toccato un attaccante, o un attaccante prende il lancio iniziale fuori dal campo, il lanciatore stabilisce il perno nel punto del campo di gioco più vicino a dove il disco è uscito dal campo (Sezione 11.5).

7.12. Se il disco tocca l'area fuori dal campo senza prima toccare il campo di gioco o un giocatore in attacco, il lanciatore può stabilire il perno o sul segno del Brick (rimessa avanzata) più vicino alla sua area di meta, oppure sul punto dell'area centrale più vicino al punto dove il disco è uscito dal campo (Sezione 11.7). La scelta del Brick va segnalata dal lanciatore che vuole impossessarsi del disco, alzando un braccio sopra la testa prima di raccoglierlo.

8. Stato del disco

8.1. Il disco non è in gioco e nessun turnover (perdita di possesso) è possibile:
- 8.1.1. Dopo l'inizio di un punto, fino al rilascio del lancio iniziale;
- 8.1.2. Dopo il lancio iniziale o dopo un turnover quando il disco deve essere portato sul punto corretto, finché il lanciatore non stabilisca il perno; o
- 8.1.3. Dopo una chiamata che ferma il gioco o qualsiasi altra interruzione, finché il disco non venga messo in gioco con il Check (riavvio).

8.2. Un disco che non è "non in gioco", è "in gioco".

8.3. Il lanciatore non può trasferire il possesso di un disco non in gioco ad un altro giocatore.

8.4. Qualunque giocatore può tentare di fermare un disco che rotola o scivola dopo l'impatto con il terreno.

8.5. Se, nel tentativo di fermare tale disco, il giocatore ne altera in modo significativo la posizione, la squadra avversaria può richiedere che il perno venga stabilito sul punto dove il giocatore ha toccato il disco.

8.6. Dopo un turnover (perdita di possesso), la squadra che ha ottenuto il possesso del disco deve riprendere il gioco senza indugi. Nel raccogliere il disco e stabilire il perno, il lanciatore deve muoversi come minimo a passo d'uomo.
- 8.6.1 Se la squadra in attacco non rispetta la 8.6 la squadra in difesa può chiamare "Delay of time" (Perdita di tempo) o può chiamare una "Violazione".
- 8.6.2. Se il giocatore che deve lanciare è entro tre (3) metri dal perno e, dopo richiamo verbale, continua a violare la 8.6, il marcatore può iniziare il conteggio.

9. Conteggio

9.1. Il marcatore esegue un conteggio sul lanciatore dicendo "Stalling" (contando) e poi conta da uno (1) a dieci (10). L'intervallo tra l'inizio di ogni numero del conteggio deve essere di almeno un (1) secondo.

9.2. Il conteggio deve essere chiaramente udibile dal lanciatore.

9.3. Il marcatore può iniziare e continuare un conteggio solo quando:
- 9.3.1. Il disco è in gioco (a meno che non sia specificato diversamente).
- 9.3.2. Il disco ed il marcatore si trovano entro tre (3) metri dal lanciatore; e
- 9.3.3. Tutti i difensori sono disposti correttamente (Sezione 18.1)

9.4. Se il marcatore esce del raggio di tre (3) metri dal lanciatore, o un altro giocatore diventa il marcatore, il conteggio deve ripartire da uno (1).

9.5. Quando il gioco si ferma il conteggio riprende con le seguenti modalità:
- 9.5.1. Dopo una chiamata non contestata dalla difesa, il conteggio riparte da uno (1).

9.5.2. Dopo una chiamata non contestata dall'attacco, il conteggio riparte da un massimo di nove (9).
9.5.3. Dopo uno stall-out contestato il conteggio riparte da un massimo di otto (8).
9.5.4. Dopo ogni altra chiamata il conteggio riparte da un massimo di sei (6).

9.6. Per riprendere un conteggio da "un massimo di n", dove "n" è un numero tra uno (1) e nove (9), si ricomincia dicendo "Stalling", seguito dall'ultimo numero pronunciato prima dell'interruzione più uno, o da "n" se questo valore è maggiore di "n".

10. Check (riavvio)

10.1. Quando il gioco si ferma durante un punto per un time-out , un fallo, una violazione, un turnover (perdita di possesso) contestato, una meta contestata, un'interruzione tecnica, un infortunio o una discussione, il gioco va ripreso appena possibile con un "check" (riavvio). Il "check" dovrebbe solo venire ritardato per una discussione riguardo ad una chiamata.

10.2. Tranne che nel caso di un time-out:
10.2.1. Tutti i giocatori devono tornare nella posizione che occupavano al momento dell'interruzione, a meno di indicazioni differenti. (es.: "pick", fallo in meta)
10.2.2. Se l'evento che interrompe il gioco è accaduto dopo che il lanciatore ha rilasciato il disco e viene riconsegnato al lanciatore per la ripresa del gioco, tutti i giocatori devono tornare alle posizioni che occupavano quando il disco è stato rilasciato dal lanciatore a meno di indicazioni differenti. (es.: "pick", fallo in meta)
10.2.3. Tutti i giocatori devono rimanere fermi nella posizione fino alla ripresa del gioco.

10.3. Qualsiasi giocatore può protrarre brevemente un'interruzione del gioco per mettere a posto l'equipaggiamento, ma il gioco non può essere fermato per questo motivo.

10.4. La persona che deve dare il Check deve prima verificare con l'avversario più vicino che la squadra avversaria sia pronta.
10.4.1. Se c'è un ritardo ingiustificato nel dare il Check, gli avversari possono chiamare un "Delay of Game" (Ritardo di gioco) e, se il ritardo si protrae, possono dare il check al disco chiamando "Disc in" (in gioco) senza aspettare il consenso degli avversari.

10.5. Per riprendere il gioco:
10.5.1. se il disco è a portata di mano di un difensore, egli deve toccare il disco e chiamare "Disc In" (in gioco) o "Stalling" (contando);
10.5.2. se il disco non è a portata di mano di un difensore, il lanciatore deve toccare per terra con il disco e chiamare "Disc In" (in gioco); o
10.5.3. se il disco non è a portata di mano di un difensore e non c'è un lanciatore, il difensore più vicino al disco deve chiamare "Disc In" (in gioco).

10.6. Se il lanciatore tenta un passaggio prima del Check, oppure viene chiamata una violazione del 10.2, il passaggio, completato o meno, non conta e il possesso ritorna al lanciatore che aveva appena effettuato il lancio.

11. Fuori campo

11.1. Tutto il campo di gioco è "in campo". Le linee perimetrali non fanno parte del campo di gioco e sono "fuori campo". Tutti i non-giocatori fanno parte del fuori campo.

11.2. Il fuori campo consiste in tutto ciò che non è dentro il campo, inclusa qualunque cosa a contatto con esso. Fanno eccezione i giocatori difensivi che, per dar loro la possibilità di giocare il disco, sono sempre considerati "in campo".

11.3. Un attaccante che non è "fuori campo" è "in campo".
11.3.1. Un giocatore in aria mantiene il suo stato di "in campo" o "fuori campo" fino a venire a contatto o con il campo di gioco o con il fuori campo.

11.3.2. Un lanciatore con il possesso del disco che tocca il campo di gioco e poi tocca un'area fuori dal campo, è ancora considerato "in campo".

11.3.2.1. Se il lanciatore esce dal campo di gioco, deve stabilire il perno sul punto del campo di gioco dove ha attraversato la linea perimetrale (a meno che non si tratti del 14.2).

11.3.3. Il contatto tra giocatori non conferisce lo stato di essere "in campo" o "fuori campo" dall'uno all'altro.

11.4. Un disco è "in campo" appena è in gioco, o quando il gioco inizia o riprende.

11.5. Un disco diventa "fuori campo" appena viene a contatto con l'area esterna al campo o un attaccante fuori dal campo. Un disco in possesso di un attaccante acquisisce lo stato di "fuori campo" o "in campo" del giocatore stesso. Se il disco è contemporaneamente in possesso di più di un attaccante, uno dei quali si trova fuori dal campo, il disco è "fuori campo".

11.6. Il disco può volare all'esterno di una linea perimetrale e tornare dentro il campo di gioco, e i giocatori possono uscire dal campo per tentare di giocare il disco.

11.7. Il luogo dove il disco diventa "fuori campo" è il punto in cui, subito prima di venire a contatto con un'area o un giocatore fuori del campo, il disco era:

11.7.1. parzialmente o interamente sopra il campo di gioco; o

11.7.2. a contatto con un giocatore "in campo".

11.8. Se il disco è fuori campo e si trova a più di tre (3) metri dal punto del perno, i non giocatori possono recuperare il disco. Il lanciatore deve portare il disco per gli ultimi tre (3) metri dal campo di gioco.

12. Ricevitori e disposizione

12.1. Un giocatore "prende" il disco quando ne dimostra il controllo prolungato senza rotazione.

12.2. Se un giocatore perde il controllo del disco a causa di un contatto successivo con il terreno o con un compagno di squadra o un giocatore avversario in posizione legittima, si considera che la presa non sia avvenuta.

12.3. È turnover (perdita di possesso) da fuori campo e nessuna presa è avvenuta se:

12.3.1. un ricevitore attaccante è "fuori campo" quando tocca il disco; o

12.3.2. dopo aver preso il disco, il primo contatto di un ricevitore attaccante è fuori dal campo mentre è ancora in possesso del disco.

12.4. Chi prende il disco diventa il lanciatore.

12.5. Se giocatori attaccanti e difensivi prendono il disco contemporaneamente, l'attacco mantiene il possesso del disco.

12.6. Un giocatore che abbia già stabilito una posizione ha il diritto di mantenerla e non dovrebbe subire un contatto da un giocatore avversario.

12.7. Quando un giocatore sta giocando il disco, un avversario non può spostarsi per bloccare intenzionalmente i movimenti del primo, a meno che anche l'avversario stia tentando di giocare il disco.

12.8. Ogni giocatore ha il diritto di occupare qualsiasi posizione sul campo che non sia già occupata da un avversario, a patto che non inizi un contatto nel prendere tale posizione.

12.9. Tutti i giocatori devono tentare di evitare il contatto con gli altri giocatori e non esiste nessuna situazione per cui un giocatore possa giustificare l'aver iniziato un contatto. "*Volevo prendere il disco*" non è una scusa valida per iniziare un contatto con gli altri giocatori.

12.10. Mentre due o più giocatori convergono verso un singolo punto simultaneamente un contatto fortuito, che non influisca sul risultato dell'azione o sulla sicurezza, può aver luogo. Il contatto fortuito deve essere ridotto al minimo ma non è considerato un fallo.

12.11. I giocatori non possono usare le proprie braccia o gambe per ostacolare il movimento del giocatore avversario.

12.12. Nessun giocatore può aiutare fisicamente un giocatore per favorirne il movimento.

13. Turnover (perdita di possesso)

13.1. Un turnover trasferisce il possesso del disco da una squadra all'altra e avviene quando:

13.1.1. il disco tocca il terreno mentre non è in possesso di un attaccante ("down"/ a terra);

13.1.2. il disco viene intenzionalmente passato da un attaccante all'altro senza che il disco abbia mai perso contatto con entrambi i giocatori ("hand-over"/ di mano in mano);

13.1.3. il lanciatore intenzionalmente fa rimbalzare il disco contro un altro giocatore per poi riprenderlo ("deflection"/ rimbalzo);

13.1.4. nel tentare un passaggio, il lanciatore tocca il disco dopo il rilascio e prima che lo tocchi un altro giocatore ("double touch"/ doppio tocco);

13.1.5. un passaggio è preso da un difensore ("interception"/ "intercetto");

13.1.6. il disco diventa fuori campo ("out-of-bounds"/ "fuori campo");

13.1.7. il lanciatore non rilascia il disco prima che il marcatore, durante il conteggio, inizi a dire la parola "Ten" (dieci) ("stall-out"/ tempo scaduto);

13.1.8. avviene un fallo offensivo in ricezione non contestato; o

13.1.9. sul lancio iniziale la squadra in attacco tocca il disco prima che contatti il terreno e fallisce la presa ("dropped pull"/ ricezione fallita del lancio iniziale).

13.2. Se un giocatore si rende conto che è avvenuto un turnover deve immediatamente fare la chiamata appropriata. Se una delle due squadre non concorda, chiama "Contest" (contesto). Se, dopo la discussione, i giocatori non concordano su quanto accaduto, il disco deve ritorna all'ultimo lanciatore che era in possesso del disco prima della chiamata incriminata.

13.3. Se un conteggio è talmente veloce che l'attacco non ha modo di chiamare "Fast count" (conteggio veloce) prima dello stall-out (tempo scaduto), l'azione viene considerata uno stall-out contestato (9.5.3).

13.3.1. Se il lanciatore contesta uno stall-out (tempo scaduto) ma nonostante ciò tenta un passaggio che risulta incompleto, il turnover è valido e il gioco prosegue.

13.4. Il gioco si deve fermare e deve riprendere con un check dopo i seguenti turnover : "hand-over" (di mano in mano), "deflection" (rimbalzo), "double touch" (doppio tocco), "stall-out" (tempo scaduto) ed un fallo offensivo in ricezione non contestato.

13.5. Qualsiasi attaccante può prendere possesso del disco dopo un turnover, eccetto:

13.5.1. dopo un turnover per "interception" (intercetto), in questo caso il giocatore che ha intercettato il disco deve mantenerne il possesso; e

13.5.2. dopo un fallo offensivo in ricezione, in questo caso deve prendere il possesso del disco il giocatore che ha subito il fallo.

13.6 Se il giocatore in possesso del disco dopo il turnover lo fa cadere intenzionalmente, o lo appoggia per terra, il possesso rimane al medesimo giocatore.

13.7. Se accade un turnover (perdita di possesso), il luogo del turnover è:

13.7.1. dove il disco si è fermato o è raccolto da un attaccante; o

13.7.2. dove si è fermato il giocatore che ha intercettato il disco; o

13.7.3. dove si trovava il lanciatore nei casi 13.1.2, 13.1.3, 13.1.4, 13.1.7; o

13.7.4. dove è avvenuto il fallo offensivo in ricezione non contestato.

13.8. Se il luogo del turnover (perdita di possesso) è fuori dal campo o il disco ha toccato un'area fuori dal campo dopo che è avvenuto il turnover, il lanciatore deve stabilire il perno nel punto dell'area centrale più vicino a dove il disco è uscito dal campo (Sezione 11.7).

13.8.1. Se la 13.8 non è applicabile, il perno va situato seguendo la 13.9, 13,10 o la 13,11.

13.9 Se il turnover avviene nell'area centrale, il lanciatore deve stabilire il perno in quel punto esatto.

13.10 Se il turnover avviene nell'area di meta attaccata dalla squadra in attacco, il lanciatore deve stabilire il perno nel punto più vicino sulla linea di meta.

13.11. Se il turnover avviene nell'area di meta difesa dall''attacco, il lanciatore può scegliere dove stabilire il perno:

13.11.1. nel punto del turnover, se rimane sul punto del turnover o se esegue una finta; o

13.11.2. nel punto più vicino al turnover sulla linea di meta, se si sposta dal punto in cui è avvenuto il turnover.

13.11.2.1. Il lanciatore designato, prima di raccogliere il disco, può' segnalare di aver scelto la linea di meta alzando un braccio sopra la propria testa.

13.11.3. Un movimento repentino, l'immobilità o il segnalare la linea di meta, determina dove andrà stabilito il perno e non può essere rettificato.

13.12. Se, dopo un turnover (perdita di possesso) il gioco prosegue inconsapevolmente, il gioco deve essere fermato e il disco riportato sul luogo del turnover, i giocatori riprendono le posizioni che avevano al momento del turnover e il gioco si riprende con un check.

14. Segnare una meta

14.1. Si segna una meta quando un giocatore dentro il campo prende un passaggio regolare e il suo primo punto di contatto dopo la presa (o i primi punti se simultanei) è completamente all'interno dell'area di meta che sta attaccando (vedi 12.1, 12.2).

14.1.1. Se un giocatore reputa che sia stata segnata una meta, può chiamare "goal" (meta) ed il gioco si ferma. Se questa è contestata o ritirata, si riprende con un check.

14.2. Se un giocatore in possesso del disco oltrepassa completamente la linea di meta che sta attaccando senza segnare una meta secondo il 14.1, il giocatore stabilisce il perno sulla linea di meta in corrispondenza del punto più vicino a quello in cui si trova il giocatore.

14.3. Il momento in cui si segna la meta è quando, dopo la presa, avviene il primo contatto con l'area di meta.

15. Chiamare i falli, le infrazioni e le violazioni

15.1. Un fallo è una trasgressione delle regole in cui avviene un contatto tra due o più giocatori avversari che non sia fortuito.

15.2. Un'infrazione è una trasgressione delle regole che riguardano la Marcatura o i Passi. Le infrazioni non fermano il gioco.

15.3. Ogni altra trasgressione delle regole è una violazione.

15.4. Solo il giocatore che ha subito il fallo può chiamare il fallo, dicendo "Foul" (fallo).

15.5. Solo il lanciatore può chiamare una infrazione sulla marcatura, dicendo il nome specifico dell'infrazione. Tutti i giocatori avversari possono chiamare una infrazione di passi.

15.6. Qualunque giocatore avversario può chiamare una violazione, dicendo il nome specifico della violazione oppure "Violation" (violazione), a meno che non sia altrimenti indicato nella regola specifica.

15.7. Le chiamate devono essere fatte immediatamente dopo la trasgressione.

15.8. Se un giocatore ferma non correttamente il gioco dopo aver frainteso una chiamata o perchè non conosce le regole, ogni successiva giocata è valida ed il gioco riprende con un check dal punto in cui si era fermato.

15.9. Se un giocatore della squadra contro la quale è stato chiamato il fallo, l'infrazione o la violazione non è d'accordo sul fatto che la trasgressione sia avvenuta, può chiamare "Contest" (contesto).

15.10. Se il giocatore che ha chiamato "Foul" (fallo), "Violation" (violazione) o "Contest" (contesto) si rende conto che la chiamata non era necessaria, può ritrarre la chiamata dicendo "Retracted" (ritiro). Il gioco riprende con un check (riavvio).

16. Proseguire dopo una chiamata di fallo o di violazione

16.1. Ogniqualvolta viene fatta una chiamata di fallo o di violazione, il gioco si ferma immediatamente e nessun turnover (perdita di possesso) è possibile.

16.2. Però se il fallo o la violazione è chiamata:

16.2.1. contro il lanciatore e il lanciatore successivamente tenta un passaggio, o

16.2.2. mentre il lanciatore è nell'atto di lanciare, o

16.2.3. quando il disco è in aria, allora il gioco prosegue finché non venga determinato il possesso del disco.

16.2.4. Una volta che il possesso è stato determinato:

16.2.4.1. Se la squadra che ha chiamato il fallo o la violazione mantiene o ottiene, come esito del passaggio, il possesso del disco, il gioco continua. I giocatori che riconoscono questa situazione possono chiamare immediatamente "Play on" (gioco continua) per indicare che questa regola è stata invocata.

16.2.4.2. Se la squadra che ha chiamato il fallo o la violazione non mantiene né ottiene, come esito del passaggio, il possesso del disco, il gioco si ferma.

16.2.4.2.1. Se la squadra che ha chiamato il fallo o la violazione crede che il possesso sia stato influenzato dal fallo o dalla violazione, il disco torna al lanciatore per un check (a meno di regole precise a riguardo).

16.3. Indipendentemente da quando è avvenuta la chiamata, se i giocatori coinvolti di entrambe le squadre concordano sul fatto che il fallo, la violazione o la chiamata non ha avuto ripercussioni sul gioco, la giocata è valida.

16.3.1. Se la giocata dà come risultato una meta, la meta è valida.

16.3.2. Altrimenti i giocatori coinvolti devono posizionarsi in modo da recuperare lo svantaggio causato dal fallo o dalla violazione e ricominciare con un check.

17. Falli

17.1. Gioco pericoloso:

17.1.1. Il comportamento d'imprudenza e di noncuranza per la sicurezza dei giocatori è considerato gioco pericoloso e deve essere trattato come un fallo, indipendentemente da quando e se il contatto sia avvenuto. Nessun'altra regola ha la precedenza su questa.

17.2. Falli Difensivi in Ricezione (Falli del Difensore):

17.2.1. Un "Fallo Difensivo in Ricezione" avviene quando un difensore inizia un contatto con un ricevitore prima o durante un tentativo di prendere il disco.

17.2.2. Dopo un fallo difensivo in ricezione:

17.2.2.1. il ricevitore ottiene il possesso nel punto del fallo se questo è avvenuto nell'area centrale o nell'area di meta che il ricevitore sta difendendo;

17.2.2.2. il ricevitore ottiene il possesso nel punto più vicino sulla linea di meta se il fallo è avvenuto nell'area di meta che il ricevitore sta attaccando, ed è il giocatore che ha commesso il fallo che deve marcarlo; o

17.2.2.3. se il fallo è contestato, il disco torna al lanciatore.

17.3. Fallo di Spinta Fuori:

17.3.1. È un "Fallo di Spinta Fuori" se un ricevitore in aria prende il disco e, prima di atterrare, subisce un fallo, e se questo contatto costringe il ricevitore ad atterrare:

17.3.1.1. fuori dal campo anziché dentro il campo; o

17.3.1.2. nell'area centrale invece che nell'area di meta che sta attaccando.

17.3.2. Se il ricevitore sarebbe atterrato dentro l'area di meta che sta attaccando, è meta.

17.3.3. Se il fallo di spinta fuori è contestato, il disco torna al lanciatore se il ricevitore è atterrato fuori dal campo; altrimenti il ricevitore mantiene il possesso del disco.

17.4. Falli Difensivi sul Lanciatore (Falli del Marcatore):
17.4.1. Un "Fallo Difensivo sul Lanciatore" avviene quando:
17.4.1.1. Un difensore si trova in una posizione illegittima (Sezione 18.1), e avviene un contatto con il lanciatore; o
17.4.1.2. Un difensore inizia un contatto col lanciatore, o una parte del suo corpo era in movimento ed è venuto a contatto col lanciatore, prima del rilascio del disco.
17.5. Falli di Strip (scippo):
17.5.1. È un "Fallo di Strip" (scippo) quando un fallo difensivo costringe il ricevitore o il lanciatore a perdere il disco dopo che ne ha ottenuto il possesso.
17.5.2. Se la situazione era tale da concludersi con una meta, e il fallo non è contestato, è meta.
17.6. Falli Offensivi in Ricezione:
17.6.1. Un "Fallo Offensivo in Ricezione" avviene quando il ricevitore inizia un contatto con un difensore prima o durante un tentativo di prendere il disco.
17.6.2. Se il fallo non è contestato, è turnover (perdita di possesso). Il disco rimane nel luogo dove il fallo è avvenuto.
17.6.3. Se il passaggio è completo e il fallo è contestato, il disco torna al lanciatore.

17.7. Falli Offensivi del Lanciatore:
17.7.1. Un "Fallo Offensivo del Lanciatore" avviene quando il lanciatore inizia un contatto con un difensore che si trova in una posizione legittima.
17.7.2. Il contatto fortuito che avviene durante il movimento a seguire del lanciatore non è motivo sufficiente per un fallo, ma dovrebbe essere evitato.
17.8. Falli di Ostruzione:
17.8.1. Un "Fallo di Ostruzione" avviene quando un giocatore causa un contatto prendendo una posizione che un avversario in movimento non potrà evitare.
17.9. Falli Indiretti:
17.9.1. Un "Fallo Indiretto" avviene quando c'è un contatto tra un ricevitore e un difensore che non influisce in modo diretto sul tentativo di prendere il disco.
17.9.2. Se il fallo non è contestato, il giocatore che lo ha subito può recuperare qualsiasi svantaggio di posizione causato dal fallo.
17.10. Falli Contemporanei (offsetting fouls):
17.10.1. Se attaccanti e difensori chiamano fallo nella stessa azione, il disco torna al lanciatore.
17.10.2. Se avviene un contatto non accidentale tra due o più giocatori avversari che si muovono simultaneamente verso uno stesso punto, è un fallo contemporaneo.

18. Infrazioni e violazioni

18.1. Infrazioni del Marcatore:
18.1.1. Le infrazioni del marcatore comprendono:
18.1.1.1. "Fast Count" (conteggio veloce) – il marcatore:
18.1.1.1.1. inizia il conteggio prima che il disco sia "in gioco",
18.1.1.1.2. non inizia il conteggio con la parola "Stalling" (contando),
18.1.1.1.3. conta in intervalli minori di un secondo,
18.1.1.1.4. non sottrae due (2) secondi dal conteggio dopo la prima volta che è stata fatta una qualsiasi chiamata di infrazione del marcatore, o
18.1.1.1.5. non inizia il conteggio dal numero giusto.
18.1.1.2. "Straddle" (accavallare) – la linea che unisce i piedi di un difensore contiene il punto del perno del lanciatore.

18.1.1.3. "Disc Space" (spazio minimo) – qualsiasi parte di un difensore è ad una distanza inferiore al diametro di un disco dal torso del lanciatore, tuttavia, se è causata solo dal movimento del lanciatore, non è un'infrazione.

18.1.1.4. "Wrapping" (abbracciare) – una linea che unisce le mani del difensore racchiude il perno del lanciatore.

18.1.1.5. "Double Team" (marcatura doppia) – un difensore che non sia il marcatore è situato entro tre (3) metri dal perno del lanciatore senza che stia anche marcando attivamente un altro attaccante.

18.1.1.6. "Vision" (visione) – un difensore usa qualsiasi parte del proprio corpo per ostruire volutamente la visione del lanciatore.

18.1.1.7. "Contact" (contatto) – un difensore causa un contatto con il lanciatore prima che il lanciatore rilasci il disco e non durante il movimento di lancio. Tuttavia, se questo contatto è causato soltanto dal movimento del lanciatore, non è un'infrazione.

18.1.2. Un'infrazione del marcatore può essere contestata dalla difesa; in tal caso il gioco si ferma.

18.1.3. Alla prima chiamata di un'infrazione del marcatore non contestata il marcatore deve sottrarre due (2) secondi dal conteggio e proseguire.

18.1.4. Il marcatore non può riprendere il conteggio finché un posizionamento irregolare non sia stato risolto. Il marcatore incorrerebbe in una successiva infrazione.

18.1.5. Per qualsiasi successiva infrazione del marcatore non contestata durante tale possesso del lanciatore, il marcatore deve far ripartire il conteggio da uno (1) e proseguire.

18.1.6. Se, dopo una infrazione sulla marcatura, il conteggio non viene corretto, o il conteggio non riparte, può essere chiamata una violazione ed il gioco si ferma.

18.1.7. Se il lanciatore tenta un lancio e viene chiamata un'infrazione del marcatore durante il movimento o quando il disco è in aria, la chiamata non ha nessuna conseguenza.

18.2. Infrazione di "Travel" (passi):

18.2.1. Il lanciatore può tentare un passaggio in qualsiasi momento a patto che sia "in campo" o che abbia stabilito un perno dentro il campo.

18.2.2. Un giocatore "in campo" che riceve un passaggio mentre è in aria può tentare un passaggio prima di venire a contatto con il terreno.

18.2.3. Dopo aver preso il disco ed essere atterrato dentro il campo, il lanciatore deve arrestarsi il più velocemente possibile, senza cambiare direzione, per stabilire il "punto del perno".

18.2.3.1. Il lanciatore può rilasciare il disco mentre riduce la velocità a patto che resti a contatto con il campo di gioco durante il movimento di lancio.

18.2.4. Il lanciatore può cambiare direzione (fare "perno") solo dopo aver stabilito un "punto del perno"; cioè una parte del proprio corpo deve rimanere a contatto costante con un punto del campo di gioco, denominato il "punto del perno".

18.2.5. Un lanciatore sdraiato o inginocchiato non è costretto a stabilire un perno.

18.2.5.1. Una volta fermato, il centro di gravità stesso del lanciatore determina il punto del perno, e non deve allontanarsi da esso mentre è sdraiato o inginocchiato.

18.2.5.2. Se si alza in piedi, deve stabilire il perno in quel punto.

18.2.6. Un'infrazione di travel (passi) avviene se:

18.2.6.1. il lanciatore stabilisce il proprio punto di perno su un punto sbagliato del campo di gioco;

18.2.6.2. il lanciatore cambia direzione prima di stabilire un punto di perno o di rilasciare il disco;

18.2.6.3. il lanciatore non riduce la propria velocità il prima possibile;
18.2.6.4. il lanciatore non mantiene il perno stabilito fino al rilascio del disco;
18.2.6.5. il lanciatore non mantiene contatto con il campo di gioco per la durata del movimento di lancio; o
18.2.6.6. un ricevitore, per muoversi in qualsiasi direzione, tocca a più riprese, "smanaccia", o devìa intenzionalmente il disco per se stesso.

18.2.7. Dopo un'infrazione di passi non contestata, il gioco non si ferma.
18.2.7.1. Il lanciatore stabilisce il perno sul punto corretto, come indicato dal giocatore che ha chiamato passi. Tutto ciò deve avvenire senza indugi da parte di entrambi i giocatori coinvolti.
18.2.7.2. Qualsiasi conteggio si blocca, e il lanciatore non può lanciare il disco, finché non ha stabilito il perno sul punto corretto.
18.2.7.3. Il marcatore deve dire "Stalling" (*contando*) prima di riprendere il conteggio.

18.2.8. Se, dopo un'infrazione di passi e prima di correggere il perno, il lanciatore esegue un passaggio completo, la squadra in difesa può chiamare una violazione di passi. Il gioco si ferma e il disco torna al lanciatore.
18.2.8.1. Prima del check, il lanciatore deve stabilire il perno nel punto corretto e, se il marcatore era presente al momento del lancio, può muoversi per marcare il lanciatore.

18.2.9. Se, dopo un'infrazione di passi, il lanciatore esegue un passaggio incompleto, il gioco prosegue.

18.2.10. Dopo un'infrazione di passi contestata in cui il lanciatore non ha ancora rilasciato il disco, il gioco si ferma.

18.3. Violazioni di "Pick" (ostruzione):
18.3.1. Se un difensore sta marcando attivamente un attaccante e nel suo tentativo di muoversi verso o insieme all'attaccante viene ostacolato da un altro giocatore, quel difensore può chiamare "Pick" (ostruzione).
18.3.2. Una volta che il gioco si è fermato il giocatore ostruito può recuperare la posizione concordata che avrebbe occupato se l'ostruzione non fosse avvenuta. Il disco torna al lanciatore (se è stato lanciato).

19. Interruzioni

19.1. Interruzione per Infortunio
19.1.1. Un'interruzione per infortunio può essere chiamata da un giocatore infortunato, o da qualsiasi suo compagno di squadra.
19.1.2. Un'interruzione per infortunio deve essere chiamata se un giocatore ha una ferita sanguinante e quel giocatore dovrà immediatamente essere sostituito e non potrà rientrare finché la ferita non sia stata medicata.
19.1.3. Se l'infortunio non è stato causato da un contatto con un avversario, il giocatore può essere sostituito o può utilizzare un Time-Out a disposizione della squadra.
19.1.4. Se l'infortunio è il risultato del contatto con un avversario, il giocatore può decidere di restare in campo o di venire sostituito.
19.1.5. Se un giocatore infortunato abbandona il campo, anche la squadra avversaria può scegliere di sostituire un proprio giocatore.
19.1.6. Se il giocatore infortunato aveva preso il disco, e ha poi perso il disco a causa dell'infortunio, quel giocatore mantiene il possesso del disco.
19.1.7. Dopo un'interruzione per infortunio, i giocatori sostituti acquistano in pieno lo status (posizione, possesso, conteggio, ecc.) dei giocatori che hanno sostituito.

19.2. Interruzione Tecnica

19.2.1. Qualunque giocatore che riconosca una condizione di pericolo per gli altri giocatori, può chiamare "Technical" (problema tecnico) per fermare il gioco.

19.2.2. Il lanciatore può chiamare un'interruzione tecnica durante il gioco per sostituire un disco notevolmente danneggiato.

19.3. Se il disco era in aria quando l'interruzione è stata chiamata, il gioco continua finché non venga determinato il possesso:

19.3.1. Se il gioco è stato fermato per infortunio, non causato da un fallo, il lancio completo o il turnover è valido, e il gioco riprende da quel punto;

19.3.2. Dopo una chiamata di Interruzione Tecnica:

19.3.2.1. Se la chiamata o il problema non ha influenzato l'azione, il lancio completo o il turnover è valido, e il gioco riprende da quel punto;

19.3.2.2. Se la chiamata o il problema ha influenzato l'azione, il disco torna al lanciatore.

19.4. Nelle partite a tempo, l'orologio della partita si ferma durante un'interruzione.

20. Time-Outs (pause tecniche)

20.1. Il giocatore che chiama un time-out deve formare una "T" con le mani, o con una mano e il disco, e chiamare "time-out" ad alta voce in modo da farsi sentire dagli avversari.

20.2. Ogni squadra avrà due (2) time-out per tempo.

20.3. Si può usufruire del time-out in qualsiasi momento del primo o del secondo tempo.

20.4. Un time-out dura due (2) minuti.

20.5. Dopo l'inizio di un punto e prima del seguente lancio iniziale, un giocatore qualsiasi di entrambe le squadre può chiamare un time-out. Il time-out estende di due (2) minuti il tempo tra l'inizio del punto e il seguente lancio iniziale.

20.6. Durante il gioco solo il lanciatore che abbia stabilito il punto del perno può chiamare un time-out. Dopo un tale time-out:

20.6.1. Non sono permesse le sostituzioni, tranne che per infortunio.

20.6.2. Il gioco riprende nello stesso punto del perno.

20.6.3. Il lanciatore rimane lo stesso.

20.6.4. Tutti gli attaccanti possono prendere qualsiasi posizione sul campo di gioco.

20.6.5. Una volta che tutti gli attaccanti hanno scelto la propria posizione, i difensori possono prendere qualsiasi posizione sul campo di gioco.

20.6.6. Il conteggio rimane lo stesso, a meno che non sia cambiato il marcatore.

20.7. Se il lanciatore prova a chiamare un time-out quando la sua squadra non ha più time-out a disposizione, il gioco si ferma. Il marcatore deve aggiungere due (2) secondi al conteggio prima di riprendere il gioco con un check. Se il risultante conteggio è dieci (10) o più, allora è un turnover di "stall-out" (conteggio raggiunto). Se non c'è un conteggio, la difesa può iniziare il conteggio dal tre (3).

– Fine –

Glossario

Area centrale	La parte centrale del campo di gioco, linee di meta comprese. Sono escluse le aree di meta e le linee perimetrali.
Area di meta	Una delle due aree alle estremità del campo di gioco all'interno delle quali, se ricevono un disco, le squadre possono segnare una meta.
Area di meta che si attacca	L'area di meta dove la squadra in questione sta tentando di segnare
Area di meta che si difende	L'area di meta dove la squadra in questione sta tentando di impedire alla squadra avversaria di segnare.
Attaccante	Un giocatore la cui squadra ha il possesso del disco.
Atto di lanciare	Vedi movimento di lancio.
Brick (Rimessa avanzata)	Un lancio iniziale che atterra fuori dal campo, senza che venga toccato dalla squadra in ricezione.
Campo di gioco	L'area che comprende l'area centrale e le aree di meta, escluse le linee perimetrali.
Check (Riavvio)	Azione di un difensore che tocca il disco per riprendere il gioco.
Check del lanciatore	Azione del lanciatore che tocca il disco per terra per riprendere il gioco, da eseguire quando nessun difensore è a portata del lanciatore.
Chiamata	Un richiamo chiaramente udibile che un fallo, un'infrazione, una violazione, o un infortunio è accaduto. I seguenti termini possono essere usati: Foul (fallo), Travel (passi), il nome specifico dell'infrazione del marcatore, Violation (o il nome specifico della violazione) o, "Technical" e Injury (infortunio).
Chiamata di linea	Qualsiasi chiamata relativa al punto in cui il disco è uscito o diventato fuori campo, o relativa alla posizione di un giocatore rispetto alle linee perimetrali o di meta. Le chiamate di linea si riferiscono alle seguenti chiamate: "fuori campo" , "meta", "offside" (fuorigioco).
Contatto con il terreno	Si riferisce a qualsiasi contatto dei giocatori con il terreno strettamente legato ad un evento specifico o un movimento, compreso l'atterraggio o il recupero della perdita d'equilibrio (es. dopo un salto, un tuffo, una caduta o uno sbilanciamento).
Contatto fortuito	Qualsiasi contatto che non sia di natura pericolosa e che non influisca sull'azione.
Difensore	Qualunque giocatore la cui squadra non ha il possesso del disco.
Dove il disco si ferma	Si riferisce al luogo dove il disco è preso, si ferma da solo, o viene arrestato mentre rotola o scivola.
Marcare attivamente	Un difensore sta marcando attivamente un attaccante quando si trova entro tre (3) metri da quell'attaccante e sta reagendo alle sue azioni.
Fuori campo (OB)	Tutto ciò che non fa parte del campo di gioco, comprese le linee perimetrali.
Giocatore	Una delle (al massimo) quattordici (14) persone che partecipano al punto in corso.
Gioco	Ciò che intercorre tra il rilascio del lancio iniziale e la realizzazione di una meta. Il gioco può fermarsi per via di una chiamata e in tal caso è ripreso con un check.
Influenzare il gioco	Una trasgressione alle regole influenza il gioco se il risultato della medesima azione sarebbe stato significativamente diverso nel caso in cui la trasgressione non fosse avvenuta.
Iniziare il contatto	Qualsiasi movimento verso un avversario correttamente posizionato (sia che si tratti di posizione statica sia della posizione prevista basata sulla velocità e direzione stabilita) che generi un inevitabile contatto non accidentale.
Intercetto	Quando un giocatore della squadra in difesa prende un lancio di un giocatore della squadra in attacco.

Interruzione di gioco	Qualsiasi sospensione del gioco per via di un fallo, una violazione, una discussione o un time-out che richieda, per riprendere il gioco, un check o un check del lanciatore. Il disco non è soggetto ad un turnover (perdita di possesso) a meno che la regola della continuazione non sia in vigore.
Lanciatore	L'attaccante che ha il possesso del disco o, prima di determinare il risultato del lancio, il giocatore che ha appena rilasciato il disco.
Lancio	Un disco in volo successivo a qualsiasi azione di lancio, tentativo di finta o disco volutamente lasciato cadere, che risulta in una perdita di contatto tra il lanciatore e il disco. Un passaggio è l'equivalente di un lancio.
Lancio iniziale	Il lancio eseguito da una squadra all'altra che fa partire il gioco all'inizio di un intervallo o dopo una meta.
Linea	Un limite che definisce le aree di gioco. Nel caso di un campo senza linee, il limite è definito da una linea immaginaria che unisce i due oggetti segnaletici (es. coni) e che ha lo spessore di tali oggetti. Le linee non continuano oltre gli oggetti segnaletici.
Linea di meta	La linea che separa l'area centrale dalle aree di meta.
Linee perimetrali	Le linee che separano l'area centrale o le aree di meta dall'area fuori campo. Non fanno parte del campo di gioco.
Marcatore	Il difensore che esegue il conteggio sul lanciatore.
Miglior prospettiva	Il punto di vista di un giocatore con la miglior visibilità delle posizioni relative del disco, dei giocatori, del terreno, delle linee e dei coni implicati nell'azione.
Movimento di lancio	Il movimento di lancio è l'azione del lanciatore che trasferisce la quantità di moto dal giocatore al disco e risulta in un lancio. Utilizzare il perno ed eseguire il caricamento non sono considerati parte del movimento di lancio.
Non-giocatore	Qualunque persona, compreso un compagno di squadra, che non è attualmente un giocatore.
Persona di genere femminile	Qualunque persona che secondo le norme attuali della International Olympic Committee venga definita di genere femminile.
Persona di genere maschile	Qualunque persona non di genere femminile.
Posizione legittima	La posizione stazionaria stabilita dal corpo di un giocatore, escluse le gambe e le braccia estese, che può essere evitata da tutti i giocatori avversari quando si prendono in considerazione il tempo e lo spazio.
Possesso del disco	Il contatto sostenuto ed il controllo di un disco senza rotazione. Prendere un passaggio equivale a stabilire il possesso di quel passaggio. Se un giocatore perde il possesso del disco dopo un contatto con il terreno relativo alla ricezione di un passaggio, il possesso avuto fino a quel momento viene revocato. Un disco in possesso di un giocatore è considerato una parte di quel giocatore. La squadra il cui giocatore ha il possesso del disco o i cui giocatori possono raccogliere il disco è considerata la squadra in possesso.
Punto del perno	Il punto sul campo di gioco dove il lanciatore deve stabilire il perno dopo un turnover (perdita di possesso), o dove un perno è già stato stabilito. Un lanciatore può non stabilire un perno se non si è fermato e non ha fatto perno.
Ricevitori	Tutti gli attaccanti escluso il lanciatore.
Stabilire un perno	Dopo un turnover il punto del perno è definito e il lanciatore stabilisce un perno sistemando una parte del proprio corpo (di solito il piede) in quel punto. Dopo aver ricevuto un passaggio e dopo aver ridotto la sua velocità, il lanciatore deve stabilire un perno attorno al quale potrà muoversi. Si stabilisce il perno tenendo una parte del corpo a contatto costante con un punto specifico del campo di gioco.
Terreno	Il terreno comprende tutti gli oggetti solidi , inclusa l'erba, i coni, l'equipaggiamento, l'acqua e i non-giocatori, esclusi tutti i giocatori e il loro abbigliamento indossato, le particelle trasportate dall'aria e qualunque tipo di precipitazione.
Turnover	Qualsiasi evento che provoca il cambio di possesso da una squadra all'altra.
Utilizzare il perno	Muoversi in qualsiasi direzione mentre si mantiene una parte del corpo a contatto con un singolo punto sul campo di gioco, detto punto del perno.

Licenza Legale

L'Opera ("WFDF Rules of Ultimate 2013", in questa traduzione "WFDF Regole del Gioco dell'Ultimate 2013") è messa a disposizione sulla base dei termini della licenza Creative Commons Public License, Attribuzione 2.5. Il Licenziante e l'Autore Originario dell'Opera è la World Flying Disc Federation, un ente senza fini di lucro registrato nello Stato di Colorado, USA. Questo è un riassunto in linguaggio accessibile a tutti del Codice Legale (per consultare la licenza integrale, vedi Appendice C della versione originale).

Tu sei libero:
- di riprodurre, distribuire, esporre in pubblico, rappresentare, eseguire e recitare quest'opera
- di modificare quest'opera
- di usare quest'opera per fini commerciali

Alle seguenti condizioni:
- Devi attribuire la paternità dell'opera nei modi indicati dall'autore o da chi ti ha dato l'opera in licenza e in modo tale da non suggerire che essi avallino te o il modo in cui tu usi l'opera.
- Ogni volta che usi o distribuisci quest'opera, devi farlo secondo i termini di questa licenza, che va comunicata con chiarezza.
- In ogni caso, puoi concordare con il titolare dei diritti (WFDF) utilizzi di quest'opera non consentiti da questa licenza.

L' utilizzo consentito dalla legge sul diritto d'autore non sono in alcun modo limitati da quanto sopra.

Note:

L'inglese è la lingua internazionalmente riconosciuta dell'Ultimate e dovrebbe essere utilizzato nella comunicazione tra le squadre durante il gioco. La versione italiana del regolamento ha mantenuto in inglese alcuni termini indispensabili per la pratica dello sport.

Al fine di una migliore comprensione delle regole si consiglia vivamente la lettura dell'appendice e delle interpretazioni.

Per chiarire dubbi sul regolamento stesso, revisione di parti della traduzione o altri suggerimenti potete scrivere a:

regolamento@fifd.it

mentre per lo Spirito del Gioco e' attivo l'indirizzo di posta elettronica:

spirit@fifd.it