Nederlandse Frisbee Bond

Catch the Spirit!

Werkgroep Ultimate

## Officiële spelregels voor

# ULTIMATE FRISBEE

**Dit is een uitgave van de Nederlandse Frisbee Bond**
**Versie januari 2013 ( tiende uitgave )**

**Deze versie is gebaseerd op de WFDF-regels van 1-1-2013**

**Nederlandse Frisbee Bond ( NFB )**
**Postbus 417**
**3700 AK Zeist**
**Postbank 5310414**
**Telefoon 0343-499699**
**www.frisbeesport.nl**

## Voorwoord door de NFB

Spelregels voor de frisbeesport Ultimate worden vastgesteld door de World Flying Disc Federation (WFDF) en de Ultimate Players Association (UPA). De Nederlandse Frisbee Bond (NFB) kiest er voor de regels en aanpassingen te volgen zoals die regelmatig door de WFDF worden aangegeven.

In 1989 zijn voor het eerst in het Nederlands vertaalde spelregels door de NFB uitgegeven. Maar de ontwikkelingen in de frisbeesport en de spelregels voor Ultimate hebben niet stil gestaan. In 1993, 1996, 2001 en 2006 werden nieuwe versies van de Nederlandse spelregels uitgegeven. Echter, in 2007 heeft de WFDF de spelregels eens flink aangepakt en het hele document anders opgezet, waardoor een nieuwe vertaling zeer noodzakelijk was. In 2008 en 2009 werden er nog enige veranderingen doorgevoerd. Tenslotte zijn bij de start van het jaar 2013 weer nieuwe regels ingesteld. Al deze veranderingen zijn in deze tiende uitgave vertaald, met dank aan vele vrijwilligers.

Ultimate is een sport met duidelijke regels, maar met een opmerkelijke, ingebouwde flexibiliteit. In alle gevallen zijn de spelers zelf verantwoordelijk voor een correct en eerlijk verloop van een wedstrijd door het ontbreken van een scheidsrechter. Dit is slechts mogelijk als alle spelers op de hoogte zijn van de spelregels. Het is de taak van de leden van de NFB om zo goed mogelijk op de hoogte te zijn van de spelregels.

Om de eigen verantwoordelijkheid te behouden en te stimuleren kiest de NFB er voor om zonder ‘observers’ te spelen. Voor de volledigheid is dit begrip echter wel opgenomen in de vertaling.

Door de regelkennis onder zijn leden te vergroten probeert de NFB ook het spelpeil te verhogen. Echter, spelregelkennis op zich is een noodzakelijke maar niet voldoende voorwaarde voor een eerlijke en correcte competitie op het hoogst mogelijke niveau. De zogeheten Spirit of the Game maakt dat vooral de teamsport Ultimate zich onderscheidt van de meeste andere teamsporten. Artikel 1 verdient daarom extra aandacht.

Spelpeil en Spirit of the Game zijn twee zaken die voor de NFB van groot belang zijn.

Aanvullende informatie en reglementen ten aanzien van de Nederlandse Ultimate competitie vindt men in het Competitie Reglement.

Januari 2013

Frieda Bosma, Ted Beute, Hildo Bijl

## Wenken voor gebruik

Deze uitgave door de NFB van de officiële spelregels voor Ultimate maakt eerdere uitgaven ongeldig.

Daar waar in deze spelregels de mannelijke vorm geschreven is, dient ook de vrouwelijke vorm te worden gelezen.

Daar waar in deze spelregels voor het gebruik van de Engelse term gekozen is, is ook elke eerste keer de Nederlandse vertaling toegevoegd {= tussen accolades}. Een enkele keer hebben we wel consequent de Nederlandse term gebruikt, maar vonden we de Engelse term wel belangrijk genoeg om één keer te vermelden {= tussen accolades}.

Daar waar in deze spelregels een ‘call’ {= melding} met name wordt genoemd is deze gezet “*tussen dubbele aanhalingstekens en cursief gedrukt”.*

In deze laatste versie zijn door de WFDF soms extra namen gegeven aan bepaalde situaties. Slechts deze Engelse term staat dan (‘tussen haakjes en enkele aanhalingstekens’), net als in de officiële Engelstalige versie.

Een aantal keer is er voor gekozen om een regel te verduidelijken met een extra uitleg [oftewel, tussen rechte haakjes], ondanks dat deze extra uitleg niet in de originele WFDF-regels staat.

## Legal License

De originele 'WFDF Rules of Ultimate 2013' zijn eigendom van de World Flying Disc Federation. De regels en alle hiervan afgeleide regels vallen onder de Creative Commons Attribution 2.5. De volledige tekst hiervan vindt men in Appendix C van bovengenoemd document.

Men is vrij om dit document:

- te vermenigvuldigdigen, vertonen en verspreiden.
- te bewerken.
- commercieel te gebruiken.

Onder de volgende voorwaarden:

- naamsvermelding van de originele opsteller van de regels.
- vermelding van de voorwaarden van deze Creative Commons overeenkomst.
- er kan slechts van deze regels afgeweken worden als toestemming is verkregen van het WFDF bestuur.

## Inleiding

Ultimate is een teamsport die gespeeld wordt met een schijf. Het wordt gespeeld op een rechthoekig veld, ongeveer de helft van de breedte van een voetbalveld, met een eindzone aan elke kant. Het doel van elk team is om een punt te maken door een speler de schijf te laten vangen in het eindvak dat ze aanvallen.

De werper mag niet lopen met de schijf maar mag de schijf in iedere richting naar ieder andere medespeler gooien. Wanneer de worp niet gevangen wordt en op de grond terecht komt, is er verandering van schijfbezit. Het andere team mag de schijf oppakken om te scoren in de tegenoverliggende eindzone.

Wedstrijden worden meestal tot 17 punten gespeeld en duren rond de 100 minuten. Ultimate is zelfregulerend en een non-contact sport. De Spirit of the Game helpt spelers in het reguleren van de wedstrijd en verschaft de spelers ook een gedragscode.

## Inhoudsopgave

Voorwoord door de NFB ..... 2
Wenken voor gebruik ..... 3
Inleiding ..... 4
1. Spirit of the Game ..... 6
2. Speelveld ..... 7
3. Materiaal ..... 7
4. Punt, doelpunt en wedstrijd ..... 7
5. Teams ..... 8
6. Het starten van een wedstrijd ..... 8
7. De pull ..... 8
8. De status van de schijf ..... 9
9. Tellen ..... 9
10. De check ..... 10
11. Buiten de lijnen ..... 10
12. Ontvangers en positionering ..... 11
13. Turnovers ..... 11
14. Scoren ..... 13
15. Het roepen van foul, infraction en violation ..... 13
16. Spelhervatting na een foul of violation ..... 13
17. Fouls ..... 14
18. Iinfractions en violations ..... 15
19. Spelonderbrekingen ..... 16
20. Time-outs ..... 17
Definities ..... 19

## 1. Spirit of the Game

1.1. Ultimate is een non-contact sport en daarbij ook zelfregulerend. Alle spelers zijn verantwoordelijk voor het uitvoeren en trouw blijven aan de regels. Ultimate vertrouwd op de 'Spirit of the Game' {= respectvolle spelwijze} waarbij iedere speler verantwoordelijk is voor fair play.

1.2. Er wordt op vertrouwd dat geen enkele speler met opzet de spelregels overtreedt. Daarom zijn er geen strenge straffen op fouten en overtredingen, maar in plaats hiervan een methode voor het hervatten van het spel op een manier die te vergelijken is met de gebeurtenissen die waarschijnlijk hadden plaats gevonden als het spel niet was gestopt.

1.3. Spelers moeten onthouden dat ze optreden als scheidsrechters tussen de beide teams. Spelers moeten:

1.3.1. de spelregels kennen,

1.3.2. rechtvaardig en objectief zijn,

1.3.3. eerlijk zijn,

1.3.4. kort en duidelijk hun gezichtspunt uitleggen,

1.3.5. tegenstanders een redelijke kans om te spreken gunnen,

1.3.6. meningsverschillen zo snel mogelijk op een respectvolle wijze oplossen,

1.3.7. op consistente wijze 'calls' {= meldingen} roepen tijdens de wedstrijd,

1.3.8. alleen een call roepen waar een overtreding significant genoeg is om een verschil te maken in het resultaat van een actie.

1.4. Competitief spel wordt aangemoedigd maar moet nooit in de weg komen te staan van het weerzijds respect tussen spelers, het volgen van de afgesproken spelregels en het plezier in het spel.

1.5. De volgende handelingen zijn voorbeelden van goede Spirit of the Game:

1.5.1. het onmiddellijk informeren van een medespeler wanneer deze een slechte of onnodige call roept of een foul {= fout} of violation {= overtreding} maakt,

1.5.2. het intrekken van een call als je niet meer denkt dat deze nodig of terecht is,

1.5.3. het complimenteren / feliciteren / bedanken van de tegenstander voor een goede wedstrijd,

1.5.4. jezelf introduceren aan je tegenstander, en

1.5.5. kalm reageren tijdens een meningsverschil of een schijnbare provocatie.

1.6. De volgende handelingen zijn duidelijke overtredingen van de Spirit of the Game en moeten ontweken worden door alle spelers:

1.6.1. gevaarlijk spel en agressief gedrag,

1.6.2. opzettelijke fouls of andere opzettelijke violations van de regels,

1.6.3. pesten of intimideren van tegenspelers,

1.6.4. op een respectloze manier vieren dat je een punt gescoord hebt,

1.6.5. fouls roepen als vergelding van door tegenstanders geroepen fouls, en

1.6.6. het roepen om de schijf van een tegenstander.

1.7. Teams zijn verantwoordelijk voor de Spirit of the Game en moeten:

1.7.1. verantwoording nemen voor het aanleren van de spelregels en een goede Spirit of the Game aan hun spelers,

1.7.2. spelers tot de orde roepen die een slechte Spirit of the Game laten zien, en

1.7.3. constructief commentaar leveren aan andere teams betreffende hun Spirit of the Game en hoe zij deze eventueel kunnen verbeteren.

1.8. Als een beginnende speler een overtreding begaat door een gebrek aan kennis van de regels zijn ervaren spelers verplicht om de overtreding uit te leggen.

1.9. Een ervaren speler die advies over spelregels geeft of een jeugdbegeleider mag toezien op wedstrijden met beginners of jonge spelers.

1.10. Spelregels moeten worden geïnterpreteerd door de spelers die direct met het spel betrokken zijn of door spelers die het beste zicht op het spel hebben. Niet-spelers, met uitzondering van de aanvoerder, moeten zich onthouden van commentaar. Echter, spelers mogen wel

om het perspectief van niet-spelers vragen ter verduidelijking van de regels, en om spelers te helpen om op gepaste wijze ‘down’ calls en line calls te maken.

1.11. Spelers en aanvoerders zijn volledig zelf verantwoordelijk voor het maken van alle calls.

1.12. Wanneer, na een discussie, spelers geen overeenstemming kunnen bereiken over wat er gebeurd is, zal de schijf terug gaan naar de werper die de laatste niet-betwiste worp deed.

## 2. Speelveld

2.1. Het speelveld is een rechthoekig gebied met afmeting zoals weergegeven in Figuur 1.

2.2. De buitenlijnen omringen het speelveld en bestaan uit twee zijlijnen in de lengte en twee eindlijnen in de breedte.

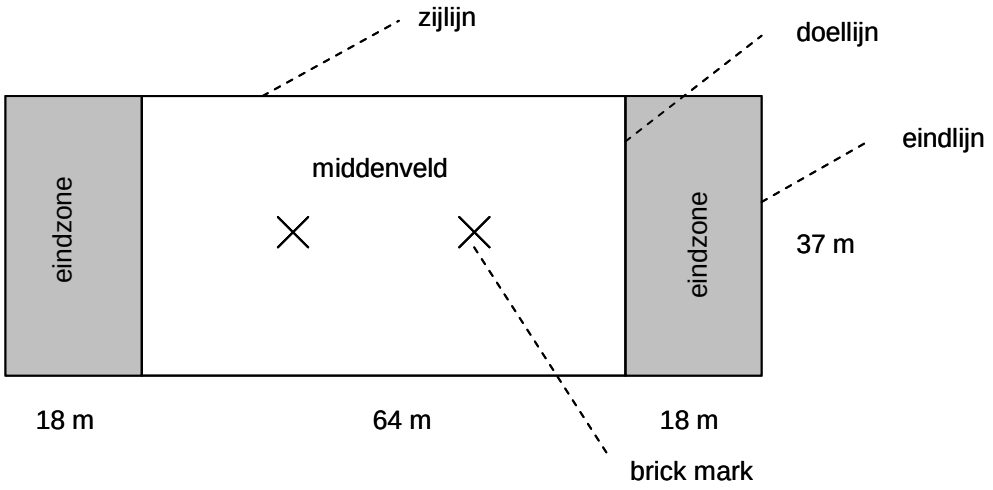
2.3. De buitenlijnen maken geen deel uit van het speelveld.

2.4. De doellijnen scheiden het middenveld van de eindvakken en behoren bij het middenveld.

2.5. De 'brick mark' {= markering op het veld} is een kruising van twee 1 meter lange lijnen in het middenveld 18 meter van elke doellijn middenin tussen de zijlijnen.

2.6. Acht fel gekleurde en flexibele objecten (bijvoorbeeld plastic pylonen) markeren de hoeken van het middenveld en de eindzones.

2.7. De directe omgeving van het speelveld moet vrij van obstakels blijven. Wanneer het spel gehinderd wordt door niet-spelers of voorwerpen binnen drie meter van de zijlijnen, mag elke gehinderde speler of werper die de schijf heeft ‘violation’ roepen.




*Figuur 1 Bovenaanzicht van speelveld.*

## 3. Materiaal

3.1. De schijf moet goedgekeurd zijn door beide team captains.

3.2. De WFDF heeft een lijst van goedgekeurde schijven die zij aanbevelen.

3.3. Alle spelers moeten kleding dragen die hun team onderscheidt van het andere team.

3.4. Spelers mogen geen kleding of materiaal dragen die de speler zelf of medespelers kan bezeren (zoals horloges, riemen, scherpe randjes of lange noppen op het schoeisel of uitstekende sieraden).

## 4. Punt, doelpunt en wedstrijd

4.1. Een wedstrijd bestaat uit een aantal punten. Elk punt eindigt met het scoren van een doelpunt.

4.2. Een wedstrijd eindigt en wordt gewonnen door het eerste team dat 17 doelpunten scoort.

4.3. Een wedstrijd is opgedeeld in 2 speelhelften. De rust vindt plaats wanneer een team als eerste 9 punten gemaakt heeft.

4.4. Het eerste punt van elke helft begint wanneer de helft begint.
4.5. Nadat er een punt is gemaakt en het spel is nog niet gewonnen of de rust is nog niet bereikt:
4.5.1. start het volgende punt onmiddellijk,
4.5.2. de teams wisselen van eindzone (die ze verdedigen), en
4.5.3. het team dat heeft gescoord mag de ‘pull’ {= uitworp} gooien.
4.6. Een variatie op deze basisstructuur mag worden gebruikt om tegemoet te komen aan speciale competities, het aantal spelers, de leeftijd van spelers of de bruikbare ruimte.

## 5. Teams

5.1. Elk team bestaat uit een maximum van 7 spelers en een minimum van 5 spelers op het veld tijdens elk punt.
5.2. Een team mag alleen (onbeperkt) wisselen van spelers nadat er een punt gescoord is en voor de volgende pull gegooid is, met uitzondering van blessures (Artikel 19).
5.3. Elk team moet een aanvoerder benoemen om het team te vertegenwoordigen.

## 6. Het starten van een wedstrijd

6.1. De aanvoerders van beide teams bepalen eerlijk welk team het eerst:
6.1.1. de eerste pull mag ontvangen of gooien, of
6.1.2. welke eindzone mag verdedigen.
6.2. Het andere team krijgt de overgebleven keuze.
6.3. Aan het begin van de tweede helft worden deze beginkeuzes omgedraaid.

## 7. De pull

7.1. Aan het begin van de wedstrijd, na de rust of na een score begint het spel met een pull.
7.1.1. Teams moeten zich zonder onnodige vertraging opstellen voor de pull.
7.2. De pull bestaat uit een verdedigende speler die de schijf gooit om het spel te beginnen, nadat beide teams hebben aangegeven dat zij klaar zijn om te beginnen door tenminste één speler de hand in de lucht te laten steken.
7.3. Zodra ze klaar staan en voordat de pull wordt gegooid, moeten alle aanvallende spelers met een voet op hun verdedigende doellijn staan zonder hun onderlinge posities te veranderen.
7.4. Alle verdedigende spelers moeten binnen hun eindzone zijn wanneer de pull wordt gegooid.
7.5. Als een team regel 7.3 of 7.4 overtreedt, moet de tegenpartij de violation (‘offside’ {= buitenspel}) roepen voor het ontvangende team de schijf aanraakt. De pull moet zo snel mogelijk herhaald worden.
7.6. Zodra de schijf is losgelaten mogen alle spelers zich in elke richting bewegen.
7.7. Geen enkele speler van het verdedigende team mag de schijf aanraken na de pull, totdat een speler van het aanvallende team de schijf aanraakt of de schijf op de grond terecht komt.
7.8. Als een aanvallende speler, zowel binnen als buiten het speelveld, de schijf aanraakt voordat deze de grond raakt en het aanvallende team hem daarna niet vangt, vindt er een ‘turnover’ {= verandering van schijfbezit} plaats (een ‘dropped pull’).
7.9. Als de schijf eerst op het speelveld terecht komt en niet buiten het speelveld is geweest of is gevangen binnen het speelveld, dan wordt de schijf op die plek in het spel gebracht.
7.10. Als de schijf eerst op het speelveld terecht komt en dan buiten het speelveld geraakt zonder een aanvallende speler te raken, zet de werper zijn pivotvoet neer op de plek van het middenveld het dichtst bij de plaats waar de schijf uit ging (Artikel 11.7).
7.11. Als de schijf eerst het speelveld aanraakt en vervolgens buiten het speelveld terecht komt na aanraking van een aanvallende speler, of een aanvallende speler vangt de schijf buiten het speelveld, zet de werper zijn pivotpoet neer op die plek van het speelveld het dichtst bij de plaats waar de schijf uit was gegaan.

7.12. Als de schijf het uit-gebied raakt zonder eerst het speelveld of een aanvallende speler te raken, mag de werper zijn pivotvoet neerzetten op de brick mark die het dichtst bij zijn verdedigende eindzone is, of op de plek van het middenveld het dichtst bij de plaats waar de schijf uit ging (Artikel 11.7). De brick optie moet aangegeven worden door de bedoelde werper, voordat hij de schijf oppakt, door een arm volledig boven zijn hoofd uit te strekken.

## 8. De status van de schijf

8.1. De schijf is dood en er is geen turnover mogelijk:
8.1.1. na het begin van een punt, totdat de pull is los gelaten,
8.1.2. na de pull of na een turnover, wanneer de schijf gebracht wordt naar de juiste pivot plek, totdat een pivotvoet is neergezet, of
8.1.3. na een call die het spel stop zet of een andere spelonderbreking, totdat de schijf ingecheckt wordt.
8.2. Een schijf die niet dood is is levend. [Oftewel, is in het spel.]
8.3. Een werper mag niet het schijfbezit van een dode schijf doorgeven aan een andere speler.
8.4. Elke speler mag proberen een rollende of glijdende schijf tegen te houden nadat hij de grond heeft geraakt.
8.5. Als, bij de poging om zo'n schijf tegen te houden, een speler de positie van de schijf wezenlijk verandert, mag de tegenpartij verzoeken dat de pivotvoet neergezet wordt op de plek waar de schijf aangeraakt werd.
8.6. Na een turnover moet het team dat schijfbezit heeft gekregen het spel voortzetten zonder oponthoud. De beoogde werper moet naar de schijf en dan naar de pivotplek bewegen in wandeltempo of sneller. [Oftewel, de werper mag dus niet eerst stilstaan of tergend langzaam richting de schijf gaan, terwijl hij uitgebreid de tijd neemt om allerlei afspraken te roepen.]
8.6.1. Als de aanval regel 8.6 overtreedt mag de verdediging een verbale waarschuwing geven ('Delay of Game' {= vertraging van spel}) of mag een 'Violation' roepen.
8.6.2. Als de beoogde werper binnen drie meter van het pivotpunt is en, na de verbale waarschuwing, regel 8.6 blijft overtreden, mag de marker beginnen met de stall count {= telling}.

## 9. Tellen

9.1. De marker {= verdediger van de werper} begint het tellen bij de werper door *"stalling"* {= *"tellen"*} te roepen en dan te tellen van 1 tot 10. Het interval tussen de eerste klank van elk getal bij het tellen moet tenminste 1 seconde bedragen.
9.2. Het tellen {= stall count} moet duidelijk hoorbaar zijn voor de werper.
9.3. De marker mag alleen met tellen beginnen en doorgaan als:
9.3.1. de schijf levend is (tenzij anders aangegeven),
9.3.2. hij binnen drie meter van de werper is,
9.3.3. alle verdedigers rechtmatig gepositioneerd zijn (Artikel 18.1).
9.4. Als de marker zich meer dan 3 meter van de werper verwijdert of als een andere speler de marker wordt, begint het tellen opnieuw bij 1.
9.5. Nadat een spelonderbreking zal de stall count als volgt hervat worden:
9.5.1. Na een onbetwiste overtreding van de verdediging zal de stall count terug gaan naar één.
9.5.2. Na een onbetwiste overtreding van de aanval zal de stall count hervat worden op maximaal negen.
9.5.3. Na een betwiste stall-out zal de stall count hervat worden op maximaal acht.
9.5.4. Na elke andere call zal de stall count hervat worden op maximaal zes.
9.6. Om opnieuw te beginnen met tellen 'op maximaal n', waarbij 'n' een getal is tussen 1 en 9, betekent dit dat de call *"stalling"* gevolgd moet worden door een telling met 1 meer dan het laatste getal dat genoemd werd voor de spelonderbreking, of door 'n' als dat getal

groter is dan ‘n’. [Oftewel, na een spelonderbreking bij bijvoorbeeld de 4e tel moet het spel hervat worden met *“Stalling, 5, 6, ...”*.]

## 10. De check

10.1. Het spel begint zo snel als mogelijk met een check als het spel stopt tijdens een punt voor een time-out, een foul, een violation, een betwiste turnover, een betwiste goal, een ‘technical stoppage’ {= technische onderbreking}, een ‘injury stoppage’ {= blessure-onderbreking} of een discussie. De check mag alleen uitgesteld worden voor het bespreken van een call.

10.2. Met uitgezonding van na een time-out:

10.2.1. Alle spelers moeten terugkeren naar de posities die zij innamen op het moment dat de gebeurtenis die de spelonderbreking veroorzaakte plaats vond, tenzij anders aangegeven.

10.2.2. Als de gebeurtenis die de spelonderbreking veroorzaakte plaats vond nadat de werper de schijf los liet, en de schijf terug naar de werper gaat voor het spel hervat wordt, moeten alle spelers terugkeren naar de posities die zij innamen op het moment dat de werper de schijf los liet, tenzij anders aangegeven.

10.2.3. Alle spelers moeten op deze positie blijven stilstaan totdat de schijf ingecheckt is.

10.3. Iedere speler mag een onderbreking iets verlengen om materiaal te corrigeren [bijvoorbeeld veters strikken of een schijf recht maken], maar actief spel mag niet onderbroken worden voor dit doel.

10.4. De speler die de schijf incheckt, moet eerst bij de dichtstbijzijnde tegenstander nagaan of diens team gereed is om het spel te hervatten.

10.4.1. Als er een onnodige vertraging is in het inchecken van de schijf, mag de tegenpartij een verbale waarschuwing (‘Delay of Game’) geven en, als de vertraging doorgaat, mogen zij de schijf inchecken door te roepen ‘Disc In’ {= schijf in} zonder verificatie bij de tegenpartij.

10.5. Het spel wordt als volgt hervat:

10.5.1. Wanneer de schijf in het bereik van een verdedigende speler is, raken zij de schijf aan en roepen ‘Disc Iin’ {= schijf in} of ‘Stalling’ {= tellen}.

10.5.2. Wanneer de schijf niet binnen het bereik van een verdediger is, raakt de werper met de schijf de grond aan en roept ‘disc in’, of

10.5.3. Wanneer de schijf niet binnen het bereik van een verdediger is, en er ook geen werper is, roept de dichtstbijzijnde verdediger ‘Disc In’.

10.6. Wanneer een werper probeert te gooien voor de schijf is ingecheckt, of 10.2 wordt overtreden, telt de worp niet, ongeacht of de worp aankwam of niet. De schijf gaat in dit geval terug naar de werper.

## 11. Buiten de lijnen

11.1. Het hele speelveld is IN. De lijnen behoren niet tot het speelveld en zijn UIT. Mensen die niet meespelen zijn UIT.

11.2. Het uit-gebied bestaat uit het gebied dat UIT is en alles wat daarmee in contact staat, behalve verdedigende spelers. Zij zijn altijd IN mits ze proberen de schijf te spelen.

11.3. Een aanvallende speler die niet UIT is, is IN.

11.3.1. Een speler in de lucht behoudt zijn IN of UIT status, totdat de speler het speelveld of het uit-gebied raakt.

11.3.2. Een speler mag UIT staan [oftewel, met zijn andere voet] als de pivotvoet IN is.

11.3.2.1. Wanneer de werper het speelveld verlaat, moet hij de schijf in het spel brengen op het punt het dichtst bij waar hij het speelveld verlaten heeft (tenzij 14.2 van toepassing is

11.3.3. Fysiek contact tussen spelers verandert niets aan de status van het In of UIT zijn.

11.4. Een schijf is IN als deze in het spel gebracht wordt, als het spel start of als het spel hervat wordt.

11.5. Een schijf is UIT als deze het uit-gebied of een aanvallende speler die UIT is raakt. Een schijf in het bezit van een aanvallende speler heeft dezelfde IN of UIT status als die speler. Als de schijf in het bezit is van meer dan een aanvallende speler, waarvan er één UIT staat, is de schijf UIT.

11.6. De schijf mag buiten de lijnen zweven en terugkeren naar het speelveld en spelers mogen buiten het speelveld lopen om [later binnen het speelveld] de schijf te verkrijgen.

11.7. De plek waar de schijf uit ging, is de plek waar, voordat hij een plek, object of speler buiten het veld raakt:

11.7.1. de schijf gedeeltelijk of geheel boven het speelveld was, of

11.7.2. de schijf aangeraakt is door een speler met IN status.

11.8. Wanneer de schijf uit is, en meer dan drie (3) meter van het pivot punt, mogen niet-spelers de schijf ophalen. De werper moet de schijf de laatste drie meter naar het speelveld dragen.

## 12. Ontvangers en positionering

12.1. Een speler vangt de schijf door te laten zien een niet-draaiende schijf onder controle te hebben.

12.2. Als de speler controle over de schijf verliest door contact met de grond, een medespeler of een rechtmatig geplaatste speler, dan heeft het vangen niet plaats gevonden.

12.3. De volgende situaties zijn UIT-turnovers en de schijf is dus niet gevangen:

12.3.1. Een aanvallende ontvanger is buiten het speelveld als hij de schijf aanraakt.

12.3.2. Een aanvallende ontvanger maakt eerst contact met het uit-gebied nadat hij de schijf gevangen heeft en nog steeds in bezit heeft.

12.4. Na het vangen wordt de ontvangende speler de werper.

12.5. Als aanvallende en verdedigende spelers de schijf tegelijk vangen, komt het aanvallende team in schijfbezit.

12.6. Een speler in een vaste positie, die niet naar die positie is gegaan om met opzet een andere speler te blokken en niet de schijf te verkrijgen, heeft het recht op die positie te blijven staan en mag niet aangeraakt worden door een andere speler.

12.7. Wanneer een speler voor de schijf gaat, mag de tegenstander niet moedwillig dusdanig bewegen dat hij de beweging van de speler hindert, tenzij hij zelf ook voor de schijf gaat.

12.8. Iedere speler heeft het recht om elke plek in het veld te bezetten die niet bezet is door een tegenstander, op voorwaarde dat hij geen contact initieert bij het bezetten van deze positie.

12.9. Alle spelers moeten proberen om contact met andere spelers te vermijden. Er is geen enkele situatie waarin een speler fysiek contact kan rechtvaardigen. Proberen de schijf te vangen is geen geldig excuus voor contact met spelers.

12.10. Incidenteel contact dat geen invloed heeft op het spel of de veiligheid van de spelers kan plaats vinden wanneer twee of meer spelers tegelijkertijd naar een plek bewegen. Incidenteel contact moet beperkt blijven, maar is geen foul.

12.11. Spelers mogen niet hun armen of benen gebruiken om de beweging van spelers van de tegenpartij te beperken.

12.12. Geen enkele speler mag de beweging van een andere speler fysiek ondersteunen.

## 13. Turnovers

13.1. Bij een turnover raakt het verdedigende team in schijfbezit als:

13.1.1. de schijf de grond aanraakt als deze niet in het bezit is van een aanvallende speler (een ‘down’),

13.1.2. de schijf van een aanvallende speler bewust aan een andere aanvallende speler wordt overgedragen zonder geheel onaangeraakt te zijn geweest (een ‘hand-over’),

13.1.3. de werper met opzet naar zichzelf gooit via een andere speler (een ‘deflection’),

13.1.4. de werper de schijf aanraakt nadat de worp gegooid is en voordat deze aangeraakt is door een andere speler (een ‘double touch’),

13.1.5. een worp gevangen of onderschept wordt door een verdedigende speler (een ‘interception’),

13.1.6. de schijf buiten het speelveld belandt (een ‘out-of-bounds’),

13.1.7. de werper de schijf nog niet gegooid heeft voordat de marker begint met het woord *"tien"* uit te spreken tijdens het tellen (een 'stall-out'),

13.1.8. er een onbetwiste foul van een ontvangende aanvaller gemaakt wordt, of

13.1.9. tijdens de pull het ontvangende team de schijf aanraakt voor deze de grond aanraakt en vervolgens de schijf niet vangt (een 'dropped pull').

13.2. Als een speler vaststelt dat er een turnover plaats heeft gevonden, moet hij de bijbehorende call onmiddelijk maken. Als een speler het hier niet mee eens is, mag hij *"contest"* roepen. Als, na een discussie, spelers het niet eens kunnen worden over wat er gebeurd is in het spel, zal de schijf terug gaan naar de laatste onbetwiste werper.

13.3. Als de werper een *"fast count"* {= *"te snel tellen"*} constateert, maar dit zo laat gebeurt dat het niet op redelijke wijze door de werper kan worden geroepen vóórdat de marker al een*"stall-out"* heeft geroepen, wordt de situatie beschouwd als een betwiste stall-out (Artikel 9.5).

13.3.1. Als de werper een stall-out contest {= betwist} maar toch de schijf gooit en de worp komt niet aan, dan telt de turnover en wordt het spel vervolgd.

13.4. Het spel wordt onderbroken en met een check hervat na de volgende turnovers: 'hand-over', 'deflection', 'double-touch', 'stall-out' en een onbetwiste foul van een ontvangende aanvaller.

13.5. Na een turnover mag elke aanvallende speler het schijfbezit op zich nemen, behalve:

13.5.1. na een 'interception' turnover, in welk geval de speler die de interception maakte het schijfbezit moet houden, en

13.5.2. na een onbetwiste foul van een ontvangende aanvaller, in welk geval de verdediger op wie de overtreding gemaakt is het schijfbezit op zich moet nemen.

13.6. Als de speler die in schijfbezit is na een turnover de schijf bewust laat vallen, of op de grond neerlegt, moet hij het schijfbezit weer op zich nemen.

13.7. Na een turnover wordt doorgespeeld op de plek waar:

13.7.1. de schijf gestopt is of opgepakt is door een aanvallende speler,

13.7.2. de onderscheppende speler stopt,

13.7.3. de werper stond in het geval van Artikel 13.1.2, 13.1.3, 13.1.4, 13.1.7, of

13.7.4. de onbetwiste foul van een ontvangende aanvaller plaats vond.

13.8. Als de plek van de turnover buiten het speelveld is, of de schijf raakt een plek buiten het veld aan nadat de turnover heeft plaats gevonden, moet de werper zijn pivotvoet neerzetten op de plek in het middenveld het dichtst bij waar de schijf uit ging (Artikel 11.7).

13.8.1. Als 13.8 niet van toepassing is, zal de pivotvoet neergezet worden volgens Artikel 13.9, 13.10 of 13.11.

13.9. Als de plek van de turnover zich op het middenveld bevindt, moet de werper op die plek zijn pivotvoet neerzetten.

13.10. Als de plek van de turnover zich bevindt in de aanvallende eindzone van het aanvallende team, moet de werper zijn pivotvoet neerzetten op de dichtst bijzijnde plek op de doellijn.

13.11. Als de plek van de turnover zich bevindt in de verdedigende eindzone van het [oftewel, nu] aanvallende team, mag de werper kiezen waar hij zijn pivotvoet neer gaat zetten:

13.11.1. op de plek van de turnover, door op die plek te blijven of door te beginnen met een worp, of

13.11.2. op de dichtst bijzijnde plek op de doellijn van de plek van de turnover, door daar naar toe te bewegen vanaf de plek van de turnover.

13.11.2.1. The beoogde werper mag, voordat hij de schijf oppakt, gebaren voor de doellijn optie door een arm volledig boven zijn hoofd uit te strekken.

13.11.3. Onmiddelijke beweging, het gebrek aan beweging of het aangeven van de doellijn optie bepaalt waar de schijf in het spel wordt gebracht en dit kan niet gewijzigd worden.

13.12. Als na een turnover het spel is doorgegaan, omdat de spelers zich niet bewust waren van de turnover, stopt het spel en gaat de schijf terug naar de plek van de turnover, de spelers hernemen hun posities van het moment dat de turnover plaats vond en het spel begint met een check.

## 14. Scoren

14.1. Een punt wordt gescoord wanneer een speler een rechtmatige worp vangt en alle eerste gelijktijdige contactpunten na het vangen van de schijf geheel binnen de aangevallen eindzone zijn (Artikel 12.1, 12.2).

14.1.1. Als een speler gelooft dat er een punt gescoord is, mag hij ‘goal’ {= punt} roepen en zal het spel stoppen. Na een betwiste of ingetrokken goal call moet het spel hervat worden met een check.

14.2. Als een speler, die in het bezit is van de schijf, in zijn geheel achter de doellijn terecht komt zonder een punt te scoren volgens 14.1, moet deze speler de schijf in het spel brengen op het dichtst bijzijnde punt op de doellijn.

14.3. Een punt is gescoord als, nadat de schijf is gevangen, het eerste contact met de eindzone wordt gemaakt.

## 15. Het roepen van foul, infraction en violation

15.1. Een schending van de regels waarbij contact tussen twee of meer tegenstanders plaats vindt is een 'foul' {= fout}.

15.2. Een overtreding van de regels die op marking of een travel betrekking hebben is een ‘Infraction’. Infractions leggen het spel niet stil.

15.3. Elke andere overtreding van de regels is een 'violation'.

15.4. Alleen de benadeelde speler mag een foul roepen, door *“foul”* te roepen.

15.5. Alleen de werper mag een infraction {= regel-inbreuk} roepen, door de specifieke naam van de infraction te roepen.

15.6. Elke willekeurige speler mag een violation roepen, door ofwel de specifieke naam van de violation, ofwel ‘violation’ te roepen, tenzij dit in de betreffende regel anders wordt beschreven.

15.7. Een call moet direct na de betreffende gebeurtenis gemaakt worden.

15.8. Als een speler incorrect het spel stopt na het verkeerd horen van een call, of door het niet goed kennen van de regels, dan zal het resultaat van elke opvolgende actie behouden blijven. Het spel wordt hervat met een check vanaf het punt waar het spel onderbroken is.

15.9. Wanneer een speler van het team tegen wie de foul, infraction of violation geroepen wordt, het niet eens is met de call, kan hij deze betwisten door ‘contest’ {= betwist} te roepen.

15.10. Wanneer de speler die de call maakte, vervolgens vaststelt dat de call niet nodig was, kan hij hem terugtrekken door ‘Retracted’ {= ingetrokken} te roepen. Het spel wordt met een check hervat.

## 16. Spelhervatting na een foul of violation

16.1. Als een foul of violation call wordt gemaakt, stopt het spel onmiddellijk. Er is geen turnover mogelijk.

16.1.1. Echter, wanneer de foul of violation geroepen wordt:

16.1.1.1. tegen de werper, en de werper gooit vervolgens een schijf, of

16.1.1.2. wanneer de werper bezig is met gooien, of

16.1.1.3. wanneer de schijf in de lucht is, dan gaat het spel door totdat de schijf weer in iemands bezit is.

16.1.2. Wanneer schijfbezit verkregen is:

16.1.2.1. Als het team dat de foul of violation roept schijfbezit heeft of krijgt als het resultaat van de worp, gaat het spel gewoon door. Spelers die deze situatie herkennen kunnen *“play on”* roepen, om aan te geven dat deze regel van toepassing is.

16.1.2.2. Als het team dat de foul of violation roept geen schijfbezit heeft of krijgt als het resultaat van de worp, stopt het spel.

16.1.2.2.1. Als het team dat de foul of violation roept vindt dat schijfbezit beinvloed is door de foul of violation gaat de schijf terug naar de werper voor een check (tenzij een specifieke regel anders voorschrijft).

16.2. Onafhankelijk van wanneer een call is gemaakt; als de betrokken spelers het eens zijn dat een foul, violation of call de uitkomst van een actie niet beïnvloed heeft, zal deze uitkomst behouden blijven.

## 17. Fouls

17.1. Gevaarlijk spel:

17.1.1. Roekeloze veronachtzaming van de veiligheid van medespelers wordt beschouwd als gevaarlijk spel en wordt behandeld als een foul, of er nu wel of niet contact is of zal zijn. Deze regel wordt niet verdrongen door enige andere regel.

17.2. Verdedigende ontvangers (verdediger) fouls:

17.2.1. Een verdediger foul vindt plaats als een verdediger contact initieert met een ontvanger voor of tijdens de poging om de schijf te vangen.

17.2.2. Na een verdedigende ontvangers foul:

17.2.2.1. als deze gebeurt op het middenveld of in de verdedigende eindzone, krijgt de ontvangende speler schijfbezit op de plek van de foul.

17.2.2.2. als deze gebeurt in de aanvallende eindzone, krijgt de ontvangende speler schijfbezit op de doellijn en de speler die de foul maakte moet hem daar marken.

17.2.2.3. als de foul wordt betwist, gaat de schijf terug naar de werper.

17.3. Force-out Foul (=duw fout)

17.3.1. Een 'force out foul' vindt plaats als een ontvangende speler in de lucht een schijf vangt en wordt gefould door een verdediger voordat hij op de grond landt en het contact de ontvangende speler doet:

17.3.1.1. UIT landen in plaats van IN, of

17.3.1.2. in het middenveld landen in plaats van in de aanvallende eindzone.

17.3.2. Als de ontvangende speler in de eindzone zou zijn geland, is het een doelpunt.

17.3.3. Als de force-out foul wordt betwist gaat de schijf terug naar de werper als de ontvangende speler buiten het speelveld landde, anders blijft de schijf bij de ontvangende speler.

17.4. Verdedigende werp (marking) fouls:

17.4.1. Een verdedigende werp foul vindt plaats als:

17.4.1.1. De verdedigende speler staat onrechtmatig opgesteld (Artikel 18.1) en er is contact met de werper, of

17.4.1.2. De verdedigende speler initieert contact met de werper, of een deel van het lichaam van deze speler beweegt en maakt contact met de werper, voordat deze de schijf loslaat.

17.5. "Strip" foul

17.5.1. Een strip foul vindt plaats als een verdedigende foul wordt gemaakt die er voor zorgt dat de ontvanger of werper de schijf laat vallen nadat deze schijfbezit heeft gekregen.

17.5.2. Als zo’n foul plaats vindt en het vangen van de schijf zou anders een doelpunt zijn geweest en de foul wordt niet betwist, wordt het doelpunt toegekend.

17.6. Aanvallende ontvangers fouls:

17.6.1. Een aanvallende ontvanger foul vindt plaats als de ontvanger contact ïnitieert met een verdediger voor, of tijdens, een poging de schijf te vangen.

17.6.2. Als de foul niet betwist wordt, resulteert dit in een turnover met de schijf op de plek waar de foul plaats vond.

17.6.3. Als de worp gevangen wordt en de foul betwist wordt, gaat de schijf terug naar de werper.

17.7. Aanvallende werp (werper) fouls:

17.7.1. Een aanvallende werper foul vindt plaats als de werper contact initieert met de marker die rechtmatig staat opgesteld.

17.7.2. Incidenteel contact tijdens de vervolgbeweging [oftewel, de uithaal] van de werper is niet genoeg reden om een foul te roepen, maar moet wel vermeden worden.

17.8. Blocking foul

17.8.1. Een ‘blocking foul’ {= blokfout} vindt plaats doordat een speler zo’n positie inneemt dat een bewegende tegenstander hem niet kan ontwijken en dat tot contact leidt.

17.9. Indirecte Fouls:

17.9.1. Een indrecte foul vindt plaats als er contact is tussen een aanvaller en verdediger zonder dat er een direct gevolg is voor een poging om de schijf te vangen.

17.9.2. Als de foul niet betwist wordt mag de benadeelde speler zich opstellen alsof de foul niet heeft plaatsgevonden.

17.10. Gelijktijdige fouls

17.10.1. Als fouls worden geroepen door aanvallende en verdedigende spelers tijdens dezelfde situatie gaat de schijf terug naar de werper op de plek waar hij in schijfbezit was.

17.10.2. Niet-incidenteel contact dat plaats vindt als twee of meer spelers van verschillende teams gelijktijdig naar hetzelfde punt bewegen moet behandeld worden als een gelijktijdige foul.

## 18. Iinfractions en violations

18.1. Infractions door de marker

18.1.1. Infractions door de marker zijn onder andere:

18.1.1.1. *“fast count”* {= *te snel tellen*} - de marker:

18.1.1.1.1. begint te tellen voordat de schijf levend is,

18.1.1.1.2. begint het tellen niet met het woord *“stalling”*,

18.1.1.1.3. telt in intervallen korter dan 1 seconde,

18.1.1.1.4. trekt niet 2 seconden van het tellen af, na het roepen van welke infraction van de marker ook, of

18.1.1.1.5. start de telling niet met het correcte aantal.

18.1.1.2. *“straddle”* {= *spreidstand*} - een lijn tussen de voeten van de marker gaat voorbij de pivotvoet van de werper.

18.1.1.3. *“disc space”* {= *schijfafstand*} - een deel van een verdedigende speler is dichter dan een schijfafstand van het bovenlichaam van de werper af. Echter, als deze situatie alleen wordt veroorzaakt door beweging van de werper is het geen infraction.

18.1.1.4. *“wrapping”* {= *omarmen*} – een lijn tussen de handen van de verdediger gaat voorbij de pivotvoet van de werper.

18.1.1.5. *“double team”* {= *twee verdedigers*} – een verdedigende speler anders dan de marker is binnen drie meter van de pivotvoet van de werper zonder dat hij ook een andere aanvallende speler verdedigt.

18.1.1.6. *“vision”* {= *zicht*} - een verdedigende speler gebruikt een lichaamsdeel om met opzet het zicht van de werper te blokkeren.

18.1.1.7. *"contact"* {= *contact*} - een verdedigende speler maakt contact met de werper voor de worp, en niet gedurende de werpbeweging. Echter, dit is geen infraction als dit contact enkel veroorzaakt wordt door de beweging van de werper.

18.1.2. Een infraction door de marker mag betwist worden door het verdedigende team met als gevolg dat het spel stopt.

18.1.3. Bij de eerste onbetwiste infraction van de marker moet de marker 2 tellen aftrekken van het totaal aantal getelde secondes en hierna doorgaan met tellen.

18.1.4. De marker mag het tellen niet hervatten voordat alle spelers goed opgesteld staan. Als dit wel gebeurt, geldt dit als een infraction.

18.1.5. Als er nog een onbetwiste infraction tijdens dezelfde telling wordt geroepen, dient de marker de telling op één te hervatten. Het spel gaat direct verder [zonder check].

18.1.6. Als, na een marking infraction, de stall count niet correct aangepast wordt, of als er geen stall count is, mag een violation geroepen worden en zal het spel stoppen.

18.1.7. Wanneer de werper begint met gooien, en de marking infraction wordt geroepen tijdens de worp of als de schijf in de lucht is, heeft de call geen consquenties.

18.2. Travel infraction {= lopen met de schijf}

18.2.1. Na het vangen van de schijf moet de werper zo snel mogelijk stoppen zonder van richting te veranderen.

18.2.2. Een speler die in is en een schijf vangt terwijl hij in de lucht is, mag proberen deze schijf weer te gooien voordat hij geland is

18.2.3. Nadat een speler de schijf heeft gevangen en in is geland, moet hij zo snel als mogelijk snelheid verminderen, zonder van richting te veranderen, tot hij een pivotpunt heeft ingenomen.

18.2.3.1. De werper mag de schijf gooien terwijl hij vaart mindert, zolang hij tijdens de gehele werpbeweging contact heeft met de grond.

18.2.4. De werper kan alleen van richting veranderen ("pivot") door een pivotpunt aan te nemen: één deel van het lichaam blijft dan voortdurend in contact met eenzelfde plek op het speelveld; deze plek heet "pivotplek" of "pivotpunt".

18.2.5. Een werper die op de grond ligt of geknield is hoeft niet eerst een pivotvoet neer te zetten.

18.2.5.1. Eenmaal gestopt bepaalt het lichaams zwaartepunt de pivot plek en hij mag niet van die plek af bewegen terwijl hij op de grond ligt of geknield is.

18.2.5.2. Als hij opstaat moet hij zijn pivotvoet neerzetten op die plek.

18.2.6. Een travel infraction komt voor als:

18.2.6.1. de werper zijn pivotvoet neerzet op een incorrecte plek op het speelveld,

18.2.6.2. de werper van richting verandert voordat hij een pivot heeft aangenomen, of de schijf heeft gegooid,

18.2.6.3. de werper er niet in slaagt zijn voorwaartse beweging zo snel mogelijk te stoppen,

18.2.6.4. de werper zijn pivot plek niet meer aanraakt voordat hij de schijf loslaat,

18.2.6.5. de werper er niet in slaagt contact te behouden met het speelveld gedurende de werpbeweging, of

18.2.6.6. een ontvanger met opzet klungelt, struikelt of treuzelt schijfbezit te verkrijgen om zo iedere kant op te kunnen bewegen.

18.2.7. Na een onbetwiste travel infraction stop het spel niet.

18.2.7.1. De werper positioneert een pivot punt op de juiste plek, dit wordt aangewezen door de speler die de call maakte. Dit moet gebeuren zonder verdere vertraging van de betrokken spelers.

18.2.7.2. Eventuele telling wordt gepauzeerd, en de werper mag niet gooien, totdat het pivot punt op de juiste plek is gepositioneerd.

18.2.7.3. De marker moet ‘Stalling’ roepen voordat hij verder gaat met tellen.

18.2.8. Als na een travel infraction maar voor de juiste pivot plek weer is ingenomen, de werper een schijf gooit welke door het eigen team gevangen wordt, zal de verdediging een travel infraction roepen. Het spel stopt en de schijf gaat terug naar de werper.

18.2.8.1. Voor de check moet de werper zijn pivotvoet op de juiste plek neerzetten en, als er een marker was op het moment van de worp, mag deze marker mee bewegen om de werper te marken.

18.2.9. Als na een travel infraction de werper een schijf gooit welke tot een turn over leidt, gaat het spel door.

18.2.10. Als na een betwiste travel infraction de werper de schijf niet heeft losgelaten, stopt het spel.

18.3. Hinderen {= pick}

18.3.1. Als een verdedigende speler een aanvallende speler verdedigt, en wordt gehinderd in het meelopen en verdedigen van die speler door een andere speler, dan mag die verdedigende speler *“pick”* roepen.

18.3.2. Zodra het spel gestopt is mag de verdediger naar de plek toe lopen waar men van overeenkomt dat hij die had ingenomen als het hinderen niet had plaats gevonden. De schijf gaat terug naar de werper (als de schijf gegooid werd).

## 19. Spelonderbrekingen

19.1. Blessure spelonderbreking

19.1.1. Een blessure spelonderbreking, *"injury"* {= *"blessure"*}, mag geroepen worden door de geblesseerde speler, of door elke andere speler uit het team van de geblesseerde speler.

19.1.2. Als een speler een open of bloedende wond heeft, moet een blessure-onderbreking geroepen worden. Deze speler moet worden gewisseld en mag niet meespelen totdat de wond weer geheeld of afgedicht is.

19.1.3. Als de blessure niet het gevolg is van contact met een tegenstander mag de speler kiezen tussen het nemen van een wissel of zijn team één time-out te ontnemen.

19.1.4. Als de blessure het gevolg is van contact met een tegenstander mag de speler kiezen om te blijven of om te wisselen.

19.1.5. Als de geblesseerde speler het veld verlaat, mag het andere team ook één speler wisselen.

19.1.6. Als de geblesseerde speler de schijf heeft gevangen en deze heeft laten vallen als gevolg van de blessure, behoudt de speler het schijfbezit.

19.1.7. Wisselspelers nemen de status (positie, schijfbezit, tellen, etcetera) over van de speler die zij vervangen.

19.2. Technische spelonderbreking

19.2.1. Een technische spelonderbreking, *"technical"* {= *"technisch"*}, mag geroepen worden door iedere speler die een gevaarlijke situatie op het veld ziet aankomen.

19.2.2. De werper mag een technische spelonderbreking roepen tijdens het spel om een ernstig beschadigde schijf te vervangen.

19.3. Als de schijf in de lucht was toen de spelonderbreking geroepen werd, gaat het spel door totdat schijfbezit verkregen is.

19.3.1. Na een blessure-onderbreking die niet het gevolg is van een foul, geldt de worp of turnover en wordt het spel op die plek hervat.

19.3.2. Na een technische onderbreking:

19.3.2.1. Als de call of het probleem het spel niet heeft beïnvloed, geldt de worp of turnover en wordt het spel op die plek hervat.

19.3.2.2. Als de call of het probleem het spel wel heeft beïnvloed, gaat de schijf terug naar de werper.

19.4. In geklokte wedstrijden stopt de klok gedurende een spelonderbreking.

## 20. Time-outs

20.1. De speler die een time-out roept moet een T vormen met zijn handen of met 1 hand en de schijf en *"time-out"* roepen zodat de tegenstanders het ook kunnen horen.

20.2. Elk team heeft 2 time-outs per helft.

20.3. Een time-out mag worden genomen op elk moment binnen een helft.

20.4. Een time-out duurt 2 minuten.

20.5. Na het begin van een punt en voor de volgende pull mag een speler van elk team een time-out roepen. De time-out verlengt de tijd tussen de start van het punt en de volgende pull met 2 minuten.

20.6. Tijdens het spel mag alleen de speler met een neergezette pivotvoet een time-out roepen. Na een time-out:

20.6.1. zijn wissels niet toegestaan, behalve voor blessures,

20.6.2. wordt de schijf in het spel gebracht op dezelfde pivot plek,

20.6.3. blijft de werper dezelfde persoon,

20.6.4. mogen alle aanvallende spelers een positie kiezen op elke plaats op het speelveld,

20.6.5. nadat de aanvallende spelers eenmaal hun positie gekozen hebben, mogen de verdedigende spelers een positie kiezen op elke plaats op het speelveld, en

20.6.6. blijft het aantal tellen hetzelfde, tenzij de marker gewisseld is.

20.7. Als de werper een time-out roept wanneer zijn team niet over time-outs beschikt, zal het spel stoppen. De marker telt 2 seconden op bij de telling alvorens het spel te herstarten met een check. Als dit direct resulteert in een teling van 10 of hoger wordt er verder gespeeld

volgens een stall count turn. Als er nog geen telling gestart is mag de verdediging de telling op 3 starten.

## Definities

| | |
|---|---|
| Aanvallende eindzone | De eindzone waarin het team in kwestie op dat moment probeert te scoren. |
| Aanvallende speler | Een speler wiens team in schijfbezit is. |
| Beste perspectief | Het meest complete gezichtspunt dat mogelijk is voor een speler in verhouding tot de relatieve posities van de schijf, de grond, de spelers en de markeringen die bij het spel horen. |
| Brick | Elke pull die eerst buiten het speelveld landt, zonder aangeraakt te worden door het ontvangende team. |
| Brick mark | Markering op het speelveld die deplaats aangeeft waar een schijf in het spel gebracht kan worden in het geval van een brick situatie. |
| Buiten het speelveld | Alles dat geen deel uitmaakt van het speelveld, inclusief de perimeter lijnen. |
| Call | Een duidelijk hoorbaar statement dat een foul, violation of blessure heeft plaats gevonden of dat het spel onmiddellijk moet stoppen als gevolg van gevaar of een onvoorziene situatie. De volgende termen mogen worden gebruikt: *foul, travel,* de specifieke naam van een marking infraction, *violation* (of de specifieke naam van de violation), *stall, technical and injury.* |
| Check | De actie van de verdediger die de schijf aanraakt om het spel te beginnen. |
| Contact initiëren | Elke beweging richting een legaal gepositioneerde tegenstander (stilstaand danwel de verwachte positie gebaseerd op zijn huidige snelheid en bewegingsrichting) dat resulteert in onvermijdbaar niet-incidenteel contact. |
| Contest | Verklaring dat een speler het oneens is met de uitgesproken call. |
| Doellijn | De lijn die het middenveld scheidt van elke eindzone. |
| Eindzone | Eén van de twee gebieden aan het einde van het speelveld waar teams een doelpunt kunnen scoren door daar een schijf te vangen. |
| Foul | Fout, zie artikel 15 tot 17. |
| Grond | De grond bestaat uit alle substantieel stevige zaken, inclusief het gras, plastic pylonen, uitrusting, water en niet-spelers, maar exclusief alle spelers en de door hun gedragen kleding. |
| Ground check | De actie van de werper dat hij de grond aantikt met de schijf om het spel te beginnen, ondernomen als er geen verdediger binnen het bereik van de werper is. |
| Incidenteel contact | Elk contact dat niet gevaarlijk van aard is en geen invloed heeft op het spel. |
| Infraction | Type overtreding, zie artikel 15 en 18. |
| Interceptie | Als een speler van het verdedigende team een worp vangt van een speler van het aanvallende team. |
| Lijn | Een begrenzing die de speelgebieden aangeeft. Op een ongelijnd veld wordt de begrenzing geacht een denkbeeldige lijn tussen twee veldmarkeringen te zijn met de dikte van die markeringen. De lijn loopt niet door achter deze genoemde markeringen. |
| Lijn call | Enige call betreffende de plek waar de schijf uit ging, of betreffende de positie van een speler in relatie tot de perimeter lijnen of doellijnen. Lijn calls hebben betrekking op de volgende calls: ‘out-of-bounds’, ‘goal’ en ‘offside’. |

| | |
|---|---|
| Man | Elke persoon die geen vrouw is. |
| Marker | Elke persoon die het tellen bij de werper doet. |
| Middenveld | Het gebied van het speelveld, inclusief de doellijnen, maar exclusief de eindzones en de perimeter lijnen. |
| Ontvangende spelers | Alle aanvallende spelers behalve de werper. |
| Perimeter lijnen | De lijnen die het middenveld of een eindzone scheiden van het uitgebied. Zij maken geen deel uit van het speelveld. |
| Pivot plek | Die plaats op het speelveld waar de werper wordt geacht zijn pivotvoet neer te zetten na een turnover of waar een pivotvoet reeds was neergezet. Een werper kan geen pivotvoet neerzetten als hij nog niet tot stilstand is gekomen en nog niet heeft gepivoteerd. |
| Pivoteren | In elke richting bewegen, terwijl ondertussen een deel van het lichaam in contact is met één enkele plek op het speelveld, genoemd de pivot plek. |
| Pivotvoet neerzetten | Na een turnover, als de pivotplek is bepaald, zet de werper zijn pivotvoet neer als hij een deel van zijn lichaam (gebruikelijk een voet) daar plaatst. Na een worp te hebben gevangen moet een werper een pivotvoet neerzetten nadat hij tot stilstand is gekomen, als hij dan wil gaan bewegen. Hij zet zijn pivotvoet neer door een bepaald deel van zijn lichaam continu in contact te houden met een specifieke plaats op het speelveld. |
| Pull | De worp van een team naar het andere team waarmee het spel begint aan het begin van een helft of na een doelpunt. |
| Rechtmatige positie | De stilstaande positie van het lichaam van een speler, exclusief de uitgestrekte armen en benen, die kan worden ontweken door alle tegenstanders als men rekening houdt met tijd en afstand. |
| Retracted | Ingetrokken, foul call die door diegene die de call in eerste instantie riep weer ongedaan wordt gemaakt. |
| Schijfbezit | Blijvend contact met en controle van een niet-draaiende schijf. Een worp vangen is hetzelfde als schijfbezit verkrijgen na die worp. Een schijf in schijfbezit wordt gezien als een deel van die speler. Het team wiens speler schijfbezit heeft of wiens spelers de schijf mogen oppakken wordt gezien als het team in schijfbezit. |
| Speelveld | Het gebied inclusief het middenveld en de eindzones, maar exclusief de perimeter lijnen. |
| Spel | De tijd nadat de pull is begonnen en voordat er een doelpunt is gescoord. Het spel kan verder ook nog stoppen door een call, in welk geval het spel opnieuw wordt begonnen met een check. |
| Spel beïnvloeden | Een overtreding beïnvloedt het spel als het resultaat van een bepaalde situatie/actie significant anders was als de overtreding niet plaats had gevonden. |
| Speler | Eén van de tot 14 personen die op dat moment echt meedoen aan het spel. |
| Spelonderbreking | Elke onderbreking van het spel als gevolg van een foul, violation of time-out en waarvoor een check of ground check nodig is om het spel opnieuw te beginnen. Het spel wordt gezien als te zijn gestopt als de speler met schijfbezit de call onderkent. Als de speler schijfbezit kreeg nadat de call was gemaakt, wordt het spel gezien al te zijn gestopt op het moment dat schijfbezit werd verkregen. |
| Spirit of the Game | Spirit of the Game is de basis om de sport Ultimate zonder |

| | |
|---|---|
| | scheidsrechters te kunnen spelen. Het omvat het geheel aan respectvol handelen op en om het veld, gedurende en ervoor en erna, door alle spelers. |
| Travel (infraction) | Lopen met de schijf. Een overtreding van de regels met betrekking tot de correcte positionering van de werper gedurende de worp. |
| Turnover | De aanvallende speler in schijfbezit of de speler die net de schijf heeft geworpen voordat het resultaat van de worp is bepaald. |
| Uit-gebied | Alles dat geen deel uitmaakt van het speelveld, inclusief de perimeter lijnen. |
| Verdedigen | Een verdediger verdedigt een aanvallende speler als hij binnen drie meter van de aanvallende speler is en reageert op de acties van de aanvallende speler. |
| Verdedigende eindzone | De eindzone waarin het team in kwestie op dat moment probeert de tegenpartij te beletten om te scoren. |
| Verdediger | Elke speler wiens team niet in schijfbezit is. |
| Violation | Overtreding, zie artikel 15, 16 en 18 |
| Vrouw | Elke persoon die wordt gezien als een vrouw volgens de huidige reglementen van het Internationale Olympische Committee. |
| Waar de schijf stopt | Dit refereert aan de plaats waar de schijf wordt gevangen, vanzelf tot stilstand komt of waar deze tot stilstand wordt gebracht terwijl hij rolt of glijdt. |
| Werp-actie | De voorwaartse beweging van de arm net voor het loslaten van de schijf. |
| Werper | De aanvallende speler die schijfbezit heeft of net een schijf geworpen heeft, tot het moment waarop het resultaat van deze worp vast staat. |
| Worp | Een vliegende schijf als gevolg van een gooiende beweging, ook na een neppoging en een schijf die men expres heeft laten vallen, waardoor er verlies van contact tussen de schijf en de werper ontstaat. Een pass is hetzelfde als een worp. De werp-actie is de beweging van de werper die momentum van de speler overbrengt naar de schijf en die resulteert in een worp. Pivoteer-acties en voorbewegingen worden niet gezien als deel van de werpactie. |