

## Pravidla Ultimate

Ultimate je kolektivní sport, v němž vítězí tým, který má na konci hrací doby vyšší počet bodů. Hrají proti sobě dva týmy o sedmi hráčích. Hraje se na obdélníkovém hřišti s koncovými zónami na obou koncích hřiště. Bod padne, když hráč nahraje disk svému spoluhráči, který jej chytí v koncové zóně, na kterou tým útočí. Disk se smí pohybovat pouze nahráváním od hráče k hráči. Hráč s diskem nesmí běhat. Zatímco tým s diskem se snaží postupovat směrem ke koncové zóně, na kterou útočí, druhý tým se snaží zastavit tento postup a získat disk tak, že vynutí ztrátu disku. Ke ztrátě disku dochází vždy, když je nahrávka neukončená, zachycená nebo sražená protihráčem, dotkne se země nebo je chycena hráčem v autu. Není povolen fyzický kontakt mezi hráči ani přetahování o disk. Hra je založena na principu řízení hry samotnými hráči, hraje se bez rozhodčích. Všechny přestupky na čarách, při držení disku a fauly jsou hlášeny samotnými hráči přítomnými na hřišti.

**Hřiště** má tvar obdélníku 64 vlastního × 37m, s koncovými zónami o rozměrech 23×37m na obou koncích hřiště.

Je možné používat jakýkoliv disk, který schválí oba kapitáni.

### Délka hry

Hra trvá do chvíle, kdy jedno družstvo dá 21 bodů s rozdílem alespoň 2 bodů, nebo dokud družstvo nedá 25 bodů. Po 11. bodu vedoucího družstva následuje 10-minutová přestávka.

**Střídání** je povoleno pouze po bodu před následujícím výhozem, před jedním z poločasů nebo v případě zranění.

**Výhoz** : Každý poločas nebo nastavení hrací doby a po každém bodu se začíná výhozem.

### Body

A. Definice bodu : Bod padne v okamžiku, kdy házející hráč nahraje disk chytajícímu spoluhráči, který je v tu chvíli v koncové zóně na kterou družstvo útočí.

B. Aby byl ve chvíli chycení disku chytající hráč považován za hráče v koncové zóně, musí být jeho první kontakt se zemí po chycení disku plně v koncové zóně.

C. Pokud hráč po chycení disku ve vlastním hřišti doběhne setrvačností do koncové zóny, odnese disk na to místo na základní čáře, které je nejbližší místu, kde došlo k získání disku a odtamtud rozehraje.

D. Hráč musí být plně v zóně a být si vědom, že dal bod. Pokud si toho není vědom a dojde k turnoveru, bod se nepočítá.

### Házející hráč

A. Házejícím hráčem je hráč, který rozehrává po výhozu, dostane přihrávku od vlastního spoluhráče, zachytí přihrávku soupeře nebo zvedne disk po turnoveru. Jakmile je po turnoveru disk na zemi, ať už ve hřišti nebo mimo hřiště, může jej zvednout kterýkoli hráč nyní útočícího týmu a tím se stane házejícím hráčem. Házejícím hráčem se stává v okamžiku, kdy zvedne disk. Přihrát však může až po ustanovení pivotové nohy. Přihraje-li před tím, jsou to kroky.

B. Před přihráním musí házející hráč ustanovit pivotovou nohu a nesmí ji změnit až do přihrání kromě případu, kdy útočník právě zachytil přihrávku a přihraje před tím, než udělá třetí krok (viz 4.12C). Hráč může pivotovat kolem pivotové nohy v libovolném směru. Jakmile se však k němu postaví obránce v povolené vzdálenosti, nesmí pivotovat do něj. Házející hráč může hodit kterýmkoli směrem a jakýmkoli způsobem.

C. Jakmile upustí házející hráč disk bez toho, že by byl faulován obráncem, jedná se o nedokončenou přihrávku

**Bránění** : Házejícího hráče nesmí nikdy bránit více než jeden obránce. Obránce je považován za obránce házejícího hráče v případě, že je blíže než 3 m od pivotové nohy házejícího hráče a není blíže než 3 m od jiného útočícího hráče. Brání-li házejícího hráče více než jeden obránce, zvolá "double team" (dvojitá obrana). Stane-li se to během jednoho počítání poprvé, obránce házejícího hráče ihned odečte 2 sekundy a pokračuje bez přerušení. Stane-li se to podruhé během jednoho počítání, hlásí se faul a pokračuje se po checku od nuly.

(1) Obránce nesmí obzvláště pivotovou nohu házejícího.

(2) Horní polovina těla obránce musí být neustále vzdálena alespoň 1 průměr disku od horní poloviny těla házejícího. Je věcí vzájemného respektu mezi hráči, aby se vždy drželi v dostatečné vzdálenosti.

(3) Obránce nesmí pažemi bránit házejícímu hráči v pivotování.

### Chytající hráč

A. Držení disku : Chytající hráč má disk v držení ve chvíli, kdy má trvalý kontakt s netočícím se diskem, který má pod kontrolou, je sám na zemi, a to ve hřišti. Ztratí-li hráč kontrolu nad diskem důsledkem dopadu na zem po chycení disku, je to bráno tak, že až do této chvíle neměl disk v držení.

B. Postrčení disku : Postrčení disku za účelem získání kontroly nad diskem a chycení disku je povoleno. Není povolené úmyslné popostrčení disku a posléze chycení tím samým hráčem za účelem prodloužení letu nebo změny směru letu. Je to považováno za kroky.

C. Kroky : Je-li hráč v pohybu ve chvíli, kdy chytá disk, smí udělat nejmenší možný počet kroků nutný k zastavení a ustavení pivotové nohy. Hráč, který chytí disk v běhu nebo ve výskoku smí pokračovat v běhu a odhodit disk, pokud tak učiní před tím, než se potřetí dotkne země a nezmění mezitím směr či nezvýší rychlost běhu. Porušení pravidel této kapitoly se považuje za kroky.

D. Současné chycení disku více hráči : Chytí-li disk současně obránce i útočník, náleží disk útočníkovi.

E. Zachycení nahrávky : Chytí-li obránce disk, je to považováno za zachycení nahrávky. Chytí-li obránce disk a náhodně jej upustí před nebo během dopadu na zem při chycení, bere se to jakoby obránce spíše srazil než zachytil nahrávku.

F. Rozhodování : Není-li jasné, byl-li disk chycen před nebo po kontaktu se zemí (tráva je považována za zem), rozhodnout by měl hráč, který měl na situaci nejlepší výhled. Stejně tak není-li jasné, byl-li chytající hráč ve hřišti nebo v autu, rozhodnutí leží na hráči (hráčích), kteří měli nejlepší výhled na situaci.

G. Faul vytlačení : Je-li chytající hráč v okamžiku chycení disku ve vzduchu a před dopadem na zem se střetne s obráncem a následkem tohoto kontaktu se hráč s diskem dostane mimo hřiště, musí chytající hráč buď připustit, že je v autu, nebo zahlásit faul vytlačení "force out". Dojde-li k takovému faulu v koncové zóně a není-li faul zpochybněn, počítá se jako bod.