

Regras do Ultimate 2013 da WFDF

Versão Oficial em vigor desde 01-01-2013

Produzida pelo “Ultimate Rules Committee” da WFDF

Índice

Introdução	1
1. O Espírito do Jogo	2
2. Campo de Jogo	3
3. Equipamento	3
4. Pontos, Golos e Jogo	4
5. Equipas	4
6. Começar um Jogo	4
7. O Pull	4
8. O Estado do Disco	5
9. A Contagem	5
10. O Check (Pôr em Jogo).....	6
11. Fora de Campo	7
12. Receptores e Posicionamento	7
13. Turnovers	8
14. Pontuação	9
15. Faltas, Infracções e Violações	9
16. Continuação do Jogo após a marcação de uma Falta ou Violação	10
17. Faltas	10
18. Infracções e Violações	12
19. Paragens.....	13
20. Time-Outs (Pausas)	14
Definições	15
Licença.....	16

Introdução

O Ultimate é um desporto de equipa sete-contra-sete jogado com um disco voador. É jogado num campo rectangular, com cerca de metade da largura de um campo de futebol, e uma área de finalização em cada extremidade. O objectivo de cada equipa é pontuar, o que acontece quando um jogador recebe um passe na área de finalização defendida pelo adversário. Um jogador que esteja na posse do disco não pode correr, mas pode passá-lo em qualquer direcção a qualquer companheiro de equipa. Sempre que um passe não é concluído, ocorre um turnover, e a equipa adversária pode ficar na posse do disco para tentar pontuar na área de finalização contrária.

Os jogos disputam-se normalmente até se atingir os 17 golos e têm a duração aproximada de 100 minutos. O Ultimate é um desporto auto-arbitrado e sem contacto físico. O Espírito do Jogo orienta o modo como os jogadores arbitram o jogo e se comportam em campo.

1. Espírito do Jogo

- 1.1. O Ultimate é um desporto sem contacto físico e auto-arbitrado. Todos os jogadores são responsáveis por administrar e respeitar as regras. O Ultimate apoia-se no Espírito do Jogo, que atribui a cada jogador a responsabilidade pelo 'fair play'.
- 1.2. Parte-se do princípio que nenhum jogador quebrará as regras intencionalmente; como tal, não existem penalizações duras para as infracções, existe antes um método de retomar o jogo de modo a simular o que teria acontecido caso a transgressão não tivesse ocorrido.
- 1.3. Os Jogadores devem ter presente o facto de estarem a agir como árbitros em qualquer arbitragem entre as equipas. Nessas situações, os jogadores devem:
 - 1.3.1. saber as regras;
 - 1.3.2. ser imparciais e objectivos;
 - 1.3.3. ser honestos;
 - 1.3.4. explicar o seu ponto de vista de modo claro e sucinto;
 - 1.3.5. dar aos adversários uma oportunidade razoável de se explicarem;
 - 1.3.6. resolver disputas o mais depressa possível utilizando linguagem apropriada;
 - 1.3.7. assinalar faltas de uma forma consistente durante o jogo;
 - 1.3.8. assinalar falta apenas quando esta é suficientemente grave para afectar o resultado da acção.
- 1.4. A competitividade no jogo é encorajada, mas sem nunca sacrificar o respeito mútuo entre jogadores, respeito pelas regras do jogo, ou o simples prazer de jogar.
- 1.5. As seguintes acções são consideradas exemplos de um bom espírito de jogo:
 - 1.5.1. informar um companheiro de equipa que assinalou uma falta indevida ou injustificada ou que cometeu uma falta ou violação das regras;
 - 1.5.2. anular a marcação de uma falta quando se constata que ela foi desnecessária;
 - 1.5.3. elogiar um adversário por boas jogadas ou bom espírito;
 - 1.5.4. apresentar-se ao adversário; e
 - 1.5.5. reagir com calma perante provocações ou diferenças de opinião.
- 1.6. As seguintes acções são violações claras do espírito do jogo e devem ser evitadas por todos os participantes:
 - 1.6.1. jogadas perigosas e comportamento agressivo;
 - 1.6.2. faltas intencionais ou outras violações intencionais das regras ;
 - 1.6.3. intimidar ou fazer troça dos adversários;
 - 1.6.4. comemorações desrespeitosas após pontuação;
 - 1.6.5. assinalar faltas como retaliação por faltas assinaladas pelo adversário; e
 - 1.6.6. pedir a um adversário para passar o disco.
- 1.7. As equipas são os guardiões do Espírito do Jogo, e devem:
 - 1.7.1. assumir a responsabilidade de ensinar as regras do jogo e bom espírito aos seus jogadores;
 - 1.7.2. disciplinar os jogadores que exibam mau espírito; e
 - 1.7.3. dar um 'feedback' positivo a outras equipas sobre como melhorar a sua adesão ao Espírito do Jogo.
- 1.8. Caso de um jogador novato cometa uma infracção por ignorância das regras, os jogadores mais experientes deverão explicar-lhe essa infracção.
- 1.9. Um jogador experiente, que aconselhe sobre as regras e oriente as decisões no Campo de Jogo, pode supervisionar jogos que envolvam principiantes ou jogadores mais novos.
- 1.10. As regras devem ser interpretadas pelos jogadores directamente envolvidos na jogada, ou pelos

jogadores com melhor perspectiva sobre a mesma. Com excepção do capitão, os jogadores que não estão a jogar devem evitar envolver-se. No entanto, para faltas relativas a “fora de campo” e de “toque do disco no relvado”, os jogadores podem pedir ajuda a não jogadores que tenham uma melhor perspectiva.

1.11. Os jogadores e os capitães são os únicos responsáveis pela marcação de faltas.

1.12. Se, após discussão, não se chegar a acordo sobre a interpretação da jogada, o disco deve ser devolvido ao último jogador que lançou o disco.

2. Campo de Jogo

2.1. O campo de jogo consiste num rectângulo com cem (100) metros de comprimento por trinta e sete (37) metros de largura. (ver Figura 1)

2.2. O perímetro do campo de jogo é marcado pela linha de perímetro que consiste em duas (2) linhas laterais ao longo do comprimento e duas (2) linhas finais ao longo da largura.

2.3. A linha de perímetro não faz parte do campo de Jogo.

2.4. As linhas de golo são as linhas que separam a zona de jogo das zonas de finalização e fazem parte da zona de jogo.

2.5. A marca de brick é a intersecção de duas (2) linhas cruzadas de um (1) metro na zona de jogo a dezoito (18) metros de cada linha de golo, e a igual distância de cada linha lateral.

2.6. Oito objectos flexíveis e coloridos (tais como os cones de plástico) marcam os cantos da zona de jogo e das zonas de finalização.

2.7. As zonas circundantes do campo de jogo devem ser mantidas livres de quaisquer objectos móveis. Se o desenrolar do jogo for de algum modo impedido ou dificultado por não jogadores ou objectos estranhos num raio de três (3) metros das linhas finais, qualquer jogador obstruído ou lançador de posse do disco pode assinalar uma “Violação”.

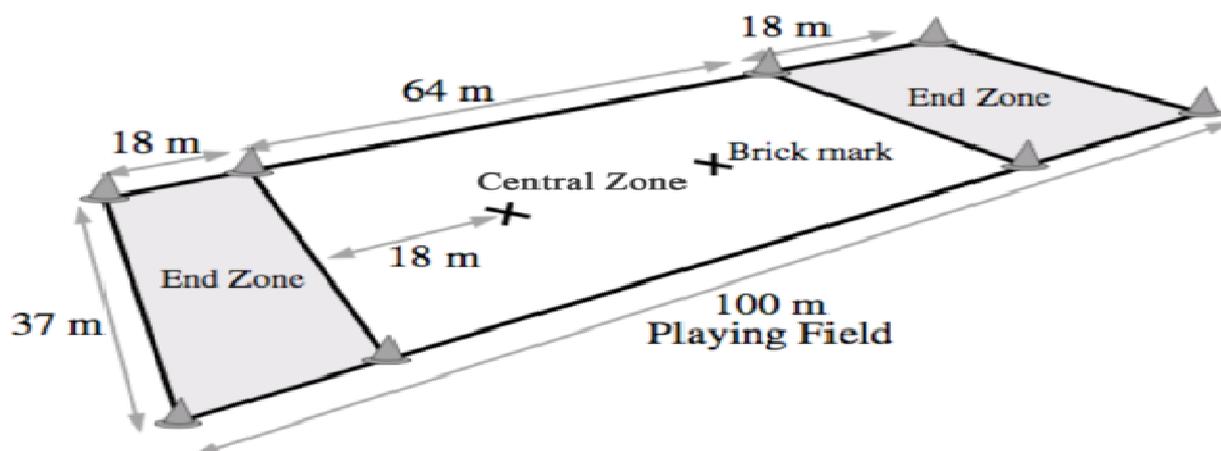


Figura 1

3. Equipamento

3.1. Pode ser utilizado qualquer disco desde que este seja aceite pelos dois capitães de equipa.

3.2. A WFDF pode ter uma lista de discos aprovados e recomendados para utilização.

3.3. Cada jogador tem que estar equipado de forma a identificar a sua equipa.

3.4. Nenhum jogador pode usar vestuário ou equipamento que o possa prejudicar ou possa prejudicar os outros jogadores.

4. Pontos, Golos e Jogo

- 4.1. Um jogo consiste num certo número de pontos. Cada ponto termina com a marcação de um golo.
- 4.2. Um jogo termina e é ganho pela primeira equipa a marcar dezassete (17) golos.
- 4.3. Um jogo divide-se em dois (2) períodos, chamados meios tempos. O intervalo entre os meios tempos tem lugar quando uma das equipas marcar nove (9) golos.
- 4.4. O primeiro ponto de cada meio tempo começa no início dessa parte.
- 4.5. Após a marcação de um golo, se o jogo não for ganho ou se o intervalo não for atingido:
 - 4.5.1. o próximo ponto começa de imediato; e
 - 4.5.2. as equipas trocam a zona de finalização que estão a defender; e
 - 4.5.3. a equipa que pontuou passa a defender e cabe-lhe a ela fazer o Pull.
- 4.6. Podem ser utilizadas variações da estrutura básica tendo em conta a realização de competições especiais, o número e idade dos jogadores e/ou o espaço disponível.

5. Equipas

- 5.1. Cada equipa colocará um máximo de sete (7) jogadores e um mínimo de cinco (5) jogadores em campo durante cada ponto.
- 5.2. Uma equipa só pode fazer substituições (ilimitadas) após a marcação de um golo e antes do próximo Pull, excepto em caso de lesão (Secção 19).
- 5.3. Cada equipa nomeará um capitão para a representar.

6. Começar um Jogo

- 6.1. Os capitães das duas equipas sorteiam qual a equipa que primeiro escolhe:
 - 6.1.1. se quer receber ou executar o Pull inicial; ou
 - 6.1.2. qual das zonas de finalização quer defender.
- 6.2. Cabe à outra equipa escolher a opção restante.
- 6.3. No início da segundo meio tempo faz-se a troca destas escolhas.

7. O Pull

- 7.1. No início de cada partida, após o intervalo ou após cada ponto, o jogo começa com um lançamento, chamado "pull".
 - 7.1.1. As equipas devem preparar-se para o pull sem atrasos significativos.
- 7.2. O "pull" consiste num lançamento por um defesa para começar o jogo, após ambas as equipas comunicarem que estão prontas fazendo com que pelo menos um jogador de cada uma delas levante a mão acima da cabeça.
- 7.3. Uma vez a postos, e até que o pull seja lançado, todos os jogadores atacantes precisam de ter um pé na linha de golo que defendem, e não trocar de posição entre si.
- 7.4. Todos os defesas têm que estar completamente dentro da zona de finalização que defendem quando o pull é lançado.
- 7.5. Se uma equipa violar as regras 7.3 ou 7.4, a equipa adversária tem que assinalar essa violação (fora de jogo) antes da equipa receptora tocar no disco. O pull tem de ser repetido o mais rapidamente possível.

- 7.6. Assim que o disco é lançado, todos os jogadores são livres de se movimentar em qualquer direcção.
- 7.7. Depois de um pull, os jogadores da equipa defensiva só podem tocar no disco depois de um membro da equipa atacante lhe ter tocado ou do disco ter tocado no chão.
- 7.8. Se um jogador da equipa atacante, dentro ou fora do campo, tocar no disco antes deste tocar o chão, e a equipa atacante não o conseguir receber, isso é um 'turnover'.
- 7.9. Se o disco tocar inicialmente no campo de jogo sem nunca ter saído, ou for recebido dentro do campo, o lançador estabelece o posicionamento onde o disco se imobilizar.
- 7.10. Se o disco tocar inicialmente no campo de jogo e em seguida sair do mesmo sem tocar em nenhum atacante, o lançador estabelece o posicionamento no local da zona de jogo mais próximo do ponto onde o mesmo saiu de campo (Secção 11.7).
- 7.11. Se o disco tocar inicialmente no campo de jogo e depois sair de campo após ser tocado por um atacante, ou se um jogador receber o disco fora do campo, o lançador estabelece o posicionamento no local da zona de jogo mais próximo do ponto onde o disco saiu de campo (Secção 11.5).
- 7.12. Se o disco sair de campo sem tocar primeiro no campo ou num jogador atacante, o lançador estabelece o posicionamento na marca de brick mais próxima do limite da sua zona defensiva, ou no local da zona de jogo mais próximo do ponto de saída do disco (Secção 11.7). A opção brick tem que ser assinalada antes do disco ser recolhido, tendo para isso o jogador que erguer um braço acima da cabeça.

8. Estado do Disco

- 8.1. O disco diz-se morto e não são possíveis turnovers, nas seguintes situações:
 - 8.1.1. Após o início de um ponto, até que o pull seja lançado,
 - 8.1.2. Após o pull ou após um turnover até que o disco seja levado até ao local do lançador estabelecer o posicionamento, até o lançador estabelecer o posicionamento; ou
 - 8.1.3. Após ser assinalada qualquer paragem de jogo, e até que o disco seja repostado em jogo.
- 8.2. Um disco que não está morto diz-se vivo.
- 8.3. Um jogador com o disco não pode transferir a posse de um disco morto a outro jogador.
- 8.4. Qualquer jogador pode tentar parar um disco que role ou deslize após tocar no chão.
- 8.5. Se, ao tentar parar um disco assim, um jogador alterar significativamente a posição do mesmo, a equipa adversária pode solicitar que o jogo recomece no local onde houve contacto com o disco.
- 8.6. Após um turnover, a equipa que obteve a posse do disco tem que continuar o jogo sem demora. O lançador designado tem que se deslocar a andar ou mais depressa para tomar directamente posse do disco e estabelecer um ponto de apoio.
 - 8.6.1. Se a equipa ofensiva violar a regra 8.6 a equipa defensiva pode emitir um aviso verbal ("Atraso de Jogo") ou pode assinalar uma "Violação".
 - 8.6.2. Se o lançador estiver a três (3) metros do ponto de apoio e, após o aviso verbal, continuar a violar a regra 8.6, a defesa pode dar início à contagem.

9. A Contagem

- 9.1. O defensor faz uma contagem ao lançador anunciando "Stalling" e contando em seguida de um (1) a dez (10). O intervalo entre cada número deve ser de pelo menos um (1) segundo.
- 9.2. A contagem deve ser claramente ouvida pelo lançador.

- 9.3. O defesa só pode começar e continuar a contagem quando:
- 9.3.1. o disco está vivo (excepto se especificado em contrário);
 - 9.3.2. se estiver a menos de três (3) metros do lançador; e
 - 9.3.3. todos os defesas estiverem a ocupar as suas posições legais (Secção 18.1).
- 9.4. Se o defesa se afastar mais de três (3) metros do lançador, ou se o papel de defesa for assumido por um jogador diferente, a contagem recomeça em um (1).
- 9.5. Após o jogo ser interrompido, a contagem é reposta da seguinte maneira:
- 9.5.1 Após uma transgressão não contestada pela defesa, a contagem recomeça em um (1);
 - 9.5.2. Após uma transgressão não contestada pelo atacante, a contagem recomeça no máximo em nove (9).
 - 9.5.3. Após uma contagem até 10 contestada, a mesma recomeça no máximo em oito (8).
 - 9.5.4. Depois de todas as outras chamadas, a contagem recomeça no máximo em seis (6).
- 9.6. Recomeçar uma contagem “no máximo em n”, em que “n” é um número entre um (1) e nove (9), significa anunciar “Stalling” seguida do número a seguir ao número anunciado antes da interrupção da mesma, ou por “n” se esse valor for superior a “n”.

10. O Check (Pôr em Jogo)

- 10.1. Sempre que o jogo for interrompido durante um ponto devido a uma pausa, falta, disputa de posse, disputa de golo, interrupção técnica, por lesão, ou discussão, o mesmo deve ser retomado o mais depressa possível com um check. O check só pode ser atrasado devido à discussão de uma chamada.
- 10.2. Excepto em caso de pausa:
- 10.2.1. todos os jogadores devem regressar às posições que ocupavam quando o acontecimento que causou a interrupção ocorreu;
 - 10.2.2. se o disco estava no ar quando a situação que causou a interrupção ocorreu e o mesmo for devolvido ao lançador para que ele recomece o jogo, todos os jogadores deverão regressar às posições que ocupavam quando o disco foi libertado pelo lançador, excepto se especificado em contrário;
 - 10.2.3. todos os jogadores devem permanecer imóveis nessa posição até o disco ser reposto em jogo.
- 10.3. Todos os jogadores podem prolongar brevemente uma pausa no jogo para corrigir equipamento defeituoso, mas o jogo não pode ser interrompido para esse fim.
- 10.4. O jogador que reiniciar a partida tem que se certificar primeiro junto do adversário mais próximo se a sua equipa está a postos.
- 10.5. Para recomeçar o jogo:
- 10.5.1. se o disco estiver ao alcance de um defesa, este deverá tocar nele e dizer “Disco em Jogo” ou “Stalling”;
 - 10.5.2. se o disco não estiver ao alcance de um defesa, o lançador deverá tocar com ele no chão e dizer “Disco em Jogo”; ou
 - 10.5.3. se o disco não estiver ao alcance de um defesa e não houver lançador, o defesa mais próximo do disco deverá dizer “Disco em Jogo”.
- 10.6. Se o lançador tentar fazer um passe antes do check, ou for assinalada uma violação da regra 10.2., esse passe não conta independentemente de estar completo ou incompleto e o disco fica novamente na posse do lançador.

11. Fora de Campo

- 11.1. Todo o campo de jogo é considerado como estando dentro dos limites do campo. As linhas de perímetro não fazem parte do campo de jogo e como tal estão fora de campo. Todos os não-jogadores pertencem à zona fora de campo.
- 11.2. A zona fora de campo é composta pela área fora do campo de jogo e em tudo o que esteja em contacto com essa área, excepto os jogadores defensivos, que são sempre considerados como fazendo parte da área de jogo com a finalidade de fazerem jogadas ao disco.
- 11.3. Um jogador atacante que não esteja fora de campo está dentro dos limites do campo.
 - 11.3.1. Um jogador, quando salta, mantém o seu estado de em campo/fora de campo até entrar em contacto com o campo ou a área fora de campo.
 - 11.3.2. Um lançador de posse do disco que entre em contacto com o campo de jogo e depois toque numa área fora do campo, continua a ser considerado como estando dentro do campo.
 - 11.3.2.1. Se o lançador abandonar o campo de jogo, tem que estabelecer o ponto de reposição do disco no local do campo de jogo onde atravessou a linha de perímetro (excepto se estiver em vigor a regra 14.2).
 - 11.3.3. O contacto entre jogadores não implica a passagem da situação de estar fora ou dentro de campo de um jogador para o outro.
- 11.4. Um disco está em jogo desde que esteja vivo, ou no início ou recomeço do jogo.
- 11.5. Um disco fica fora de campo quando entra em contacto com a área fora de campo ou com um jogador atacante que esteja fora de campo. Um disco na posse de um jogador atacante tem o mesmo estatuto dentro/fora de campo que esse jogador. Se mais do que um jogador atacante partilhar a posse do disco, o disco é considerado fora de campo se um deles também estiver fora de campo.
- 11.6. O disco pode voar fora da linha de perímetro e regressar ao campo de jogo, e qualquer jogador pode sair do campo para jogar o disco.
- 11.7. O local onde o disco saiu do campo é considerado o local onde o disco esteve pela última vez antes de entrar em contacto com um jogador ou com uma área fora do campo:
 - 11.7.1. parcial ou totalmente sobre o campo de jogo; ou
 - 11.7.2. em contacto com um jogador que esteja dentro do campo.
- 11.8. Se o disco estiver fora do campo e a mais de três (3) metros do ponto de apoio pode ser apanhado por não jogadores. O lançador tem que transportar o disco nos últimos três (3) metros de distância até ao campo de jogo.

12. Receptores e Posicionamento

- 12.1. Um jogador “recebe” o disco quando consegue estabelecer um controlo sistemático do mesmo sem este estar a girar.
- 12.2. Se o jogador perder o controlo do disco devido a um contacto posterior com o solo, com um companheiro de equipa, ou com um adversário em posição legal, considera-se que a recepção do disco não teve lugar.
- 12.3. As seguintes situações são consideradas turnovers por fora de campo e não se considera ter corrido qualquer recepção:
 - 12.3.1. um receptor atacante está fora de campo quando entra em contacto com o disco; ou
 - 12.3.2. após receber o disco, o primeiro contacto do receptor atacante com o solo é considerado fora de campo estando ainda de posse do disco.
- 12.4. Após uma recepção, esse jogador passa a ser o lançador.
- 12.5. Se jogadores atacantes e defensivos receberem o disco simultaneamente, a posse do disco permanece na equipa atacante.

- 12.6. Um jogador que ocupe uma posição estabelecida, tem o direito de permanecer nessa posição e não deve ser tocado por nenhum jogador adversário.
- 12.7. Quando um jogador está a fazer uma jogada ao disco, o adversário não se pode movimentar de modo a impedir intencionalmente a jogada, excepto se estiver igualmente a fazer uma jogada ao disco.
- 12.8. Todos os jogadores têm o direito de ocupar qualquer posição no campo que não esteja a ser ocupada por um jogador adversário, desde que não entrem em contacto uns com os outros ao assumir essa posição.
- 12.9. Todos os jogadores devem tentar evitar o contacto com outros jogadores, e não existe nenhuma situação que justifique um contacto. "Tentar jogar o disco" não é um motivo válido para entrar em contacto com outros jogadores.
- 12.10. Eventuais contactos acidentais, que não afectem o resultado de uma jogada ou ponham em perigo outros jogadores, podem ocorrer quando dois ou mais jogadores se deslocam para o mesmo ponto em simultâneo. Os contactos acidentais devem ser evitados mas não são considerados falta.
- 12.11. Os jogadores não podem usar os braços e as pernas para tentar impedir o movimento dos adversários.
- 12.12. Nenhum jogador pode auxiliar fisicamente o movimento de outro jogador.

13. Turnovers

- 13.1. Um turnover transfere a posse do disco de um equipa para a outra e ocorre quando::
 - 13.1.1. o disco entra em contacto com o solo quando não está na posse de um jogador atacante (um "down");
 - 13.1.2. o disco é entregue por um jogador atacante a um colega de equipa sem nunca ter deixado de estar em contacto com ambos os jogadores (um "hand-over");
 - 13.1.3. o lançador desvia intencionalmente um passe para si próprio através de outro jogador (uma "deflecção");
 - 13.1.4. ao tentar um passe, o lançador volta a entrar em contacto com o disco após o seu lançamento e antes deste ser tocado por outro jogador (um "toque duplo");
 - 13.1.5. um passe é interceptado por um jogador adversário (uma "intercepção");
 - 13.1.6. o disco fica fora do campo de jogo (um "fora de campo");
 - 13.1.7. o lançador não lança o disco até o defesa que o marca começar a dizer a palavra dez da contagem (uma "stall-out");
 - 13.1.8. ocorre uma falta atacante não contestada; ou
 - 13.1.9. durante o pull, a equipa defensiva toca no disco antes deste entrar em contacto com o solo, e falha a recepção do mesmo (um "dropped pull").
- 13.2. Se um jogador determina que ocorreu um turnover tem que o assinalar imediatamente. Se alguma das equipas discordar da decisão pode dizer "contestar". Se, depois de discutirem o assunto entre si, os jogadores não chegarem a acordo, o disco é devolvido ao último lançador antes de ter ocorrido a disputa.
- 13.3. Se ocorrer uma contagem rápida de modo que a equipa atacante não tenha oportunidade de chamar "fast stall ou contagem rápida" antes do fim da contagem, a jogada prossegue como se a equipa tivesse assinalado um "contestar" (9.5.3).
 - 13.3.1. Se o lançador contesta um stall-out (fim de contagem) mas também tenta fazer um passe, e o mesmo for incompleto, prevalece o turnover e a jogada continua.
- 13.4. O jogo tem que ser interrompido e reiniciado com um check após os seguintes turnovers: "hand-over", "deflecção", "toque duplo", "stall-out" e uma falta ofensiva incontestada na recepção.
- 13.5. Após um turnover, qualquer jogador atacante pode ficar de posse do disco, excepto:
 - 13.5.1. após um turnover de "intercepção", caso em que o jogador que fez a intercepção tem que manter a posse do disco; e

- 13.5.2. após uma falta de recepção atacante, caso em que o jogador que sofreu a falta tem que ficar com a posse do disco.
- 13.6. Se o jogador na posse do disco após um turnover deixar cair o mesmo intencionalmente ou o pousar no solo, esse jogador tem que restabelecer a posse.
- 13.7. Após a ocorrência de um turnover, o local do mesmo é onde:
13.7.1. o disco se imobilizou ou foi apanhado por um jogador atacante; ou
13.7.2. o jogador que fez a interceptação se imobiliza; ou
13.7.3. o lançador se encontrava, no caso 13.1.2., 13.1.3., 13.1.4., 13.1.7.; ou
13.7.4. ocorreu a falta ofensiva incontestada na recepção.
- 13.8. Se o local do turnover é fora de campo, ou o disco tocou numa área fora de campo depois do turnover, o lançador tem que repor o disco em jogo no sítio da zona de jogo mais perto do local onde o mesmo saiu do campo (Secção 11.7.).
13.8.1. Se a regra 13.8 não se aplica, o posicionamento tem que ser estabelecido de acordo com 13.9, 13.10 ou 13.11.
- 13.9. Se o local do turnover for na zona de jogo, o lançador tem que repôr o disco em jogo nesse local.
- 13.10. Se o local do turnover for na zona de finalização da equipa atacante, o lançador tem que repôr o disco em jogo no ponto da linha de golo mais próximo.
- 13.11. Se o local de turnover for na zona de finalização que a equipa atacante defende, o lançador é livre de escolher onde quer repôr o disco em jogo:
13.11.1. no local de turnover, permanecendo no local de turnover ou simulando um passe; ou
13.11.2. no ponto da linha de golo mais próximo do local do turnover, deslocando-se para esse ponto a partir do local do turnover.
13.11.2.1. Antes de pegar no disco, o jogador que vai fazer o lançamento pode assinalar a opção da linha de golo levantando um braço.
13.11.3. A decisão do local onde por o disco em jogo é determinada por movimentação imediata, ausencia de movimentação ou por assinalar a opção da linha de golo, e não pode ser alterada.
- 13.12. Se, após um turnover, o jogo continuar acidentalmente, o mesmo deverá ser interrompido e o disco repostado no local de turnover, os jogadores deverão regressar às posições que ocupavam quando o turnover ocorreu e o jogo deverá ser retomado com um check.

14. Pontuação

- 14.1. Considera-se que foi marcado um golo quando um jogador em jogo recebe um passe válido e todos os seus primeiros pontos simultâneos de contacto que estabelece com o solo após receber o disco estão totalmente dentro da zona de finalização que está a atacar (de acordo com 12.1., 12.2.).
14.1.1. Se um jogador acredita que foi marcado um golo pode dizer “golo” e o jogo será interrompido. Após um golo ser contestado ou anulado o jogo tem que ser retomado com um check.
- 14.2. Se um jogador na posse do disco acabar por ultrapassar por completo a linha de golo sem marcar um golo de acordo com a regra 14.1., o mesmo deverá repôr o disco em jogo no ponto da linha de golo mais próximo.
- 14.3. O momento de marcação de um golo é quando é efectuado o primeiro contacto com a zona de finalização após a recepção do disco.

15. Faltas, Infracções e Violações

- 15.1. Uma trasgressão das regras resultante de contacto não acidental entre dois ou mais jogadores de equipas adversárias é uma falta.

- 15.2. Uma transgressão das regras de Marcação ou de Travel (Movimento) constitui uma infracção. As infracções não implicam a interrupção do jogo.
- 15.3. Todas as outras transgressões das regras são consideradas violações.
- 15.4. Só o jogador que sofreu a falta é que a pode assinalar dizendo “falta”.
- 15.5. Só o lançador é que pode reclamar a ocorrência de uma infracção na marcação, assinalando-a verbalmente pelo respectivo nome. Qualquer adversário pode marcar uma infracção de “travel” (movimento).
- 15.6. Qualquer adversário pode reclamar a ocorrência de uma violação, assinalando-a verbalmente pelo respectivo nome ou dizendo “Violação”, excepto se a regra em causa estipular outra coisa.
- 15.7. As chamadas têm que ser assinaladas imediatamente após a ocorrência da transgressão.
- 15.8. Se um jogador interromper inadvertidamente o jogo depois de ter interpretado mal a marcação de uma falta ou por desconhecer as regras, mantém-se a jogada subsequente e o jogo recomeça com um check a partir do local onde foi interrompido.
- 15.9. Se um jogador da equipa contra a qual uma falta, infracção ou violação foi assinalada discordar da sua marcação, pode dizer “Contesto”.
- 15.10. Se o jogador que assinalou a “Falta”, “Violação” ou “Contestação” decidir em seguida que ela foi desnecessária, pode retirá-la dizendo “Retirada”. O jogo recomeça com um check.

16. Continuação do Jogo após uma Falta ou Violação

- 16.1. Sempre que é assinalada uma falta ou violação o jogo é imediatamente interrompido, não sendo possível fazer nenhum turnover.
- 16.2. No entanto, se a falta ou violação for assinalada:
 - 16.2.1. contra o lançador e ele tentar fazer um passe de seguida, ou
 - 16.2.2. quando o lançador está a fazer o lançamento, ou
 - 16.2.3. quando o disco está no ar, o jogo continua até ser estabelecida a posse do disco.
 - 16.2.4. Uma vez estabelecida a posse:
 - 16.2.4.1. se a equipa que assinalou a falta ou violação ganhar ou retiver a posse em resultado do passe, o jogo continua. Os jogadores que detectarem esta situação podem dizer “o jogo continua” para demonstrar que esta regra foi invocada;
 - 16.2.4.2. se a equipa que assinalou a falta ou violação não ganhar ou retiver a posse em resultado do passe, o jogo tem que ser interrompido;
 - 16.2.4.2.1. Se a equipa que assinalou a falta ou violação considerar que a posse foi afectada pela mesma, o disco é devolvido ao lançador para um check (excepto se a respectiva regra estipular outra coisa);
- 16.3. Independentemente da altura em que é assinalada uma falta, se os jogadores envolvidos de ambas as equipas acharem que a falta ou violação não afectou o resultado da jogada, a mesma mantém-se.
 - 16.3.1. Se a jogada resultou num golo, o golo mantém-se.
 - 16.3.2. De outro modo os jogadores envolvidos compensarão qualquer desvantagem de posição causada pela falta ou violação e recomeçarão a jogar com um check.

17. Faltas

- 17.1. Jogo Perigoso:
 - 17.1.1. É considerado jogo perigoso e tratada como falta qualquer conduta perigosa ou irresponsável que ponha em perigo a integridade física dos outros jogadores, independentemente de ter ou não ocorrido qualquer contacto. A esta regra não se sobrepõe nenhuma outra.

- 17.2. Faltas Defensivas na Recepção (Defesa):
 - 17.2.1. Uma Falta Defensiva ocorre quando um defesa entra em contacto com um receptor antes ou durante uma tentativa de receber o disco.
 - 17.2.2. Após uma falta defensiva na recepção:
 - 17.2.2.1. se no campo de jogo propriamente dito ou na zona de finalização defensiva, o receptor ganha a posse no local da falta;
 - 17.2.2.2. se na zona de finalização atacante, o receptor ganha a posse no local mais perto da linha de golo e o jogador que cometeu a falta tem que o marcar nessa posição; ou
 - 17.2.2.3. se a falta for contestada, o disco é devolvido ao lançador.
- 17.3. Faltas Force-out:
 - 17.3.1. Uma Falta Force-out ocorre quando um receptor apanha o disco no decorrer de um salto e sofre uma falta de um defesa antes de tocar no solo, e esse contacto faz com que o receptor:
 - 17.3.1.1. entre em contacto com o solo fora do campo de jogo em vez de dentro dele; ou
 - 17.3.1.2. entre em contacto com o solo no campo de jogo propriamente dito em vez de na zona de finalização atacante.
 - 17.3.2. Se o receptor tivesse entrado em contacto com o solo na sua zona de finalização atacante, é golo;
 - 17.3.3. Se a falta force-out for contestada, o disco é devolvido ao lançador se o receptor tiver entrado em contacto com o solo fora do campo, caso contrário o disco fica na posse do receptor.
- 17.4. Faltas Defensivas (Marcação):
 - 17.4.1. Uma Falta Defensiva ocorre quando:
 - 17.4.1.1. Um defesa está ilegalmente posicionado (Secção 18.1.), e entra em contacto com o lançador; ou
 - 17.4.1.2. Um defesa entra em contacto com o lançador, ou parte do seu corpo se estava a movimentar e entrou em contacto com o lançador, antes do lançamento.
- 17.5. Faltas Strip:
 - 17.5.1. Uma Falta Strip ocorre quando uma falta defensiva faz com que o receptor ou lançador deixem cair o disco depois de obterem a posse do mesmo.
 - 17.5.2. Se a recepção tivesse resultado em golo, e a falta não for contestada, é assinalado um golo.
- 17.6. Faltas Ofensivas na Recepção:
 - 17.6.1. Uma Falta Ofensiva na Recepção ocorre quando um receptor entra em contacto com um defesa antes, ou durante, uma tentativa de receber o disco.
 - 17.6.2. Se a falta não for contestada, o resultado é um turnover, com o disco a ser colocado onde ocorreu a falta.
 - 17.6.3. Se o passe tiver sido completado e a falta for contestada, o disco é devolvido ao lançador.
- 17.7. Faltas Ofensivas no Lançamento (pelo Lançador):
 - 17.7.1. Uma Falta Ofensiva de Lançamento ocorre quando o lançador entra em contacto com um defesa que se encontra numa posição válida.
 - 17.7.2. Um contacto accidental que ocorra durante a finalização do lançamento não é motivo suficiente para a marcação de uma falta, mas deve ser evitado.
- 17.8. Faltas por Bloqueio:
 - 17.8.1. Uma Falta por Bloqueio ocorre quando um jogador assume uma posição tal que um adversário em movimento não consegue evitar o contacto.
- 17.9. Faltas Indirectas:
 - 17.9.1. Uma Falta Indirecta ocorre quando se verifica um contacto entre um receptor e um defesa que não afecta directamente a tentativa de apanhar o disco.
 - 17.9.2. Se não for contestada, o jogador que sofreu a falta pode compensar qualquer desvantagem de posição causada pela mesma.
- 17.10. Faltas Mútuas:

- 17.10.1. Se forem assinaladas faltas por jogadores atacantes e defensivos na mesma jogada, o disco é devolvido ao lançador.
- 17.10.2. Contacto não accidental que ocorre quando dois ou mais jogadores adversários se dirigem a um ponto único simultaneamente, devem ser considerados faltas mútuas.

18. Infracções e Violações

18.1. Infracções de Marcação

18.1.1. As infracções de Marcação incluem o seguinte:

18.1.1.1. "Fast-Count" (Contagem Rápida) – o defensor/marcador:

18.1.1.1.1. dá início à contagem antes do disco estar vivo,

18.1.1.1.2. não dá início à contagem com a palavra "Stalling",

18.1.1.1.3. faz uma contagem com intervalos inferiores a um segundo,

18.1.1.1.4. não retira dois (2) segundos à contagem após a primeira marcação de qualquer infracção defensiva.

18.1.1.1.5. não dá início à contagem a partir do número correcto.

18.1.1.2. "Straddle" (Passada) – a linha entre os pés do marcador contem o ponto de pivot do lançador.

18.1.1.3. "Disc Space" (Espaço do Disco) – qualquer parte do corpo do defensor está a uma distância inferior ao diâmetro de um disco, do tronco ou parte central do lançador. No entanto, se esta situação for causada apenas pelo movimento do lançador, não constitui uma infracção.

18.1.1.4. "Wrapping" (Envolvência) – uma linha entre as mãos do marcador contem o ponto de pivot do lançador.

18.1.1.5. "Double Team" (Equipe Dupla) – um jogador da defesa que não é o marcador encontra-se a três (3) metros ou menos do ponto de pivot do lançador sem estar a defender outro jogador atacante.

18.1.1.6. "Vision" (Visão) – o marcador usa qualquer parte do seu corpo para tapar intencionalmente a visão do lançador.

18.1.1.7. "Contact" (Contacto) – um jogador da defesa entra em contacto com o lançador antes deste libertar o disco e não durante o movimento de lançamento. No entanto, se este contacto for causado exclusivamente pelo movimento do lançador, não é considerado uma infracção.

18.1.2. Uma infracção na marcação pode ser contestada pela defesa, e nesse caso o jogo é interrompido.

18.1.3. Na primeira chamada de uma infracção na marcação que não é contestada, o defensor tem que retirar dois (2) segundos à contagem e continuar.

18.1.4. O marcador só pode recomeçar a contagem quando todas as posições inválidas tiverem sido corrigidas. Fazer o contrário constitui uma infracção defensiva subsequente.

18.1.5. Em todas as infracções na marcação assinaladas posteriormente durante a mesma contagem, o marcador da mesma tem que fazer regressar a contagem ao início (1) e continuar.

18.1.6. Se, após assinalar uma infracção, a contagem não for corrigida ou não houver contagem, pode ser assinalada uma Violação e o jogo deverá ser interrompido.

18.1.7. Se o lançador tentar fazer um passe e assinalar uma infracção na marcação durante o lançamento ou quando o disco estiver no ar, esta infracção não é considerada válida.

18.2. Infracções de movimento (Travel):

18.2.1. O lançador pode tentar fazer um passe em qualquer momento desde que esteja totalmente dentro dos limites do campo de jogo ou tenha estabelecido o ponto de pivot dentro do campo.

18.2.2. Um jogador que esteja dentro do campo e apanhe o disco durante um salto pode tentar passá-lo antes de entrar em contacto com o solo.

18.2.3. Depois de apanhar o disco e de entrar em contacto com o solo dentro do campo, o lançador tem que reduzir a velocidade o mais depressa possível sem mudar de direcção, até ter estabelecido um ponto de pivot.

18.2.3.1. O lançador pode libertar o disco enquanto reduz a velocidade desde que mantenha o contacto com o campo de jogo durante todo o lançamento.

18.2.4. O lançador só pode mudar de direcção ("pivot") se estabelecer um "ponto pivot", em que uma parte do seu corpo permanece em contacto permanente com um certo ponto do campo de jogo, designado por "ponto pivot".

18.2.5. Um lançador que esteja no chão ou de joelhos não necessita de estabelecer um pivot.

18.2.5.1. Uma vez imobilizado, o centro da sua massa corporal determina o seu ponto pivot e não se deverá movimentar desse ponto enquanto estiver no chão ou de joelhos.

18.2.5.2. Se se levantar tem que estabelecer o pivot nesse ponto.

- 18.2.6. Ocorre uma infracção de travel (movimento) quando:
- 18.2.6.1. o lançador estabelece o pivot num ponto incorrecto do campo de jogo.;
 - 18.2.6.2. o lançador muda de direcção antes de se imobilizar ou de libertar o disco;
 - 18.2.6.3. o lançador não consegue reduzir o seu movimento com rapidez suficiente;
 - 18.2.6.4. o lançador não consegue manter o pivot estabelecido até lançar o disco;
 - 18.2.6.5. o lançador não consegue manter-se em contacto com o campo de jogo durante todo o lançamento: ou
 - 18.2.6.6. um receptor se intencionalmente não consegue agarrar o disco e retem-o na sua posse de modo a poder movimentar-se em qualquer direcção.
- 18.2.7. Após uma infracção de travel sem contestação, o jogo não é interrompido.
- 18.2.7.1. O lançador estabelece um pivot no ponto correcto, tal como é indicado pelo jogador que assinalou a infracção de movimento. Isto deve ocorrer sem atrasos por parte dos dois jogadores envolvidos.
 - 18.2.7.2. Qualquer contagem é interrompida e o lançador não pode lançar o disco até o pivot ser estabelecido no ponto correcto.
 - 18.2.7.3. O marcador tem que dizer “Stalling” antes de reiniciar a contagem.
- 18.2.8. Se, após uma infracção de travel mas antes de corrigir o ponto de apoio, o lançador fizer um passe completo, a equipa defensiva pode assinalar “Travel”. O jogo é interrompido e o disco é devolvido ao lançador.
- 18.2.8.1. Antes do check o lançador tem que estabelecer um pivot no local apropriado e, se estava presente um defesa na altura do lançamento, o defesa pode fazer a marcação do lançador.
- 18.2.9. Se, após uma infracção de travel, o lançador fizer um passe incompleto, o jogo deverá prosseguir.
- 18.2.10. Após uma infracção de travel contestada em que o lançador não tenha lançado o disco, o jogo é interrompido.
- 18.3. Violações “Pick”
- 18.3.1. Se um defesa que estiver a guardar um atacante for impedido de se movimentar em direcção a/com esse jogador por outro jogador, esse defesa pode assinalar “Pick”.
 - 18.3.2. Uma vez interrompido o jogo, o jogador que sofreu a obstrução pode ocupar a posição que ocuparia se não tivesse ocorrido a obstrução. O disco é devolvido ao lançador (se tiver chegado a ser lançado).

19. Paragens

- 19.1. Paragem por Lesão
- 19.1.1. Um jogador lesionado ou um colega de equipa, podem solicitar a interrupção imediata do jogo, dizendo “Lesão” .
 - 19.1.2. Se algum jogador tiver um ferimento aberto ou a sangrar, a interrupção do jogo é obrigatória e esse jogador deverá ser imediatamente substituído e só poderá regressar ao jogo após o ferimento ter sido tratado e o sangue estancado.
 - 19.1.3. Se a lesão não tiver ocorrido por contacto com um adversário, o jogador pode optar por ser substituído ou pode escolher fazer uma Pausa (time-out).
 - 19.1.4. Se a lesão for consequência de um contacto com um adversário, o jogador pode escolher entre ficar ou ser substituído.
 - 19.1.5. Se o jogador lesionado abandonar o campo, a equipa adversária também está autorizada a fazer uma substituição.
 - 19.1.6. Se o jogador lesionado tiver apanhado o disco e o tiver deixado cair devido à lesão, esse jogador manterá a posse do mesmo.
 - 19.1.7. Os jogadores que substituem outros jogadores devido a lesão assumem na totalidade o lugar (posição, possessão, contagem etc.) do jogador que vão substituir.
- 19.2. Paragem Técnica
- 19.2.1. Qualquer jogador pode solicitar uma paragem técnica se detectar qualquer situação que ponha em risco a integridade física dos outros jogadores.
 - 19.2.2. O lançador pode solicitar uma paragem técnica durante o jogo para substituir um disco extremamente danificado.
- 19.3. Se o disco estava no ar quando foi solicitada a paragem, o jogo continua até a sua posse estar estabelecida:

- 19.3.1. Após uma paragem por lesão que não resultou de uma falta, prevalece a conclusão ou o turnover e o jogo recomeça nesse mesmo ponto;
- 19.3.2. Após uma paragem técnica:
 - 19.3.2.1. Se a situação não afectou o jogo, prevalece a conclusão ou o turnover e o jogo recomeça nesse ponto.
 - 19.3.2.2. Se a situação tiver afectado o jogo, o disco é devolvido ao lançador .

19.4. Em jogos cronometrados, o relógio pára sempre que o jogo para.

20. Time-Outs (Pausas)

- 20.1. O jogador que pede um “time-out” tem que fazer um T com as 2 mãos ou com uma das mãos e o disco e dizer “time-out” de maneira a ser ouvido pelos jogadores da equipa adversária.
- 20.2. Cada equipa tem direito a dois (2) “time-outs” por cada meio tempo.
- 20.3. Os time-outs podem ser feitos em qualquer altura durante um meio tempo.
- 20.4. A duração de um time-out é de dois (2) minutos.
- 20.5. Após o início de um ponto e antes do pull que se segue, qualquer jogador de qualquer uma das equipas pode solicitar um time-out. O time-out prolonga o período de tempo entre o início do ponto e o pull que se segue em dois (2) minutos.
- 20.6. Durante o jogo só o lançador com um ponto de pivot estabelecido é que pode solicitar um time-out. Após esse time-out:
 - 20.6.1. Não são permitidas substituições excepto por lesão.
 - 20.6.2. O jogo recomeça exactamente no mesmo ponto de pivot.
 - 20.6.3. O lançador deverá ser o mesmo.
 - 20.6.4. Todos os outros jogadores ofensivos podem então escolher as posições que entenderem no campo.
 - 20.6.5. Após os jogadores ofensivos terem ocupado as respectivas posições, os jogadores defensivos podem ocupar as posições que escolherem no campo.
 - 20.6.6. A contagem permanece a mesma a não ser que o defesa tenha sido trocado.
- 20.7. Se o lançador tentar assinalar um time-out após a sua equipa já ter esgotado os seus time-outs, o jogo é interrompido. O marcador deverá acrescentar dois (2) segundos à contagem antes de recomeçar o jogo com um check. Se isto resultar numa contagem de dez (10) ou mais é considerada um “turnover”. Se não tiver sido iniciada qualquer contagem, a defesa poderá iniciá-la em três (3).

– FIM –

Definições

ACTO DE LANÇAR – Ver Lançamento.

AFECTAR A JOGADA – Uma transgressão das regras afecta uma jogada se o resultado dessa jogada específica fosse significativamente diferente se essa transgressão não tivesse ocorrido.

AUTO-CHECK – Acção levada a cabo pelo lançador quando toca com o disco no solo para recomeçar o jogo sempre que não há nenhum jogador defensivo ao seu alcance.

BRICK - Qualquer pull que aterre inicialmente fora dos limites do campo sem ter sido tocado pela equipa receptora.

CAMPO DE JOGO – Área que inclui a zona de jogo e as zonas de finalização mas excluindo as linhas de perímetro.

CHECK (PÔR EM JOGO) - Acção de um jogador defensivo que toca no disco para recomeçar o jogo.

CONTACTO ACIDENTAL – Qualquer contacto que não seja de natureza perigosa e não afecte o resultado do jogo.

CONTACTO COM O SOLO – Refere-se ao contacto de qualquer jogador com o solo directamente relacionado com uma manobra ou acontecimento específico, incluindo a aterragem ou a recuperação de um desequilíbrio (ex.: salto, mergulho, inclinação ou queda).

DEFESA – Qualquer jogador cuja equipa não esteja de posse do disco.

ESTABELECE UM PIVOT - Após um turnover é definido o ponto pivot, e o lançador estabelece um pivot colocando aí uma parte do seu corpo (em geral o pé). Depois de receber um passe, um lançador tem que estabelecer um pivot depois de se imobilizar se quiser então movimentar-se. Estabelece o pivot mantendo uma parte do corpo em contacto permanente com um ponto específico do campo de jogo.

FORA DOS LIMITES (OUT OF BOUNDS) – Tudo o que não faz parte do campo de jogo, incluindo as linhas de perímetro.

GUARDA – Um defesa está a guardar um atacante quando se encontra a três metros desse atacante e está a reagir a ele.

ENTRAR EM CONTACTO – Qualquer movimento em direcção a um adversário em posição legal (a sua posição estacionária ou prevista com base na sua velocidade e direcção), que resulta num contacto não accidental inevitável.

INTERCEPÇÃO – Quando um jogador da equipa defensiva apanha um lançamento feito pelo jogador da equipa atacante.

HOMEM – Qualquer pessoa que não seja mulher.

PARAGEM DO JOGO – Qualquer paragem do jogo devido a falta, infracção, discussão ou time-out em que seja necessário recorrer a um check ou auto-check para recomeçar o jogo.

O disco só pode ser sujeito a um turnover se se aplicar a regra da continuação.

JOGADA – Tempo que decorre entre o início do Pull e o momento imediatamente antes da marcação de um golo. A jogada pode ainda ser interrompida pela marcação de uma falta, infracção etc. e nesse caso recomeçará com um check (pôr em jogo).

JOGADOR – Uma das catorze (14) pessoas que participam no jogo que está a decorrer.

JOGADOR ATACANTE - Um jogador cuja equipa está na posse do disco.

LANÇADOR – É o jogador ofensivo que está na posse do disco ou o jogador que acabou de o lançar antes de ter sido determinado o resultado do lançamento.

LANCE - Disco que vai no ar após qualquer movimento de lançamento do mesmo, incluindo após uma falsa tentativa e um disco que tenha sido deixado cair intencionalmente, resultando numa perda de contacto entre o lançador e o disco.

Um passe é equivalente a um lance.

CHAMADA DE LINHA – Qualquer chamada relacionada com o local onde o disco ficou fora dos limites do campo, ou a posição de um jogador relativamente às linhas de perímetro ou à linha de golo. As chamadas de linha estão associadas a: “fora dos limites”, “golo” e “fora de jogo”.

LINHA - Fronteira que define as áreas de jogo. Num campo sem linhas marcadas, a fronteira é definida por uma linha imaginária que fica entre os dois marcadores de campo com a mesma espessura. As linhas não são extrapoladas para além dos marcadores mencionados.

LINHA DE GOLO – A linha que separa a zona de jogo de cada zona de finalização.

LINHAS DE PERÍMETRO – Linhas que separam a zona de jogo ou zona de finalização da área fora dos limites. Não fazem parte do campo de jogo.

MARCADOR – Jogador defensivo que está a fazer a contagem ao lançador.

MELHOR PERSPECTIVA – O ângulo de visão mais completo à disposição de um jogador que inclui a posição relativa do disco, do campo, dos jogadores e dos defensores de linha envolvidos na jogada.

MOVIMENTO DE LANÇAMENTO – O lançamento é o movimento ascendente que o lançador imprime ao disco para este voar e que resulta num lançamento. Os pivots e os “wind-ups” não fazem parte do acto do lançamento.

MULHER – Qualquer pessoa que seja considerada como tal segundo o regulamento em vigor do Comité Olímpico Internacional.

NÃO-JOGADOR – Qualquer pessoa, incluindo um membro da equipa, que não esteja a jogar.

ONDE O DISCO SE IMOBILIZA - Refere-se ao sítio onde o disco é apanhado, onde se imobiliza naturalmente ou é impedido de rolar ou deslizar.

PIVOT – Movimento em qualquer direcção enquanto se mantém uma parte do corpo em contacto com um único ponto do campo de jogo, designado por ponto pivot.

PONTO PIVOT – Ponto no campo de jogo onde o lançador tem que estabelecer um pivot após um turnover, ou onde já foi estabelecido um pivot. Um lançador não pode estabelecer um ponto pivot se não se tiver imobilizado e não tiver rodado.

POSIÇÃO VÁLIDA – Posição estacionária estabelecida pelo corpo de um jogador excluindo braços e pernas estendidos que podem ser evitados por todos os jogadores adversários quando são levados em conta o tempo e a distância.

POSSE DO DISCO - Contacto prolongado com, e controlo de, um disco imobilizado.

Apanhar um passe é equivalente a estabelecer a posse desse passe.

A perda da posse devido a contacto com o solo relacionado com a recepção de um passe nega a posse a esse jogador até esse ponto.

Um disco na posse de um jogador é considerado como fazendo parte desse mesmo jogador.

A equipa do jogador que se encontra na posse do disco ou cujos jogadores possam apanhar o disco é considerada a equipa que detém a posse do mesmo.

PULL – Lance que é feito por uma equipa à outra e que dá início ao jogo após o intervalo ou após a marcação de um golo.

RECLAMAÇÃO - Declaração claramente audível de que ocorreu uma falta, uma infracção ou uma lesão. Podem ser utilizados os seguintes termos: Falta, Movimento, designação específica da Infracção de Marcação, Violação (ou nome específico da Violação), Contagem, Técnica e Lesão.

RECEPTORES – São todos os jogadores atacantes excepto o lançador.

O acto de lançamento é o movimento do lançador que transfere o impulso do jogador para o disco e resulta num lance. Os Pivots e os wind-ups não são considerados como fazendo parte do acto de lançamento.

TERRENO – São todos os objectos suficientemente sólidos incluindo relva, cones de marcação, equipamento, água e não-jogadores mas excluindo todos os jogadores e as roupas que têm vestidas, partículas aéreas e precipitação.

TURNOVER – Qualquer acontecimento que resulte na mudança da equipa que está na posse do disco.

ZONA DE FINALIZAÇÃO – Uma das duas áreas no limite do campo onde as equipas podem marcar um golo se apanharem o disco aí.

ZONA DE FINALIZAÇÃO ATACANTE – Zona de finalização onde a equipa em causa está a tentar pontuar nessa altura.

ZONA DE FINALIZAÇÃO DEFENSIVA – Zona de Finalização onde a equipa em causa está a tentar impedir que a equipa adversária marque.

ZONA DE JOGO - Área do campo de jogo incluindo as linhas de golo mas excluindo as zonas de finalização e as linhas de perímetro.

Licença

Esta Obra ("Regras de Ultimate 2013 da WFDF") está licenciada ao abrigo de uma licença Creative Commons Attribution 2.5. O Concessor da Licença e Autor Original da Obra é a Federação Mundial do Disco Voador, uma associação sem fins lucrativos registada no estado do Colorado, E.U.A. Este é um Resumo do Código Legal (a licença completa encontra-se no Apêndice C)

Está autorizado a:

- tirar fotocópias, distribuir, mostrar e pôr a Obra em prática
- fazer outras obras com base nesta
- utilizá-la com fins comerciais

Com as seguintes condições:

- Tem que atribuir esta obra da maneira indicada pelo autor ou concessor da licença.
- Se quiser fazer qualquer reutilização ou distribuição da mesma tem que explicar aos destinatários das mesmas os termos desta licença.
- Pode prescindir de todas estas condições se obtiver autorização prévia da WFDF.

A sua utilização correcta e outros direitos não são afectados pelo que ficou exposto acima.