

## Disc-Shot

### Spielidee

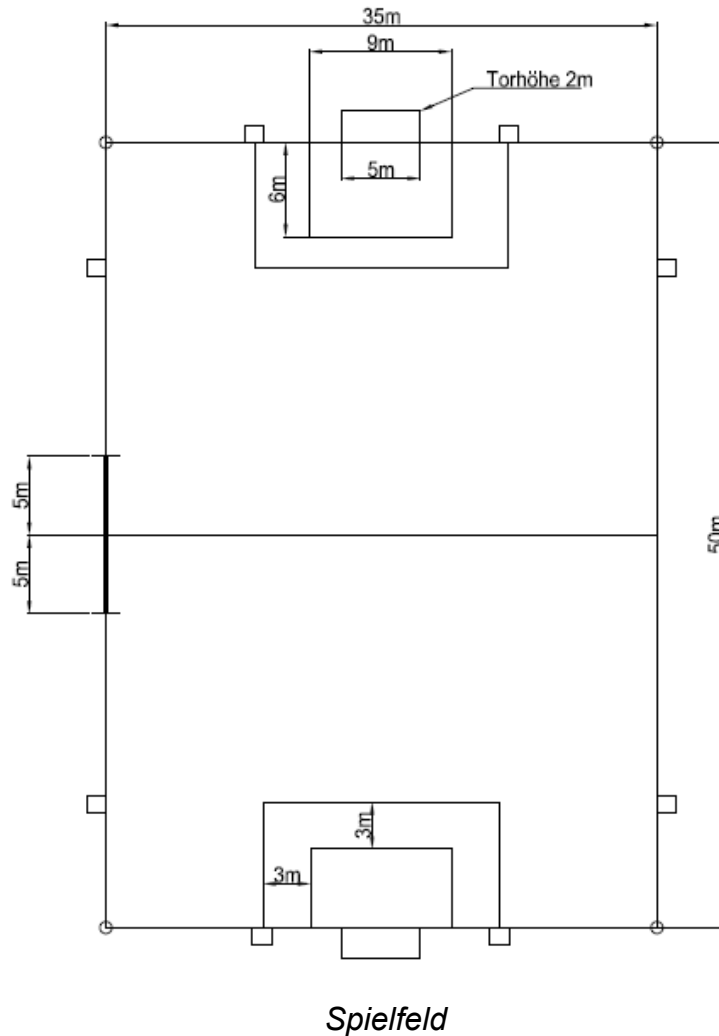
Beim Spiel „Disc-Shot“ wird in zwei Teams Frisbee auf Tore gespielt. Ziel ist es, durch schnelle Kombinationen und Spielzüge möglichst viele Treffer zu erzielen. Das Spiel eignet sich für die Sekundarstufe II und bietet eine gute Alternative zu „Ultimate Frisbee“. Ausserdem sollte das Material in allen Sportanlagen der Schulen vorhanden sein. Eingeschränkt wird das Spiel von einer Feldbegrenzung und wenigen Markierungen.

### Spielfeld und Material

- Spielgerät ist eine Frisbee-Scheibe. Die weicheren Modelle sind geeigneter, da so der Torhüter bei den Torschüssen geschont wird.
- Gespielt wird mit je einem Torhüter, der bei Bedarf einen Unihockeyhelm, -Handschuhe, -Tiefschutz sowie ein Unihockey-Torhüterdress anziehen kann.
- Es wird im Freien auf Kunst- oder Naturrasen in der Grösse eines D-Fussballfeldes (min. 35x25m, max. 50x35m) gespielt. Es ist an den Seiten sowie an den Grundlinien begrenzt durch eine Leine (Eventuell vorhandene Feldbegrenzungen können benützt werden).
- Es wird auf D-Junioren Fussballtore gespielt (5x2m).
- Das Spielfeld im Freien besitzt einen Torhüterraum (6x9m), in dem sich nur der Torhüter bewegen darf.
- Gedachter Drei-Meter-Raum um den Torhüterraum (mit Hütchen markiert als Hilfe).
- Wechselzone (fünf Meter links und rechts von der Mitte aus)



1	Überzieher
2	Unihockey-Torhüterdress
3	Unihockey-Handschuhe
4	Leinen zur Markierung des Feldes
5	Hütchen zur Markierung des Drei-Meter-Raums
6	Agraffen zur Befestigung der Leinen
7	Frisbee-Scheiben
8	Einsteckstäbe für die Feldecken



*Spielfeld*

## Spielregeln

### 1. Bestimmungen vor dem Spiel:

- 1.1 Bei Spielbeginn müssen alle Spieler auf ihrer Seite des Feldes stehen. An gespielt wird bei Anpfiff sowie Tor vom Torhüter aus.
- 1.2 Das Spielgerät ist ein Frisbee, welcher nur mit der Hand gespielt werden darf.
- 1.3 Es wird pro Team mit einem Torhüter und minimal fünf Feldspielern gespielt.
- 1.4 Das anspielende Team wird mittels Münzwurf ermittelt.
- 1.5 Es werden vier Viertel zu je sieben Minuten gespielt, wobei das Anspiel immer wechselt.
- 1.6 Der ein- bzw. ausgewechselte Spieler muss bei einer Auswechslung das Feld in der Wechselzone (fünf Meter links und rechts von der Mitte aus) verlassen, bzw. betreten. Der ausgewechselte Spieler muss die Linie komplett überquert haben, damit der eingewechselte Spieler das Spielfeld betreten darf. Es darf zu jedem Zeitpunkt des Spiels gewechselt werden. Ein Wechsellimit gibt es nicht.

### 2. Punkt- und Spielgewinn:

- 2.1 Der Frisbee muss die Torlinie ganz überquert haben, damit das Tor zählt.
- 2.2 Das Team, welches mehr Tore erzielt, gewinnt das Spiel.

### 3. Bestimmungen für Feldspieler:

- 3.1 Es dürfen zwei Schritte mit dem Frisbee gelaufen werden. Wenn der Spieler den Frisbee in der Luft fängt, so beginnt das Zählen der Schritte erst nachdem er den Boden mit beiden Füßen berührt hat. Der Sternschritt ist erlaubt und zählt nicht als Schritt.
- 3.2 Ein Spieler darf die Scheibe bei Stillstand, Laufschritten und Sternschritt maximal drei Sekunden halten.
- 3.3 Der Spieler darf den Torhüterraum während des Spiels nicht betreten (ausgenommen sind Spielunterbrüche).
- 3.4 Den Frisbee zu werfen und selber wieder zu fangen, ist nicht erlaubt.

### 4. Bestimmungen für die Torhüter:

- 4.1 Nur der Torhüter darf den Frisbee mit allen Körperteilen berühren. Verlässt der Torhüter den Torhüterraum, gelten die selben Regeln wie für die Feldspieler.
- 4.2 Der Torhüter darf sich im Torhüterraum mit der Scheibe in der Hand frei bewegen.
- 4.3 Der Torhüter darf den Torhüterraum mit der Scheibe weder verlassen noch betreten.
- 4.4 Der Torhüter darf die Scheibe im Torhüterraum maximal fünf Sekunden in den Händen halten.
- 4.5 Der Torhüter muss innerhalb von fünf Sekunden die Scheibe aufheben, sofern sich diese innerhalb des Torhüterraums befindet. Falls der Torwart die Scheibe innerhalb der vorgegebenen Zeit nicht aufhebt, so gibt es einen Einwurf von der Seite auf Höhe der Markierung des Drei-Meter-Raums.

### 5. Bestimmungen im Torhüterraum:

- 5.1 Lläuft ein angreifender Spieler durch den Torhüterraum, gibt es Torabwurf.
- 5.2 Lläuft ein verteidigender Spieler durch den Torhüterraum, gibt es einen Freiwurf, welcher drei Meter vom Torraum entfernt gespielt wird. Wird durch dieses Vergehen eine klare Torchance verhindert, gibt es einen Penalty.
- 5.3 Landet der Frisbee im Torraum oder auf dessen Markierung, darf ihn nur der Torhüter berühren, da die Markierung Teil des Torraums ist.

### 6. Bestimmungen zum „Aus“ und Bodenkontakt der Scheibe:

- 6.1 Gelangt der Frisbee über die Feldbegrenzung, so erhält das gegnerische Team einen Einwurf, wobei beide Füße hinter der Feldbegrenzung und ein Fuss am Boden sein muss.
- 6.2 Lenkt ein Spieler des verteidigenden Teams den Frisbee über die Grundlinie, so gibt es einen Eckwurf. Lenkt der Torwart die Scheibe im Torhüterraum hinter die Grundlinie, gibt es Abwurf.
- 6.3 Die Scheibe muss die Linie komplett überquert haben, damit es Ein- bzw. Abwurf gibt.
- 6.4 Fällt die Scheibe auf den Boden wird weiterspielt.

### 7. Bestimmungen bei Regelverstößen:

- 7.1 Berührt ein Spieler die Scheibe mit einem Körperteil unterhalb seines Knies mit einer aktiven Bewegung zur Scheibe, wechselt der Scheibenbesitz.
- 7.2 Freiwürfe werden von dem Ort ausgeführt, an dem der Regelverstoss begangen wurde. Der Abstand für Spieler des anderen Teams beträgt drei Meter.
- 7.3 Bei der Ausführung des Freiwurfes oder des Penaltys muss ein Fuss den Boden berühren und darf nicht bewegt werden.
- 7.4 Wenn man bei einem Freiwurf den Gegenspieler im Gesicht trifft, ohne dass sich der Verteidiger bewegt, gibt es eine Drei-Minuten-Strafe.
- 7.5 Penaltys werden von neun Meter Entfernung ausgeführt.

- 7.6 Der Frisbee darf berührt werden, der Spieler jedoch nicht. Je nach Härte des Fouls entscheidet der Schiedsrichter auf Freiwurf oder Penalty, wobei dieser nur bei einem Foul des Verteidigers in der eigenen Hälfte gepfiffen werden darf.
- 7.7 Bei einem Foul des verteidigenden Spielers, innerhalb des mit Hütchen markierten Drei-Meter-Raums, gibt es einen Penalty.
- 7.8 Wird der verteidigende Spieler gefoult, wechselt der Scheibenbesitz.
- 7.9 Wird der angreifende Spieler gefoult, die Scheibe kann aber weiter gespielt werden, so wird auf Vorteil entschieden.
- 7.10 Ist der Frisbee in neutralem Besitz (in der Luft, am Boden), so ist ein leichter Körperkontakt erlaubt.
- 7.11 Absichtliches Stossen, Klammern und Rempeln ist nicht erlaubt.
- 7.12 Kommt es zu einem gegenseitigen „Reissen an der Scheibe“, gibt es Freiwurf für den Spieler, der die Scheibe zuerst in Besitz hatte.