

**¡Ven a jugar con nosotros!**

# BEACH ULTIMATE FRISBEE



Para más información acerca del Beach Ultimate en todo el mundo y las reglas completas, visita <http://beachultimate.org>

# ¿Qué hace del Beach Ultimate un deporte tan especial?

El Beach Ultimate es un deporte de equipo para chicas y chicos, hombres y mujeres. Se juega con un disco (Frisbee) en vez de con un balón.

El objetivo del juego es atrapar el disco en el área de gol oponente, parecido al fútbol americano.

Aunque los jugadores corren constantemente, el contacto físico no está permitido y se considera falta.

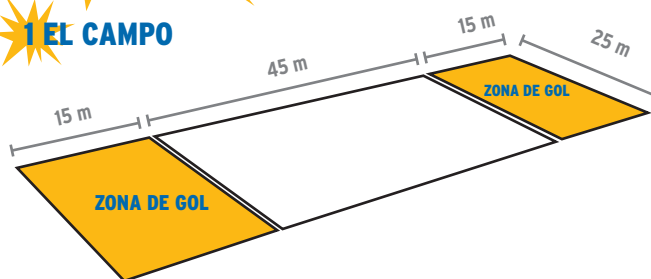
Cuando se hace falta a un jugador, se para el juego. Si el oponente está de acuerdo con la falta, el jugador al que se la han hecho recupera el disco y sigue jugando. Si no hay acuerdo, el disco vuelve al último jugador que ha lanzado.

## ¡Parece increíble pero funciona!

Incluso en los campeonatos del mundo, donde se enfrentan equipos de más de 30 países, se juega sin árbitro. El juego, muy exigente físicamente, se basa completamente en el juego limpio, la responsabilidad individual y la diversión.

# Beach Ultimate en 10 simples reglas 5 contra 5

## 1 EL CAMPO



## 2 INICIO DEL JUEGO

Quien gana el sorteo a cara o cruz (del Frisbee) elige el campo o el ataque. A continuación ambos equipos (5 jugadores por equipo) se colocan en la línea que delimita su área de gol. El equipo defensor lanza el disco al equipo atacante para que empiece el juego.

## 3 MOVIMIENTO DEL DISCO Y DE LOS JUGADORES

Los jugadores pueden pasarse el disco en cualquier dirección. No se puede correr con el disco en la mano. El jugador con la posesión del disco dispone de 10 segundos para lanzarlo a un compañero. El defensor del jugador con el disco cuenta los segundos en voz alta ("stall one, stall two, stall three...").

## 4 CAMBIO DE POSESIÓN

Se produce un cambio de posesión en los casos siguientes:

- \* si el disco toca el suelo (también si previamente lo ha tocado la defensa)
- \* si el disco se atrapa fuera del campo (en la línea se considera fuera)
- \* si el disco es interceptado por un oponente

En un cambio de posesión, la defensa adquiere inmediatamente la posesión del disco y se convierte en ataque.

## 5 MARCADOR

Se anota un gol (1 punto) cuando un jugador lanza el disco a otro jugador de su equipo y se atrapa correctamente en la zona de gol del equipo adversario. Se reinicia el juego después de cada punto. Los partidos se juegan hasta que un equipo alcanza un número de puntos previamente acordado (generalmente 13 puntos) o se alcanza un límite de tiempo (generalmente 30-40 minutos).

## 6 INICIO DEL JUEGO

El juego se reanuda con los dos equipos colocados en las respectivas líneas de frente a sus zonas de gol, y el equipo que acaba de marcar punto lanza el disco al otro equipo.

## 7 SUSTITUCIONES DE JUGADORES

Los jugadores se pueden sustituir únicamente al finalizar un punto, mientras los equipos se colocan en la línea; o, en cualquier momento, si un jugador se lesiona. No se pueden realizar otros cambios mientras se está jugando un punto.

## 8 SIN CONTACTO FÍSICO

El Beach Ultimate es un deporte sin contacto; por lo que siempre que se produce un contacto físico es falta.

## 9 SIN ÁRBITROS

Todas las faltas las llaman los jugadores involucrados. Cuando una falta provoca la pérdida del disco, se para el juego y se reanuda como si no se hubiera perdido el disco. Si el jugador que ha hecho falta no está de acuerdo con la falta, se repite la jugada.

## 10 ESPÍRITU DEL JUEGO

El Beach Ultimate se basa totalmente en la deportividad y el juego limpio. Se promueve el juego competitivo sin menoscabo del respeto entre jugadores, respeto a las reglas y de la diversión de jugar.

