

# **Crazy Dogs Stans**



## **Ultimate Frisbee leicht gemacht**

Ein Handbuch zum Erlernen von Ultimate Frisbee

<b>1</b>	<b>ULTIMATE FRISBEE LEICHT GEMACHT .....</b>	<b>3</b>
<b>2</b>	<b>WORUM ES GEHT .....</b>	<b>3</b>
	Das Spielfeld.....	4
<b>3</b>	<b>ABLAUF DES SPIELS .....</b>	<b>4</b>
3.1	Flippen.....	4
3.2	Der Anwurf .....	5
<b>4</b>	<b>DIE OFFENSE .....</b>	<b>6</b>
4.1	Der Werfer .....	6
4.2	Mögliche Calls des Werfers.....	6
4.3	Der Fänger.....	6
4.4	Mögliche Calls des Fängers .....	7
<b>5</b>	<b>DIE DEFENSE .....</b>	<b>8</b>
5.1	Der Marker .....	8
5.2	Mögliche Calls des Markers .....	9
5.3	Die restlichen Verteidiger .....	9
5.4	Mögliche Calls der restlichen Verteidiger .....	9
<b>6</b>	<b>SPIELFLUSS.....</b>	<b>10</b>
<b>7</b>	<b>SPIRIT OF THE GAME.....</b>	<b>11</b>
	<b>ANHANG.....</b>	<b>12</b>
<b>8</b>	<b>ULTIMATE-BEGRIFFE (ÜBERSETZUNGEN UND BESCHREIBUNGEN) .....</b>	<b>12</b>
8.1	Allgemeine Begriffe .....	12
8.2	Calls .....	13

## 1 Ultimate Frisbee leicht gemacht

Dieses Dokument soll dazu dienen, Neueinsteigern den Ablauf vom Ultimate Frisbee zu erklären. Natürlich kann nicht auf jede Spielsituation eingegangen werden, es werden aber die wichtigsten Begriffe und Regeln erklärt. Wenn jemand Anregungen oder Verbesserungsvorschläge hat, kann er/sie mir diese jederzeit melden.

Im ganzen Dokument wird die männliche Form des Spielers verwendet, natürlich gilt das Dokument genauso für weibliche Spieler.

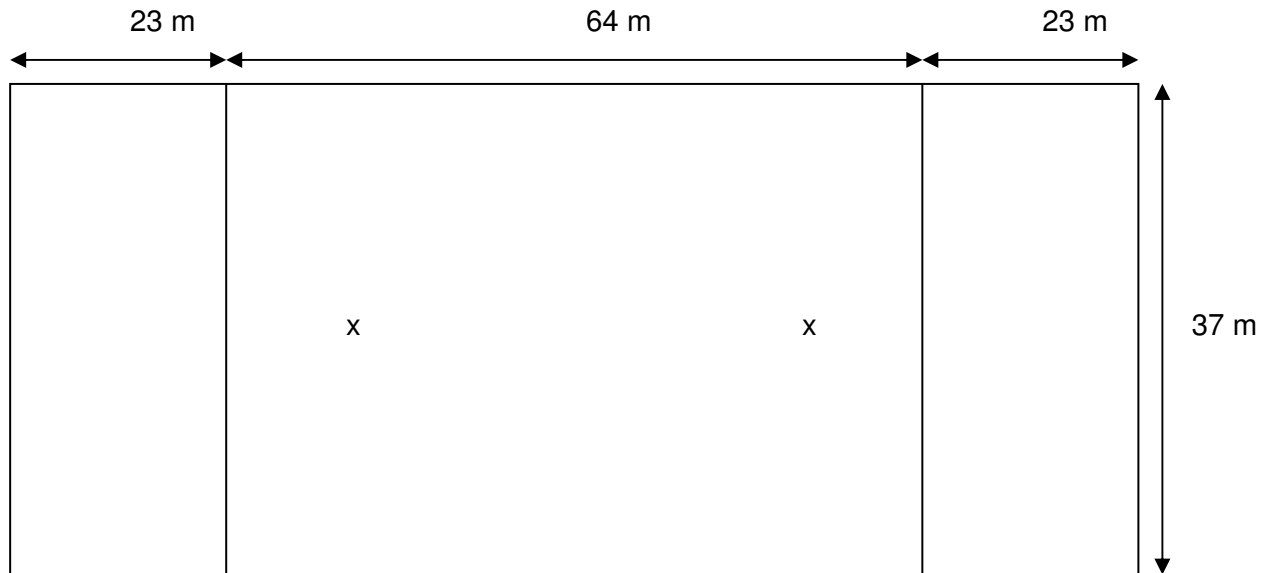
Einige Abschnitte sind nicht selber geschrieben worden, sondern direkt aus den Regeln des SFSV (Schweizerische Frisbee Sport Verband) oder anderen Dokumenten entnommen.

## 2 Worum es geht

Ultimate ist ein Mannschaftssport bei dem die Mannschaft, die am Ende eines Spieles die meisten Punkte hat, gewinnt. Dieses Spiel wird mit zwei Mannschaften zu je sieben Spielern auf einem rechteckigen Feld mit je einer Endzone an den Stirnseiten gespielt. Ein Punkt wird dadurch erzielt, dass ein Spieler/Werfer die Scheibe zu einem Spieler seiner Mannschaft wirft und dieser sie innerhalb der von seiner Mannschaft angegriffenen Endzone fängt. Die Scheibe darf ausschließlich durch Würfe von einem Spieler zu einem anderen weiterbewegt werden. Ein Spieler darf nicht rennen, solange er im Besitz der Scheibe ist. Während die Mannschaft, die im Besitz der Scheibe ist, versucht, diese in die Richtung der angegriffenen Endzone zu bewegen, versucht die gegnerische Mannschaft diese Bewegung zu unterbinden und den Besitz der Scheibe durch das Erzwingen eines Turnover zu erreichen. Ein Turnover ereignet sich immer dann, wenn ein Pass unvollständig ist, die Scheibe von einem gegnerischen Spieler gefangen oder zu Boden geschlagen wird, den Boden berührt oder von einem Spieler im Aus gefangen wird. Körperkontakt ist nicht erlaubt. Der Sport wird selbstverwaltet gespielt, es gibt keine Schiedsrichter. Sämtliche Entscheidungen über "drin" oder "draußen", Scheibenbesitz und Fouls werden von den Spielern auf dem Spielfeld getroffen.

## Das Spielfeld

Die Masse des Spielfeldes können von Turnier zu Turnier ändern, ebenfalls wird in der Halle auf einem kleineren Feld gespielt und auch nur mit 5 Spielern pro Team



## 3 Ablauf des Spiels

Zum Ablauf des Spiels gibt es zu sagen, dass es keinen Schiedsrichter gibt, d.h. die beiden Teams müssen Uneinigkeiten unter sich ausmachen, dies passiert meistens durch Calls und anschließenden Diskussionen auf dem Spielfeld. Das bedingt, dass alle Spieler die Regeln kennen und somit die richtigen Entscheidungen getroffen werden.

### 3.1 Flippen

Zuerst treffen sich die beiden Team-Captains und machen aus, wer mit welcher T-Shirt-Farbe spielt, wer zuerst Offense hat und wer auf welcher Seite beginnt. Wenn beide Teams eh schon unterschiedliche Shirt-Farben tragen, muss dies natürlich nicht mehr geändert werden. Wenn aber beide Teams lieber mit hellen Shirts spielen wollen, wird darum geflippt. Ein Team-Captain wirft eine Scheibe in die Luft und der andere sagt während dem Flug der Scheibe, ob diese mit der Oberseite nach oben (☺ oben) oder mit der Unterseite nach unten (☹ unten) liegen bleibt. Es können auch zwei Scheiben geworfen werden und es wird dann gesagt, ob diese gleich oder ungleich liegen bleiben.

Der Gewinner darf wählen auf welcher Seite sein Team beginnt, oder ob sein Team zuerst Offense oder Defense spielt. Wählt der Gewinner eine Seite, darf der andere Team-Captain Offense oder Defense wählen. Wählt der Gewinner Offense oder Defense, darf der andere Team-Captain die Seite wählen.

Beim Flippen wird auch die Spielscheibe bestimmt, es kann gem. Regeln mit jeder Scheibe gespielt werden, mit der beide Team-Captains einverstanden sind.

### 3.2 Der Anwurf

Zum Anfang jedes Punktes stellen sich die sieben Spieler jedes Teams an der Vorderlinie der Endzone auf, die sie in diesem Punkt verteidigen müssen. Das Team, welches zuerst verteidigen muss, hat die Scheibe. Dieses Team darf nun auch die Positionen auf der Linie wechseln, das andere Team stellt sich auf und darf die Positionen nicht mehr wechseln. Das verteidigende Team kann nun seine Spieler den Gegenspielern zuteilen, damit grössere Spieler auch die grösseren Spieler des anderen Teams decken, schnellere die schnelleren des anderen Teams usw.

Nach dieser Zuteilung hebt der Spieler mit der Scheibe den Arm, damit zeigt er, dass sein Team bereit ist. Ein Spieler des anderen Teams macht dasselbe und somit kann das Spiel mit dem Anwurf beginnen.

Der anwerfende Spieler darf zwar Anlauf nehmen, muss die Scheibe aber abgegeben haben, bevor er die vordere Endzonenlinie überquert, genauso dürfen seine Mitspieler die vordere Endzonenlinie erst überqueren, wenn er die Scheibe abgegeben hat.

Der Spieler mit der Scheibe hat das Ziel, die Scheibe in der hintersten Ecke der anderen Endzone zu platzieren, damit das angreifende Team von dort aus das Spiel aufnehmen muss und dadurch den weitest möglichen Weg zur anderen Endzone zurückzulegen hat. Ein weiteres Ziel ist, dass der Anwurf so lange wie möglich in der Luft bleibt, dass die eigenen Spieler die Möglichkeit haben, während dem Anwurf zu ihren Gegenspielern zu rennen und somit gleich vom ersten Pass an die Möglichkeit haben, ihren Gegenspieler zu verteidigen und evt. die Scheibe runterzuschlagen.

Es ist entscheidend, wo die Scheibe beim Anwurf landet, dabei gibt es folgende Möglichkeiten:

1. Die Scheibe landet irgendwo im Spielfeld und bleibt auch dort liegen → Das angreifende Team muss das Spiel von diesem Ort anfangen.
2. Die Scheibe landet irgendwo im Spielfeld und rollt anschliessend über eine Linie ins Aus → Das angreifende Team muss das Spiel von dem Punkt anfangen, an dem die Scheibe die Linie überquert hat. Ist dieser Punkt in der Endzone, darf das Spiel an der vorderen Endzonenlinie angefangen werden.
3. Die Scheibe landet im Aus hinter der vorderen Endzonenlinie → Das angreifende Team darf das Spiel beim Brick-Point anfangen.
4. Die Scheibe landet im Aus vor der vorderen Endzonenlinie → Das angreifende Team nimmt die Scheibe und geht von dem Punkt, wo die Scheibe liegt, auf kürzestem Weg in die Spielfeldmitte oder an den Spielfeldrand und startet das Spiel von dort.
5. Die Scheibe wird vom angreifenden Team gefangen → Das Spiel wird sofort gestartet. Wenn der Fänger aber in der Endzone steht, darf er an die vordere Endzonenlinie gehen und dort das Spiel starten. ACHTUNG: Wenn versucht wird, den Anwurf zu fangen und die Scheibe berührt, aber nicht gefangen, ist dies ein Turnover und das andere Team kommt in Scheibenbesitz. D.h. die Scheibe soll nur gefangen werden, wenn man sich auch sicher ist, diese zu fangen!!!

## 4 Die Offense

Ziel der Offense ist es, die Scheibe durch Passen zu Mitspielern in die gegnerische Endzone zu bewegen. Wird die Scheibe in der gegnerischen Endzone gefangen, ist dies ein Punkt und das Spiel findet seinen Fortlauf mit einem Anwurf des Teams, dass soeben gepunktet hat.

Die Aufstellung des angreifenden Teams hängt immer von der Aufstellung des verteidigenden Teams ab, deshalb wird die Aufstellung beim Thema Defense genauer unter die Lupe genommen.

### 4.1 Der Werfer

Sobald ein Spieler die Scheibe in der Hand hat, muss er stehen bleiben, wird die Scheibe im Laufen gefangen, muss er so schnell wie möglich stehen bleiben. Gem. offiziellen Regeln sind 3 Bremsschritte erlaubt.

Wenn der Werfer steht, darf er einen Sternschritt machen, ähnlich wie beim Basketball. Für Rechtshänder ist das linke Bein das Standbein und dieses muss immer am Boden bleiben, solange die Scheibe in der Hand ist. Für Linkshänder ist das rechte das Standbein.

Die Aufgabe des Werfers ist, die Scheibe einem Mitspieler zuzuspielen, ohne dass die Scheibe den Boden oder z.B. einen Baum ausserhalb des Feldes berührt und ein Gegenspieler die Scheibe fangen oder zu Boden schlagen kann.

Gelingt dies, wird der Fänger der Scheibe zum Werfer und darf nach den Bremsschritten auch nur wieder einen Sternschritt mit einem fest platzierten Standbein machen.

Der vorherige Werfer darf sich wieder frei bewegen, sobald die Scheibe seine Hand verlassen hat.

Das Standbein muss im Feld platziert sein. Als Feld gilt alles, was innerhalb der Linien ist.

Die Scheibe darf während dem Flug das Feld verlassen, muss aber im Feld gefangen werden.

### 4.2 Mögliche Calls des Werfers

- Foul
- Fast Count
- Strip
- Double Team

### 4.3 Der Fänger

Die Spieler, die nicht die Scheibe in der Hand haben, sind alle potenzielle Fänger und dürfen sich frei auf dem Spielfeld bewegen, solange sie die Scheibe nicht in der Hand haben.

Die Scheibe darf auf alle erdenklichen Arten gefangen werden, einhändig, zweihändig, zwischen den Beinen. Sie darf einfach den Boden nicht berühren, solange sie nicht sicher in der Hand eines Fängers ist.

Die Aufgabe der Fänger ist, sich durch Körpertäuschungen oder einfach Schnelligkeit von ihrem Gegenspieler zu lösen und so einen Pass des Werfers zu fangen.

Die Scheibe muss im Feld gefangen werden. Während dem Flug darf die Scheibe aber die Aus-Linie überqueren, solange sie anschliessend im Feld gefangen wird.

Befindet sich der Fänger zum Zeitpunkt des Fangens in der Luft, zählt dies nur, wenn er im Feld abgesprungen ist und die erste Bodenberührung bei der Landung ebenfalls im Feld ist.

Er kann aber im Feld abspringen, die Scheibe in der Luft fangen und auch wieder abgeben, bevor er wieder mit dem Boden in Kontakt kommt, wenn er merkt, dass er nicht im Feld landen kann. Wird dann die Scheibe von einem Mitspieler gefangen, gilt dies.

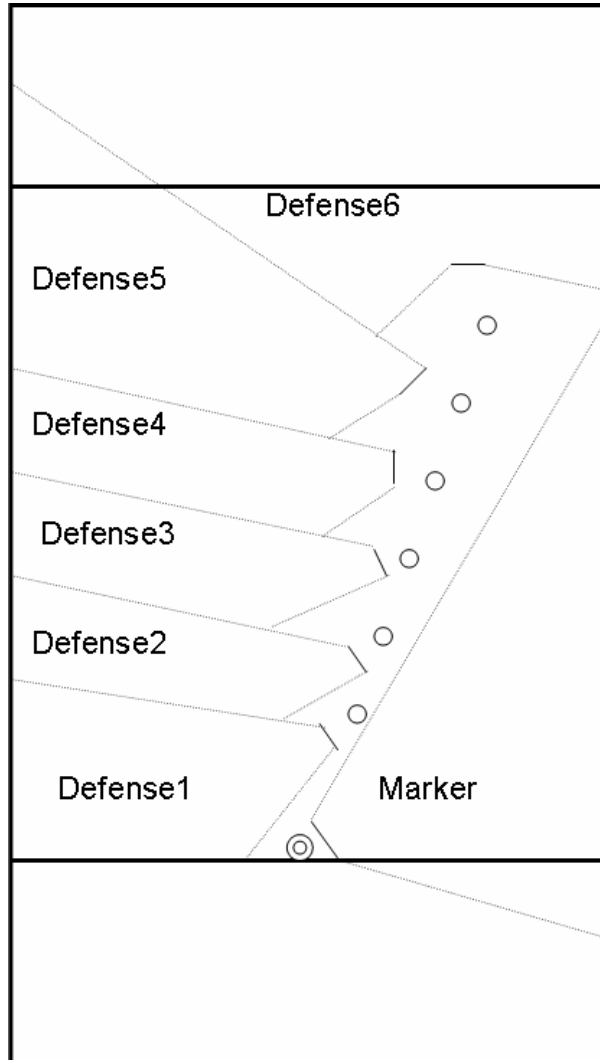
**ACHTUNG:** Berührt ein Fuss im Moment des Fanges eine Aus-Linie, gilt dies als Out und Turnover!

Wird die Scheibe innerhalb der gegnerischen Endzone gefangen, ist dies ein Punkt.

#### **4.4 Mögliche Calls des Fängers**

- Foul
- Strip

## 5 Die Defense



Das Ziel des Teams in der Defense ist, dass die Scheibe zu Boden fällt oder im Aus landet, damit das gegnerische Team seinen Angriff nicht fortsetzen kann. Dies kann durch runterschlagen der Scheibe aber auch durch irritieren des Fängers oder Werfers geschehen. Grundsätzlich wird eine Mann-Mann-Defense gespielt, d.h. jeder Verteidiger deckt einen Angreifer und weicht nicht von dessen Seite. Es gibt auch Raumverteidigungen, wie sie z.B. beim Fussball oder auch Basketball vorkommen, diese sind aber um einiges anspruchsvoller und deshalb für Anfänger nicht geeignet.

In der Defense muss man zwischen Marker und den restlichen 6 Verteidigern unterscheiden, da ihre Aufgaben ein bisschen anders aussehen. Die Abbildung zeigt, welche Räume die einzelnen Verteidiger bei der Grundaufstellung abdecken sollten. **Sehr wichtig ist, dass der Marker keinen Pass in seinen Rücken zulässt, weil alle anderen Verteidiger dann auf der ungünstigeren Seite ihrer Gegenspieler stehen!**

### 5.1 Der Marker

Der Marker deckt den angreifenden Spieler, der die Scheibe in der Hand hält, dies ist eine sehr wichtige Aufgabe, da die gesamte Aufstellung der Angreifer und somit auch der restlichen Verteidiger von ihm abhängt.

Der Marker steht nicht frontal vor den Werfer, sondern entweder leicht nach links oder leicht nach rechts verschoben, dadurch wird das Spielfeld in eine offene und eine geschlossene Seite unterteilt. Als geschlossene Seite wird der Raum im Rücken des Markers bezeichnet. Diese Verteidigung will erreichen, dass der Pass auf die linke, offene Seite gespielt wird.

Der Marker steht so nah als möglich zum Werfer hin, der Abstand muss aber mindestens einen Scheibendurchmesser betragen.

Als erstes muss er den Werfer anzählen, d.h. sobald er im Radius von 3 Metern vom Werfer ist, darf er im sekudentakt zu zählen beginnen (1...2...3...4...5 etc.). Gelangt



er bei 10 an und der Werfer hat die Scheibe immer noch in der Hand, muss er laut Turnover rufen und der Scheibenbesitz wechselt zum anderen Team. Der Werfer ist somit "ausgezählt" worden. Schafft es der Werfer, die Scheibe innert dieser 10 Sekunden abzuspielen, muss dies vom Marker durch ein lautes "Up" bekanntgegeben werden, dadurch merken seine Mitspieler, die evt. mit dem Rücken zum Werfer stehen, wann die Scheibe gespielt wird.

Der Werfer versucht natürlich, innert dieser 10 Sekunden die Scheibe einem Mitspieler zuzuwerfen. Der Marker versucht dies zu verhindern, in dem er die Scheibe gleich runterschlägt, wenn der Werfer diese loslässt. Gelingt ihm dies mit der Hand, nennt man das Handblock, gelingt es ihm mit dem Fuss, ist dies ein Footblock.

**Die wichtigste Aufgabe für den Marker ist, dass kein Pass in seinen Rücken geworfen wird, gem. Abbildung also auf die rechte Seite.** Wenn dies passiert, hat die Offense leichtes Spiel, da die restlichen Verteidiger auf der ungünstigeren Seite ihrer Gegenspieler stehen. Wird dieser Pass trotzdem gespielt, nennt man das "Bruch", dies muss vom Marker unbedingt laut gerufen werden, damit die restlichen Verteidiger wissen, dass die Scheibe nicht auf die offene Seite gespielt wurde.

## 5.2 Mögliche Calls des Markers

- Foul
- Foulfoul oder Travel
- Turnover
- Up

## 5.3 Die restlichen Verteidiger

Die restlichen Verteidiger versuchen zu verhindern, dass ihr Gegenspieler einen Pass fangen kann. Ein guter Verteidiger weiss in jeder Situation des Spiels, wo sich die Scheibe befindet und wo sein Gegenspieler ist.

Normalerweise steht der Verteidiger zwischen der Scheibe und seinem angreifenden Gegenspieler und auch nahe (1 – 2 Meter) bei ihm. Der Verteidiger muss immer sicherstellen, dass kein einfacher, direkter Pass vom Werfer zum Angreifer gespielt werden kann.

Der Angreifer versucht natürlich seinen Verteidiger abzuschütteln um frei und unbedrängt einen Pass fangen zu können. Dies verhindert der Verteidiger, indem er versucht voranzusehen, wohin der Angreifer rennen wird, um an die Scheibe zu kommen.

Wird dann ein Pass gespielt, kann der Verteidiger die Scheibe runterschlagen oder auch gleich fangen, beides wird als Turnover bezeichnet. Wenn möglich soll die Scheibe immer gefangen werden. Wird die Scheibe vom Verteidiger gleich gefangen, wird dieser dadurch zum Angreifer und darf die Scheibe nicht auf den Boden werfen. Der vorherige Angreifer ist dann Verteidiger und kann gleich mit anzählen beginnen.

## 5.4 Mögliche Calls der restlichen Verteidiger

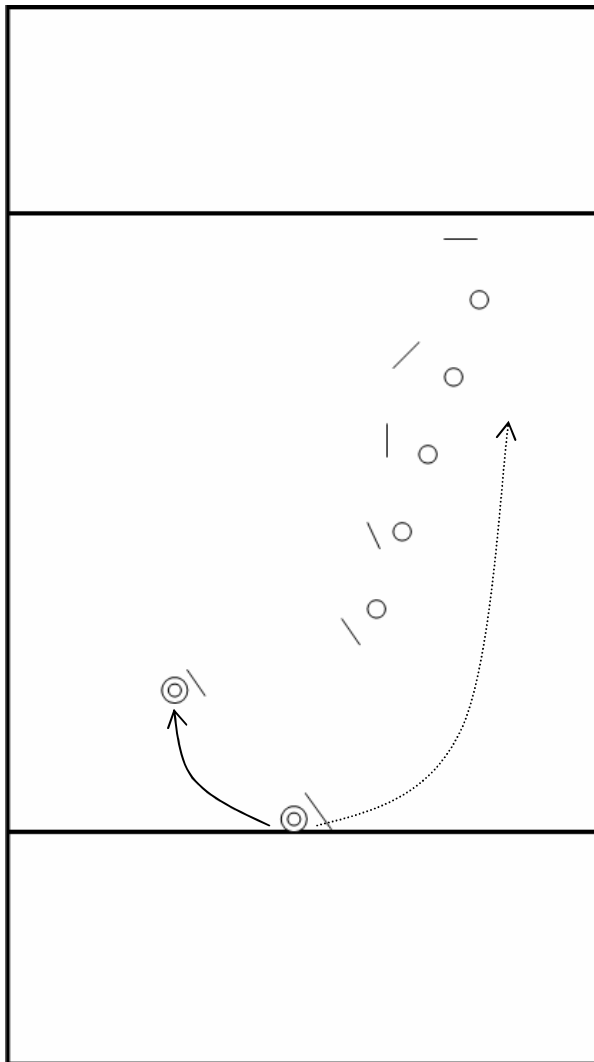
- Foul
- Pick
- Out

## 6 Spielfluss

Wird dann der erste Pass auf die offene Seite gespielt und auch gefangen, geht der vorherige Werfer sofort in den geschlossenen Raum nach vorne. Der neue Marker hat wieder genau dieselbe Aufgabe wie der Marker vor ihm. Die restlichen Angreifer verschieben sich ein bisschen nach hinten und versuchen dann erneut, durch Anlaufen einen Pass zu erhalten.

Für die Offense ist es ideal, wenn das Spiel flüssig läuft und auf jeden Pass gleich ein Folgepass gespielt werden kann. Wird der Werfer vom Marker bis auf 8 oder 9 angezählt, werden auch oft unsichere Pässe gespielt. Durch stehendes Spiel wird auch das Freilaufen schwieriger und anstrengender.

Die Defense versucht natürlich, das Spiel zu unterbrechen und zu verlangsamen. Dafür ist Teamarbeit gefragt! Nur wenn alle Defenser einander helfen und aufeinander eingespielt sind, ist eine wirklich starke Defense möglich. Auch die Mitspieler ausserhalb des Spielfelds, das so genannte Sideline-Team müssen den Spielern auf dem Feld durch koordinierte Zurufe Hinweise auf den Spielverlauf geben.



## 7 Spirit of the game

Ultimate Frisbee wird ohne Schiedsrichter gespielt, die Spieler müssen also auf dem Feld die Entscheidungen über Regelverstösse selber treffen. Dies muss so objektiv wie möglich gemacht werden, d.h. es wird nur "Out" gerufen, wenn man auch wirklich das Gefühl hat, dass der Gegenspieler im Out ist. Es darf nicht sein, dass Spieler unfaire Calls machen, auch wenn es der entscheidende Punkt im Spiel ist. Wenn jetzt "Out" gerufen wird, und der Gegenspieler nicht damit einverstanden ist, wird darüber diskutiert und wenn man sich nicht einig wird, geht die Scheibe meistens zurück zum Werfer, der den Pass gespielt hat.

Natürlich versucht auch kein Spieler, seinen Gegenspieler absichtlich zu verletzen, wie das z.B. im Fussball manchmal passiert.

Diese Fairness und den Respekt von dem gegnerischen Team nennt man "Spirit of the game", was übersetzt soviel heisst wie "Geist des Spiels", frei übersetzt auch "Sportsgeist".

## Anhang

### 8 Ultimate-Begriffe (Übersetzungen und Beschreibungen)

Da Ultimate Frisbee in den USA entstanden ist, sind alle Begriffe und Calls in Englisch. Auch bei CH-Turnieren werden diese teilweise gebraucht.

#### 8.1 Allgemeine Begriffe

Ausdruck	Wörtliche Übersetzung	Beschreibung
Turnover oder Turn (☛Törnouer oder Törn)	Umdrehen	Fällt die Scheibe zu Boden, landet sie ausserhalb des Spielfeldes, berührt sie z.B. einen Baum oder befindet sich der Werfer beim Fangen ausserhalb des Feldes, kommt die andere Mannschaft in Scheibenbesitz.
Flippen	Schnipsen	Es wird eine Scheibe geworfen, damit entschieden werden kann, wer Anspiel hat.
Marker	Markierer	Der Verteidiger, der den Spieler mit der Scheibe in der Hand deckt.
Strip	Berauben	Wird dem Werfer die Scheibe dadurch aus der Hand geschlagen, dass der Verteidiger die Scheibe berührt, <b>nicht die Hand des Werfers</b> , kann Strip gerufen werden
Disc (☛Disg)	Scheibe	Die Scheibe, mit der gespielt wird.
Brick-Point	Ziegel-Punkt (?)	Die zwei Punkte, die im Spielfeld vor den Endzonen markiert sind.
Offense (☛Offens oder auch O)	Angriff	Das Team, das im Scheibenbesitz ist, ist in der Offense.
Defense (☛Difens oder auch Dii)	Verteidigung	Das Team, das nicht im Scheibenbesitz ist, ist in der Defense.
Huck (☛Hack)	???	Langer Pass von der eigenen Endzone aus oder kurz davor über das ganze Feld bis in die andere Endzone.
Dump (☛Damp)	Loswerden	Rückpass, wenn die Scheibe nicht nach vorne gespielt werden kann.
Swing	Schwingen	Querpass über das Spielfeld.
Backhand (☛Bäckhänd)	Rückhand	Der Standardwurf, vergleichbar mit der Rückhand beim Tennis.
Sidearm (☛Seidarm)	Seitenarm	Der zweite wichtige Wurf, vergleichbar mit der Vorhand beim Tennis.
Overhead oder Hammer (☛Ouverhäd oder Hämmer)	Überkopf oder Hammer	Der dritte wichtige Wurf, der über dem Kopf geworfen wird.

Pull	Ziehen	Der Anwurf, bei dem das verteidigende Team die Scheibe so weit wie möglich in die andere Endzone wirft, damit das angreifende Team mit der Offense beginnen kann.
Call	Ruf	Dies sind Begriffe, die von den Spielern gerufen werden, um Regelverletzungen oder Informationen für Mitspieler zu signalisieren. Z.B. Foul, Strip, Pick, Out etc.
Drop	Fall	Die Scheibe wird nicht gefangen, obwohl der Spieler sie eigentlich in der Hand hatte.
Catch (🐾 Cätsch)	Fang	Die Scheibe wird gefangen.
Dive (🐾 Deif)	Tauchen	Der Fänger oder auch der Verteidiger hechtet nach der Scheibe.
Handblock (🐾 Händblock)	Handblock	Der Marker schlägt die Scheibe mit der Hand runter, sobald der Werfer diese losgelassen hat.
Footblock (🐾 Futblock)	Fussblock	Der Marker schlägt die Scheibe mit dem Fuss runter, sobald der Werfer diese losgelassen hat.
Missmatch (🐾 Missmätsch)	Nicht ebenbürtiger Gegner	Zu Beginn jedes Punktes kann das verteidigende Team die Zuteilung der Gegenspieler wählen. Dies muss seriös gemacht werden, wenn der kleinste Verteidiger den grössten Angreifer deckt, ist das sicher nicht ideal. So etwas nennt man Missmatch.

## 8.2 Calls

Ausdruck	Wörtliche Übersetzung	Beschreibung
Freeze (🐾 Friis)	Einfrieren	Dies wird gerufen, wenn das Spiel unterbrochen werden soll und nicht ein Foul passiert ist. Wenn z.B. eine Scheibe vom Spielfeld nebenan das Spiel beeinträchtigt, ein Hund aufs Spielfeld rennt oder ähnliches.
Foul (🐾 Faul)	Faul	Wird ein Spieler durch Körperkontakt umgestossen, oder in seiner Bewegung beeinträchtigt (Schlag auf die Hand, Body-Check usw.), kann dies vom gefoulten Spieler gerufen werden. Als Fouls gelten auch Strip, Pick, Travel, Double Team, dies sind Begriffe für spezielle Arten von Fouls.
Strip	Berauben	Wird dem Werfer die Scheibe dadurch aus der Hand geschlagen, dass der Verteidiger die Scheibe berührt, <b>nicht die Hand des Werfers</b> , kann Strip gerufen werden
Pick (🐾 Pigg)	Aussuchen	Wird einem Verteidiger beim Verfolgen seines Gegners der Weg durch einen anderen Gegner versperrt, kann Pick gerufen werden.
Travel oder Footfoul (🐾 Trävel oder Futfaul)	Reisen oder Fussfaul	Der Werfer muss immer ein Standbein auf dem Boden haben, bei Rechtshändern ist es das Linke, bei Linkshändern das Rechte. Wird der Fuss vom Boden gehoben oder beim Sternschritt nachgezogen, bevor die Scheibe die Hand verlassen hat, kann Travel gerufen werden.
Fast Count	Schnell	Der Marker muss im Sekudentakt von 0 bis 10 zählen,

(☛Fast Caunt)	zählen	macht er das schneller als im Sekudentakt, kann Fast Count gerufen werden.
Overhead oder Hammer (☛Ouverhäd oder Hämmer)	Überkopf oder Hammer	Der dritte wichtige Wurf, der über dem Kopf geworfen wird.
Out oder Out of bounds (☛Aut oder Aut of baunds)	Aus oder Ausserhalb der Schranken	Fängt ein Fänger die Scheibe und berührt dabei eine Auslinie, kann dies gerufen werden. Dies führt zu einem Turn-over.
Double Team (☛Dabbel Tiim)	Doppeltes Team	Es darf nur ein Verteidiger im Umkreis von 3 Metern des Werfers verteidigen. Kommt ein zweiter hinzu, kann dies gerufen werden.
Play On (☛Pläi On)	Weiterspielen	Ruft z.B. der Werfer beim Wurf ein Foul und der Pass kommt trotzdem beim Mitspieler an, kann der Werfer dies rufen, das gerufene Foul wird dadurch bedeutungslos.
Injurie (☛Inscherie)	Verletzung	Verletzt sich ein Spieler und das Spiel soll unterbrochen werden, kann dies gerufen werden. Der verletzte Spieler darf sich auswechseln. Das gegnerische Team hat dann auch die Möglichkeit, einen Spieler auszuwechseln.
Switch (☛Switsch)	Austauschen	Ergibt sich in der Defense die Situation, dass ein Spieler den Angreifer seines Mitspielers übernimmt, soll dies (zur Info an den Mitspieler) gerufen werden, damit dieser den anderen Gegenspieler decken kann.
Break oder Bruch (☛Breyk)	Brechen	Wird ein Pass in den Rücken des Markers gespielt, muss dies vom Marker und auch den Mitspielern ausserhalb des Spielfelds gerufen werden.