

# WFDF Altimet-frisbija Noteikumi 2009

Oficiālā versija stājas spēkā no 2009.gada

14. marta

Izdevusi WFDF Altimet-frisbija Noteikumu Komiteja

## Saturs

<u>Ievads.....</u>	<u>2</u>
<u>1. Spēles gars.....</u>	<u>2</u>
<u>2. Spēles laukums.....</u>	<u>3</u>
<u>3. Inventārs.....</u>	<u>4</u>
<u>4. Punkta izspēle, punkta gūšana un spēle.....</u>	<u>4</u>
<u>5. Komandas.....</u>	<u>5</u>
<u>6. Spēles sākšana.....</u>	<u>5</u>
<u>7. Pārmetiens.....</u>	<u>5</u>
<u>8. Diska stāvoklis.....</u>	<u>6</u>
<u>9. Skaitīšana.....</u>	<u>6</u>
<u>10. Diska ievadīšana spēlē (angļu valodā „check”).....</u>	<u>7</u>
<u>11. Auts.....</u>	<u>7</u>
<u>12. Kērējs un pārvietošanās laukumā.....</u>	<u>8</u>
<u>13. Diska pāriešana pretinieku komandai.....</u>	<u>9</u>
<u>14. Punkta gūšana.....</u>	<u>10</u>
<u>15. Soda, nelikumību un pārkāpumu paziņošana.....</u>	<u>10</u>
<u>16. Spēles turpināšana pēc soda vai pārkāpuma.....</u>	<u>11</u>
<u>17. Sodi.....</u>	<u>12</u>
<u>18. Nelikumības un pārkāpumi.....</u>	<u>13</u>
<u>19. Apstāšanās.....</u>	<u>15</u>
<u>20. Minūtes pārtraukumi.....</u>	<u>16</u>
<u>Definīcijas.....</u>	<u>17</u>
<u>Legal License.....</u>	<u>19</u>

## Ievads

Altimet-frisbijs (turpmāk tekstā – frisbijs) ir sporta veids, kuru spēlē ar lidojošo disku un katrā komandā uz laukuma ir septiņi spēlētāji. Frisbiju spēlē uz taisnstūrveida laukuma, kas platumā ir apmēram puse no futbola laukuma, ar gala zonām katrā laukuma galā. Komandas mērķis ir gūt punktu, spēlētājam noķerot disku uzbrukuma gala zonā. Uzbrucējs nedrīkst pārvietoties ar disku rokās, bet var piespēlēt jebkurā virzienā jebkuram komandas biedram. Katru reizi, kad piespēle ir nesekmīga, tiek konstatēta diska pāreja pretinieku komandai un tā dodas uzbrukumā uz pretējo gala zonu. Spēle parasti tiek spēlēta līdz 17 punktiem un ilgst apmēram 100 minūtes. Frisbijs ir bezkontakta sporta veids, kas balstīts uz pašregulēšanas pamata (bez tiesnešiem). Spēles gars norāda, kā spēlētājiem ir jātiesā spēle un kā jāuzvedas uz laukuma.

## 1. Spēles gars

- 1.1. Frisbijs ir bezkontakta sporta veids, kas balstīts uz pašregulēšanas pamata. Visi spēlētāji ar atbildīgi par spēles kontroli un noteikumu ievērošanu. Frisbijs balstās uz spēles garu, tas katram spēlētājam uzliek atbildību par godīgu spēli.
- 1.2. Tiek pieņemts, ka neviens spēlētājs tīši nepārkāps noteikumus; tāpēc par pārkāpumiem nav bargi sodi, bet pēc katra pārkāpuma spēle tiek atsākta tā, lai tā būtu pēc iespējas tuvāk situācijai, ja pārkāpums nebūtu bijis.
- 1.3. Spēlētājiem rūpīgi jāattiecas pret faktu, ka viņi rīkojas kā spēles tiesneši jebkurā konfliktsituācijā starp komandām. Tāpēc spēlētājiem jāpilda sekojoši nosacījumi:
  - 1.3.1. jāzina noteikumi;
  - 1.3.2. jābūt godprātīgam un objektīvam;
  - 1.3.3. jābūt godīgam;
  - 1.3.4. jāpaskaidro savs viedoklis īsi un skaidri;
  - 1.3.5. jānodrošina pretiniekam saprātīga iespēja izteikties;
  - 1.3.6. jāatrisina strīdi pēc iespējas ātri;
  - 1.3.7. jālieto cieņas pilna valoda.
- 1.4. Azartiska un saspringta spēle ir atbalstāma, bet tās rezultātā nedrīkst zust abpusēja spēlētāju cieņa vienam pret otru, kas ir saskaņā ar spēles noteikumiem vai vienkāršu prieku par spēli.
- 1.5. Sekojoša rīcība ir laba spēles gara piemērs:
  - 1.5.1. informēt komandas biedru, ja viņš ir izdarījis nepareizu vai nevajadzīgu paziņojumu vai izraisījis sodu vai pārkāpumu;
  - 1.5.2. atsaukt paziņojumu, kad tu vairs neuzskati, ka tas bija nepieciešams;
  - 1.5.3. uzslavēt pretinieku par labi nospēlētu epizodi vai spēles garu;
  - 1.5.4. stādīties priekšā pretiniekam; un
  - 1.5.5. mierīgi reaģēt uz domstarpībām vai provokācijām.
- 1.6. Sekojoša rīcība ir skaidrs spēles gara pārkāpums, no kā abu komandu spēlētājiem ir jāizvairās:
  - 1.6.1. bīstama spēle un agresīva uzvedība;
  - 1.6.2. tīša sodu izdarīšana un noteikumu pārkāpšana;
  - 1.6.3. pretinieku pazemošana un iebiedēšana;
  - 1.6.4. necienīga punkta gūšanas svinēšana;
  - 1.6.5. izdarīt paziņojumus, kā atbildi uz pretinieka paziņojumiem; un
  - 1.6.6. prasīt piespēli no pretinieku komandas spēlētāja.

- 1.7. Komandas ir spēles gara sargātājas un viņām jādara sekojošais:
  - 1.7.1. jāuzņemas atbildība par noteikumu un laba spēles gara mācīšanu saviem spēlētājiem;
  - 1.7.2. jāsoda spēlētājus, kuri parāda sliktu spēles garu; un
  - 1.7.3. sniegt konstruktīvus norādījumus citām komandām, kā uzlabot viņu laba spēles gara ievērošanu.
- 1.8. Ja jaunais spēlētājs izdara pārkāpumu aiz noteikumu nezināšanas, tad pieredzējušam spēlētājam ir pienākums izskaidrot izdarīto nelikumību.
- 1.9. Pieredzējis spēlētājs, kurš dod padomus par noteikumiem un vada tiesāšanu uz laukuma, var uzraudzīt iesācēju vai jaunu spēlētāju spēles.
- 1.10. Noteikumus vajag izskaidrot tieši konkrētajā situācijā iesaistītajiem spēlētājiem, vai spēlētājiem, kuriem bija labākais skata punkts. Personām, izņemot kapteini, kas pašlaik nespēlē, nevajadzētu iesaistīties. Tomēr, ja paziņojums ir “zeme (down)” vai “auts (out of bounds)”, tad personas no malas var palīdzēt izdarīt pareizu lēmumu.
- 1.11. Ja spēlētāji nespēj vienoties par to, kas noticis uz laukuma, tad disks tiek atgriezts pēdējam metējam pirms neskaidrību rašanās.

## 2. Spēles laukums

- 2.1. Spēles laukums ir simts (100) metrus garš un trīsdesmit septiņus (37) metrus plats taisnstūris(redzams 1. attēlā).
- 2.2. Spēles laukums perimetrs sastāv no divām(2) sānu līnijām un divām(2) gala līnijām.
- 2.3. Perimetra līnijas nav spēles laukuma daļa.
- 2.4. Spēles laukums tiek sadalīts laukuma vidus zonā, kas ir sešdesmit četrus (64) metrus gara un trīsdesmit septiņus (37) metrus plata, un divās gala zonās, kas ir astoņpadsmit (18) metrus dziļas un trīsdesmit septiņus (37) metrus platas, katrā vidus zonas galā.
- 2.5. Zonas līnijas ir līnijas, kas atdala vidus zonu no gala zonām, un ir daļa no vidus zonas.
- 2.6. Brick punkts ir divu (2) viena (1) metra garu līniju krustpunkts vidus zonā, kas atrodas divdesmit (20) metrus no katras zonas līnijas pa vidu starp abām sānu līnijām.
- 2.7. Visu līniju platums ir no septiņdesmit pieciem (75) līdz simtu divdesmit (120) milimetriem, un tās izveidotas no nekodīga materiāla.
- 2.8. Ar astoņiem košas krāsas, elastīgi objektiem (piemēram, plastikāta konusiem) ir atzīmēti vidus zonas un gala zonu stūri.
- 2.9. Tuvākajai spēles laukuma apkārtnē jābūt atbrīvotai no pārvietojamiem objektiem. Ja spēli traucē personas, kuras nav spēlētāji, vai citi objekti tuvāk par trīs (3) metriem no perimetra līnijas, jebkurš patraucētais spēlētājs vai metējs ar disku var paziņot “Pārkāpums” (“Violation” angļu valodā) un skaitīšana jāatsāk no maksimums deviņi (9).



## 5. Komandas

- 5.1. Katra punkta izspēlē komandas sastāvā uz laukuma drīkst būt ne vairāk kā septiņi (7) un ne mazāk kā pieci (5) spēlētāji.
- 5.2. Komanda var veikt (neierobežotu skaitu) maiņas tikai pēc punkta gūšanas un pirms nākošā pārmietiena izdarīšanas, izņemot traumas (skatīt 19. nodaļu).
- 5.3. Katra komanda izvēlas kapteini, kurš pārstāvēs komandu.

## 6. Spēles sākšana

- 6.1. Kapteiņi godīgā ceļā noskaidro, kura komanda pirmā izvēlas:
  - 6.1.1. saņemt vai izdarīt pirmo pārmietienus; vai
  - 6.1.2. kuru gala zonu viņi aizsargās.
- 6.2. Otrai komandai ir tiesības izdarīt atlikušo izvēli.
- 6.3. Uzsākot otro puslaiku, komandu sākuma izvēles tiek apmainītas.

## 7. Pārmietiens

- 7.1. Spēles sākumā, pēc puslaika pārtraukuma vai pēc punkta gūšanas, spēle sākas ar metienu sauktu par pārmietienus.
  - 7.1.1. Komandām jā sagatavojas pārmietienam bez nepamatotas kavēšanās.
- 7.2. Pārmietiens sastāv no aizsardzības spēlētāja metiena, lai sāktu spēli, kad uzbrūkošā komanda ir gatava.
- 7.3. Uzbrūkošā komanda par savu gatavību ziņo, vismaz vienam spēlētājam paceļot roku virs galvas.
- 7.4. Tiklīdz uzbrūkošā komanda ir paziņojusi par savu gatavību, līdz pārmietiena izdarīšanas brīdim uzbrūkošās komandas spēlētājiem jāstāv ar vienu kāju uz savas aizsardzības zonas līnijas un viņi nedrīkst mainīt atrašanās vietu attiecībā viens pret otru.
- 7.5. Pārmietiena izdarīšanas brīdī visiem aizsardzībā esošās komandas spēlētājiem pilnībā jāatrodas viņu aizsardzības gala zonā.
- 7.6. Ja pretinieku komanda nosauc punktu 7.4 vai 7.5 pārkāpumu, tad pārmietiens ir jāizpilda atkārtoti.
- 7.7. Tiklīdz disks ir atlaists, visi spēlētāji var kustēties jebkurā virzienā.
- 7.8. Neviens aizsardzības spēlētājs nedrīkst pieskarties diskam pēc izdarīta pārmietiena, līdz diskam pieskaras uzbrūkošās komandas spēlētājs, vai disks pieskaras zemei.
- 7.9. Ja uzbrukuma spēlētājs, laukumā vai autā, pieskaras diskam, pirms tas atsitās pret zemi, un nenoķer disku, disks pāriet pretinieku komandai ("nomests pārmietiens" – angļu valodā "dropped pull").
- 7.10. Ja disks pieskaras spēles laukumam un nenonāk autā vai ja disku noķer laukumā, metējs balsta punktu novieto tur, kur disks apstājās.

- 7.11. Ja disks vispirms pieskaras spēles laukumam un pēc tam, nepieskaroties uzbrūkošajiem spēlētājiem, nokļūst autā, tad metējam balsta punkts jānovieto laukuma vidus zonā pēc iespējas tuvāk vietai, kur disks izgāja autā (skatīt 11.7. nodaļu).
- 7.12. Ja disks nokļūst autā pēc uzbrūkošā spēlētāja pieskāšanās diskam vai uzbrūkošais spēlētājs noķer disku autā, tad metējam balsta punkts jānovieto spēles laukumā pēc iespējas tuvāk vietai, kur disks izgāja autā (skatīt 11.7. nodaļu)
- 7.13. Ja disks nokļūst autā nepieskaroties spēles laukumam vai uzbrūkošajam spēlētājam, tad metējs balsta punktu var novietot brick punktā tuvāk savai aizsardzības zonai, vai vidus zonas punktā pēc iespējas tuvāk tai vietai, kur disks izgāja autā (skatīt 11.7. nodaļu). Par izvēli sākt no brick punkta jāziņo paredzētajam metējam pirms diska pacelšanas, pilnībā izstiepjot vienu roku virs savas galvas.

## 8. Diska stāvoklis

- 8.1. Disks ir izslēgts no spēles (angļu valodā “dead”) un diska pāreja pretinieku komandai nav iespējama:
  - 8.1.1. Pēc punkta sākuma, līdz pārmetiena izdarīšanas brīdim;
  - 8.1.2. Pēc pārmetiena vai diska pāriešanas pretinieku komandai līdz balsta punkta novietošanai, ja disku nepieciešams aiznest līdz vietai, kur tas jāievada spēlē; vai
  - 8.1.3. Pēc paziņojuma, kas aptur spēli, vai citas spēles apturēšanas, līdz disks tiek ievadīts spēlē (angļu valodā “checked in”).
- 8.2. Disks, kas nav izslēgts no spēles, ir spēlē (angļu valodā “live”).
- 8.3. Metējs nedrīkst disku nodot citam spēlētājam arī tad, ja disks ir izslēgts no spēles.
- 8.4. Jebkurš spēlētājs drīkst apturēt ripojošu vai slīdošu disku pēc tam, kad tas ir pieskāries zemei.
- 8.5. Ja, mēģinot apturēt disku, spēlētājs būtiski ietekmē diska pozīciju, tad pretējā komanda var paziņot “pārkāpums” (angļu valodā “violation”) un spēle atsākas ar ievadīšanu spēlē no vietas, kur spēlētājs pieskārs diskam.
- 8.6. Pēc diska pāriešanas pretinieku komandai komandai, kas ieguva disku, jāturpina spēle bez vilcināšanās. Metējam, kurš izdarīs pirmo piespēli, normālā iešanas ātrumā vai ātrāk jāiet pa tiešo pēc diska un pēc tam uz vietu, kurā jānovieto balsta punkts.

## 9. Skaitīšana

- 9.1. Sedzējs izpilda skaitīšanu metējam, paziņojot “skaitu” (angļu valodā “Stalling”), un tad skaitot no viens (1) līdz desmit (10). Intervālam starp katru divu vārdu sākumiem skaitīšanas laikā jābūt ne mazākam kā vienai (1) sekundei.
- 9.2. Skaitīšanai jābūt tādai, lai metējam tā būtu skaidri sadzirdama.
- 9.3. Sedzējs drīkst uzsākt skaitīšanu tikai tad, kad disks ir spēlē.
- 9.4. Sedzējs var sākt un turpināt skaitīšanu, atrodoties ne tālāk kā trīs (3) metrus no metēja, pie kam visiem sedzējiem jāatrodas likumīgās pozīcijās (skatīt 18.1. nodaļu).
- 9.5. Ja sedzējs atkāpjas tālāk par trīs (3) metriem no metēja, vai metēju sāk segt cits sedzējs, tad skaitīšana jāatsāk no viens (1).

- 9.6. Atsākt skaitīšanu no “maksimums n”, kur n ir skaitlis starp viens (1) un deviņi (9), nozīmē paziņot “skaitu” (angļu valodā “stalling”) pēc kā seko skaitlis, par vienu lielāks, kā pēdējais skaitlis, kas tika nosaukts pirms spēles apturēšanas, vai “n”, ja nosaucamais skaitlis ir lielāks kā “n”.

## 10. Diska ievadišana spēlē (angļu valodā „check”)

- 10.1. Vienmēr, kad spēle punkta izspēles laikā tiek apturēta minūtes pārtraukuma, soda, pārkāpuma, apstrīdētas diska pāriešanas pretinieku komandai, drošības vai traumas apstāšanās dēļ, spēle pēc iespējas ātrāk ir jāatsāk ar diska ievadišanu spēlē.
- 10.2. Izņemot spēles atsākšanu pēc minūtes pārtraukuma:
- 10.2.1. Visiem spēlētājiem jāatgriežas pozīcijās, kuras viņi ieņēma spēles apstādināšanas brīdī.
- 10.2.2. Ja spēles apstādināšanas brīdī disks bija gaisā un disks tiek atgriezts metējam, lai tas atsāktu spēli, visi spēlētāji atgriežas pozīcijās, kādās viņi bija metiena izdarīšanas brīdī.
- 10.2.3. Visiem spēlētājiem ir jāpaliek savās pozīcijās, līdz disks tiek ievadīts spēlē.
- 10.3. Jebkurš spēlētājs īsi drīkst paildzināt spēles pārtraukumu, lai sakārtotu saplīsušu ekipējumu, bet aktīvu spēli šī iemesla dēļ nedrīkst apturēt.
- 10.4. Personai, kura ievada disku spēlē, vispirms pie tuvākā pretinieku komandas spēlētāja jāpārlicinās, vai pretinieku komanda ir gatava atsākt spēli.
- 10.5. Lai atsāktu spēli:
- 10.5.1. ja aizsargs var aizsniegt disku, tad viņam jāpieskaras diskam un jāsauc “disks spēlē” (angļu valodā “disc in”);
- 10.5.2. ja aizsargs nevar aizsniegt disku, tad metējam ar disku jāpieskaras zemei un jāsauc “disks spēlē” (angļu valodā “disc in”); vai
- 10.5.3. ja aizsargs nevar aizsniegt disku un disks nav pie metēja, tad aizsargam, kurš atrodas vistuvāk diskam, jāsauc “disks spēlē” (angļu valodā “disc in”).
- 10.6. Ja metējs izdara piespēli pirms diska tiek ievadīts spēlē, vai tiek paziņots punkta 10.2 pārkāpums, piespēle neskaitās, neatkarīgi no tā vai tā bija sekmīga, vai nesekmīga, un disks tiek atgriezts metējam.

## 11. Auts

- 11.1. Perimetra līnija nav daļa no spēles laukuma un ir auts. Visi ne-spēlētāji ir daļa no auta.
- 11.2. Auta sastāv no visas teritorijas, kas nepieder laukumam, un visa, kas atrodas kontaktā ar autu, izņemot aizsardzības spēlētājus, kuri vienmēr tiek uzskatīti, kā esoši laukumā, lai varētu spēlēt uz disku arī autā.
- 11.3. Uzbrūkošais spēlētājs, kurš neatrodas autā, atrodas laukumā.
- 11.3.1. Spēlētājs lidojuma laikā saglabā savu atrašanās autā/laukumā statusu līdz kontaktam ar laukuma vai auta teritoriju.
- 11.3.2. Tiek uzskatīts, ka metējs ar disku atrodas laukumā, ja no sākuma viņš ir kontaktā ar spēles laukumu un pēc tam pieskaras auta teritorijai.
- 11.3.2.1. Ja metējs atstāj spēles laukumu, tad balsta punkts viņam jānovieto spēles laukumā vietā, kur viņš šķērsoja perimetra līniju (ja vien spēkā nestājas 14.2.)

- 11.3.3. Atrāšanās autā vai laukumā statuss nepāriet no viena spēlētāja uz otro kontakta rezultātā.
- 11.4. Disks atrodas laukumā, kad tas ir spēlē, vai kad spēle sākas vai atsākas.
- 11.5. Disks nonāk autā, kad pirmo reizi pieskaras auta teritorijai vai uzbrucējam, kurš atrodas autā. Ja disks atrodas uzbrukuma spēlētāja rokās, tad diska statuss ir tāds pats kā tam spēlētājam. Ja disks vienlaicīgi ir rokās vairākiem uzbrucējiem, no kuriem viens atrodas autā, tiek uzskatīts, ka arī disks atrodas autā.
- 11.6. Disks drīkst lidot ārpus perimetra līnijām un atgriesties spēles laukumā, un spēlētāji drīkst iziet autā, lai spēlētu uz disku.
- 11.7. Vieta, kur disks izgāja autā, ir pēdējais punkts pirms kontakta ar auta teritoriju vai spēlētāju, kurš atrodas autā, kurā izpildās viens no nosacījumiem:  
11.7.1. disks daļēji vai pilnībā atrodas virs spēles laukuma;  
11.7.2. diskam pieskāras spēlētājs, kurš nebija autā.
- 11.8. Lai turpinātu spēli pēc diska pāriešanas pretinieku komandai, ja disks ir autā, metējs novieto balsta punktu vidus zonā, kur disks izgāja autā.
- 11.9. Ja disks atrodas autā tālāk kā trīs (3) metrus no punkta, kurā tas jāievada spēlē, tad personas no malas drīkst padot disku. Tomēr pēdējos trīs (3) metrus līdz spēles laukumam disks jānes pašam metējam.

## 12. Ķērējs un pārvietošanās laukumā

- 12.1. Spēlētājs ir “noķēris” disku, demonstrējot ilgstošu kontroli pār nerotējošu disku.
- 12.2. Ja spēlētājs zaudē kontroli pār disku, jo sekojis kontakts ar zemi, komandas biedru vai pretinieku spēlētāju, kurš atrodas likumīgā pozīcijā, tiek uzskatīts, ka disks netika noķerts.
- 12.3. Sekojošās situācijās disks pāriet pretinieku komandai un tiek uzskatīts, ka disks netika noķerts:  
12.3.1. uzbrucējs, kurš ķer disku, kontakta brīdī ar disku atrodas autā; vai  
12.3.2. pēc diska noķeršanas uzbrucēja, kurš nokēra disku, pirmais kontakts ir autā, un disku viņš vēl nav izmetis.
- 12.4. Pēc diska noķeršanas, ķērējs kļūst par metēju.
- 12.5. Ja disku vienlaicīgi noķer gan uzbrucējs, gan aizsargs, tad disks paliek uzbrucējam.
- 12.6. Ja spēlētājs ir ieņēmis statisku pozīciju, tad viņam ir tiesības palikt šajā pozīcijā un pretinieku komandas spēlētāji nedrīkst viņu aizskart.
- 12.7. Kad spēlētājs spēlē uz disku, pretinieku komandas spēlētājs nedrīkst apzināti kavēt tā spēlētāja kustību, izņemot, ja arī viņš spēlē uz disku.
- 12.8. Ikvienam spēlētājam ir tiesības ieņemt jebkuru pozīciju, kuru neaizņem pretinieku komandas spēlētājs, ja šī procesa rezultātā viņi neizraisa kontaktu ar pretinieku komandas spēlētāju.
- 12.9. Kad disks ir gaisā, visiem spēlētājiem jācenšas izvairīties no fiziska kontakta ar citiem spēlētājiem, un nav tādas situācijas, kas attaisnotu to, ka spēlētājs ir fiziska kontakta iniciators. „Spēle uz disku” nav pietiekams iemesls, lai attaisnotu fiziska kontakta izraisīšanu ar citiem spēlētājiem.

- 12.10. Nejaušs fizisks kontakts, kad divi vai vairāk spēlētāji kustās vienlaicīgi uz vienu punktu, ir pieļaujams, ja tas neietekmē spēles gaitu un spēlētāju drošību. Vajadzētu izvairīties no nejauša fiziska kontakta, taču tas netiek uzskatīts par sodu.
- 12.11. Visiem spēlētājiem ir tiesības uz telpu tieši virs viņiem. Pretinieku spēlētāji nedrīkst traucēt viņiem ieņemt šo telpu.
- 12.12. Neviena spēlētājs nedrīkst palīdzēt citu spēlētāju kustībai.

### 13. Diska pāriešana pretinieku komandai

- 13.1. Disks pāriet pretinieku komandai, ja:
  - 13.1.1. disks pieskaras zemei, kamēr nav rokā uzbrūkošās komandas spēlētājam („zeme”, angļu valodā „down”);
  - 13.1.2. disks tiek nodots no viena spēlētāja otram tā, ka nav tāda momenta, kad disks ir gaisā un abi spēlētāji tam nepieskaras („padošana”, angļu valodā „hand-over”);
  - 13.1.3. metējs apzināti izdara metienu tā, lai atsītos pret citu spēlētāju, tas nonāktu atpakaļ pie metēja („atsīšana”, angļu valodā „deflection”)
  - 13.1.4. izdarot piespēli, metējs pēc diska atlaišanas pieskaras diskam pirms diskam pieskāries kāds cits spēlētājs („dubultpieskāriens”, angļu valodā „double touch”);
  - 13.1.5. disku noķer aizsardzības spēlētājs („pārķeršana”, angļu valodā „interception”);
  - 13.1.6. disks nonāk autā („auts”, angļu valodā „out-of-bounds”)
  - 13.1.7. metējs neizmet disku pirms sedzējs pirmo reizi sāk vārdu „desmit” (angļu valodā „ten”) skaitīšanas laikā („laiks”, angļu valodā „stall-out”)
  - 13.1.8. ir neapstrīdēts ķeršanas sods pret aizsardzības spēlētāju; vai
  - 13.1.9. pēc pārmetiena izdarīšanas uzbrūkošā komanda pieskaras diskam, pirms tas ir pieskāries zemei, un to nenokļer („nomests pārmetiens”, angļu valodā „dropped pull”).
- 13.2. Ja nav skaidrs vai jābūt diska pāriešanai pretinieku komandai, spēlētājs(i), kuri vislabāk redzēja situāciju, izdara paziņojumu. Ja kāda no komandām nepiekrīt, viņa var paziņot „apstrīdu” (angļu valodā „contest”) un:
  - 13.2.1. disks tiek atgriezts metējam; un
  - 13.2.2. skaitīšana jāatsāk no maksimums deviņi (9).
- 13.3. Ja sedzējs pārāk ātri skaita un metējam nav saprātīgas iespējas paziņot „ātra skaitīšana” (angļu valodā „fast count”) pirms aizskaitīts līdz desmit (10), spēle atsākas tāpat kā pēc apstrīdēta paziņojuma „laiks” (skatīt punktu 13.2.).
- 13.4. Ja metējs apstrīd paziņojumu „laiks”, bet tomēr mēģina izdarīt piespēli, un tā ir nesekmīga, tad disks pāriet pretinieku komandai un spēle turpinās.
- 13.5. Vieta, kurā disks pāriet pretinieku komandai, ir tur, kur:
  - 13.5.1. disks apstājās vai to pacēla uzbrūkošās komandas spēlētājs; vai
  - 13.5.2. apstājās spēlētājs, kurš pārķēra piespēli; vai
  - 13.5.3. atradās metējs, ja disks pārgāja pretinieku komandai saskaņā ar punktiem 13.1.2, 13.1.3, 13.1.4 vai 13.1.7; vai
  - 13.5.4. notika neapstrīdēts ķeršanas sods pret aizsargu.
- 13.6. Ja vieta, kurā disks pāriet pretinieku komandai, ir spēles laukuma vidus zonā, tad šajā vietā arī metējam ir jānovietā balsta punkts.
- 13.7. Ja vieta, kurā disks pāriet pretinieku komandai, ir uzbrukuma gala zonā, tad

metējam balsta punkts jānovieto uz zonas līnijas pēc iespējas tuvāk šai vietai.

- 13.8. Ja vieta, kurā disks pāriet pretinieku komandai, ir aizsardzības zonā, tad uzbrucējs var izvēlēties kur novietot balsta punktu:
  - 13.8.1. vietā, kurā disks pārgāja pretinieku komandai, ja spēlētājs paliek šajā punktā vai izdara mešanas māņkustību; vai
  - 13.8.2. punktā uz zonas līnijas, vistuvāk vietai, kurā disks pārgāja pretinieku komandai, ja spēlētājs sāk iet no tās vietas uz zonas līniju.
  - 13.8.3. Tūlītēja kustība vai tās neizdarīšana nosaka vietu, kurā jānovieto balsta punkts un pēc tam to nevar mainīt.
- 13.9. Ja vieta, kurā disks pāriet pretinieku komandai, ir autā, tad spēle atsākas saskaņā ar 11.7. nodaļu.
- 13.10. Ja uzbrūkošā komanda nav pamanījusi, ka diskam ir bijis jāpāriet pretinieku komandai, tad spēle tiek apturēta un disks atgriezts vietā, kurā notika diska pāriešana pretinieku komandai. Spēlētāji atgriežas vietās, kurās viņi bija brīdi, kad disks pārgāja pretinieku komandai, un spēle atsākas ar diska ievadīšanu spēlē (angļu valodā „check”).

## 14. Punkta gūšana

- 14.1. Punkts tiek gūts, ja spēlētājs, kurš atrodas laukumā, noķer likumīgu piespēli un visi spēlētāja pirmā kontakta ar zemi punkti pilnībā atrodas uzbrukuma gala zonā (ievērojiet punktus 12.1. un 12.2.).
- 14.2. Ja spēlētājs ar disku rokās apstājas pilnībā aiz uzbrukuma zonas līnijas un nav guvis punktu saskaņā ar punktu 14.1., tad spēlētājam jāatsāk spēle, novietojot savu balsta punktu uz zonas līnijas pēc iespējas tuvāk vietai, kur viņš apstājās.
- 14.3. Laiks, kurā tika gūts punkts, ir tad, kad pēc diska noķeršanas ķērējs pirmo reizi pieskaras laukumam uzbrukuma zonā.

## 15. Soda, nelikumību un pārkāpumu paziņošana

- 15.1. Noteikumu pārkāpums, ja izraisīts tīšs kontakts starp diviem vai vairāk pretinieku komandu spēlētājiem, ir sods (angļu valodā „foul”);
- 15.2. Noteikumu pārkāpums, kas saistīts ar segšanu vai nostaigāšanu ir „nelikumība” (angļu valodā „infraction”). „Nelikumība” neapstādina spēli.
- 15.3. Jebkurš cits noteikumu pārkāpums ir „pārkāpums” (angļu valodā „violation”).
- 15.4. Tikai spēlētājs, pret kuru sods tika izdarīts sods, var pieprasīt sodu, paziņojot „sods” (angļu valodā „foul”).
- 15.5. Jebkurš pretinieku komandas spēlētājs drīkst norādīt uz nelikumībām, paziņojot konkrētās nelikumības nosaukumu.
- 15.6. Jebkurš pretinieku komandas spēlētājs drīkst norādīt uz pārkāpumiem, paziņojot konkrētā pārkāpuma nosaukumu vai „pārkāpums” (angļu valodā „violation”), ja konkrētais pārkāpums nav klasificējams kā sods vai nelikumība.
- 15.7. Paziņojumi ir jāveic uzreiz pēc konkrētā noteikumu pārkāpuma.
- 15.8. Ja tās komandas, pret kuru tika paziņots sods, nelikumība vai pārkāpums, spēlētājs

nepiekrīt konkrētajam paziņojumam, viņš var paziņot „apstrīdu” (angļu valodā „contest”).

- 15.9. Ja spēlētājs pēc tam, kad paziņojis „sods”, „pārkāpums” vai „apstrīdu” (angļu valodā attiecīgi „foul”, „violation” vai „contest”), saprot, ka viņa paziņojums bija nevajadzīgs, viņš var savu paziņojumu atsaukt, paziņojot „atsaucu” (angļu valodā „retracted”). Spēle atsākas ar diska ievadīšanu spēlē.
- 15.10. Skaitīšana pēc soda, pārkāpuma vai apstrīdēšanas jāatsāk sekojoši (ja vien nav norādīts citādāk):
  - 15.10.1. Pēc aizsardzības komandas soda vai pārkāpuma:
    - 15.10.1.1. ja paziņojumu neapstrīd, tad skaitīšana jāatsāk no viens (1);
    - 15.10.1.2. ja paziņojumu apstrīd, tad skaitīšana jāatsāk no maksimums seši (6).
  - 15.10.2. Pēc uzbrūkošās komandas soda, vienalga vai paziņojums tika apstrīdēts, vai nē, skaitīšana jāatsāk no maksimums deviņi (9).
  - 15.10.3. Pēc uzbrūkošās komandas pārkāpuma:
    - 15.10.3.1. ja paziņojumu neapstrīd, tad skaitīšana jāatsāk no maksimums deviņi (9);
    - 15.10.3.2. ja paziņojumu apstrīd, tad skaitīšana jāatsāk no maksimums seši (6).
  - 15.10.4. Ja sodi vai pārkāpumi notiek vienlaicīgi pret abām komandām, tad skaitīšana jāatsāk no maksimums seši (6).
  - 15.10.5. Visu pārējo paziņojumu gadījumā, ja tie tiek apstrīdēti, skaitīšana jāatsāk no maksimums seši (6).

## 16. Spēles turpināšana pēc soda vai pārkāpuma

- 16.1. Tiklīdz tiek veikts soda vai pārkāpuma paziņojums, tā spēle uzreiz apstājas un disks nevar pāriet pretinieku komandai.
  - 16.1.1. Tomēr, ja sods vai pārkāpums tiek paziņots:
    - 16.1.1.1. pret metēju un metējs pēc tam izdara piespēli, vai
    - 16.1.1.2. kad metējs ir mešanas fāzē, vai
    - 16.1.1.3. kad disks ir gaisā,  
tad spēle turpinās, līdz kāda no komandām iegūst disku.
  - 16.1.2. Kad kāda no komandām ir ieguvusi disku:
    - 16.1.2.1. Ja disku iegūst vai patur komanda, kura paziņoja par sodu vai pārkāpumu, tad spēle ir jāturpina bez apstāšanās. Spēlētājiem, kuri to pamana, nekavējoties jāpaziņo „spēle turpinās” (angliski „play on”), lai parādītu, ka tiek izmantots šis noteikumu punkts.
    - 16.1.2.2. Ja disku neiegūst vai nepatur komanda, kura paziņoja par sodu vai pārkāpumu, tad spēle ir jāpārtrauc.
      - 16.1.2.2.1. Ja komanda, kura nosauca sodu vai pārkāpumu uzskata, ka tas ietekmēja diska noķeršanu, tad disks tiek atgriezts metējam diska ievadīšanai spēlē (ja vien noteikumos nav teikts savādāk).
      - 16.1.2.2.2. Ja komanda, kura nosauca sodu vai pārkāpumu neuzskata, ka tas ietekmēja diska noķeršanu, tad spēle tiek turpināta, neatgriežot disku metējam. Pirms spēles atsākšanas ar diska ievadīšanu spēlē, jānovērš visas priekšrocības, kas radās soda vai pārkāpuma rezultātā.

## 17. Sodi

- 17.1. Bīstama spēle:
  - 17.1.1. Neapdomīga citu spēlētāju drošības neievērošana, neatkarīgi no tā, kad bijis kontakts un vai vispār ir bijis kontakts, tiek traktēta kā bīstama spēle un tiek uzskatīta par sodu. Neviens cits noteikumu punkts nav stiprāks par šo punktu.
- 17.2. Aizsardzības komandas ķeršanas sodi (aizsarga izraisīti sodi):
  - 17.2.1. Aizsardzības komandas ķeršanas sodi ir tad, kad aizsargs izraisa kontaktu ar uzbrūkošās komandas ķērēju pirms diska ķeršanas vai diska ķeršanas laikā.
  - 17.2.2. Pēc aizsardzības komandas ķeršanas soda:
    - 17.2.2.1. ja sods bija aizsardzības gala zonā vai lakuma vidus zonā, uzbrucējs iegūst disku vietā, kur notika kontakts starp aizsargu un uzbrucēju;
    - 17.2.2.2. ja sods bija uzbrukuma gala zonā, tad uzbrucējs iegūst disku uz zonas līnijas pēc iespējas tuvāk vietai, kur notika kontakts starp aizsargu un uzbrucēju. Aizsargam, kurš izdarīja sodu, tad tur arī jāsedz uzbrucējs;
    - 17.2.2.3. ja sods ir apstrīdēts, tad disks tiek atgriezts metējam.
- 17.3. Izstumšanas sodi (angļu valodā „force-out foul”):
  - 17.3.1. Izstumšanas sods ir tad, kad uzbrucējs gaisā noķer disku, un pirms piezemēšanās aizsargs izdara sodu pret uzbrucēju, kā rezultātā uzbrucējs piezemējas:
    - 17.3.1.1. autā nevis spēles laukumā; vai
    - 17.3.1.2. spēlētājs piezemējas vidus zonā nevis uzbrukuma gala zonā.
  - 17.3.2. Ja uzbrucējs būtu piezemējies uzbrukuma gala zonā, tad tiek uzskatīts, ka tika gūts punkts
  - 17.3.3. Ja izstumšanas sods tiek apstrīdēts, tad disku atgriež metējam tādā gadījumā, ja uzbrucējs piezemējās autā, citā gadījumā disks paliek ķērējam un viņš atsāk spēli no tās vietas, kur piezemējās.
- 17.4. Aizsardzības komandas mešanas (segšanas) sodi:
  - 17.4.1. Aizsardzības komandas mešanas sods ir tad, kad:
    - 17.4.1.1. Aizsargs nav ieņēmis pareizu pozīciju (skatīt 18.1. nodaļu) un rodas kontakts starp metēju un sedzēju; vai
    - 17.4.1.2. Aizsargs izraisa kontaktu ar metēju, vai daļa viņa ķermeņa bija kustībā un saskārās ar metēju pirms diska atlaišanas.
- 17.5. Izsišanas (angļu valodā „strip”) sodi:
  - 17.5.1. Izsišanas sods ir tad, kad aizsardzības komandas soda rezultātā metējs pēc diska noķeršanas noņem disku.
  - 17.5.2. Ja noķeršanas gadījumā būtu gūts punkts un sods netiek apstrīdēts, tad tiek gūts punkts.
- 17.6. Uzbrūkošās komandas ķeršanas sodi:
  - 17.6.1. Uzbrūkošās komandas ķeršanas sods ir tad, kad uzbrucējs izraisa kontaktu ar aizsargu pirms diska ķeršanas vai diska ķeršanas laikā.
  - 17.6.2. Ja sods netiek apstrīdēts, tad rezultātā disks pāriet pretinieku komandai, un aizsargs, pret kuru tika pārkāpti noteikumi, iegūst disku vietā, kur notika kontakts starp spēlētājiem.
  - 17.6.3. Ja piespēli noķer uzbrucējs un sods tiek apstrīdēts, tad disks tiek atgriezts metējam.
- 17.7. Uzbrūkošās komandas mešanas (metēja) sodi:
  - 17.7.1. Uzbrūkošās komandas mešanas sods ir tad, kad metējs izraisa kontaktu ar aizsargu, kurš ir ieņēmis pareizu pozīciju.

- 17.7.2. Nejaušs kontakts starp metēju un uzbrucēju, kas radies metiena kustības turpinājumā, pēc diska izmešanas, nav pietiekams pamats, lai pieprasītu sodu, tomēr no tā vajadzētu izvairīties.
- 17.8. Bloķēšanas sodi:
  - 17.8.1. Bloķēšanas sods ir tad, kad spēlētājs ieņem tādu pozīciju, ka pretējās komandas spēlētājs, kurš atrodas kustība, nevar izvairīties no kontakta.
- 17.9. Netiešie sodi:
  - 17.9.1. Netiešais sods ir tad, kad ir kontakts starp ķērēju un aizsargu un tas tieši neietekmē diska ķeršanu.
  - 17.9.2. Ja šis sods netiek apstrīdēts, tad spēlētājs, pret kuru tika pārkāpti noteikumi, drīkst pārvietoties tā, lai novērstu pozicionālos zaudējumus, kas radās soda rezultātā.
- 17.10. Vienlaicīgie sodi:
  - 17.10.1. Ja sodus vienā situācijā paziņo abu komandu spēlētāji, tad disks tiek atgriezts metējam.

## 18. Nelikumības un pārkāpumi

- 18.1. Segšanas nelikumības:
  - 18.1.1. Ir sekojošas segšanas nelikumības:
    - 18.1.1.1. „Ātra skaitīšana” (angļu valodā „fast count”) – sedzējs:
      - 18.1.1.1.1. sāk skaitīt, kamēr disks nav spēlē,
      - 18.1.1.1.2. nesāk skaitīšanu ar vārdu „skaitu” (angļu valodā „stalling”),
      - 18.1.1.1.3. skaitā ātrāk kā ar vienas sekundes intervālu,
      - 18.1.1.1.4. neatņem divas sekundes no skaitīšanas pēc pirmās jebkuras segšanas nelikumības paziņošanas, vai
      - 18.1.1.1.5. nesāk skaitīšanu no pareizā skaitļa.
    - 18.1.1.2. „Žākļstāja” (angļu valodā „straddle”) – līnija starp sedzēja kājām satur metēja balsta punktu.
    - 18.1.1.3. „Diska attālums” (angļu valodā „disc space”) – kāda no sedzēja daļām ir tuvāk kā diska diametrs no metēja ķermeņa vai balsta punkta. Tomēr, ja šo situāciju izraisa metēja kustība, tad tā nav nelikumība.
    - 18.1.1.4. „Ierobežošana” (angļu valodā „wrapping”) – sedzējs izmanto savas rokas, lai traucētu metējam brīvi griezties ap balsta punktu jebkurā virzienā.
    - 18.1.1.5. „Divi sedzēji” (angļu valodā „double team”) – vairāk kā viens sedzējs ir tuvāk kā trīs (3) metru attālumā no metēja balsta punkta un tālāk kā trīs (3) metrus no jebkura cita uzbrucēja.
    - 18.1.1.6. „Redzamība” (angļu valodā „vision”) – aizsargs izmanto kādu ķermeņa daļu, lai tīšām traucētu metēja redzamību.
    - 18.1.1.7. „Kontakts” (angļu valodā „contact”) – aizsargs pieskaras uzbrucējam pirms diska izmešanas un ne metiena izdarīšanas laikā. Ja kontaktu izraisa tikai metēja kustība, tad tā nav nelikumība.
  - 18.1.2. Aizsardzības komanda var apstrīdēt segšanas nelikumību, tādā gadījumā spēle tiek apturēta.
  - 18.1.3. Pirmās segšanas nelikumības gadījumā, ja tā netiek apstrīdēta, sedzējam jāatņem divas (2) sekundes no skaitīšanas un bez apstāšanās jāturpina skaitīt.

- 18.1.4. Sedzējs nedrīkst turpināt skaitīšanu, līdz pārkāptā situācija ir novērsta. Ja skaitīšana tiek turpināta ātrāk, tad tā ir atkārtota segšanas nelikumība.
- 18.1.5. Jebkuras atkārtotas neapstrīdētas segšanas nelikumības gadījumā, kamēr disks ir tam pašam metējam, sedzējam bez apstāšanās ir jāsāk skaitīt no viens (1).
- 18.1.6. Ja metējs izdara piespēli un segšanas nelikumība tiek paziņota metiena laikā vai kamēr disks ir gaisā, šim paziņojumam nav nekādu sekas (spēle notiek tā, it kā šis paziņojums nebūtu bijis).
- 18.2. „Nostaigāts” (angļu valodā „travel”) nelikumība:
  - 18.2.1. Metējs drīkst izdarīt piespēli jebkurā laikā, ja vien viņš pilnībā ir spēles laukumā, vai viņa balsta punkts ir novietots spēles laukumā.
  - 18.2.2. Spēlētājs, kurš gaisā ir noķēris disku, atrodoties gaisā arī drīkst izdarīt piespēli.
  - 18.2.3. Pēc diska noķeršanas un piezemēšanās spēles laukumā, metējam pēc iespējas ātrāk, nemainot virzienu, jāsamazina skriešanas ātrums, līdz viņš ir apstājies un novietojis balsta punktu.
    - 18.2.3.1. Metējs drīkst izdarīt metienu bremzēšanas laikā, ja metiena izdarīšanas laikā viņš saglabā kontaktu ar spēles laukumu.
  - 18.2.4. Metējs drīkst mainīt virzienu („izdarīt pagriezienu ap balsta punktu”) tikai pēc tam, kad ir novietojis „balsta punktu”. „Balsta punkts” ir ķermeņa daļa, kura visu laiku paliek kontaktā ar vienu un to pašu spēles laukuma punktu.
  - 18.2.5. Metējam, kas atrodas guļus stāvoklī vai uz ceļiem, nevajag novietot balsta punktu.
    - 18.2.5.1. Kad metējs ir apstājies, viņa masas centrs nosaka viņa balsta punktu, un viņš nedrīkst kustēties prom no šī punkta, kamēr atrodas guļus stāvoklī vai uz ceļiem.
    - 18.2.5.2. Ja metējs pieceļas, tad balsta punkts viņam jānovieto tajā vietā, kur bija viņa masas centrs.
  - 18.2.6. Nostaigāts ir tad, ja:
    - 18.2.6.1. metējs balsta punktu novieto spēles laukuma nepareizā vietā;
    - 18.2.6.2. metējs maina kustības virzienu pirms diska izmešanas vai balsta punkta novietošanas.
    - 18.2.6.3. metējs neapstājas pēc iespējas ātri;
    - 18.2.6.4. metējs nesaglabā izvēlēto balsta punktu līdz diska atlaišanai;
    - 18.2.6.5. metējs nesaglabā kontaktu ar spēles laukumu metiena izdarīšanas laikā; vai
    - 18.2.6.6. ķērējs apzināti pasit disku sev ar mērķi pārvietoties kādā sevis izvēlēta virzienā;
  - 18.2.7. Pēc neapstrīdētas nostaiģāšanas nelikumības, spēle netiek apturēta.
    - 18.2.7.1. Metējs novieto balsta punktu pareizajā punktā, kuru norāda spēlētājs, kurš paziņoja nostaiģāšanu. Tam jānotiek bez iesaistīto spēlētāju kavēšanās.
    - 18.2.7.2. Jebkura skaitīšana tiek pārtraukta un metējs nedrīkst izdarīt piespēli, līdz balsta punkts tiek novietots pareizajā vietā.
    - 18.2.7.3. Aizsardzības spēlētājam jāpaziģo „spēle turpinās” (angļu valodā „play on”), tiklģdz balsta punkts ir novietots pareizajā vietā.
    - 18.2.7.4. Pirms atsākt skaitģšanu, sedzģjam ir jāpaziģo „skaitģ” (angļu valodā „stalling”) vai spēle turpinģs (angļu valodā „play on”).
  - 18.2.8. Ja pēc paziģotas nostaiģģšanas nelikumģbas metģjs izdara precģzu piespģli, pirms ir novietojis balsta punktu pareizģjģ vietģ, aizsardzģbas spēlģtģģji var paziģot „pģrkģpums” (angļu valodģ „violation”). Spģle tiek apturģta un disks atģriezts metģjam.
  - 18.2.9. Ja pēc nostaiģģšanas nelikumģbas paziģojuma metģjs izdara nesekmģģu piespģli, disks pģriet pretinģku komandai un spēle turpinģs.

- 18.2.10. Pēc apstrīdēta nostaigāšanas nelikumības paziņojuma, ja metējs neizdara metienu, spēle tiek apturēta.
- 18.3. „Blok” (angļu valodā „pick”) pārkāpumi:
- 18.3.1. Ja aizsardzības spēlētājs cieši sedz uzbrūkošās komandas spēlētāju un cits spēlētājs viņam patraucē kustēties sava sedzamā virzienā vai kopā ar viņu, tad tas aizsardzības spēlētājs var saukt „bloks” (angļu valodā „pick”).
- 18.3.2. Kad spēle ir apturēta, aizkavētais spēlētājs var doties uz pozīciju, kuru viņš būtu ieņēmis, ja viņu neviens nebūtu aizkavējis. Disks tiek atgriezts metējam (ja metiens tika izdarīts) and skaitīšana jāatsāk no maksimums deviņi (9).

## 19. Apstāšanās

- 19.1. Traumas apstāšanās
- 19.1.1. Ja nepieciešama apstāšanās traumas gadījumā, tad jāpaziņo „trauma” (angļu valodā „injury”). Traumas apstāšanos var paziņot traumētais spēlētājs vai komandas biedrs, ja traumētais spēlētājs uzreiz nav spējīgs par to paziņot, šajā gadījumā uzskata, ka paziņojums izdarīts brīdī, kad tika gūta trauma.
- 19.1.2. Ja spēlētājam ar vaļēja vai asiņojoša brūce, tad jāpaziņo par traumu un tas spēlētājs nekavējoties ir jānomaina. Spēlētājs drīkst atgriezties laukumā tikai tad, kad brūce ir apstrādāta un apsaitēta.
- 19.1.3. Ja trauma nav radusies soda (apstrīdēta vai neapstrīdēta) gadījumā, spēlētājs obligāti ir jānomaina, pretējā gadījumā spēlētājs var arī izvēlēties palikt laukumā.
- 19.1.4. Ja traumētais spēlētājs atstāj laukumu, tad pretinieku komanda drīkst nomainīt vienu spēlētāju.
- 19.1.5. Ja traumētais spēlētājs noķēra disku un traumas dēļ to nometa, tad disks paliek traumētajam spēlētājam.
- 19.1.6. Spēlētājs, kurš tikai nomainīts traumas apstāšanās laikā, saglabā pilnu nomainītā spēlētāja stāvokli (atrašanās vietu, disku, skaitu, līdz kuram bija aizskatīts, u.c.).
- 19.2. Tehniskā apstāšanās.
- 19.2.1. Jebkurš spēlētājs, kurš pamana apstākļus, kas apdraud spēlētājus, var paziņot „tehniskā” (angļu valodā „technical”), lai apturētu spēli.
- 19.2.2. Metējs drīkst paziņot par tehnisko apstāšanos, lai nomainītu stipri bojātu disku.
- 19.3. Ja apstāšanās paziņošanas brīdī disks bija gaisā, spēle tiek turpināta līdz kāda no komandām iegūst disku:
- 19.3.1. Ja traumas vai drošības apdraudējums neietekmēja spēli (to kura komanda ieguva disku), tad spēle atsākās no turienes, kur kāda no komandām ieguva disku;
- 19.3.2. Ja traumas vai drošības apdraudējums ietekmēja spēli, tad disks tiek atgriezts metējam un skaitīšana jāatsāk no maksimums deviņi (9).
- 19.4. Spēlēs, kurās uzņem laiku, apstāšanās laikā laiks jāapstādina.

## 20. Minūtes pārtraukumi

- 20.1. Spēlētājam, kurš paziņo minūtes pārtraukumu, ar savām rokām vai roku un disku jāizveido „T” un jāsauc „minūtes pārtraukums” (angļu valodā „time-out”) tā, lai pretinieku komandai tas būtu skaidri dzirdams.
- 20.2. Katrai komandai ir divi (2) minūtes pārtraukumi katrā puslaikā.
- 20.3. Minūtes pārtraukumu var ņemt visa puslaika garumā.
- 20.4. Minūtes pārtraukums ilgst divas (2) minūtes.
- 20.5. Pēc punkta sākuma un pirms sekojošā pārmetiena, abu komandu kapteiņi var paziņot minūtes pārtraukumu. Minūtes pārtraukums palielina intervālu starp punkta sākumu un pārmetiena izdarīšanu par divām (2) minūtēm.
- 20.6. Punkta izspēles laikā tikai metējs, kurš ir novietojis balsta punktu, drīkst paziņot minūtes pārtraukumu. Pēc šāda minūtes pārtraukuma:
  - 20.6.1. Nedrīkst veikt maiņas, izņemot, ja ir gūta trauma.
  - 20.6.2. Spēle tiek atsākta ar balsta punktu tajā pašā vietā.  
Play is restarted at the same pivot point.
  - 20.6.3. Metējs paliek tas pats.
  - 20.6.4. Visi pārējie uzbrūkošās komandas spēlētāji var ieņemt jebkuru vietu uz spēles laukuma.
  - 20.6.5. Kad uzbrūkošās komandas spēlētāji ir sastājušies, aizsardzības komandas spēlētāji var ieņemt jebkuru pozīciju uz spēles laukuma.
  - 20.6.6. Skaitīšanu turpina no tās vietas, kur bija pirms minūtes pārtraukuma paziņošana, ja vien nenomainījās sedzējs (šajā gadījumā jāsāk no viens).
- 20.7. Ja metējs paziņo minūtes pārtraukumu, bet viņa komandai vairāk minūtes pārtraukumu nav, spēle tiek pārtraukta. Pirms spēles atsākšanas ar diska ievadīšanu spēlē sedzējam jāpieskaita divi (2) pie skaitīšanas rezultāta, kad tika paziņots minūtes pārtraukums. Ja tā rezultātā tika sasniegts desmit (10) vai vairāk, tad tas ir „laiks” un disks pāriet pretinieku komandai. Ja metējam nebija sākts skaitīt, tad skaitīšanu var sākt no trīs (3).

## Definīcijas

Aizsardzības spēlētājs	Jebkurš tās komandas spēlētājs, kura nav ar disku.
Aizsardzības gala zona	Gala zona, kuru komanda aizsargā, lai pretinieku komanda negūtu punktu.
Auts	Jebkas, kas nav spēles laukuma sastāvdaļa, ieskaitot perimetra līnijas.
Balsta punkts	Spēles laukuma punkts, kurā spēle jāatsāk pēc diska pāriešanas pretinieku komandai, vai jau novietots balsta punkts. Metējs nevar novietot balsta punktu, kamēr viņš nav apstājies un pagriezies ap balsta punktu.
Briks	Jebkurš pārmetiens, kas piezemējas autā, nepieskaroties uzbrūkošās komandas spēlētājiem.
Diska ievadīšana spēlē	Aizsarga pieskaršanās diskam, lai atsāktu spēli.
Diska pāriešana pretinieku komandai	Jebkurš notikums, kā rezultātā mainās komanda, kas kontrolē disku.
Diska paš-ievadīšana spēlē	Darbība, kad metējs ar disku pieskaras zemei, lai atsāktu spēli. Izmanto, kad neviens aizsardzības spēlētājs nav tik tuvu pie metēja, lai ievadītu disku spēlē.
Gala zona	Viens no diviem apgabaliem spēles laukuma galos, kuros komandas, noķerot disku tajos, var gūt punktu.
Griezties ap balsta punktu	Kustēties jebkurā virzienā, turot vienu ķermeņa daļu kontaktā ar konkrētu spēles laukuma punktu, sauktu par balsta punktu.
Kontakts ar zemi	Attiecas uz jebkuru spēlētāja kontaktu ar zemi, kas tieši saistīts ar konkrētu notikumu vai manevru, ieskaitot piezemēšanos, līdzsvara atgūšanu (piemēram, lekšana, liekšanās vai krišana).
Ķērēji	Visi uzbrūkošās komandas spēlētāji, kuri nav metēji.
Labākais skata punkts	Vispilnīgākais pieejamais spēlētāja skata punkts, kas sevī ietver relatīvo pozīciju attiecībā pret disku, zemi, spēlētājiem un līniju marķējumu, kas bija iesaistīti konkrētajā situācijā.
Likumīga pozīcija	Spēlētāja ieņemta statistiska ķermeņa pozīcija, neņemot vērā izstieptas rokas un kājas, no kurās var izvairīties visi kustībā esošie pretējās komandas spēlētāji, ņemot vērā attālumu un laiku.
Līnija	Robežas, kas definē spēles laukuma zonas. Laukumam bez atzīmētām līnijām, laukuma robežas definē ar iedomājamu līniju starp diviem konusiem, kuras platums ir vienāds ar konusu platumu.
Metējs	Uzbrūkošās komandas spēlētājs, kurš kontrolē disku, vai spēlētājs, kurš tikko ir izmetis un metiena rezultāts vēl nav noteikts.
Metiena izdarīšana	Skatīt metiena kustība.
Metiena kustība	Metiena kustība ir kustība, kas piešķir metēja impulsu diskam diska lidojuma virzienā, kā rezultātā tiek izdarīts metiens. Griešanās ap balsta punktu un vēršanās neietilpst metiena kustībā.
Metiens	Diska lidojums pēc metiena kustības, ieskaito māņkustības izdarīšanu un netīšu diska izmešanu no rokām, pēc kura disks atraujas no metēja. Piespēle ir ekvivalents metienam.
Nejaušs kontakts	Jebkurš kontakts, kurš neietekmē konkrētās situācijas iznākumu un pēc dabas nav bīstams.

Ne-spēlētājs	Jebkura persona, ieskaitot komandu spēlētājus, kura nepiedalās konkrētā punkta izspēlē.
Novietot balsta punktu	Pēc diska pāriešanas pretinieku komandai, tiek nodefinēta vieta, kurā jānovieto balsta punkts. Metējs to izdara, šajā vietā novietojot kādu sava ķermeņa daļu (parasti kāju). Lai spēlētājs varētu kustēties pēc piespēles noķeršanas un apstāšanās, viņam ir jānovieto balsta punkts. Novietot balsta punktu nozīmē visu laiku turēt kādu ķermeņa daļu kontaktā ar vienu un to pašu spēles laukuma punktu.
Pārķeršana	Situācija, kad aizsardzības komandas spēlētājs noķer metienu, kuru izdarīja uzbrūkošās komandas spēlētājs.
Pārmetiens	Vienas komandas metiens otrai komandai, ar kuru sākas punkta izspēle spēles sākumā, pēc puslaika vai gūta punkta.
Paziņojums	Skaidri dzirdams sauciens par notikušu sodu, nelikumību, pārkāpumu vai traumu. Var tikt lietoti sekojoši termini: sods (angļu valodā "foul"), nostaigāts (angļu valodā "travel"), konkrētu segšanas nelikumības nosaukumu, pārkāpums (vai konkrētu pārkāpuma nosaukumu), laiks (angļu valodā "stall"), tehniskā (angļu valodā "technical"), stop(angļu valodā "freeze"), trauma (angļu valodā "injury").
Perimetra līnijas	Līnijas, kas atdala vidus vai gala zonas no auta zonas. Tās nav daļa no spēles laukuma.
Punkta izspēle	Laiks no pārmetiena izdarīšanas brīža līdz brīdim, kad tiek gūts punkts. Punkta izspēle var tikt apturēta paziņojumu dēļ, šajā gadījumā spēle jāatsāk ar diska ievadīšanu spēlē.
Sedzējs	Aizsardzības komandas spēlētājs, kurš metējam veic skaitīšanu.
Sieviete	Jebkura persona, kas tiek uzskatīta par sievieti saskaņā ar pašreizējiem Starptautiskās Olimpiskās Komitejas noteikumiem.
Spēles apstādināšana	Spēles apstādināšana dēļ soda, pārkāpuma, strīdēšanās vai minūtes pārtraukuma, pēc kā, lai atsāktu spēli, nepieciešama diska ievadīšana spēlē. Disks šajā gadījumā nevar pāriet pretinieku komandai, ja vien spēkā nav turpināšanas likums.
Spēles laiks	Spēles laiks ir laika intervāls no spēles sākuma līdz brīdim, pēc kura tiek izspēlēts tekošais punkts un noteikts maksimālais punktu skaits, kas ir vienāds ar vadībā esošās komandas (ja neizšķirts, tad ar abu komandu) punktu skaitu plus divi (2).
Spēles laukums	Platība, ieskaitot vidus zonu un gala zonas, bet neieskaitot perimetra līnijas.
Spēlētājs	Viena no personām, kas piedalās konkrētā punkta izspēlē.
Uzbrūkošās komandas spēlētājs	Jebkurš tās komandas spēlētājs, kura ir ar disku.
Uzbrukuma gala zona	Gala zona, kurā komandai ir jānoķer disks, lai gūtu punktu.
Vidus zona	Spēles laukuma daļa, ieskaitot zonas līnijas, kas sevī neietver gala zonas un perimetra līnijas.
Vieta, kur disks apstājas	Vieta, kur disks tiek noķerts, pats apstājas, vai tiek apstādināts, ja tas ripoja vai slīdēja.
Vīrietis	Jebkura persona, kura nav sieviete.
Zeme	Zeme sastāv no visiem cietajiem abjektiem, ieskaitot zāli, konusus, aprīkojumu, ūdeni un ne-spēlētājus, izņemot visus spēlētājus un viņu drēbes, lidojošas daļiņas un nokrišņus.
Zonas līnija	Līnija, kas atdala vidus zonu no gala zonas.

## Legal License

This Work ("WFDF Rules of Ultimate 2009") is licensed under a Creative Commons Attribution 2.5 license. The Licensor and Original Author of the Work is the World Flying Disc Federation, a non-profit corporation registered in the state of Colorado, USA. This is a human-readable summary of the Legal Code (the full license can be found in Appendix C)

You are free to:

- copy, distribute, display and perform the work
- make derivative works
- make commercial use of the work

Under the following conditions:

- You must attribute the work in the manner specified by the author or licensor.
- For any reuse or distribution, you must make clear to others the license terms of this work.
- Any of these conditions can be waived if you get permission from WFDF.

Your fair use and other rights are in no way affected by the above.