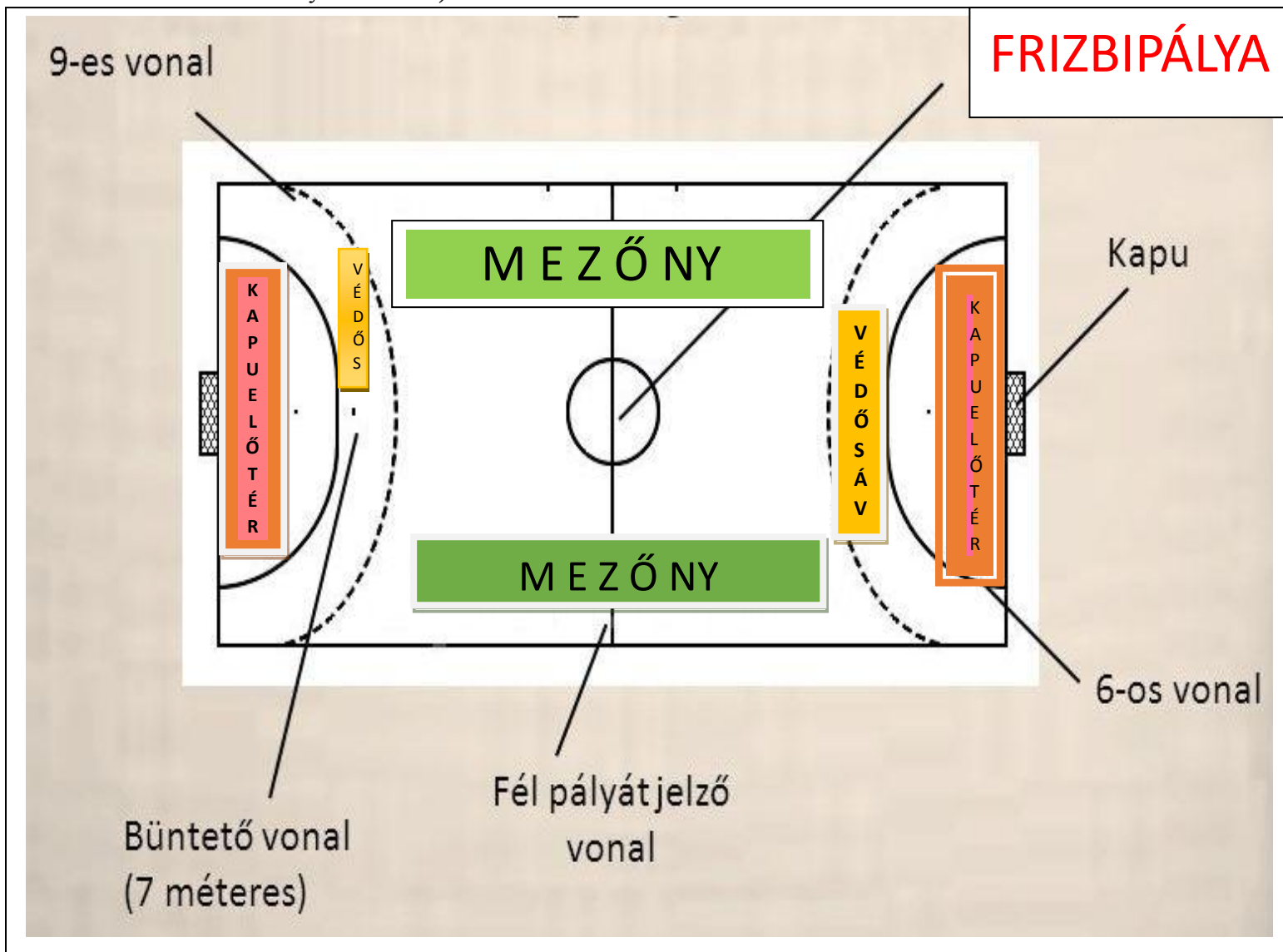


A Frizbizés (Légi korongozás™) szabályai

A frizbizés többnyire kézilabda pályán zajlik annak szabályai szerint, azonban pár jelentős eltéréssel, amelyek alább olvashatók. Minden egyéb, nem tárgyalt esetben a kézilabda szabályai érvényesek.

De korántsem olyan durván!:)



5 játékos (4 mezőny + 1 „vészkapus” vagy kapus)

1. A mérkőzést egy 20 cm átmérőjű, nagyjából 100 g-os kör alakú gumi/szilikon frizbivel játsszák. A frizbi könnyen hajlítható (még félbe is), a gumiszegélytől eltekintve teljesen sík. A szegély pár mm-t kiemelkedik a frizbi teteje és alja felé is.
2. A játékosok levegőben passzolják a frizbit egymásnak. Ha mozgás, futás közben veszi át valaki a korongot, akkor legfeljebb 3-at léphet vele. Álló helyzetben elkapott frizbivel tilos helyváltoztató mozgást végezni, a sarkazás mindenkor megengedett.
3. A frizbit csak kézzel való dobással lehet játékba hozni, repülő fázis nélkül átadni vagy más módon továbbítani tilos.
4. A játékosok nem kaphatják el az önmaguk által dobott korongot (önpassz), csak akkor, ha a frizbi előtte más játékost érintett.
5. Játékban lévő (repülő) frizbi bármelyik testrésszel, és bármennyiszer érinthető az elkapásig, vagy a leesésig.
6. A frizbi leasettnak számít, ha a játéktér burkolatára kerül nyugalmi helyzetbe, ahonnan csak külső behatás tudja elmozdítani. Nem számít leasettnak egy frizbi, ha az a talaj

érintése után ismét a levegőbe emelkedik (pattan). Talajon csúszó frizbi leesési helye, ahol megáll. Csúszó, guruló frizbihez – a kapus kivételével- szándékosan érni, megállítani tilos.

7. Ha egy frizbi leesett, akkor annak a csapatnak az ellenfele jön, aki legutoljára hozzáért a levegőben lévő koronghoz. Ha nem ért bele senki a levegőben lévő frizbibe, és az leesett, akkor a frizbi a dobó játékos ellenfeléhez kerül. A frizbit pontosan onnan, és arról a területről (annak szabályai szerint) kell dobni, ahol az leesett. A frizbit az arra jogosult csapat játékosa emelje föl a földről. Ne vegye föl a földről a másik csapat játékosa, s NE adja át udvariasan, mert késleltet és megtöri a játék lendületét, ritmusát! Egy frizbit csak akkor birtokol egy játékos, ha azt a kezében fogja. Együttes fogás esetén (ha mindkét csapatból egyszerre fogták meg a frizbit) a korong a támadó csapaté. A támadó által birtokolt frizbi a kezéből nem üthető ki, és nem vehető el közvetlenül.
8. A korong maximum 5 mp-ig birtokolható egy játékos által.
9. A játékidőben (végsípszó előtt) eldobott frizbi a játékidő lejártá után az első elkapás vagy leesés pillanatáig játékban van, azzal gól szerezhető.
10. A frizbi pályán kívül van, ha teljes terjedelmével átment az alapvonalon, illetve leeséskor a vonalon áll meg, vagy oldalt „kimegy” a kerítésen. Ha nincs kerítés, akkor az oldalvonalon túl is mehet, mert a pálya naggyon széles! Alapvonal elhagyása, vagy az alapvonalon landolás esetén az azonos oldali kapusé a korong.
11. **MEZŐNY**ben (a két szaggatott vonal/ 9-es közötti térben) a frizbit birtokló játékos 1 méteres körzetében nem tartózkodhat védő. Mezőnyben a védő köteles **1m-es** távolságra akár hátrálégni, ha vele szemben korongot birtokló támadó áll.
12. A **VÉDŐSÁV**ban, azaz a 9-es és 6-os közötti területen az 1m-es távolságtartás megszűnik.. Tehát a 9-es szaggatott és a 6-os vonal között, azaz a *védősávban* teljes, szoros emberfogás, védekezés engedélyezett.
13. Kizárólag támadáskor, a támadó csapatból legfeljebb 1 fő tartózkodhat az ellenfél csapat kapujának előtérében, a 6-os vonalon belül, de a kapust direkt nem zavarhatja. (Érvényes kapura dobás innen nem indítható, csak ki lehet passzolni a korongot.)
14. Ha a támadó csapat valamelyik játékosa csupán 1 lábbal belépett a hatoson belülrre, akkor kiléphet, kisarkazhat a hatoson kívülre, s akkor már kapura dobást is kezdeményezhet. Ha azonban mind a 2 lábával bent van a kapuelőtérben, akkor nem léphet ki, bent lévő támadónak minősül, s ekkor csak passzt fogadhat vagy kifelé passzolhat.
15. A védőcsapatból a kapuson kívül senki más nem tartózkodhat a csapat saját **kapuelőtérében**. A hatoson belülrre, illetve magára a kapuelőtér hatos vonalára sem léphet rá védőjátékos. **A kapus/vészkapus** a kapuelőtérben frizbivel a kezében is bármennyit léphet, szabadon mozoghat. Bárki lehet kapus; a lényeg, hogy aki bent áll a hatoson belül az az aktuális kapus vagy vészkapus.
16. Ha bármelyik csapat szabálytalankodik, a frizbit le kell tenni, ahol éppen van, és onnan jön a másik csapat.
Ha a védőcsapat a 6-os és 9-es közötti térben, azaz a *védősávban* szabálytalankodik (például faultol, sportszerűtlen), akkor a támadók egy játékosa a hatoson belülről, a kapuelőtérből szabaddobással kifelé passzol. Ha a szabálytalanság súlyos vagy sorozatos (akár mezőnyjátékban is), akkor a bíró büntetődobást, 7-es vagy kiállításítást ítélhet belátása szerint. Ilyen még nemigen fordult elő! ☺
17. Ha a támadóról (utoljára őt érintve) a frizbi a kapuelőtérbe vagy a hatos vonalára esik, a frizbi az ottani kapusé. Ha ez védőről történik meg (utoljára őt érintve), a frizbi a támadóké, és a támadó bentről (a kapuelőtérből) dobhat (passzolhat kifelé).
18. Ha a kapus védésekor (vagy a kapufáról) a frizbi a saját kapuelőterébe, vagy az azt határoló vonalra esik le, a frizbi a kapusé. Amennyiben teljes terjedelmével ezen kívül esik le, a frizbi a támadó csapaté.
19. A gól érvényes, ha az alábbi szabályok teljesülnek:
 - Ha a kapus nem ér a frizbihez, akkor a gólvonal feletti áthaladáskor a korongnak egyértelműen szállnia, repülnie kell és a dőlésszögének a vízszintestől való eltérése legfeljebb 45° lehet. (Ezt a bíró „saszeme (?)” ítéli meg, s ebben kikérheti a sportszerű csapatkapitányok csupán véleményét. A végső szó a bíróé!)

- A frizbinek a gólvonal fölött kell áthaladnia, a levegőben kell lennie, vagyis nem csúszhat a földön még a széle sem, tehát a gólvonal előtt kell fölpattannia! Nem mögötte!
- A frizbit a **kapuelőtér** (6 m-es, folyamatos) vonalon kívülről kell eldobni, és az eldobás pillanatában, és az azt követő 5 mp-ben a támadó csapatból senki sem állhat, illetve tartózkodhat a vonalon, vagy a kapuelőtérben. Tehát kapura lövéskor csakis a kapus tartózkodhat a kapuelőtérben. Az eldobás pillanatában, és az azt követő 5 mp-ben sem kerülhet a dobó játékos lábfeje a hatos vonalán belülre, még a levegőben sem. A dobó játékos a lövést követő lendülettel sem kerülhet a kapuelőtér légterébe, nem léphet be. Bedőléses lövés engedélyezett, ha a dobó lábfeje, cipőorrá végig a vonal előtt, kívül marad.
- A frizbinek teljes terjedelmében a gólvonal mögött kell szabályosan „becsapódnia”. (Ha ezután kigurul vagy a hálóról visszapattan, az a gólt nem érvényteleníti.)
- Ha a kapus (vagy kapufa) beleér a frizbibe, mielőtt az bemenne a kapuba, akkor a frizbinek a kapusra (vagy kapufára) érkezés pillanatában kell a gólvonalon szükséges szabályokat teljesítenie, utána bármilyen mozgást végezhet, a gól érvényes lesz. (Ha a kapusra, kapufára szabályosan, 45^0 -nál nagyobb-egyenlő szögben érkezett, de ő „bevédi”, azaz róla pattan, repül, gurul, csúszik, bukdácsol s teljes terjedelmében a gólvonal mögé kerül, akkor az érvényes.) Ha a korong a kapus által birtokolva halad át a gólvonalon, a gól szintén érvényes.

19. Sportszerűtlenségnek minősül mások szeme, arca előtti hadonászás, ijesztgetés, rákiabálás a másokra, szidalmazás stb., stb. Kerüljük el ezeket a helyzeteket!

20. A csapatok csapatnév-kiáltással köszöntik egymást a mérkőzés előtt. Érme földobásával döntenek el a kezdést. Félidőben térfél- és kezdéscserével folytatódik a küzdelem. A kezdés mindig a kapustól, a kapuelőtérből indul.

- Jelen szabályzat érvényes 2023.VI.1-től. A szabályok esetleges kisebb módosításának lehetőségét(pl.széljárás) a Gála megkezdéséig fönntartjuk.

▪ **Sportszerű, élményt adó játékot kívánunk mindenkinek!**

- Forrás: Magyar Tamás /átdolgozta: Antipajti /