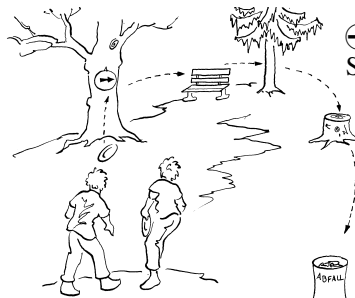


Frisbee-Golf: Auf dem Platz oder im Wald werden Ziele markiert (Baum, Eimer, Bank ...). Diese müssen von jeder S mit möglichst wenig Frisbee-Würfen getroffen werden. Der erste Wurf auf ein Ziel erfolgt jeweils beim Start. Anschliessend wird das Frisbee dort weitergespielt, wo es liegen bleibt. Eine Bahn ist fertig, wenn das Zielobjekt getroffen ist.

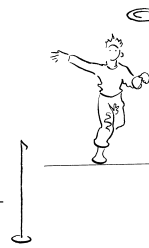
- Paargolf: 2 S werfen das Frisbee abwechselungsweise.



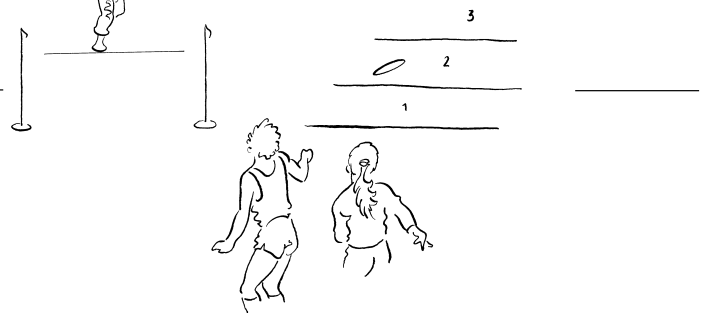
➔ Ballfangen: Vgl. Bro 4/4, S. 8;
Schnappball: Vgl. Bro 5/4, S. 14

Zielwurf: Mit einem gezielten Wurf versuchen die S von einer Grundlinie aus ein Ziel zu treffen (das Frisbee soll im Reifen landen oder zwischen zwei Malstäben durchfliegen).

- Die S versuchen, mit dem Frisbee Keulen von einer Langbank zu schiessen.

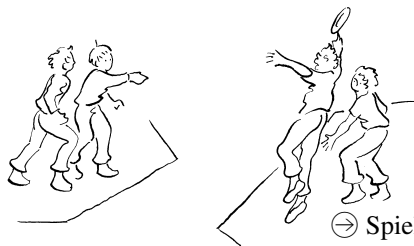


➔ Werfen und Laufen kombinieren.



Zonen-Weitwurf: Dreiergruppen probieren, mit ihrem Frisbee möglichst viele Punkte zu sammeln. Dazu wird das Frisbee von der Grundlinie aus möglichst weit geworfen. Landet es in der entferntesten Zone, so ergibt dies 3, sonst 2 bzw. 1 Punkt. Die Teammitglieder werfen das Frisbee abwechselungsweise und organisieren dessen Rücktransport selbständig. Welche Gruppe erreicht in 3 Minuten am meisten Punkte?

Frisbee-Volley: Spiel 2 gegen 2 bis höchstens 6 gegen 6. Jedes Team steht in einem Feld. Zwischen den Feldern ist eine neutrale Zone. Ziel ist es, das Frisbee so in die gegenüberliegende Zone zu werfen, dass dieses dort zu Boden fällt, wobei die gegnerischen S das Frisbee zu fangen versuchen. Punktgewinn, wenn das Frisbee im anderen Feld landet oder wenn der gegnerische S ins Aus wirft.



➔ Spiel mit 2 oder 3 Frisbees.

Schnapp-Frisbee: 2 Teams mit je maximal 5 S spielen mit einem Frisbee gegeneinander eine dem Schnappball ähnliche Form mit folgenden Regeln:

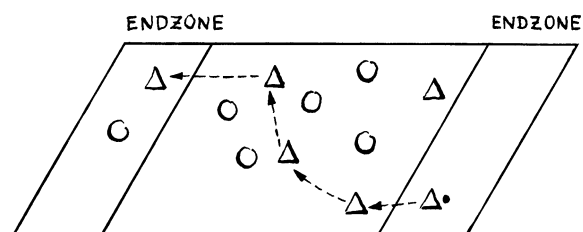
- Kein Körperkontakt mit dem Gegner. Der abwehrende S muss mindestens eine Armlänge Abstand zum werfenden S haben.
- Mit dem Frisbee in der Hand darf nicht gelaufen werden. Es sind nur Schritte an Ort erlaubt (Sternschritt wie im Basketball).
- Wenn das Frisbee zu Boden fällt, ins Aus fliegt oder vom Gegner während des Flugs zu Boden geschlagen werden kann, gilt dies als Fehlpass. Danach kommt der Gegner in Scheibenbesitz.



➔ Vorbereitung auf das Frisbee-Spiel «Ultimate»

Ultimate: 2 Teams von maximal je 6 S spielen gegeneinander. Ziel ist es, das Frisbee einem Mitspieler so zuzuwerfen, dass er es in der gegnerischen Endzone fangen kann. Zusätzlich gelten die gleichen Regeln wie beim Schnapp-Frisbee (vgl. oben). Ultimate wird ohne Schiedsrichter gespielt; Fouls werden vom fehlbaren S selber angezeigt!

- Erleichterung: Wenn das Frisbee zu Boden fällt, kann der S weiterspielen, der zuerst die Hand darauf hält.



🌀 Nur mit der Hand zum Frisbee gehen!