

無料
体験会

■アルティメットとは？

7人制のチームスポーツで、100m×37mのフィールドでフライングディスクを落とさずにパスをして運び、コート両端のエンドゾーン内でディスクをキャッチすれば得点となるスポーツです。

他の球技にはないディスクの飛行特性を操る技術や走力、持久力を必要とすることから「究極(Ultimate)」名前が付けられました。

ディスクの特性を利用した「華麗なパスワーク」、風によって浮いているディスクを飛びつきながら掴む「ダイビングキャッチ」、コートの端まで届く「ロングスロー」などのダイナミックなプレーが魅力のスポーツです。

■基本的なルール

- ・フィールドの端にあるエンドゾーン内でディスクをキャッチすると得点
- ・ディスクを持っている人は、歩いてはいけない
- ・ディスクが地面についたら攻守交代
- ・身体接触が禁止
- ・自己審判制(セルフジャッジ)で試合を進める(世界大会も同様)

■正規コート

