

## PIRING TERBANG (*FLYING DISC/ULTIMATE FRISBEE*)

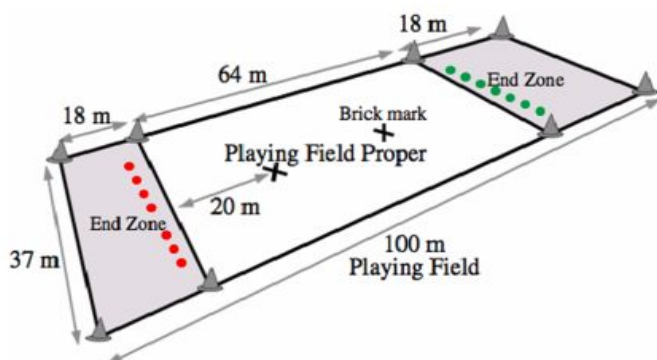
### 1. PENGENALAN

- Sebanyak 7 pemain bagi setiap pasukan yang akan bertarung (7 sebelah).
- **Ultimate Frisbee** adalah sukan tanpa sentuhan (*non-contact*) yang pantas dan dimainkan oleh dua pasukan yang terdiri dari tujuh orang sepasukan.
- Objektif permainan ialah untuk membalik *Frisbee* dari pasukan sendiri sehingga ianya ditangkap oleh pasukan sendiri di dalam zon hujung pihak lawan (*endzone*).
- Permainan ini menggabungkan beberapa elemen dari sukan lain seperti berlari dalam permainan bola sepak; melompat, menghantar, gerak kaki dalam permainan bola jaring, tukar peranan (*turnover*) dari menyerang kepada bertahan dalam permainan bola keranjang.

### 2. 10 ASAS ULTIMATE FRISBEE

#### 1) PADANG PERMAINAN

- Padang adalah berbentuk segi empat tepat di mana terdapat kawasan jaringan gol di penghujung padang "zon hujung" (*endzone*).
- Ukuran padang : 100m (panjang) x 37m (lebar)



#### 2) CARA PERMAINAN

- Setiap mata bermula dengan kedua-dua pasukan beratur di hadapan kawasan *endzone*.
- Sebelum bermula, ketua pasukan hendaklah menentukan pasukan mana yang akan membuat serangan dan bertahan.
- Pasukan pertahanan (*defence*) akan melontar (*pull*) *Frisbee* kepada pasukan yang membuat serangan (*offence*).
- Peraturan *standard* mempunyai 7 pemain dalam satu pasukan.

#### 3) SKOR / KUTIPAN MATA

- Mata dikira apabila seorang pemain menangkap hantaran yang sah dalam kawasan *endzone*.
- Kaki pemain yang menerima *Frisbee* hendaklah mendarat dalam kawasan *endzone* pihak lawan.
- Pemain tidak dibenarkan berlari membawa *Frisbee* ke dalam kawasan *endzone*.
- Jika seorang pemain menerima *Frisbee* di luar kawasan *endzone* dan menyebabkannya terjatuh dalam kawasan *endzone*, pemain tersebut mesti membawa *Frisbee* ke garisan terdekat (*goal line*) dengan dan membuat hantaran semula (*restart*).

#### 4) PERGERAKAN FRISBEE

- *Frisbee* boleh dilemparkan ke setiap arah dengan lengkap kepada pemain sepasukan.
- Pemain tidak boleh berlari dengan *Frisbee*.
- Pelontar (*thrower*) mempunyai sepuluh (10) saat untuk melontar *Frisbee* kepada rakan sepasukan.
- Pemain pertahanan menjaga pelontar (*marking*) dengan kiraan 10 saat (*stall count*) yang diambil kira dari (*stall count*).

#### 5) TUKAR PERANAN (*TURNOVERS/CHANGE POSSESSION*)

- Hantaran yang gagal diterima oleh rakan pasukan sendiri [samaada hantaran *Frisbee* yang dihalang ataupun Luar Kawasan (*out-of-bound*)] akan menyebabkan *Frisbee* bertukar peranan.
- *Frisbee* dikira bertukar peranan apabila *Frisbee* diterima oleh pihak lawan meskipun pihak lawan menjatuhkan *Frisbee* tersebut.
- Perkara berikut mengakibatkan pertukaran peranan (*turnover*) dan permainan diberhentikan sementara.
- Kiraan/*stall count* mencapai angka maksimum (10 saat).
- *Frisbee* dihulurkan kepada rakan sepasukan.
- *Frisbee* yang dihantar disambut semula oleh penghantar (*thrower*).
- Penghantar (*thrower*) meminta *Time-Out* apabila *Time-Out* pasukan telah habis.

#### 6) PERTUKARAN PEMAIN

- Selepas jaringan mata.
- Menggantikan pemain yang cedera.

#### 7) LARANGAN

- Tiada sentuhan fizikal dibenarkan antara pemain..
- Kesalahan/*foul* terjadi apabila berlaku sentuhan (*contact*).

#### 8) KESALAHAN/FOUL

- Apabila seorang pemain melakukan *contact* pada pemain lain maka berlakunya *foul*. Apabila *foul* mengganggu *Possession*, maka hendaklah bermain semula seolah-olah milik *Possession* dikekalkan.
- Jika pemain yang melakukan *foul* tidak mempersetujui dengan panggilan *foul* tersebut, maka hendaklah memulakan semula permainan bermula kembali dari pelontar (*thrower*).

#### 9) PENGADILAN SENDIRI

- Pemain bertanggungjawab ke atas *foul* mereka sendiri.
- Pemain menyelesaikan pertikaian mereka sendiri.

#### 10) SEMANGAT PERMAINAN (*SPIRIT OF THE GAME*)

- *Ultimate Frisbee* menekankan semangat kesukanan dan keadilan.
- Permainan yang kompetitif digalakkan, tetapi tidak sehingga perlu mengorbankan berkenaan dengan rasa hormat antara pemain, pematuhan kepada peraturan, dan keseronokan asas permainan.