JOHANNES KEPLER
UNIVERSITÄT LINZ

USI - Information Übungsbetrieb

ULTIMATE (FRISBEE)

Übungsleiter: Daniel Kaneider

Zeit: Donnerstag, 20.00 – 21.45 Uhr

Ort: Dr. Ernst-Koref Schule, Eingang: Uhlandgasse 5, 4020 Linz

Ultimate (Frisbee) ist ein schneller, attraktiver, körperkontaktloser Teamsport der sowohl konditionell, als auch mental (gespielt wird ohne Schiedsrichter) den Spielerinnen und Spielern (es wird **Mixed** gespielt) alles abverlangt. Das Spielfeld gleicht formal dem des American Footballfeldes.
Das Ziel ist es, das Hauptspielfeld durch zupassen der Scheibe zu überbrücken (ohne mit der Scheibe zu laufen), um dann so in die Endzone zu werfen zu können, dass ein Mitspieler der eigenen Mannschaft diese in der Endzone fangen kann.
Klingt einfach? Ist es auch. Mit etwas Übung kann es jede(r) erlernen.

Die **Einheiten** enthalten einen Technikteil, bei dem grundlegende Wurftechniken geschult werden, sowie dynamische Übungen. Im zweiten Teil kann dann das Gelernte im Spiel angewandt werden.

Mitzubringen ist Sport-/Laufbekleidung, sowie etwas zum Trinken. Vorkenntnisse sind keine erforderlich, dafür aber viel Motivation!