

Ultimate Objet

Du 30 juillet au 6 août, ce sont les championnats d'Europe d'Ultimate, en Slovénie. Découvre ce sport peu connu avec Bruno, membre de l'équipe de France mixte!

Matos minimum
Juste une tenue de sport et des chaussures à crampons, comme au foot.

Joli plongeon!
Position rare. La plupart du temps, Bruno est stable et saisit l'objet en rabattant ses deux mains dessus : c'est la prise "crocodile" ou "pancake".

Fiche d'identité

Nom : Scala **Prénom :** Bruno
Âge : 29 ans
Signe particulier : pratique l'Ultimate depuis 2004.
Vice-champion de France avec son équipe de Versailles, "Friselis". Membre de l'équipe de France mixte, il a suivi des entraînements spéciaux pour les championnats d'Europe.

Des règles spéciales

Un disque volant, un terrain d'herbe et deux équipes de sept joueurs suffisent. Pour marquer un point, un joueur doit réceptionner le disque dans la zone d'en-but adverse. Attention, on ne peut pas courir avec le disque, mais juste se tourner, en gardant un pied pivot au sol, avant de l'envoyer. Si le disque tombe ou est intercepté, il va à l'autre équipe. Dans les matchs nationaux, la partie s'arrête quand une équipe obtient 15 points ou après 90 minutes de jeu. Il n'y a pas d'arbitre! Quand un joueur subit une faute, il crie le nom de la faute en anglais. Le jeu s'arrête alors. Soit l'adversaire accepte la faute, soit il la rejette.

Dans ce cas, le jeu reprend à la passe précédente. À la fin du match, les joueurs se rassemblent en une ronde baptisée "huddle", pour parler du déroulement et du fair-play de tous!

Merci à Manon et à Virginie pour leur aide précieuse

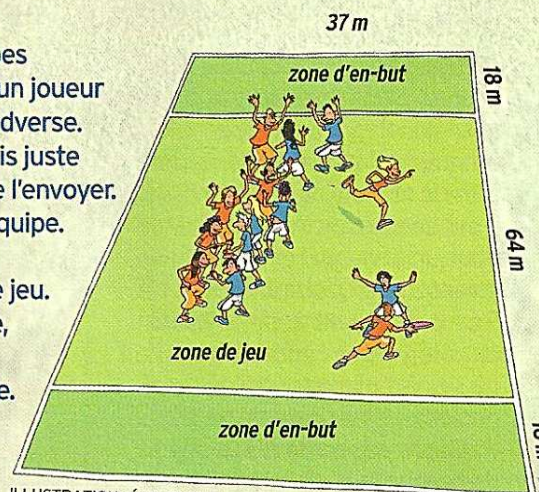


ILLUSTRATION : ÉRIC BUCHE

volant identifié



Soucoupe volante

Le "flying disc" ou FRISBEE® utilisé pour les matchs diffère de celui de la plage. Il s'achète par correspondance à un fournisseur américain, est en plastique et pèse 175 g.

Texte : Lucie de la Héronnière
Reportage photo : Amandine Noël/Avon Sport

Les techniques de lancer

Pour un bon lancer, il faut être équilibré sur ses jambes et avoir le poignet souple. Les joueurs jettent souvent un peu d'herbe en l'air pour voir le sens du vent. Voici quatre techniques...

Le upside



Le revers



Le coup droit



Le scoober



Pratique toi aussi!

Scanne ce flashcode avec un smartphone pour regarder une vidéo de présentation de l'Ultimate. Du connecte-toi sur le site de la Fédération Flying Disc France, ffdf.fr. Tu y trouveras aussi le club le plus proche de chez toi.

