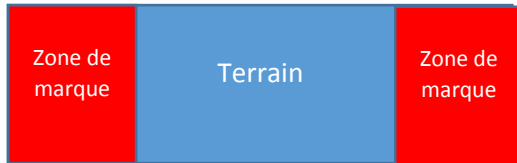


Ultimate

Règles : deux équipes, l'objectif est de réussir à faire une passe à son partenaire placé dans la zone de marque adverse. Il n'y a pas de contact, pas le droit de se déplacer en ayant le frisbee dans les mains.



Relais : 2 par 2 se faire des passes et passer au duo suivant.

Passé à 10 : réussir à se faire 10 passes sans se faire intercepter par l'autre équipe

Frisbee au capitaine : deux équipes sur le terrain, l'objectif est de réussir à faire une passe à son capitaine qui est dans un cerceau sur le terrain

Tournante ultimate : deux équipes (les membres d'une même équipe sont les uns derrière les autres) face à face d'un bout à l'autre du terrain, le 1^{er} joueur de l'équipe 1 lance le frisbee et va derrière le dernier de l'équipe 2 pendant que le 1^{er} joueur de l'équipe 2 doit rattraper le frisbee avant qu'il touche le sol puis le renvoyer à son tour... le receveur est éliminé s'il ne parvient pas à rattraper le frisbee avant qu'il tombe, le lanceur est éliminé si le frisbee tombe en dehors des limites du terrain. Dès qu'une équipe a 3 éliminés elle est perdante.

Le base-ball ultimate : deux équipes (une en attaque et l'autre en défense), le 1^{er} joueur de l'équipe attaquante va lancer le frisbee avant de courir autour des différentes bases pendant que l'équipe en défense doit réceptionner le frisbee et se faire des passes jusqu'à la zone de départ. L'attaquant est éliminé si l'équipe en défense arrive à réceptionner le frisbee au point de départ alors qu'il est entre deux bases. S'il parvient à faire un tour d'un coup il y a un point bonus. Selon le niveau du groupe on peut éliminer le lanceur si les défenseurs réceptionnent le frisbee avant qu'il touche le sol.

Match par zone : 3 ou 4 zones sont matérialisés sur le terrain, mettre 2 ou 3 ou 4 (selon le nombre de personnes et de zone) joueurs par zone, l'objectif est de faire un match en passant le frisbee de zone en zone jusqu'à la zone de marche, cela permet d'éviter que 2 ou 3 personnes uniquement touchent le frisbee pour marquer.