

WFDF アルティメット公式ルール 2025-2028 年版

日本語訳 ver.1.0

はじめに.....	1
1. スピリット・オブ・ザ・ゲーム.....	2
2. プレーイングフィールド.....	3
3. 用具及び備品.....	3
4. 試合及び得点形式.....	4
5. チーム編成.....	4
6. 試合開始.....	4
7. プル(スローオフ).....	4
8. プレイの状態.....	5
9. ストールカウント.....	6
10. チェック.....	6
11. アウト・オブ・バウンズ.....	7
12. レシーバー及びポジション.....	8
13. ターンオーバー.....	9
14. 得点.....	10
15. ファール、インフラクション及びバイオレーションのコール.....	11
16. コール発生からの試合再開.....	11
17. ファールの種類.....	12
18. インフラクション及びバイオレーションの種類.....	13
19. 安全のための試合中断.....	16
20. タイムアウト.....	16
定義集.....	188
定義集(つづき).....	19
日本語訳更新履歴.....	20

2025 年 5 月

一般社団法人日本フライングディスク協会

はじめに

アルティメットは、フライングディスクを使用した 1 チーム 7 人制のチームスポーツである。プレイングフィールド内でディスクをパスによって運び、プレイングフィールドの端に設けられたエンドゾーンと呼ばれるエリア内でディスクをキャッチすると得点（1 点）となる。パスをする方向に制限はないが、ディスクを持っている選手はその位置から移動することはできない。パスが繋がらない場合やディスクが地面に落ちた場合は、攻守交替となる。通常は 15 点先取、または約 100 分で試合が終了する。選手同士の身体接触は禁じられているため、男女混合形式での試合も実施可能である。いかなる選手も意図的にルールを破ることはないという前提でセルフジャッジ（自己審判）制を採用しており、プレイ中の行動指針であるスピリット・オブ・ザ・ゲームの精神は、試合中に審判としての役割も担っている選手が、勝利を追求する情熱と自身のプレイを客観的に判断する冷静さを両立するための方法を示すものである。

記載されているルールの多くは、総論としてほぼすべての状況を説明しているが、特定の状況にのみ適用される各論が総論よりも優先される場合がある。

特定の大会、選手の人数、年齢、または利用可能なスペースに応じてここで示される基本ルールに変更が加えられる場合がある。世界フライングディスク連盟（WFDF）主催する特定のイベントに適用される追加ルールについては、付帯資料を参照すること。

お問い合わせ先

本文書に関する不明点及び解釈については、日本フライングディスク協会までメールにてお問い合わせください。内容を検討後、ご回答いたします。また、アルティメットの競技発展のため、本書の内容に限らず、ルールに関して競技者の皆さんからのご意見やご指摘をお聞かせください。

Mail : sotg@jfd.or.jp

1. スピリット・オブ・ザ・ゲーム

- 1.1. アルティメットは、接触禁止、セルフジャッジ制を用いた競技スポーツであり、すべての選手はこのルールに忠実でなければならない。アルティメットは、「スピリット・オブ・ザ・ゲーム」という各選手のフェアプレイに対する責任感の上に成り立っている。
- 1.2. 本公式ルールは、いかなる選手も意図的にルールを破ることはないという前提で、意図的ではない反則に対する厳しい罰則は定めず、試合上で起こりうる状況を想定し、試合をスムーズに進行させるための方法を示している。
 - 1.2.1. ルールや「スピリット・オブ・ザ・ゲーム」に対する故意または重大な違反があった場合、両チームのキャプテンは話し合いのうえ、その結果がルールに沿ったものでなくても、適切な解決策を導かなければならない。
- 1.3. 選手は競技者であると同時に、審判としての役割も担っているという認識を持たなければならない。協議が発生した場合、選手には以下のことが求められる。
 - 1.3.1. ルール及びその精神を理解し、それに従うこと。
 - 1.3.2. 公正かつ客観的に判断すること。
 - 1.3.3. 正直であること。
 - 1.3.4. 明瞭かつ簡潔に意見を述べること。
 - 1.3.5. 相手に発言の機会を与えること。
 - 1.3.6. 相手の話を聞き、その視点を考慮に入れること。
 - 1.3.7. 文化の違いを考慮し、敬意を持った言葉やボディランゲージを使用すること。
 - 1.3.8. 問題の解決は効率的におこなうこと。
 - 1.3.9. 試合を通して、首尾一貫したコールをすること。
 - 1.3.10. ルールの違反がプレイの結果を左右するほどに重大である場合、もしくは選手の安全を脅かす場合にのみコールをすること。
- 1.4. 競争心の高いプレイは奨励されるが、対戦相手を敬う気持ち、ルールの遵守、選手の安全性、プレイを楽しむ気持ちを忘れてはならない。
- 1.5. 「スピリット・オブ・ザ・ゲーム」に則ったアルティメットに相応しいと考えられる行動を以下に示す。
 - 1.5.1. コールが正しいと思えなくなった時点で、そのコールを撤回すること。
 - 1.5.2. 協議の後にコートサイドで相手とコミュニケーションをとること。
 - 1.5.3. 相手チームの選手の良いプレイやスピリットを称賛すること。
 - 1.5.4. 相手チームに自己紹介をすること。
 - 1.5.5. 意見の相違や挑発行為に対して冷静に対応をすること。
- 1.6. 「スピリット・オブ・ザ・ゲーム」に反した、選手がとってはならない行動を以下に示す。
 - 1.6.1. 相手に危害を及ぼすような危険なプレイや、他の選手に対して攻撃的な態度をとること。
 - 1.6.2. 意図的にファウルをしたり、ルールに違反したりすること。
 - 1.6.3. 相手チームを嘲ったり、威圧したりすること。
 - 1.6.4. 得点後に、相手チームに対して礼を欠いた行為をすること。
 - 1.6.5. 相手チームからのコールへの仕返しとして、コールをすること。
 - 1.6.6. 相手チームにパスを要求すること。
 - 1.6.7. その他勝つために手段を選ばない行動。
- 1.7. チームには、「スピリット・オブ・ザ・ゲーム」を尊重した上で、以下のことが求められる。
 - 1.7.1. チームに対し、ルールや良いスピリットについて責任を持って教えること。
 - 1.7.2. 「スピリット・オブ・ザ・ゲーム」に反した行動をとったチームメイトに対して注意すること。
 - 1.7.3. 相手チームに対しても、彼らの取組みの良い点や「スピリット・オブ・ザ・ゲーム」をより尊重するための方法について、建設的な意見を提供すること。
 - 1.7.4. スピリットに関する問題の解決のために、必要に応じて「スピリット・ストップ」をコールすること。
- 1.8. 初心者が反則の起きた場面に関わっていたが、ルールがわからない場合には、経験者がその反則に関する説明を補助しなければならない。
- 1.9. 経験者は、初心者や若い選手を含む試合において、ルールや試合中の協議に対するアドバイスをすることができる。

- 1.10. コールは、直接プレイに関わっていた選手及びそのプレイを最も良く見える位置にいた選手によって話し合わなければならない。
- 1.10.1. 直接プレイに関わっていない選手が、チームメイトが誤ったコールをしたりファールや反則を引き起こしたりしたと考える場合、その選手は該当するチームメイトにその旨を伝えなければならない。
- 1.10.2. キャプテン以外の選手でない人（フィールドにいる最大 14 人以外の人）は、ルールの判断に関与してはならない。ただし、ルールの確認や適切なコールをするために、第三者に対して意見を求めることができる。
- 1.11. すべてのコール及び解決策に関して、コールをした選手とキャプテンが責任を持つ。
- 1.12. プレイ中のコールやその他の問題に対し、協議の結果として双方の合意が得られない場合、もしくは以下の事項について確証がない、あるいは明白でない場合には、協議が発生する直前にディスクを所有していた選手にディスクを戻さなければならない。
- 1.12.1. コールや問題が発生する直前に何が起きていたか。
- 1.12.2. コールや問題が発生する直前に何が起きていた可能性が高いか。

2. プレイングフィールド

- 2.1. アルティメットのプレイングフィールドは、図 1 で示されるような長方形である。原則として平らで障害物等がなく、選手が安全にプレイできる状態でなければならない。
- 2.2. プレイングフィールドの外周は、2本のサイドライン（縦）と2本のエンドライン（横）で構成されている。
- 2.3. プレイングフィールドの外周は、プレイングフィールドに含まれない。（オンラインはアウト・オブ・バウンズとなる）
- 2.4. ゴールラインは、セントラルゾーンとエンドゾーンを分けるもので、セントラルゾーンに含まれる。（オンラインでのプレイはゴールとならない）
- 2.5. ブリックマークは、ゴールラインの中心点（サイドラインから 18.5m）からセントラルゾーンに向かってエンドゾーンの長さと同じ距離（一般的には 18m）の位置で交差している2本のライン（長さ各 1m）である。
- 2.6. セントラルゾーンとエンドゾーンを区別するために、プラスチックコーン等を各ゾーンの角（合計 8 箇所）に配置する。
- 2.7. プレイングフィールドから【3m 以内】に、プレイの進行を妨害する障害物を置いてはならない。プレイングフィールド外の選手や障害物によってプレイが妨害された場合、妨害された選手、もしくはディスクを所有しているスローワーは「バイオレーション」をコールすることができる。

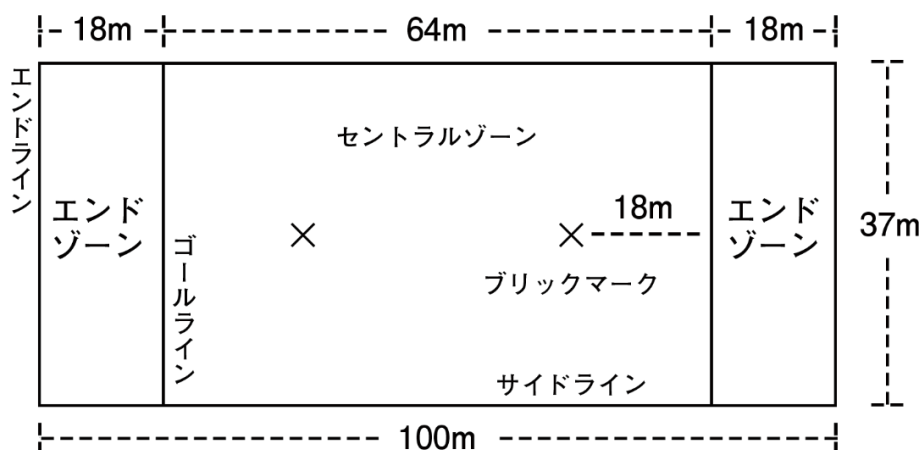


図 1. アルティメットのプレイングフィールド

3. 用具及び備品

- 3.1. 対戦チームの両キャプテンが認めたフライングディスクを使用可能とする。
- 3.2. 世界フライングディスク連盟 (WFDF) は、推奨するディスクの一覧を管理することができる。
- 3.3. 各選手は、互いのチームを区別できるユニフォームを着用しなければならない。

- 3.4. いかなる選手も、自分自身や相手を傷つけてしまう、もしくは相手チームの選手のプレイを妨害する可能性のある衣類や用具を着用することはできない。

4. 試合及び得点形式

- 4.1. 試合は得点数で競われ、ゴールをした場合に得点となる。
- 4.2. 【15点】を先取したチームの勝利となる。
- 4.3. 前後半のハーフ制で行われ、前後半の間にハーフタイムが設けられている。どちらかのチームが【8点】を先取した時点でハーフタイムとなる。
- 4.4. 前半及び後半は、プルによって開始となる。
- 4.5. ゴールが記録された後、試合終了もしくはハーフタイムとならない場合は、
- 4.5.1. ただちに次のポイントが開始される。
- 4.5.2. 両チームは互いの自陣（エンドゾーン）を入れ替えること。
- 4.5.3. 得点したチームがディフェンスとなり、プルをすること。
- 4.6.

5. チーム編成

- 5.1. 各チームは、5～7人の選手がフィールドにいる状態で試合をおこなう。
- 5.2. 各チームは、チームを代表するキャプテン及びスピリットキャプテンを指名しなければならない。
- 5.3. 各チームは、得点後から次のプルの準備完了の合図までの間、人数制限なしで選手を交代することができる。
- 5.4. ミックス部門の試合においては、性別の比率は4:3を交互に行う形を採用する。

6. 試合開始

- 6.1. 各チームの代表者は、公正な方法で、以下の2つのうち選択肢のどちらかを先に選択するチームを決める。
- 6.1.1. 試合開始時のプルをするか（ディフェンス）、もしくは受けるか（オフェンス）。
- 6.1.2. どちらに自陣（エンドゾーン）を取るか。
- 6.2. もう一方のチームには、上記のうち残った選択肢が与えられる。
- 6.3. 後半開始時には、試合開始時に決定した選択肢をチーム間で入れ替える。
- 6.4. ミックス部門の試合においては、性別のマッチアップをわかりやすくするための方法を試合前にチーム間で話し合うべきある。

7. プル

- 7.1. 試合開始時、ハーフタイム後及び各得点後は、プルと呼ばれるディフェンスのスローからプレイが開始される。
- 7.1.1. 両チームは、不必要な遅延行為をせずに、プルの準備をしなくてはならない。
- 7.2. プルは、プレイを開始する際に両チームの準備が完了し、プルを投げる選手とオフェンス側の選手1人の両方が頭上に手を挙げて合図をした後にのみ行うことができる。
- 7.3. オフェンス側の選手は、準備完了の合図をした後、プルが投げられるまで、ゴールライン上に片足を乗せて待機し、選手同士の位置関係を変更してはならない。
- 7.4. ディフェンス側の選手は、準備完了の合図をした後、プルが投げられるまで、足がゴールラインよりも完全に後ろになくなくてはならない。（空中であっても足がゴールラインを越えてはならない）
- 7.5. 一方のチームが7.3に違反をした場合（「フォルススタート」）、もしくは7.4に反則をした場合（「オフサイド」）、もう一方のチームは「フォルススタート」もしくは「オフサイド」というバイオレーションをコールすることができる。その場合、オフェンス側の選手がディスクに触れる前にコールをしなければならない。「フォルススタート」もしくは「オフサイド」がコールされた場合であっても、7.8は適用される。
- 7.5.1. ディフェンスが「フォルススタート」をコールした場合、スローワーは7.9、7.10、7.11もしくは7.12に従ってピボットポイントを確認させなければならない。その後、その位置で「タイムアウト」がコールされた場合と同様の方法で、できるだけ速やかにプレイを再開する。

- 7.5.2. オフェンスが「オフサイド」をコールした場合、オフェンス側のチームはディスクを触らずに地面に落とさなければならない。その後、ブリックがコールされた場合と同じようにブリックマークからプレイを開始しなければならない。（チェックは必要としない。）
- 7.6. プル後、すべての選手はどの方向に移動することができる。
- 7.7. プル後、オフェンス側の選手がディスクに触れる、もしくはディスクが地面に落ちるまで、ディフェンス側の選手はディスクに触れることはできない。
- 7.8. イン・バウンズかアウト・オブ・バウンズにかかわらず、プルされたディスクが地面に落ちる前にオフェンス側の選手がディスクに触れ、かつ所有権を確立できなかった場合は、ターンオーバーとなる。（「ドロップド・プル」）
- 7.9. オフェンス側の選手がプルを直接キャッチし、その所有権を確立した場合、その選手はディスクの所有権を確立した位置に最も近いプレイングフィールド内にピボットポイントを確定させなければならない。自陣のエンドゾーン内の場合は、そのエンドゾーン内にピボットポイントを確定させる。
- 7.10. プルされたディスクがまずプレイングフィールド内に落ち、一度もアウト・オブ・バウンズとならない場合、スローワーはディスクが静止した位置にピボットポイントを確定させなければならない。自陣のエンドゾーン内の場合は、そのエンドゾーン内にピボットポイントを確定させる。
- 7.11. プルされたディスクがまずプレイングフィールド内に落ち、オフェンス側の選手がディスクに触れることなくアウト・オブ・バウンズとなった場合、スローワーは、ディスクが最初にプレイングフィールドの外周を越えた位置に最も近いセントラルゾーン内にピボットポイントを確定させなければならない（自陣のエンドゾーン内にピボットポイントを確定することはない）。
- 7.11.1. この状況で、ディスクがアウト・オブ・バウンズへ出る前にオフェンス側の選手がディスクに触れた場合、スローワーはディスクが最初にプレイングフィールドの外周を越えた位置にピボットポイントを確定させなければならない。自陣のエンドゾーン内の場合は、そのエンドゾーン内にピボットポイントを確定させる。
- 7.12. プルされたディスクがプレイングフィールド内に落ちず、かつオフェンス側の選手に触れられることなくアウト・オブ・バウンズとなった場合、スローワーは、自陣のエンドゾーンに近いブリックマーク、もしくはディスクがアウト・オブ・バウンズへ出た位置（11.8）に最も近いセントラルゾーン内のどちらかをピボットポイントとして選択できる。ブリックマークからの開始を選択する場合、スローワーがディスクを拾うよりも前に、片方の腕を頭上に完全に伸ばして合図をするとともに「ブリック」とコールをしなくてはならない。この合図はスローワーに限らずオフェンス側の選手であれば誰がしても良い。

8. プレイの状態

- 8.1. 以下（8.1.1～8.1.4）の場合、プレイは停止しているため、ターンオーバーは発生しない。
- 8.1.1. 得点後からプルまでの間。
- 8.1.2. プル後、もしくはターンオーバー後に適切なピボットの位置までディスクを移動する必要がある場合に、そのピボットポイントが確定されるまでの間。
- 8.1.3. プレイを中断するコールがされた後、もしくはその他の理由でプレイが中断された後に、チェックによってプレイが再開されるまでの間。
- 8.1.4. ディスクが地面に落ちた後、然るべきチームによってディスクの所有権が確立されるまでの間。
- 8.1.5. 他に特定の規定がある場合を除いて、プレイが停止している状態であっても選手は移動することができる。
- 8.2. 8.1.で示した以外のすべての場合、プレイは有効な状態であるとする。
- 8.3. スローワーは、プレイが停止している状態でディスクの所有権を他の選手に移行することはできない。
- 8.4. 地面に落ちた後に転がっている、もしくは滑っているディスクは、どの選手が止めてもよい。
- 8.4.1. ディスクを止める行為によりディスクの位置が著しく変わってしまった場合、相手チームの選手は（位置が変わる前の）ディスクが触られた位置にピボットポイントを確定させるように要求することができる。
- 8.5. ターンオーバー及びプルの後、歩くペース、もしくはそれよりも速いペースで真っ直ぐディスクに近寄り、ピボットポイントを確定させなければならない。
- 8.5.1. 8.5.に加えて、ターンオーバー後、ディスクがアウト・オブ・バウンズにない場合、スローワーは以下の制限時間内にピボットポイントを確定しなければならない。
- 8.5.1.1. セントラルゾーンにディスクがある場合：【10秒以内】
- 8.5.1.2. エンドゾーンにディスクがある場合：【20秒以内】

- 8.5.2. オフェンス側の選手が 8.5 もしくは 8.5.1 に違反した場合、ディフェンス側の選手は口頭で遅延行為について注意（「ディレイ・オブ・ゲーム」の通知、8.5.1.の違反についてはプリ・ストールの使用）をするか、「バイオレーション」をコールすることができる。
 - 8.5.2.1. ディフェンス側の選手による口頭での注意後も 8.5、もしくは 8.5.1 への違反が続く場合、9.3.1 は適用されない。この時、マーカ―はストールカウントを開始することができる。
- 8.5.3. ディフェンス側の選手はオフェンス側の選手がディスクを拾ったりピボットポイントを定めたりするのを邪魔するような動きをしてはならない。
- 8.5.4. もしピボットの正しい位置について選手同士が同意できない場合には、双方が正しいと思う地点の中央にピボットの位置を定めることとする。

9. ストールカウント

- 9.1. マーカ―は、ディフェンス対象のスローワーに対し、「ストーリング」と言ってから 1 から 10 までのカウントを数える。各カウントの間隔は、【1秒以上】でなければならない。
- 9.2. ストールカウントは、スローワーに明確に伝わるように数えなければならない。
- 9.3. マーカ―は以下の場合にのみ、ストールカウントを開始及び継続できる。
 - 9.3.1. プレイが有効な状態である場合、またはターンオーバー後にピボットポイントが確定されたあと。
 - 9.3.2. マーカ―がスローワーのピボットポイント、もしくは適切なピボットの位置（スローワーがその位置にいない場合）から【3m 以内】にいる場合。
 - 9.3.3. すべてのディフェンス側の選手が正しいポジションにいる場合。（18.1）
- 9.4. マーカ―が、スローワーから半径 3m を超えて離れた場合、もしくは別のディフェンス側の選手がマーカ―となった場合、ストールカウントを「ストーリング 1」に戻さなければならない。
- 9.5. プレイが中断した場合は、以下のカウントからプレイを再開する。
 - 9.5.1. ディフェンスの反則に対するコールが認められた場合は、「ストーリング 1」から。
 - 9.5.2. オフェンスの反則に対するコールが認められた場合は、最大 9 から。
 - 9.5.3. ストール・アウトがコンテストとなった場合は、「ストーリング 8」から。
 - 9.5.4. 16.3.2.に従ってプレイを継続した後は、ストールカウントは「ストーリング 1」から再開される。
 - 9.5.5. その他のコール（ピックを含む）でプレイが中断した場合は、最大 6 から。
 - 9.5.5.1. ただし、スローワーに関するコールとレシーバーに関するコールが別々に発生し、ディスクがスローワーに戻された場合、ストールカウントはスローワーに関するコールの結果に基づいて再開される。
 - 9.5.5.2. チェック（10 章）に関連して「バイオレーション」がコールされた場合、ストールカウントはその反則の前に決定されたものと同じカウントから再開される。
- 9.6. 「最大 [n] から再開」と記載されている場合（9.5.2、9.5.5、20.3.6）は、以下に従って再開するカウントを決定する。
 - 9.6.1. コールの直前に完全に発せられたことが合意されたカウントを[x]とした時、「ストーリング"x+1"」または「ストーリング"n"」のいずれかの数字の小さい方からストールカウントを再開する。
 （例）カウントが「最大 6 から再開」と記載されている場合（n=6）、プレイが中断した時点のカウントが 3 であれば（x=3）、「ストーリング 4」からストールカウントを再開する。プレイが中断した時点のカウントが 7 であれば（x=7）、「ストーリング 6」から再開する。

10. チェック

- 10.1. ファール、バイオレーション、コンテストが発生したターンオーバー、特定の条件下でのターンオーバー、コンテストが発生したゴール、プレイの中断、協議、もしくはタイムアウト終了時には、可能な限り速やかにチェックによってプレイを再開しなければならない。チェックの遅れが許容されるのは、コールに関する協議によってのみである。
- 10.2. コール後に再開する際、選手の位置は以下の通りとなる（タイムアウトや他に特定の規定がある場合を除く）。

- 10.2.1. パスが投げられる前にプレイが中断した場合、選手はコールが発生した時点の位置へ戻らなければならない。
- 10.2.2. パスが投げられた後にプレイが中断した場合：
- 10.2.2.1. ディスクがスローワーへ戻される場合、選手はスローワーがパスを投げた時点、もしくはコールが発生した時点の、どちらか早い方にいた位置へ戻らなければならない。
- 10.2.2.2. パスの結果が有効となった場合、選手はディスクの所有権が確立した時点、もしくはディスクが地面に落ちた時点の位置に戻らなければならない。
- 10.2.2.3. 反則に対するコールが認められた結果、スローワー以外の選手がディスクの所有権を得る場合、すべての選手は反則が発生した時点の位置に戻らなければならない。
- 10.2.3. チェックによってプレイが再開するまで、いかなる選手も上記の位置から動いてはいけない。
- 10.3. どの選手も用具の不備を直すため、プレイの中断を若干延長することができる（「イクイップメント」）。ただし、この目的で進行中のプレイを中断する事はできない。（ターンオーバー後はプレイが中断していないため、このコールは使用できない）
- 10.4. チェックに先立ち、チェックをする選手と最も近くにいる相手チームの選手は、自チームの選手がプレイ再開の準備ができているか、10.2 に定められている位置にいるかについて確認を取らなければならない。
- 10.5. チェックをする際に、一方のチームによる不必要な遅延行為があった場合、もう一方のチームは注意（「ディレイ・オブ・ゲーム」のコール）をすることができる。注意後も遅延行為が続いている場合、注意を行ったチームは、すべての選手が静止しており、かつ 10.2 に定められている位置にいる場合に限り、「ディスク・イン」とコールし、チェックをすることができる。この時、相手チームへの確認は必要ない。
- 10.6. チェックによってプレイを再開する方法は、以下の 3 つである。
- 10.6.1. スローワーがディスクを所有している場合：
- 10.6.1.1. ディフェンス側の選手が手の届く範囲にいる場合、その選手はディスクに触れなければならない。
- 10.6.1.2. ディフェンス側の選手が手の届く範囲にいない場合、スローワーはディスクを地面に当てなければならない。その上で、「ディスク・イン」とコールしてもよい。
- 10.6.2. ディスクが地面にある場合、最もディスクに近いディフェンス側の選手が「ディスク・イン」とコールをしなければならない。
- 10.7. 一方のチームがチェックに関して以下のような状況にある時、もう一方のチームの選手は「バイオレーション」をコールすることができる。
- 10.7.1. 10.6 に従った適切なチェックをせずにパスを試みた場合。
- 10.7.2. 最も近い位置にいる相手チームの選手の確認なしにプレイを再開した場合。
- 10.7.3. チェックの直前に移動した場合。
- 10.7.4. 適切な位置にいなかった場合。
- 10.7.5. このバイオレーションがコールされた場合、パスが成功する／しないに関わらず、ディスクはスローワーへ戻される（16.3.が適用される場合は除く）。

11. アウト・オブ・バウンズ

- 11.1. プレーイングフィールド内は、すべてイン・バウンズである。プレーイングフィールドの外周（ライン上）はプレーイングフィールドの一部ではないため、アウト・オブ・バウンズである。選手でない人（フィールドにいる最大 14 人以外の人）は、すべてアウト・オブ・バウンズの一部とみなされる。
- 11.2. アウト・オブ・バウンズは、イン・バウンズではない地面及びその地面に触れているすべてのものを指す。ただし、ディフェンス側の選手は例外であり、常にイン・バウンズとみなされる。
- 11.3. アウト・オブ・バウンズではないオフェンス側の選手は、イン・バウンズである。
- 11.3.1. 空中にいる選手のイン・バウンズ／アウト・オブ・バウンズの状態は、選手がプレーイングフィールド、もしくはアウト・オブ・バウンズに接触するまで変わらない。
- 11.3.2. ディスクをキャッチし、プレーイングフィールドに接触してからアウト・オブ・バウンズに出てしまった選手は、ディスクの所有権を確立するまでディスクを保持している限り、イン・バウンズとみなされる。

- 11.3.2.1. この場合、選手はプレイングフィールドの外周を越えた位置まで戻り、プレイングフィールド内にピボットポイントを確定させなくてはならない（14.3が有効である場合は除く）。
- 11.3.3. アウト・オブ・バウンズに接触したスローワーは、パスを出すまではイン・バウンズとみなされる。
- 11.3.4. 選手同士の接触は、イン・バウンズ/アウト・オブ・バウンズの状態に影響を与えない。
- 11.4. 以下のような場合は、アウト・オブ・バウンズに接触したことによるターンオーバーであり、キャッチは成立していないと判断される。
- 11.4.1. オフェンス側の選手がディスクに触れた際に、その選手がアウト・オブ・バウンズに接触していた場合。
- 11.4.2. オフェンス側の選手が空中でディスクをキャッチした後、ディスクに触れたまま最初に接触したものがアウト・オブ・バウンズである場合。
- 11.5. ディスクは、プレイが有効な状態になった、もしくはプレイが開始された時点で、イン・バウンズとみなされる。
- 11.6. ディスクは、最初にアウト・オブ・バウンズ、もしくはアウト・オブ・バウンズにいるオフェンス側の選手に触れた時点でアウト・オブ・バウンズとなる。ディスクがオフェンス側の選手によってキャッチされた場合、イン/アウト・オブ・バウンズは、その選手と同じ状態とみなされる。ディスクが同時に複数のオフェンス側の選手にキャッチされ、そのうちの1人がアウト・オブ・バウンズの場合、ディスクもアウト・オブ・バウンズとなる。
- 11.7. ディスクは、プレイングフィールドの外周を一度越えてからプレイングフィールド内に戻ることができる。選手は、アウト・オブ・バウンズに出てディスクに対してプレイすることができる。
- 11.8. アウト・オブ・バウンズへ出た位置とは、ディスクがアウト・オブ・バウンズもしくは選手に触れる最も直前に、以下のいずれかの状態であった位置のことである。
- 11.8.1. ディスクがプレイングフィールドから部分的または全体的に外周を超えた位置。
- 11.8.2. イン・バウンズの選手に接触した位置。
- 11.9. ディスクがアウト・オブ・バウンズとなり、適切なピボットの位置から【3m】を超えて離れた場合は、選手でない人がディスクを回収することができる。ただし、プレイングフィールドから【3m】の位置からは、スローワーがディスクを運ばなければならない（選手ではない人がディスクを運べるのは3mの位置まで）。

12. レシーバー及びポジション

- 12.1. 選手が回転していないディスクを少なくとも2つの身体部分の間に挟んだ状態を「キャッチ」とする。選手は、キャッチによってディスクの所有権を確立することができる。
- 12.1.1. 選手がキャッチ後に地面、チームメイト、またルールに則ってポジションを確保している相手チームの選手と接触し、キャッチを維持できなかった場合、所有権は確立されなかったとみなされる。
- 12.2. 所有権を確立した選手は、その後、スローワーとなる。
- 12.3. オフェンス側の選手とディフェンス側の選手が同時にディスクをキャッチした場合、オフェンス側の選手のキャッチが優先される。
- 12.4. ポジションを確保した選手はその位置に留まることができ、相手チームの選手はその選手に接触してはならない。
- 12.5. すべての選手は、ポジションを確保するために身体接触につながる動き（イニシエイト・コンタクト）や、無謀または危険で攻撃的な動きをしていない限り、相手チームの選手によって確保されていないプレイングフィールド上のどのポジションを確保してもよい。
- 12.5.1. ただし、ディスクが空中にある場合は、相手チームの選手が誰もいないルートでディスクに対するプレイを行うことを妨害するためだけに動くことはできない。
- 12.6. すべての選手は、身体接触につながる動きを避けなければならない、身体接触につながる動き（イニシエイト・コンタクト）を正当化する条件は存在しない。これには、静止している相手チームの選手との身体接触や、速度と方向に基づいて予想される相手チームの選手を避けることが含まれる。
- 12.6.1. 「ディスクに向かってプレイをした」という説明は、身体接触につながる動き（イニシエイト・コンタクト）を認める理由とはならない。
- 12.6.2. 選手は自分がいる位置からダイブやジャンプをする前に、その動きによって相手との接触を引き起こさないことを十分に確信していなければならない。
- 12.6.3. 正当な動きをしている相手チームの選手よりも先に正当な動きをすることができると十分に確信できない場合には、身体接触が発生しないように自らの動きを調整しなければならない。その調整が行われた場合であっても、プレイの結果は変わらない。

- 12.7. 身体接触につながる動きをした選手とは、以下のような選手を指す。
- 12.7.1. 相手チームの選手がすでに正当なポジションを確保して静止している、またはポジションを確保するために移動している状態で、後からその位置へ到達した選手。
 - 12.7.2. すべての選手のポジション、速度、方向を考慮した場合に合理的に動いていると考えられる相手チームの選手との不可避な身体接触を発生させるように自らの動きを調整した選手。
 - 12.7.3. どちらの選手が接触を引き起こしたかが不明の状況で、一方の選手が自分のいる位置からダイブやジャンプをした場合には、その選手が接触を引き起こしたものとみなされる。
- 12.8. プレイの結果や選手の安全に影響しない範囲の軽微な身体接触は、2人以上の選手がある1点に向かって同時に動いた場合に起こりうる。軽微な身体接触は可能な限り避けるべきだが、ファールとはみなされない。
- 12.9. 相手チームの選手の動きを妨害するために、伸ばした腕や脚を用いることはできない。
- 12.10. いかなる選手も、他の選手の動きを物理的に補助したり、ディスクに触れることを補助する目的で用具やその他の物体を使用したりすることはできない（例：チームメイトを持ち上げる、帽子でディスクを落とす等）。

13. ターンオーバー

- 13.1. ディスクの所有権（オフェンス権）を相手チームへ移行させる「ターンオーバー」は、以下の場合に発生する。
- 13.1.1. オフェンス側の選手がキャッチをしていない時に、ディスクが地面に接触した場合（「ダウン」）。
 - 13.1.1.1. ただし、ディスクが地面に接触する前にレシーバーがパスをキャッチし、ディスクが地面に接触している間もキャッチを維持していれば「ダウン」ではない。
 - 13.1.2. ディフェンス側の選手がパスをキャッチし、ディスクの所有権を確立した場合（「インターセプション」）。
 - 13.1.3. ディスクがアウト・オブ・バウンズとなった場合（「アウト・オブ・バウンズ」もしくは「アウト」）。
 - 13.1.4. プルされたディスクが地面に落ちる前にオフェンス側の選手が触れ、その後、ディスクの所有権を確立できなかった場合（「ドロップド・プル」）。
- 13.2. ディスクの所有権（オフェンス権）を相手チームへ移行させる「ターンオーバー」は、以下の場合にプレイの中断を伴って発生する（チェックからプレイを再開する）。
- 13.2.1. オフェンス側の選手によるレシービング・ファールが発生し、そのコールが認められた場合。
 - 13.2.2. ストールカウントが「10」に達した時点（「10（テン）」の「テ」が発せられた時点）で、ディスクがスローワーの手を離れていなかった場合（「ストール・アウト」）。
 - 13.2.3. オフェンス側の選手同士で、意図的にディスクを手渡し、どちらの選手もディスクに触れていない瞬間がなかった場合（「ハンドオーバー」）。
 - 13.2.4. スローワーが、ディスクを意図的に他の選手に投げ当て、そのディスクを再度キャッチした場合（「ディフレーション」）。
 - 13.2.5. 自分が投げたディスクを、他の選手が触れる前に再度キャッチした場合（「セルフキャッチ」）。
 - 13.2.6. オフェンス側の選手が、ディスクをキャッチさせるために、意図的にチームメイトの補助をした場合。
 - 13.2.7. オフェンス側の選手が、ディスクをキャッチする目的で用具やその他の物体を使用した場合（例：帽子でディスクを落とす等）。
- 13.3. ターンオーバーが発生したと考えた場合、即座に適切なコールをしなくてはならない。その場合、相手チームの選手が納得しなければ、その選手は「コンテスト」をコールすることができる。「コンテスト」がコールされた場合、プレイは中断しなければならない。協議の結果として、合意がなされない、もしくは発生した出来事が不明確な場合、協議が発生する直前にディスクを所有していたスローワーにディスクを戻さなければならない。
- 13.4. 「ストール・アウト」がコールされた後：
- 13.4.1. スローワーが、ディスクを持った状態でストール・アウトになる前に「ファストカウント」をコールする合理的な機会を与えられなかったと考える場合、このプレイはディフェンスの反則に対するコールが認められた（9.5.1）、または「ストール・アウト」のコールがコンテストされた（9.5.3）とみなす。
 - 13.4.2. スローワーが完全なパスを出し（結果としてパスが成功した場合）、ストール・アウトではなかったと考える場合、あるいはストール・アウトの直前にファストカウントがあったと考える場合、スローワーは「コンテスト」をコールすることができる。

- 13.4.3. スローワーが、「ストール・アウト」のコールに対して「コンテスト」をコールしながらパスを試み、その結果としてパスが失敗した場合、ターンオーバーとなり、チェックからプレイを再開する。
- 13.5. 以下の場合を除いて、どのオフェンス側の選手もターンオーバー後にディスクの所有権を確立することができる。
- 13.5.1. 「インターセプション」によるターンオーバーの場合（インターセプトをした選手が所有権を確立しなければならない）。
- 13.5.2. オフェンス側の選手によるレシービング・ファールが発生し、そのコールが認められたことによるターンオーバーの場合（ファールをされた選手が所有権を確立しなければならない）。
- 13.6. ターンオーバー後、あるいはプルされてディスクが地面に落ちた後、最初にディスクを所有した選手が意図的にディスクを落としたり、地面に置いたり、所有権を他の選手に移したりしてしまった場合、その選手が再度所有権を得て、チェックからプレイを再開しなければならない（再度ターンオーバーとはならない）。
- 13.7. ターンオーバーが発生したとみなされる位置は以下の通りとなる。
- 13.7.1. ディスクが止まった位置、もしくはオフェンス側の選手が拾った位置。
- 13.7.2. ディスクをインターセプトした選手が止まった位置。
- 13.7.3. 「ストール・アウト（13.2.2）」、「ハンドオーバー（13.2.3）」、「ディフレクション（13.2.4）」、「セルフキャッチ（13.2.5）」がコールされた場合は、コール発生時にスローワーがいた位置。
- 13.7.4. チームメイトの補助（13.2.6）及びディスクに対する用具やその他の物体の使用（13.2.7）が発生した場合は、発生時にそのオフェンス側の選手がいた位置。
- 13.7.5. オフェンス側の選手によるレシービング・ファールが発生し、そのコールが認められた場合は、ファールが発生した位置。
- 13.8. アウト・オブ・バウンズでターンオーバーが発生した場合、もしくはターンオーバー後にアウト・オブ・バウンズにディスクが触れた場合、スローワーはアウト・オブ・バウンズへ出た位置（11.8）に一番近いセントラルゾーンにピボットポイントを確認させなくてはならない。
- 13.8.1. 13.8が適用されない場合、ピボットポイントの位置は、13.9、13.10、13.11の通りとなる。
- 13.9. セントラルゾーン内でターンオーバーが発生した場合、スローワーはその位置にピボットポイントを確認させなければならない。
- 13.10. オフェンス側が攻めているエンドゾーン内でターンオーバーが発生した場合、スローワーはターンオーバーが発生した位置から最も近いゴールライン上の位置にピボットポイントを確認させなければならない。
- 13.11. オフェンス側の自陣のエンドゾーン内でターンオーバーが発生した場合、スローワーは以下のいずれかの位置を選び、ピボットポイントを確認させることができる。
- 13.11.1. ターンオーバーが発生した位置（その場に留まる、もしくはその位置でスローの動作をした場合）。
- 13.11.2. ターンオーバーが発生した位置から最も近いゴールライン上の位置（その場から移動した場合）。
- 13.11.2.1. ディスクを拾おうとしているスローワーは、ディスクを拾う前に、片方の腕を頭上に完全に伸ばして合図を送ることで、ゴールラインから開始することを示すことができる。
- 13.11.3. スローワーによる、ターンオーバーが発生した位置から即座に移動する／しないの行動やスローのフェイク動作、ゴールラインから開始する旨の合図によって、ピボットポイントが確定する。一度確定したピボットポイントを変更することはできない。
- 13.12. ターンオーバーが認められた後もそのことに気付かずにプレイが継続されていた場合は、プレイを中断する。その後、ディスク及び選手はターンオーバーが発生した時点の位置に戻り、チェックからプレイを再開する。

14. 得点

- 14.1. イン・バウンズの選手が有効なパスをキャッチしたうえで、以下のような状況が発生した場合に得点となる。
- 14.1.1. キャッチした選手の地面との接地箇所すべてが攻めているエンドゾーン内に完全に入っている場合。または、空中でキャッチした選手が着地した際の接地箇所すべてが攻めているエンドゾーン内に完全に入っている場合。
- 14.1.2. この時、ディスクをキャッチした選手は、ディスクの所有権を確立するとともに、キャッチに関連して地面と接触している間はキャッチを維持しなければならない（12.1、12.1.1）。

- 14.2. 選手は、得点が発生したと考える場合、「ゴール」をコールすることができ、プレイは中断する。コンテストとなった場合、もしくは「ゴール」のコールが取り下げられた場合は、チェックからプレイを再開しなければならない（コールは所有権が確立された時点で発生したとみなされる）。
- 14.3. 14.1 によって得点となった場合を除き、ディスクを所有している選手が攻めているエンドゾーン内に入った場合、その選手は、最も近いゴールライン上にピボットポイントを確定しなければならない。
- 14.4. 得点の発生タイミングは、選手がディスクの所有権を確立した時点である。

15. ファール、インフラクション及びバイオレーションのコール

- 15.1. 2人以上の異なるチームの選手同士が、軽微ではない身体接触をする反則を「ファール」とする。
- 15.1.1. 選手が意図的に軽微な身体接触につながる動きをすることは反則だが、ファールではなくバイオレーションとして扱われる。
- 15.2. マーカーもしくはトラベル（トラベリング行為）に関する反則を「インフラクション」とする。インフラクションではプレイは中断しない。
- 15.3. 上記以外の反則を、「バイオレーション」とする。
- 15.4. ファールは、ファールをされた選手のみが、「ファール」とコールすることができる。
- 15.5. 原則、インフラクションは、スローワーのみがコールをすることができる。その場合、インフラクションの具体的な名称でコールをする。
- 15.5.1. ただし、ダブルチームはどのオフェンス側の選手もコールすることができる。また、「トラベル・インフラクション」はどのディフェンス側の選手もコールすることができる。
- 15.6. バイオレーションは、相手チームの選手であれば誰でもコールすることができる。その場合、特定の規定がない限りは、バイオレーションの具体的な名称をコールするか、「バイオレーション」とコールする。
- 15.7. ファールまたはバイオレーションがコールされた場合、プレイは中断する。すべての選手はコールを認識した時点で声掛けや合図をしながら直ちにプレイを中断しなければならない。この時、すべての選手はフィールド上でコールを繰り返し、他の選手に伝達しなければならない。コールが発生していないにも関わらず、協議のためにプレイが中断した場合は、協議が開始された時点でコールが発生したとみなす。
- 15.8. コールは、反則を認識した時点で、直ちに行わなくてはならない。
- 15.9. コールの聞き間違い、該当するルールを知らなかった、または直ちにコールをしなかった等の理由で間違っただけでプレイを中断してしまった場合：
- 15.9.1. 相手チームがディスクの所有権を得る、もしくは維持できる場合、その後のプレイはすべて有効となる。
- 15.9.2. 相手チームがディスクの所有権を得られない、もしくは維持できない場合で、かつ 16.3 が適用されない場合、協議が発生する直前にディスクを所有していたスローワーにディスクを戻さなければならない。
- 15.9.3. ストールカウントは、プレイを誤って中断させた選手によって反則が引き起こされたとみなして再開する。
- 15.10. 「ファール」、「インフラクション」及び「バイオレーション」がコールされ、コールを受けた選手がそのコールに納得しない、もしくは正しくないと考える場合、「コンテスト」をコールすることができる。
- 15.11. 何らかのコールした選手がそのコールは間違っていたと考える場合は、「リトラクト」をコールして撤回することができる。プレイはその選手によって反則が引き起こされたとみなして再開する。
- 15.12. 同一のプレイの最中、またはプレイの中断前に複数の反則が発生した場合、発生した順序と逆の順序で解決されなければならない（最後に発生した反則から順に解決し、最初に発生した反則を最後に解決する）。
- 15.13. すべての選手は、コールの内容を伝えるために WFDF が定めるハンドシグナルを使用することが推奨される。

16. コール発生からの試合再開

- 16.1. ファールまたはバイオレーションがコールされた、または選手が何らかの方法でプレイを止めようとした場合、プレイは直ちに中断され、ターンオーバーは発生しない（15.9、16.2、16.3 で特記されている状況を除く）。
- 16.2. 以下の 16.2.1～16.2.3 のようにファールまたはバイオレーションがコールされた場合は、ディスクの所有権が確立されるまでプレイを継続する。
- 16.2.1. スローワーに対するコールが発生し、かつスローワーがパスをした場合。
- 16.2.2. スローの動作に入っているスローワーによってコールされた場合。

- 16.2.3. ディスクが空中にある時にコールが発生した場合。
- 16.2.4. ディスクの所有権が確立された後、プレイは以下のように続く。
- 16.2.4.1. ファールまたはバイオレーションをコールしたチームが、パスの結果としてディスクの所有権を得る、もしくは維持できる場合、そのプレイは成立する。ファールまたはバイオレーションをコールした選手ができるだけ早く「プレイオン」をコールした場合には、プレイを中断することなく継続することができる。
- 16.2.4.2. ファールまたはバイオレーションをコールしたチームが、パスの結果としてディスクの所有権を得られない、もしくは維持できなかった場合、プレイは中断しなければならない。
- 16.2.4.2.1. ファールまたはバイオレーションをコールしたチームが、ファールまたはバイオレーションがディスクの所有権に影響したと考える場合、ディスクはスローワーに戻され、チェックからプレイを再開する（特定の規定がある場合は除く）。
- 16.3. コールが発生したタイミングに関係なく、両チームの当事者である選手がその一連の事象、もしくはコールがその後のプレイの結果に影響を及ぼさなかったと合意した場合、そのプレイは成立する。このルールは、他のどのルールよりも優先される。
- 16.3.1. プレイの結果がゴールであった場合、そのゴールは成立する。
- 16.3.2. プレイの結果がゴールでない場合、その一連の事象もしくはコールによって不利なポジションとなった選手は位置を修正することができ、その後チェックからプレイを再開する。

17. ファールの種類

- 17.1. デンジャラスプレイ：
- 17.1.1. 共にプレイをする選手の安全を無謀にも軽視する行為や共にプレイをする選手に怪我を負わせる危険性が著しく高い行為、またはその他の危険で攻撃的な行為はデンジャラスプレイとみなされ、接触の有無およびタイミングに関わらずファールとして扱わなければならない。このルールは、ファールに関する他のどのルールよりも優先される。デンジャラスプレイのコールが認められた場合、17章に記載されている中で最も類似しているファールとして扱わなければならない。
- 17.2. レシービング・ファール：
- 17.2.1. レシービング・ファールは、ある選手がディスクに対するプレイの前や最中、直後に、相手チームの選手に対して軽微ではない身体接触につながる動き（イニシエイト・コンタクト）をした場合に発生する。
- 17.2.1.1. ディスクがキャッチされた後、または相手チームの選手がディスクに対してプレイができなくなった後の相手チームの選手の腕もしくは手との接触は、ファールの十分な根拠とはならないが、避けなければならない（17.1 及び 17.3 に関連する身体接触は除く）。
- 17.2.2. レシービング・ファールが認められた場合、ファールを受けた選手は、反則が発生した位置にディスクの所有権を得た上で、チェックからプレイを再開する。その位置がエンドゾーン内であっても同様である。チェックの後に 14.3.が適用された場合、ゴールラインの最も近い位置にピボットポイントが確定されるまでストロークカウントを開始することはできない。ファールがコンテストとなった場合、ディスクはスローワーに戻される。
- 17.3. ストリップ・ファール：
- 17.3.1. 相手チームの選手によるファールが原因で、その選手がキャッチしたディスクを落としたり、ディスクの所有権を失ったりした場合に発生する。
- 17.3.2. このファールが発生しなければ得点となっていた状況で、ファールが認められた場合は、得点となる。
- 17.4. ブロッキング・ファール：
- 17.4.1. 速度と方向を考慮した上で正当な動きをしている相手チームの選手が身体接触を避けることができず、選手同士が軽微ではない身体接触をしてしまうようなポジションを取った場合に発生する。このファールは、レシービング・ファールもしくはインダイレクト・ファールとして扱われる。
- 17.5. フォースアウト・ファール：
- 17.5.1. ディスクの所有権を確立しようとしているレシーバーが、それを完了させる前にディフェンス側の選手のファールを受け、その身体接触の結果として以下の状態になった場合に発生する。

- 17.5.1.1. イン・バウンズでのキャッチになるはずが、アウト・オブ・バウンズでのキャッチになった場合。
- 17.5.1.2. オフェンス側のチームが攻めているエンドゾーン内でのキャッチになるはずが、セントラルゾーン内でのキャッチになった場合。
- 17.5.2. レシーバーが攻めているエンドゾーン内でディスクをキャッチするはずだった場合、得点となる。
- 17.5.3. このコールがコンテストとなった場合は、次の通りディスクの所有権を決定する。レシーバーがアウト・オブ・バウンズになったならば、ディスクはスローワーに戻される。エンドゾーン内でキャッチするはずがセントラルゾーンでキャッチした場合はレシーバーがディスクの所有権を得る。
- 17.6. ディフェンシブ・スローイング・ファール（ディフェンス側の選手（マーカー）によるスロー時のファール）：
 - 17.6.1. ディフェンシブ・スローイング・ファールは、以下の場合（17.6.1.1、17.6.1.2）に発生する。
 - 17.6.1.1. ディフェンス側の選手が不正なポジション（18.1）を取り、その選手とスローワーが軽微ではない身体接触をした場合。
 - 17.6.1.2. ディフェンス側の選手からスローワーに対して軽微ではない身体接触につながる動き（イニシエイト・コンタクト）をした場合、もしくはスローワーがパスをする前にスローワーとディフェンス側の選手が同じ位置へ動いた結果として軽微ではない身体接触が発生した場合。
 - 17.6.1.3. このファールが、スローワーがパスをする前、かつスローの動作中ではない時に発生した場合、スローワーは「コンタクト・インフラクション（「コンタクト」とコールをする）」を選択することもできる。コンタクト・インフラクションに対するコンテストが発生しない場合、プレイは中断せず、マーカーはストールカウントを「ストーリング 1」に戻さなければならない。
 - 17.7. オフェンシブ・スローイング・ファール（オフェンス側の選手（スローワー）によるスロー時のファール）：
 - 17.7.1. オフェンシブ・スローイング・ファールは、スローワー単独の責任で正当なポジションを取っているディフェンス側の選手に対して軽微ではない身体接触につながる動き（イニシエイト・コンタクト）をした場合に発生する。
 - 17.7.2. スローワーのフォロースルー中に発生した身体接触はこのファールの十分な根拠にならないが、避けなければならない。
- 17.8. インダイレクト・ファール（ディスクに対するプレイとは関係のないファール）：
 - 17.8.1. インダイレクト・ファールは、レシーバーとディフェンス側の選手が軽微ではない身体接触をしたが、ディスクに対するプレイに直接影響がない場合に発生する。
 - 17.8.1.1. このファールをコールする前に、選手はそのファールがプレイの結果に影響を及ぼすかどうかを判断するために 2 秒以内であればコールを遅らせることができる。
 - 17.8.2. このコールが認められた場合、コールをした選手は、このファールによって発生した不利なポジションを修正することができる。
- 17.9. オフセッティング・ファール（ファールの相殺）：
 - 17.9.1. 同一のプレイに対して、オフェンス側の選手とディフェンス側の選手によってファールがコールされ、そのコールが認められた場合、ファールは相殺となる。ディスクは、協議が発生する直前にディスクを持っていたスローワーに戻さなければならない。
 - 17.9.2. 2 人以上の選手がある 1 点に向かって同時に動いたことによって場合に発生した軽微ではない身体接触は、オフセッティング・ファールとして扱わなければならない。
 - 17.9.2.1. ただし、ディスクがキャッチされた後、または関係する選手がディスクに対してプレイができなくなった後にこのファールが発生した場合は、インダイレクト・ファール（17.1 に関連する身体接触は除く）として扱わなければならない。

18. インフラクション及びバイオレーションの種類

- 18.1. マーキング・インフラクション：
 - 18.1.1. マーキング・インフラクションには、以下の種類がある。
 - 18.1.1.1. 「ファストカウント」：マーカーが以下の状況にある場合に発生する。
 - 18.1.1.1.1. ストールカウントを不当に開始、または継続した場合。

- 18.1.1.1.2. 「ストーリング」という言葉からストールカウントを開始しない、または再開しない場合。
- 18.1.1.1.3. ストールカウントの間隔が【1 秒より短い】場合。
- 18.1.1.1.4. ストールカウントが、正しいカウントに直されない場合。
- 18.1.1.1.5. 正しいカウントからストールカウントを開始しない場合。
- 18.1.1.2. 「ストラドル」：ディフェンス側の選手の両脚を結ぶ線が、スローワーのピボットポイントからディスク 1 枚分の範囲内にある場合。
- 18.1.1.3. 「ディスクスペース」：ディフェンス側の選手の体の一部が、スローワーの胸部からディスク 1 枚分の範囲内にある場合。ただし、この状況がスローワーの動作のみによって生じた場合は、ディスクスペースとはならない。
- 18.1.1.4. 「ラッピング」：ディフェンス側の選手の両手や両腕を結ぶ線が、スローワーの胸部からディスク 1 枚分の範囲内にある場合、もしくはディフェンス側の選手の身体の一部がスローワーのピボット（軸）上にある場合。ただし、この状況がスローワーの動作のみによって生じた場合は、ラッピングとはならない。
- 18.1.1.5. 「ダブルチーム」：マーカー以外のディフェンス側の選手が、スローワーのピボットポイントから【3m 以内】に位置している、かつスローワー以外のオフェンス側の選手に対してディフェンスをしていない場合。
 - 18.1.1.5.1. 他のオフェンス側の選手に対してディフェンスしているディフェンス側の選手は、他のオフェンス側の選手に対してディフェンスし続けている限り、スローワーからのパスを防ごうと試みることができる。
 - 18.1.1.5.2. ピボットの位置から 3m 以内を駆け抜けただけではダブルチームとならない。
- 18.1.1.6. 「ビジョン」：ディフェンス側の選手が体の一部を使い、スローワーの視界を意図的に遮った場合。
- 18.1.2. ディフェンス側の選手は、マーキング・インフラクションにコンテストをすることができる。この時、プレイは中断する。
 - 18.1.2.1. パスが通った場合、コンテストとなった、あるいはリトラクトされたマーキング・インフラクションは、オフェンス側の選手によるバイオレーションとして扱わなければならない。この時、ディスクはスローワーに戻さなければならない。
- 18.1.3. 18.1.1 に記載されているマーキング・インフラクションのコールが発生し、プレイが中断していない場合、マーカーはコール時点のストールカウントから【1 を引いた数字】からストールカウントをやり直さなければならない。
 - 18.1.3.1. マーカーは、インフラクションがコールされた後に、その不正なポジションを修正するまでストールカウントをやり直してはならない。ポジションを修正しない限り、再びマーカー・インフラクションとなる。
- 18.1.4. 以下の場合、当該選手はマーキング・インフラクションをコールする代わりに「マーキング・バイオレーション」をコールし、プレイを中断することができる。
 - 18.1.4.1. ストールカウントが、正しいカウントに直されない場合。
 - 18.1.4.2. ストールカウントが開始されていない場合。
 - 18.1.4.3. 悪質なマーキング・インフラクションが発生した場合。
 - 18.1.4.4. マーキング・インフラクションが繰り返し発生した場合。
- 18.1.5. マーキング・インフラクションもしくはマーキング・バイオレーションがコールされる前や最中、直後にスローワーがパスを試みた場合、そのコールは何の影響も及ぼさない。パスが通らなかった場合にはターンオーバーが成立する（18.1.2.1 が適用される場合は除く）。
- 18.2. トラベル・インフラクション：
 - 18.2.1. ディスクをキャッチした後、スローワーは進行方向を変えることなく、可能な限り速やかに減速し、ピボットポイントを確定させなくてはならない。

- 18.2.1.1. ただし、以下をすべて満たす場合に限り、走ったりジャンプしたりしているときにディスクをキャッチした選手は、減速することなく、またピボットポイントも確定させずにパスを出すことができる。
- 18.2.1.1.1. パスをリリースするまで、方向を変えたり加速したりしない場合。
- 18.2.1.1.2. ディスクをキャッチしてからパスをリリースするまでの間に、地面との接触点が最大で2つまでとなる場合。
- 18.2.2. スローワーはパスをするまでの間、ピボットポイントを確認させその位置を維持している場合に限ってどの方向にも動くこと（ピボット）ができる。
- 18.2.3. 地面に立っていないスローワーは、ピボットポイントとして体のどの部分でも使うことができる。
- 18.2.3.1. 立ち上がった後、立ち上がる前と同じ位置にピボットポイントを確認させれば、「トラベル」とはならない。
- 18.2.4. トラベル・インフラクションは、以下の場合に発生する。
- 18.2.4.1. スローワーが、不適切な位置にピボットポイントを確認させた場合（キャッチした後に可能な限り速やかに減速しなかった場合や、キャッチした後に方向を変えた場合を含む）。
- 18.2.4.2. スローワーが、18.2.1.1 に違反してパスを出した場合。
- 18.2.4.3. スローワーが特定の位置に移動しなければならない場合において、ピボットポイントを確認させる前にスローワーが素振りやスローの動作を始めた場合。
- 18.2.4.4. スローワーがパスをするまで確認させたピボットポイントを維持できない場合。
- 18.2.4.5. 選手が、特定の方向へ移動することだけを目的として、ディスクをボブリング、ファンブル、ディレイした場合。
- 18.2.5. 「トラベル」のコールがオフェンス側の選手によって認められた場合、プレイは中断しない。
- 18.2.5.1. スローワーは、トラベル・インフラクションをコールした選手が指示する正しい位置にピボットポイントを確認する。両者（スローワーとコールをした選手）は、遅延することなくピボットポイントの位置を修正しなくてはならない。
- 18.2.5.2. ピボットポイントが正しい位置に確認するまでストールカウントは中断し、スローワーはディスクを投げることはできない。
- 18.2.5.3. ストールカウントを再開する前に、マーカが「ストーリング」と発声する必要はない。
- 18.2.6. トラベル・インフラクションがコールされた後、スローワーが正しいピボットの位置にピボットポイントを確認させる前にパスを試み、成功した場合、ディフェンス側の選手は「トラベル・バイオレーション」をコールすることができる。その場合、プレイは中断し、ディスクをスローワーへ戻す。スローワーはインフラクションが発生した位置に戻り、プレイはチェックから再開される。
- 18.2.7. トラベル・インフラクションがコールされた後、スローワーがパスを試みたが成功しなかった場合、プレイは継続される（ターンオーバーが成立する）。
- 18.2.8. トラベル・インフラクションのコールに対してコンテストが発生し、パスをしていない場合、プレイは中断する。
- 18.3. ピック・バイオレーション：
- 18.3.1. ディフェンス側の選手が、1人のオフェンス側の選手に対してディフェンスをしている状態の時、他の選手（オフェンス側の選手、ディフェンス側の選手のどちらでも）によって、ディフェンスをするための進路を妨げられた場合、ディフェンス側の選手は「ピック」をコールすることができる。ただし、進路を妨げられたときに、ディフェンスをされているオフェンス側の選手と進路を妨げた他の選手の双方がディスクに対してプレイをしていた場合、ピックとはならない。
- 18.3.1.1. ディフェンス側の選手は、その進路妨害がプレイに影響するかどうかを判断するため、2秒以内であれば「ピック」のコールを遅らせてもよい。
- 18.3.2. プレイが中断した場合、進路を妨害された選手は、その進路妨害がなければいれたであろうと双方の選手間で合意されたポジションに移動してよい。ただし、他に特定の規定がある場合は除く。
- 18.3.3. すべての選手は、ピックを発生させないように努めなければならない。
- 18.3.3.1. プレイが中断している場合、選手間の合意があれば、ピックを事前に防ぐためお互いの位置を若干修正してもよい。

19. 安全のための試合中断

19.1. インジャリー・ストップ:

- 19.1.1. 「インジャリー」は負傷した選手、もしくは負傷した選手のチームメイトがコールをすることができる。
- 19.1.2. インジャリーが相手チームの選手によって引き起こされたものでない場合、選手は、交代するか自分のチームがタイムアウトを取得するかを選択しなければならない。
- 19.1.3. インジャリーが相手チームの選手によって引き起こされたものである場合、選手は交代するか、フィールドに残るかを選択することができる。
- 19.1.4. ディスクの所有権を確立した後、負傷によってディスクを落とした場合、ディスクの所有権はその選手に残る。
- 19.1.5. 「インジャリー」は、負傷が発生した時点でコールされたとみなされる。ただし、負傷した選手が、実際にコールがされるまでプレイを継続した場合を除く。
- 19.1.6. ディスクが空中にあるときに「インジャリー」がコールをされた場合、ディスクの所有権が確定するまで、あるいはディスクが地面に接触するまでプレイは継続する。インジャリーの原因が相手チームの選手によるファールではない場合、パスやターンオーバーは有効となり、中断の後、プレイはそこから再開される。

19.2. テクニカル・ストップ:

- 19.2.1. 傷口が開いていたり出血したりしている場合など、プレイしている選手に危険が及び可能性がある状態を認識した選手は、「テクニカル」または「ストップ」とコールしてテクニカル・ストップを求めなければならない。この時、プレイはすぐに中断しなければならない。
 - 19.2.1.1. チームメイト、コーチ、または大会スタッフは、選手を危険にさらすような状況を認識した場合、積極的に選手に警告しなければならない。
 - 19.2.1.2. 傷口が開いていたり出血したりしているなどの問題を抱えた選手は、その問題に効果的な対処を行うために【70 秒】の時間が与えられる。さらに時間が必要な場合は、交代するか、自チームにタイムアウトを要求するかのいずれかを選択しなければならない。
- 19.2.2. スローワーは、著しく破損したディスクを交換するために、プレイ中に「テクニカル」をコールすることができる。
- 19.2.3. ディスクが空中にある間にテクニカル・ストップがコールされた場合や、そのことを知らずにプレイを続けてしまった場合、プレイは以下のように再開される。
 - 19.2.3.1. コールや安全上の問題がプレイに影響しなかった場合、パスやターンオーバーは有効となり、プレイはそこから再開される。
 - 19.2.3.2. コールや安全上の問題がプレイに影響した場合は、ディスクはスローワーに戻される。

19.3. 負傷や不当もしくは欠陥のある用具の使用によって選手が交代する場合、相手チームも同じ人数の選手を交代することができる。

- 19.3.1. 交代で入った選手は、交代で出た選手の状態（位置や所有権、ストールカウント等）をすべて引き継ぎ、その選手に代わってコールを行うことができる。

20. タイムアウト

- 20.1. 「タイムアウト」をコールする選手は、両手、もしくは片手とディスクを使って「Tの字」を作らなければならない。その上で、「タイムアウト」とコールしなければならない。
- 20.2. 得点が入り、次のプルへの準備完了合図までの間、両チームの選手は誰でもタイムアウトを要求することができる。タイムアウトが取得された場合、得点から次のプルを投げるまでの時間が【75 秒】延長される。
- 20.3. プルの後、ディスクを所有しているスローワーのみがタイムアウトを要求することができる。タイムアウトは、「Tの字」が形成されると同時に開始され、75 秒続く。このようなタイムアウトでは、以下のルールが適用される。
 - 20.3.1. タイムアウト中の選手交代は認められない（インジャリーの場合のみ認められる）。
 - 20.3.2. タイムアウト取得時のピボットの位置から、プレイを再開する。
 - 20.3.3. スローワーは、タイムアウト取得前と同一の選手である。

- 20.3.4. スローワー以外のすべてのオフェンス側の選手は、プレイングフィールド内のどこかに静止し、ポジションを取らなければならない。
- 20.3.5. オフェンス側の選手のポジションが確定した後、ディフェンス側の選手はプレイングフィールド内のどこかに静止し、ポジションを取らなければならない。
- 20.3.6. ストールカウントは最大 9 から再開する。ただし、マーカールが代わった場合は、「ストーリング 1」から再開する。

(例) プレイ中断時点のカウントが 3 であれば、ストールカウントは「ストーリング 4,5,6…」と再開する。

- 20.4. プレイが有効な状態で取得可能回数を上回ってスローワーがタイムアウトをコールした場合、プレイは中断する。マーカールは次に発声するはずだったストールカウントに【2 を加え】、チェックからプレイを再開する。2 を加えた後にストールカウントが 10 以上になる場合は、ストール・アウトによるターンオーバーとなる。

定義集

用語	説明
投げる動作	「スローの動作」を参照。
プレイに影響がある	プレイの結果に関して、反則もしくはコールが発生した場合と発生しなかった場合を比較し、明らかに違いがあると考えるのが合理的である。
攻めているエンドゾーン	該当するチームが、その時点で得点を目指しているエンドゾーンのこと。
最も良く見える位置	該当するプレイにおける、ディスク、地面、選手、そしてラインの相対的な位置を最も正確に把握できる位置。
コール	ファール、インフラクション、バイオレーション、ターンオーバー、インジャリー等が発生したことを伝える宣言のこと。その際、「ファール」「トラベル」「具体的なマーキング・インフラクションの名称」「バイオレーション（もしくは具体的なバイオレーションの名称）」「具体的なターンオーバーの名称」「テクニカル」「インジャリー」の表現を使用することができる。
キャッチ	回転していないディスクを少なくとも2つの身体部分の間に挟んだ状態。選手が最初にパスをキャッチした後、所有権を確立する前に、キャッチを維持しなかった場合（「キャッチを維持する」とは、回転していないディスクを少なくとも2つの身体部分の間に挟み続けることを意味する）、その最初のキャッチは終了したとみなされる。
セントラルゾーン	ゴールラインを含み、エンドゾーンや外周のラインは含まないプレイングフィールド内のエリアのこと。
自陣のエンドゾーン	該当するチームが、その時点で相手の得点を阻止しようとしているエンドゾーンのこと。
ディフェンス側の選手	その時点で、ディスクを所有していないチームの選手のこと。
エンドゾーン	プレイングフィールドの両端にあり、その中でディスクをキャッチすると得点となるエリアのこと。
ゴールライン	セントラルゾーンとその両端にあるエンドゾーンを隔てるラインのこと。ゴールラインはエンドゾーンの一部ではない。
地面	芝、マーカーコーン、衣服、ドリンク、プレイしていない選手を含む形のある物質。ただし選手、ユニフォーム、空中に浮遊している粒子、水滴等は含まない。
接地する	ある選手が、着地や不安定な姿勢の修正を含む動作によってグラウンドと接すること。
ディフェンスをしている	ディフェンス側の選手が、あるオフェンス側の選手の3m以内に位置し、主にその選手の動きに注意を向け反応している状態のこと。
インターセプション	ディフェンス側の選手が、オフェンスをしているチームのスローの所有権を確立すること。
正当なポジション	選手が静止もしくは移動に際して確立した、いかなるルールにも違反していないポジション。
ライン	プレイングフィールドを定義する境界線のこと。ラインが引かれていないフィールドの場合、フィールド上の2点のマーカーを結ぶ架空の線分を境界線として定義する。フィールド上のマーカーよりも外にあるラインは、ラインとして扱わない。
ディスクに対するプレイ	ディスクが空中にある時に、ディスクに触れようと試みること。 (例) キャッチ、ブロック。また、ディスクに触れられると考える場所へ走る過程も含まれる。
マーカー	スローワーに対してストールカウントをすることができる、ディフェンス側の選手。
軽微な身体接触	最小限の物理的な力で、他の選手の動きや位置を変えないような接触。ディスクに接触しようとしている、あるいは既に接触している相手チームの選手の伸ばした腕や手への身体接触や、スローの動作をしているスローワーの手への身体接触は、軽微な身体接触とはみなされない。
選手でない人	その時点で試合に出ている選手でない人のことをいい、チームのメンバーであっても「選手でない人」となる。
オフェンス側の選手	ディスクを所有しているチームの選手。
アウト・オブ・バウンズ	外周を含む、プレイングフィールド以外のものすべて。

定義集 (つづき)

用語	説明
外周	セントラルゾーン及びエンドゾーンと、アウト・オブ・バウンズを隔てるライン。プレイングフィールドには含まれない。
ピボット	ピボットポイントと呼ばれる地面のある一点との接触を維持しながら、スローワーが任意の方向に動くこと。 スローワーは、自分の体の一部をピボットポイントとして使おうとするある一点に置く、または維持することでピボットポイントを確定させる。ピボットポイントに複数の選択肢がある場合、ピボットを行うまでピボットポイントは確定されない。
ピボットの位置	ターンオーバー、プル、タイムアウト、もしくはセントラルゾーンを離れた後にスローワーが、ピボットポイントを確定させることを求められる、もしくはピボットポイントが既に確定されている、プレイングフィールド内の位置のこと。
プレイ	プルが投げられてから、得点が入るまでの間のこと。プレイはコールによって中断することがあり、その場合はチェックから再開する。
選手	その時点で実際にプレイに参加している人々のこと。
プレイングフィールド	セントラルゾーンとエンドゾーンを含むエリアのこと。ただし、外周は除く。
ディスクの所有権	選手がパスの所有権を確立するのは以下の場合である。 <ul style="list-style-type: none"> — パスをキャッチし、そのキャッチした状態を1回以上目に見える形で維持した場合。 — キャッチに関連して地面と接触している間、またはディスクを投げるまでキャッチを維持している場合。 選手は、ターンオーバー、プル、または試合の中断の後、すでに地面に落ちたディスクを拾ったとき、または与えられたときにも所有権を確立することができる。選手がディスクの所有権を確立した後は、ディスクのグリップを変えても、ディスクとの接触を維持している限り、所有権に影響はない。 選手に所有されている、またはキャッチされたディスクは、選手の一部としてみなされる。ディスクを所有している選手、もしくはディスクを拾うことが認められている選手が所属しているチームが、ディスクを所有しているチームとみなされる。
プリ・ストール	20秒、10秒、5秒のタイミングで行われる、プレイ再開の制限時間に関する警告。
プル	試合の前後半の開始時や得点の後にプレイを開始するために投げられる、ディフェンス側のチームからオフェンス側のチームへのスローのこと。プルは、有効なパスとみなされない。
レシーバー	スローワー以外の、すべてのオフェンス側の選手のこと。
スピリット・ストップ	スピリット・オブ・ザ・ゲームに関する問題を話し合うための中断のこと。
プレイの中断	ファール、バイオレーション、協議、コンテストとなったコール、インジャリー、もしくはタイムアウトによる中断のこと。プレイはチェックによって再開される。
スロー	スローの動作によって飛行しているディスクのこと。フェイク動作や意図的にディスクを落とした場合も含む。スローの結果、スローワーとディスクの接触はなくなる。パスとスローは同じ意味である。
スローワー	ディスクを所有しているオフェンス側の選手、もしくはスローの結果が定まる直前にディスクを投げた選手のこと。
スローの動作	ディスクに力を伝え、スローにつながる動作のこと。ピボットと素振りには含まれない。
ターンオーバー	チーム間でのディスクの所有権を移行させる、あらゆる事象のこと。ターンオーバーは、バイオレーションとはみなされない。(プレイは中断しない)
ディスクの静止位置	選手がディスクの所有権を確立した位置、もしくは転がったり滑ったりしているディスクが止められた位置のこと。

日本語訳更新履歴

更新日	ver.	更新箇所	更新の概要
2025年5月9日	1.0	—	新規作成