

Venez essayer l'Ultimate Frisbee !



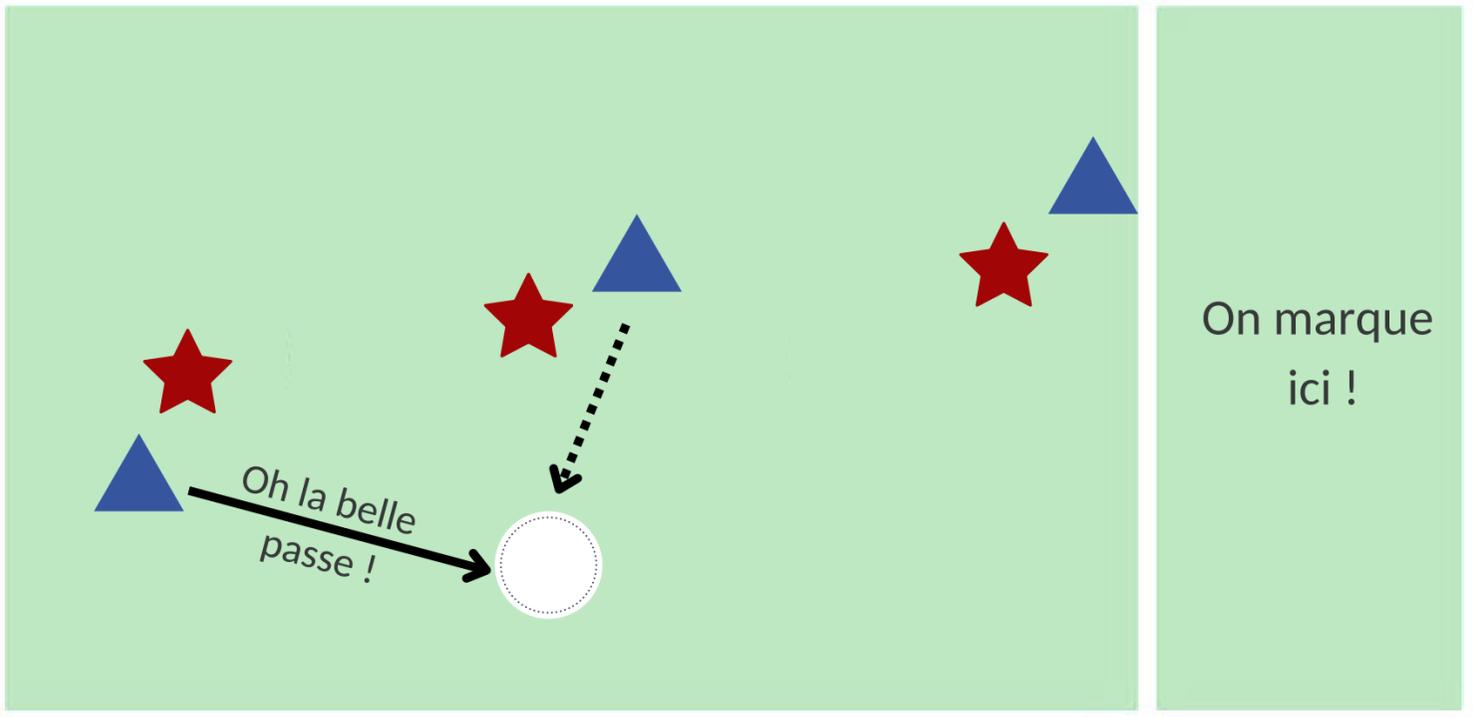
Mixité. Bienveillance. Tarte aux pralines.

CLUB D'ULTIMATE DES GONES

Pourquoi ça nous plaît ?

- ♥ C'est très Fair-Play. Personne n'insulte l'arbitre : il n'y en a pas !
- ♥ C'est sans contact. Pas besoin d'être taillé comme un roc.
- ♥ C'est mixte. Pas de règne de la testostérone.
- ♥ C'est tout niveau : on a tous débuté un jour. On a des jeunes, des moins jeunes, des grands, des petits, des rapides, des qui papotent sur le coté.
- ♥ On fait du sport. Ça fatigue. Ça fait du bien. On bouge les bras, les jambes, et pour moins cher qu'à la salle !





▲ attaquants

★ défenseurs

Comment ça se joue ?

Le porteur du disque ne peut pas courir : on progresse sur le terrain uniquement par des passes.

L'équipe qui attaque marque un point quand le disque est attrapé dans la zone d'en-but de l'adversaire.

L'équipe qui défend doit gêner les passes et intercepter le disque.

Facile, non ?



Combien ça coûte ?

30 euros l'année pour pratiquer en loisir :
Entraînements, matchs amicaux, assurance.

95 euros l'année pour la pratique en compétition :
Championnats Open, Mixte, Indoor, Beach...

Les compétitions sont réparties sur quelques week-ends dans l'année, tu peux donc conserver une vie sociale !





Où nous trouver ?

On s'entraîne au Parc de Parilly, sur le terrain de rugby de la Plaine des Sports, tous les jeudis de 19h30 à 22h, de septembre à juin.

Metro ligne D. Covoiturages et itinéraires vélos.

On est les gens qui se font des passes avec des disques.

Que faut-il pour un premier entraînement ?

Un jogging ou un short. Des baskets ou des crampons. Une gourde, un K-way, et ton T-shirt le plus moche.



Besoin d'infos ?



Capu : 06 68 36 25 48
Prouve chaque semaine
qu'on peut bien jouer malgré
10 cm de détente verticale.



Pollux : 06 14 20 43 39
Forme des jeunes pour qu'ils
courent à sa place.



Clément : 06 20 79 13 08
Devait passer pro mais il
s'est claqué le mollet.



clubultimatedesgones

ultimategones.fr

