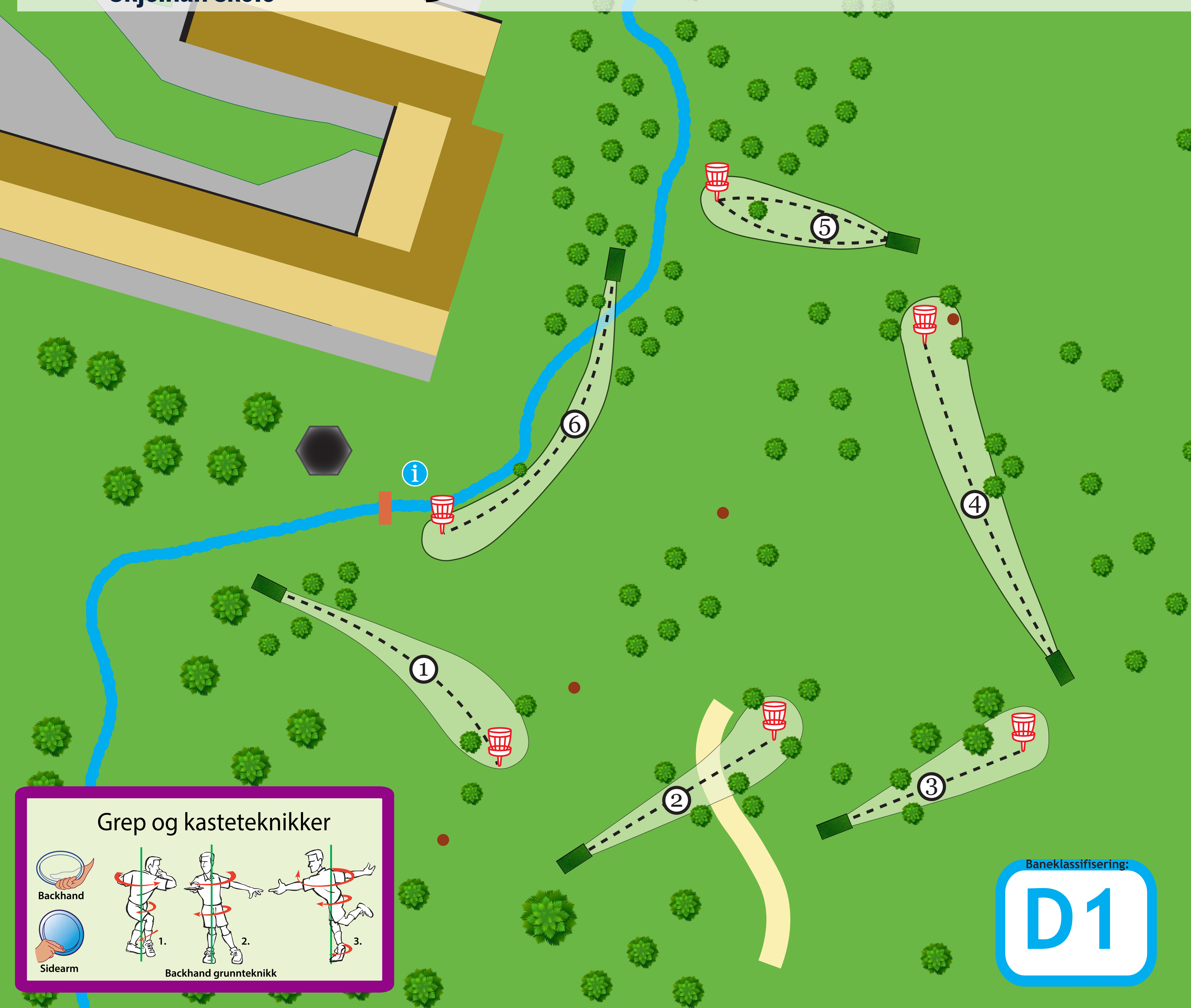


Skjelnan Skole DiscGolfPark



DiscGolfPark™

Regler for frisbeegolf

Målet med frisbeegolf er å fullføre hullet på færrest mulig kast.
Hullet er fullført når frisbeen (også kalt disk) ligger i kurven.

Vis Hensyn!

Vis respekt for andre mennesker, dyr og naturen. Ikke kast dersom du kan treffe andre eller ikke har oversikt over området.

Generell innføring:

- Hvert hull starter ved oppmerket utkaststed.
- Etter utkastet (tee) skal alle de neste kastene foregå fra det stedet frisbeen lander (lie).
- Den som ligger lengst unna kurven kaster først. Også dersom det betyr at du må kaste flere ganger på rad.
- Ingen spillere kan gå foran den som kaster. Dette for å unngå farlige situasjoner.
- Hullet er fullført når frisbeen blir liggende i kurven.
- Den som kastet færrest kast på forrige hull starter først ved neste utkast.

Grunnleggende regler:

- Når du kaster må du ha et støttepunkt på "lie" (stedet der forrige kast landet).
- Det er lov med tilløp samt å trække over "lie" etter at frisbeen er kastet så lenge du ikke er innenfor 10m.
- Det er lov å flytte "ting" som ikke henger fast om det er til hinder der du skal stå og kaste.
- Hvis du må flytte frisbeen fordi den ligger utenfor området som er definert som banen får du et kast i tillegg. (Out of Bounds, OB) Det neste kastet skal da være fra det stedet frisbeen krysset grensen til banen.
- Hvis frisbeen din ligger farlig til (for eksempel i en skrent), er det lov å flytte den til det nærmeste trygge området som ikke er nærmere kurven. Du får ikke tilleggskast.
- Ved uenighet er det flertallet i gruppa som ikke er direkte involvert i situasjonen som bestemmer.

Etikette:

- Vis hensyn til andre spillere ved å være stille og holde deg i ro når de kaster.
- Stå bak andre spillere som skal kaste.
- Vis respekt for naturen og området.

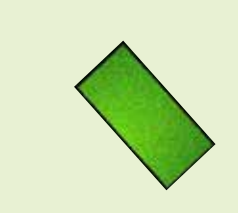
Kartsymboler



Frisbeegolfkurv



Hullnummer

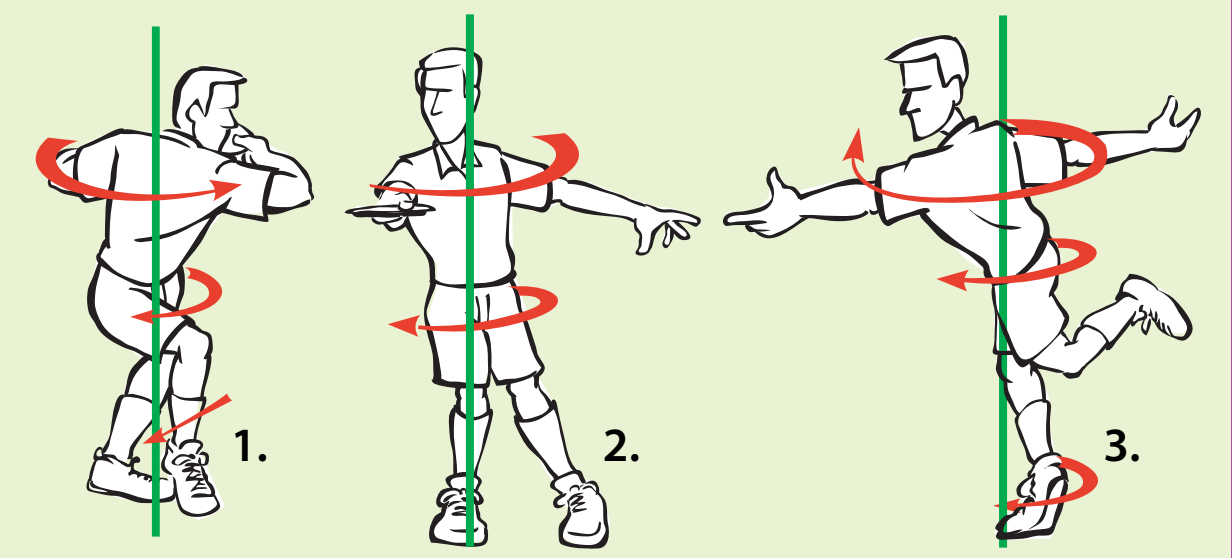
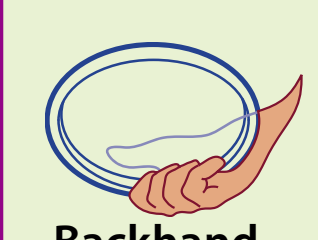


Utkaststed



Infoskilt/Du står her

Grep og kasteteknikker



Backhand grunnsteknikk

Baneklassifisering:

D1

Hull	1	2	3	4	5	6	Tot
Par	3	3	3	3	3	3	18
Lengde	37	30	28	51	26	39	211

Banedesign: Espen Møkkelgjerd

Lvert av www.discgolfpark.no