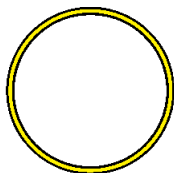


ディスクゴルフについて

1 用具について



「フライングディスク」
商標で「ドッジビー」と呼ばれている柔らかいタイプのものを使用します。



「フライングディスクゴール」
フープを使用したものになります。フライングディスクがフープを通り抜ければゴール。

2 進め方について

(基本となるものを紹介します。必要に応じてアレンジしてください。)

- ①グループをつくる(6人まで1枚のスコアカードで実施可)
- ②スタート時のティースロー(第1投目)の順番を決める
(じゃんけんやくじ など)
- ③2投目からは投数に関係なくゴールから遠い人から投げる
- ④2ホール目以降は、前のホールで少ない投数だった人から投げる
前のホールで同じ投数が2人以上いた場合は、前のホールの順番で投げる
- ⑤12ホール行って、合計投数が少ない人が勝ち
(合計投数を計算して、ペア対抗やチーム対抗にしてもよいでしょう)

3 その他

高い木や植え込みの奥など、手を伸ばしても取れない場所にディスクが行ってしまったら、ペナルティーとして1投を加えます(棒を使って取り再開します)。

※安全に取れない所にディスクが行ってしまった場合は無理に取りに行かず、スタッフ室にお声かけいただき新しいディスクを受け取ってください。

名前 No.						
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
合計						

