

# ディスクゴルフ

## ◆用具

フライングディスク、専用ゴール

## ◆貸出数

フライングディスク50枚、専用ゴール7台

## ◆人数

何名でも可能

## ◆会場・コート

屋内・屋外対応



## ◆競技

### (1) 競技の進め方

- ①ゴルフのようにホールごとにゴールを置き、コースを設置する。場所は地形を利用するなどしても良い。
- ②投げる順番を事前に決めておき、1投目のみ順番で投げる。
- ③2投目からはフライングディスクが遠い人から順に投げる。
- ④全員がゴールに入れたら次のホールに移る。
- ⑤合計投数の少ない人が勝ち。

### (2) ルール

- ①ディスクがOB区域に完全に出た場合にOBとし、1打付加する。この場合、OBラインを切った位置より、フェアウェイ側に垂直に1m以内の場所からスローする。
- ②地面から2m以上の高さのところにディスクが静止したときは、1打付加する。この場合、ディスクはそのまま地面に下ろし、しかもゴールに最も近寄らない場所からスローする。