

ディスクゴルフの実施にあたって

国立能登青少年交流の家

1 概要

スタート地点からゴールに入るまでの、フライングディスクの投数(少ない方がよい)を競うゲームです。

2 ゲームの準備

(1)打ち合わせ時に、次の物品を借り受けてください。

各グループに1つ:コース図・バインダー・スコアカード・鉛筆(持参していなければ)
各個人に1つ:フライングディスク

(2)集合時間までにグループ分けを行ってください。1グループ3～7名が適当です。

★安全確保のため、各グループは3名以上になるようにしてください。

3 ゲームの進め方と注意点

【ルール】

(1)投げる順番

- ①1ホール目の1投目のみジャンケンで決めます。
- ②2投目以降は投数に関係なく、ゴールまで遠い人から順に投げます。 ※補足有り
- ③2ホール目以降は、前ホールで、投数の少なかった人から先に投げます。
※ただし、投数の同じ人が複数いた場合は、ジャンケンで順番を決めます。

(2)木や建物などの上にディスクが止まった場合、自分で取ることが出来ればプレーを続けます。

ただし、取ることができない場合は事務室まで報告に来てください。

その場合、代替りのディスクをお渡しします。1投分のペナルティーを足して、プレーを再開します。 ※補足有り

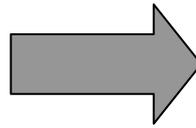
【コースの回り方】

- (1)全3コース【緑の広場(1～9)・桜の森(10～18)・チャンピオン(21～29)】で、各コース9ホールの設定です。
- (2)団体によってスタートホールは異なります。 ※職員の指示に従ってください。
- (3)各班のスタートホールを確認してください。(例:1班は1ホール、2班は3ホール、3班は5ホール・・・)
- (4)ホールは数字の順番に進んでいきます。(例:16ホール→17ホール→18ホール・・・)
- (5)スタート地点、ゴールについては、別添の写真を見て確認してください。

スタート地点



ゴール



【注意事項】

- (1) かぶれるので、うるしの木に触らない。
- (2) ディスクを人に向かって投げない。
- (3) 道路上でディスクを投げない。
- (4) 車に気をつけてプレーする。
- (5) 蜂や蛇を刺激しないよう、むやみに草むらに入らない。
- (6) 全てのコースを回れなくても、指定された時間になったら玄関へ戻る。

【認定証の発行】

各コースを規定スコア以下(小学生以下:PAR・中学生以上:PAR-2)で回った人には、認定証を発行します。

【指導の手順】

- (1) 玄関前広場でグループごとに整列させ、ゲームの説明と借用物を配布します。
- (2) 説明終了後、各グループでスタートホールに移動してからゲームを開始します。
- (3) 各グループは、ホールを全部まわったら玄関前広場に戻り、ゲームを終了します。
★全ホールまわれなくても、指定された時間になったら必ず玄関前広場に戻させます。
- (4) スコアカードの集計を行い、合計の少ない人から1位、2位・・・となります。
★認定証を発行する場合は、スコアカードを事務室にご提示ください。

4 後片づけ

- (1) 玄関前の水道でディスクを洗い、ぞうきんで拭いてください。
- (2) 全ての借用物品を返却してください。返却後、指導者は事務室に報告してください。

☆ディスクゴルフコース図→玄関(説明板、ぞうきんも)
☆コース図・バインダー・スコアカード・鉛筆(持参していなければ)・フライングディスク→教材室