

ディスクゴルフ

ルール例

(1) グループ

- 1グループ4名程度でコースを回ります。

(2) コース

- 自然の家周辺に9ホールの常設コースがあります。



(3) 競技の流れ

- ①各ホールとも看板の表示位置からスタートします。
- ②じゃんけん等で決めた順番で、一投目を投げます。
※ディスクが当たると危険なので、前方に人がいないことを確認してから投げてください。
また、自分の順番になるまで後ろで待ちます。
- ③二投目以降は、ゴールに遠い人から投げます。
※二投目でも、他の人の一投目より飛ばなかった場合は、先に三投目を投げます。
- ④2ホール以降は、前のホールでスコアの良かった人から順に投げます。
- ⑤OB（コースから外れてしまった場合）の時は、それまでの投数に1を加え、その場から投げます。
※ディスクが木の枝にかかったり、池に落ちたりしたら、それまでの投数に1を加え、その近くから投げます。
※8ホールは道路に出たらOBとなります。車に十分注意してディスクを取りに行ってください。
- ⑥勝敗の決定をします。
 - ストロークプレイ…9ホールの合計投数が最も少なかった人が勝ちとなります。
 - マッチプレイ………1ホールごとに勝敗を決めていきます。

