

# ディスクゴルフ

## DISC GOLF

フライング・ディスクを使ってゴルフを楽しみましょう！  
ディスクをゴールに何回で投げ入れることができるかを競います。

### ゲームの進め方

【人数】 1組5人 ※何人でも可能。しかし、人数が多すぎると進行しにくい。

- 【進め方】
- ① 1番ホールの1投目（ティースロー）は「ジャンケン」で順番を決めます。
  - ② 2投目からは、投数に関係なくゴールから最も遠い人から先に投げます。このとき、ディスクの止まっていた地点に足を置いて投げます。
  - ③ 2番ホールからのティースローは、前ホールで最もスコアの良かった（少ない投数）者から順に投げます。  
※同スコアなら、前のホールのスコア順になります。

### こんなときはどうする(中央青少年交流の家ローカルルール)

- (1) 木に引っかかったら・・・  
ディスクの真下からプレーを続けます。 ※**ペナルティなし**  
真下に立っていないときは、その地点からゴールに近づかない2歩以内の地点から投げます。
- (2) 側溝に落ちたら・・・  
ディスクを拾い、その地点からゴールに近づかない最寄の地点にディスクを移動させてから、1投プラスしてプレーを続けます。
- (3) 駐車場、 宿舎屋根、 舗装道路にとまったら・・・  
OBです。 **元の場所に戻り**、1投プラスしてプレーを再開します。  
(1投目がOBになったとき、次に投げるのは**3投目**になります。)

※ディスクがとれなくなったら、事務室に連絡してください。

(2024.4.1)

## スコアカード

DATE: 年 月 日

名前を書きます。

HOLE	m	PAR					
①	37	4					
②	22	3					
③	37	4					
④	32	3					
⑤	25	3					
⑥	46	5					
⑦	45	5					
⑧	44	4					
⑨	57	5					
トータル	345	36					

★表内の「PAR」は各ホールの基準の投数です。目標にしましょう。

★危険防止と円滑な進行のため、ゴール付近にとまらないようにしましょう

