

# ディスクゴルフ

プラスチック製の円盤(フライングディスク)を使い、専用の鉄製バスケットに投げ入れ、スコアの少なさで勝敗を競う。

## 写真



## 起源

- ・1940年代、アメリカのアイビーリーグのエール大学の学生達が、キャンパス近くの「フリスビー・ベーカーリー」のパイ皿を投げ合ったのが始まり。
- ・その光景に興味を持った、建築検査員のフレッド・モリソンが1948年、金属製のディスクを試作し、その後の改良で、現在のプラスチック製のディスクが誕生した。

## 人数

- ・何人でもできる。通常は、4人～6人1組で行う。

## 場所

- ・自然の地形を上手に利用し、自然を損なわずにコースを設け、普通、ショートホール、ミドルホール、ロングホールの3ホールずつを基準とするが、場所に応じて自由に設定し、9ホール・パー36、又は18ホール・パー72を標準1コースとする。

## 進め方

- ・最初のスタートホールのティーショット(1投目)の順番をジャンケンで決める。
- ・2投目以降は、ディスクが止まった地点のゴール側にマーカーミニディスクを接してマークを置いてからディスクを拾い、そこに足を置いてから投げる。(相互の了解で、ミニディスクを置くことを省略しても良い。)
- ・2投目以降は、投数に関係なく、ゴールから遠い人から先に投げる。
- ・次ホール以降のティーショットは、前ホールでスコアの良かった人から投げる。同スコアの場合は、さらに前ホールにさかのぼって決める。

## 勝敗の決め方

- ・各ホールごとに投げた数をスコアカードに記入し、最終的に18ホール(又は9ホール)を回るのにかかった投数が最も少ない人の勝ち。
- ・団体対抗の場合は、合計投数の少ないチームの勝ち。

## その他

- ・ディスクは転がしても、バウンドさせてもかまわない。
- ・状況に応じ、1投ごとにディスクを交換して、使い分けることができる。
- ・OB区域内にディスクが止まった場合は、1ペナルティーが課せられ、OB区域に入った地点から次のスローを行う。
- ・木や建物などの上にディスクが止まった場合、地面から2m以上の高さならOBで1ペナルティー、2m未満ならノーペナルティーで、ともにディスクの真下にマークをし、そこから通常のスローを続ける。
- ・バックハンドスロー、サイドアームスロー、カーブスロー、アップサイドダウンスロー、ローラー等、様々な投げ方があり、状況で使い分けるとおもしろい。
- ・フライングディスクには、「ディスクゴルフ」の他にも、多様な競技方法があるので、団体の実態に合わせて創意工夫しながら行ってかまわない。