



DiscGolfPark® Mertovy sady



Létající disky, namísto holi a míček - DiscGolf - zábavný sport pro každého

Hřiště na DiscGolf má 6-18 jamek. Každou jamku vymezuje označené výhoziště a konec v discgolfovém koši.

Vibázi hráč s nejvyšším počtem hodů na celém hřišti. Můžete hrát sami, ale ideální jsou 3-4 hráči.

Před začátkem hry popřejte svým spoluhráčům příjemnou hru.

Informace o dané „jamce“

Zajímavé tipy pro hru

Základní typy hodů

FOREHAND

BACKHAND

Pro každý hod si můžete zvolit jiný disk. Nejdříve hází ten, kdo je od koše nejdál.

PUTTER - krátké hody do koše

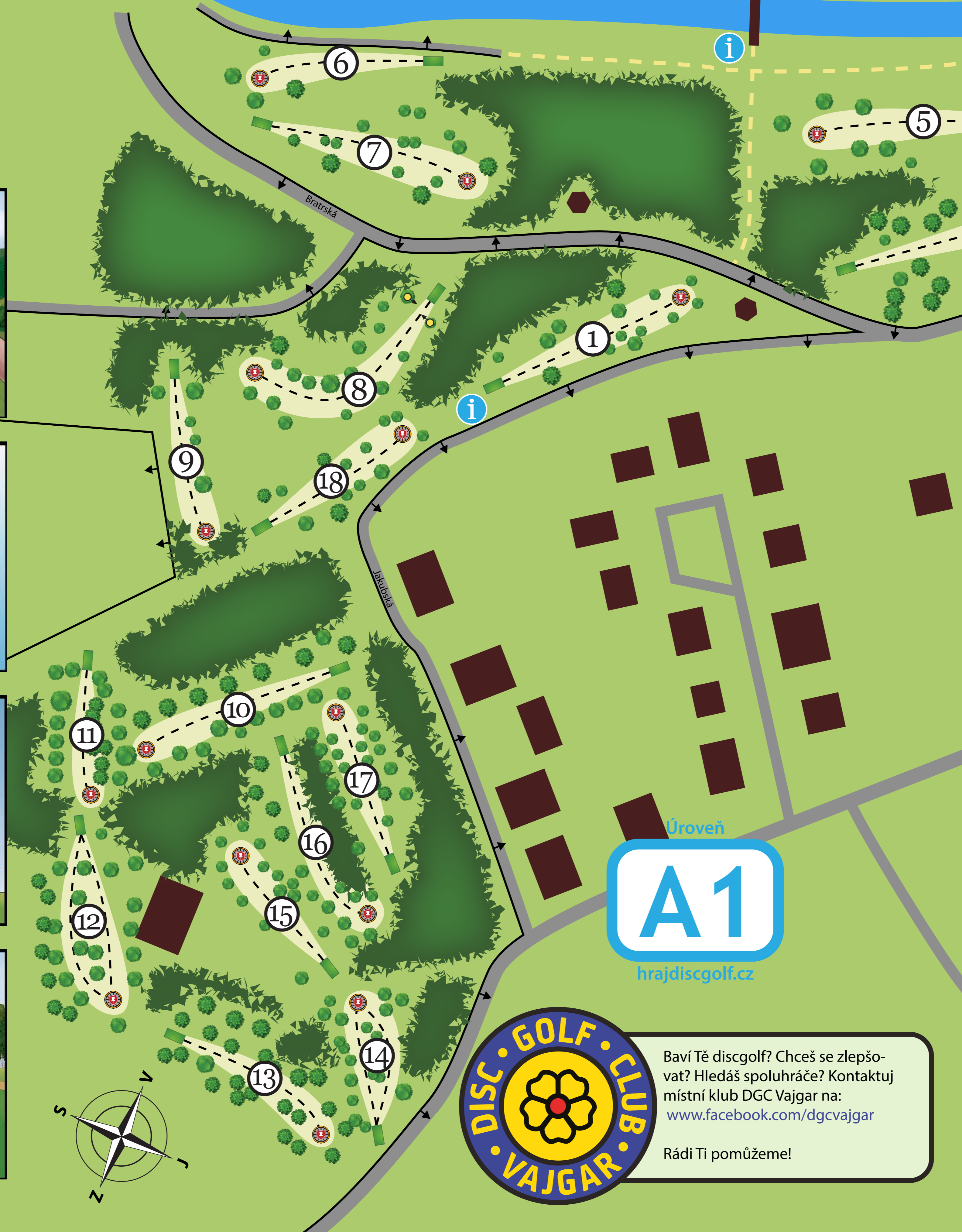
MID-RANGE - středně dlouhé hody

DRIVER - hody na dlouhou vzdálenost

Putování - dohození do koše - je důležitou částí hry a můžete si jím vylepšit skóre.

Po dokončení „jamky“ se hráči přesunou na začátek další a zapíšou si dosažené skóre.

Počítat další hry určuje skóre z předchozí jamky - první hází hráč s nejvyšším skóre.



Discgolf

Discgolf je zábavná pohybová aktivita pro každého. Cílem hry je na co nejmenší počet hodů dostat disk z výhoziště do discgolfového koše na každé jamce.

Hřiště tvoří 18 jamek, z nichž každá začíná na výhozišti - odkud hráč hází první hod - a končí discgolfovým košem. Další hod provádí hráč z místa, kde disk zůstal po předchozím hodu ležet. Pro každý hod může hráč použít jiný disk.

Poté, co hráč umístí svůj disk do discgolfového koše, se přesune na výhoziště jamky následující, dokud neobejde celé hřiště.

Bezpečnost

Hráč je povinen se před každým hodem ujistit, že v možné dráze letu disku nejsou žádné osoby ani zvířata, které by mohl zasáhnout. Každý hráč plně odpovídá za svůj odhozený disk.

Každý návštěvník areálu musí dbát zvýšené opatrnosti a v době hry se nesmí zdržovat v místech, kde ho může ohrozit letící disk, zejména v prostoru mezi výhozištěm a discgolfovým košem a jeho okolí.

Hráči i návštěvníci jsou povinni udržovat čistotu a chovat se tak, aby neomezovali a neohrožovali ostatní ani sami sebe. **Vstup do prostoru hřiště je na vlastní nebezpečí.**

Discgolfová hřiště v ČR



Vysvětlivky

- i** Informační cedule
- 5** Číslo jamky
- Výhoziště
- OB** - aut - přidává ke skóre jeden trestný hod
- Discgolfový koš
- Stromy
- Mandatorní - povinnost - disk musí objekt obletět ze strany, kde je šipka

Hřiště v okolí

- DiscGolfPark Stromovka, České Budějovice
- DiscGolfPark Třešť
- DiscGolfPark Kunšovec, Velké Meziříčí
- DiscGolfPark Moninec, Jetřichovice

Jak házet

- 1. fáze (nápřah):** backhand začíná natažením házející ruky směrem dozadu co nejdále je to možné a zároveň rotaci trupu směrem od cíle (ramena by měla být kolmo na cíl).
- 2. fáze (hod):** Rychlou rotací těla a pohybem ruky těsně okolo hrudníku (disk by se měl pohybovat po přímce) hode disk směrem k cíli. Disk by měl z ruky vylétnout sám, není třeba ho pouštět vědomě.
- 3. fáze (dotočení):** Rychlý pohyb těla je potřeba dotočit, nezasekávat. Po odhozu by měla házející ruka pokračovat po kružnici dozadu za tělo, stejně tak trup. Levá ruka by měla ukázat směrem k cíli.

Pro další informace o discgolfu, seznam hřišť, pravidla hry a discgolfové disky navštivte: www.prodiscgolf.cz.

Investorem je město Jindřichův Hradec: jh.cz

Jamka	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1-9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	10-18	Celkem
Par	3	3	3	3	3	3	3	4	3	28	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27	55
Délka	64	101	57	62	61	52	77	90	60	624	53	51	63	59	54	58	68	69	67	542	1166