



# DiscGolfPark® Králíky



## Discgolf

Discgolf je zábavná pohybová aktivita pro každého. Cílem hry je projít vytyčenou trasu s co nejmenším počtem hodů diskem.

Trasu tvoří 9 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, až dokud neobejde celé hřiště.

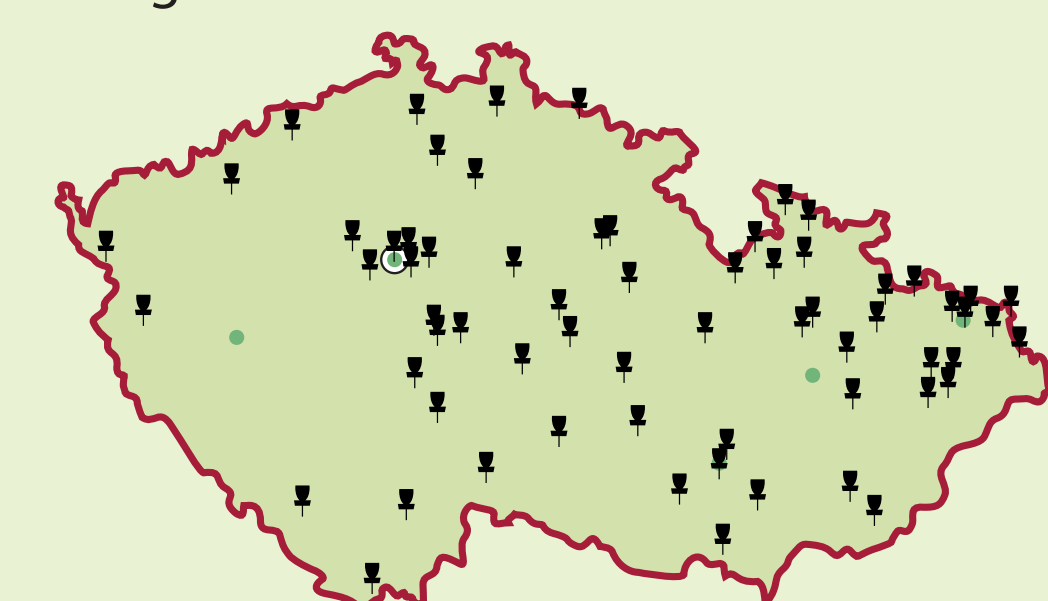
## Bezpečnost

Hráč je povinen se před každým hodem ujistit, že v možné dráze letu disku není žádná osoba ani zvíře, kterou by mohl zasáhnout. Každý hráč plně odpovídá za každý svůj odhozený disk.

Každý návštěvník areálu musí dbát zvýšené opatrnosti a v době hry se nesmí zdržovat v místech, kde může hrozit zasažení diskem, zejména v prostoru mezi výhozištěm a discgolfovým košem a v jeho okolí.

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

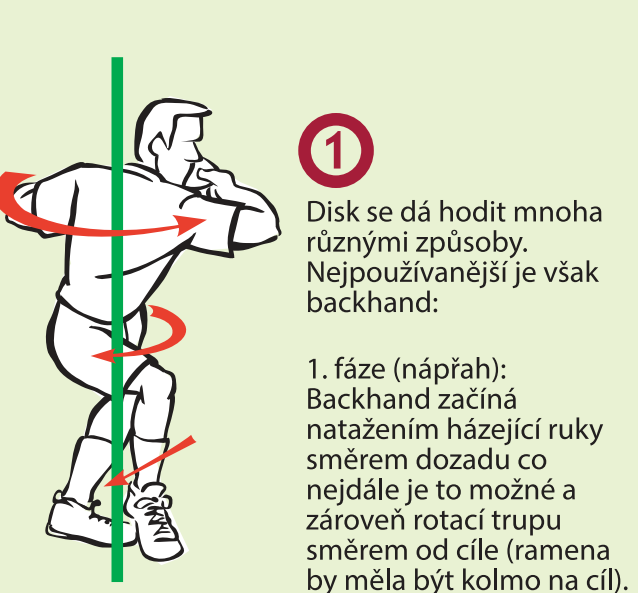
## Discgolfová hřiště v ČR:



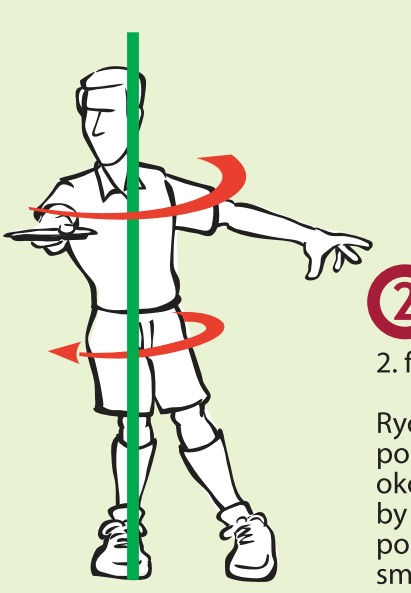
## Hřiště v okolí:

DiscGolfPark Dolní Morava  
DiscGolfPark Přiesnitz, Jeseník  
DiscGolfPark Svitavy  
DiscGolfPark Hrubá Voda

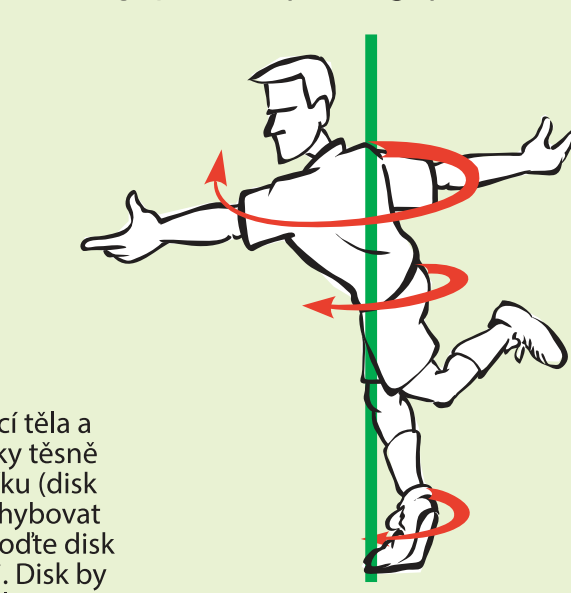
## Jak házet:



1. fáze (nápřah): Backhand začíná natažením házející ruky směrem dozadu co nejdále je to možné a zároveň rotací 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) hodte disk směrem k cíli. Disk by měl z ruky vyletět 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 ukazovat směrem k cíli.

Pro další informace o discgolfu, seznam hřišť, pravidla hry a discgolfové disky navštivte: [www.prodiscgolf.cz](http://www.prodiscgolf.cz)

Investorem je město Králíky: [www.kraliky.eu](http://www.kraliky.eu)



Jamka	1	2	3	4	5	6	7	8	9	SUM
Par	3	3	3	4	3	3	3	4	3	29
Délka	101	86	96	134	59	106	95	201	142	1020

Designér hřiště: Přemysl Novák

