

Porte de Vercors



ATTENTION MOYEN DE LANCER



NE PAS GRIMPER SUR LES ARBRES

LÉGENDE

- PAMES MÉTALLIQUES
- DÉPART DÉBUTANT
- DÉPART INTERMÉDIAIRE
- NOMBRE DU TROU
- ZONE HORS LIMITES
- LIGNE OB
- ZONE HAZARD
- VEGETATION



TROU	1	2	3	4	5	6	7	8	9	TOTAL
PAR	3	3	3	3	3	3	4	3	3	28
MÉTRES	32	40	45	27	24	37	86	28	32	351
YARDS	58	47	89	54	58	59	136	43	63	607

CONSEILS

Jouez à plusieurs, entre amis, en famille.
Démarrés aux dépôts adaptés à votre niveau.
Utilisez des disques conçus pour le Disc Golf.
Soyez concentré et patient.
Prenez du plaisir !

Prenez du plaisir en photo pour garder ces informations avec vous.

COURTOISIE

La principale valeur du Disc Golf est la courtoisie.
Respectez les règles du jeu et de sécurité ainsi que les autres joueurs.

Respectez l'environnement, le site sur lequel vous jouez, la faune, la flore, les équipements, les usagers.

SÉCURITÉ

Avant de lancer, regardez bien autour de vous et derrière qui pourrait se trouver derrière vous.
Ne lancez pas de disque si vous n'êtes pas sûr de votre lancer.
Dans les cas où les autres ne sont pas derrière le joueur, mettez-vous à l'écart et attendez que le joueur le plus éloigné du panier lance.

Cette activité, non encadrée, reste sous l'entière RESPONSABILITÉ du participant.



LE DISC GOLF

Le Disc Golf est un sport de FLYING DISC (frisée) de NATURE et de PLÉIN AIR. C'est une discipline technique, de concentration et de précision, alliant MARCHÉ et LANCÉ. L'objectif est de terminer un parcours composé de différents trous en un minimum de lancers de disque (frisée). La popularité de ce sport vient de son aspect LUDIQUE et INTERÉDUCATIF.

RÈGLES DU JEU

- 1 DÉMARRER LA PARTIE**
Les joueurs démarrent la partie au trou n° 1, c'est après l'autre, les joueurs lancent leur disque depuis la zone de départ en direction de la cible, matérialisée par un panier métallique.
- 2 DÉROULEMENT DU JEU**
Une fois que tous les participants ont effectué un premier lancer, c'est au tour du joueur le plus éloigné du panier, de lancer à nouveau depuis la position où son disque s'est arrêté. Les joueurs attendent en silence que le tour ait été terminé de lancer. Chaque lancer peut être effectué avec le même disque ou un disque différent.
- 3 TERMINER LE TROU**
La trace est terminée lorsque le disque est dans la nacelle du panier ou retenu par les chaînes. Attendez au-dessus du panier ou le toucher ne suffit pas pour terminer le trou. Lorsque tous les joueurs du groupe ont terminé le trou, rendez-vous au départ du trou suivant.

Tremplin Olympique

- 4 SUITE DU PARCOURS**
Au départ suivant, entre les zones du trou précédent et respectez les étapes 1 à 3 jusqu'à la fin du parcours. À la fin de la partie, additionnez l'ensemble des scores sur chaque trou pour déterminer votre score final. Le score est celui qui a le plus petit score, soit le plus petit nombre de lancers.
- 5 CAS PARTICULIERS**
Zones Hors Limites (OB) - Out of Bounds (O) : Si votre disque atterrit dans une zone hors limites, vous devez lancer de nouveau. Le point de sortie de la surface de jeu manque l'endroit où vous devez relancer votre disque.
Zone Hazard (H) : Si votre disque atterrit dans une zone hazard, vous relancez depuis la position du disque en ajoutant un coup de pénalité.
Le Panier (P) : Si l'arrêt d'un disque atterrit à l'intérieur d'un panier, vous relancez à chaque tour en fonction de la distance et de la difficulté.
Zone de "trot" : À 10 mètres ou moins du panier, vous devez rester dans la zone de "trot". Lorsque vous êtes reliés au panier, vous devez rester à l'intérieur de votre position sans retourner en avant.
Le Parc : Il s'agit d'un espace limité affecté à chaque tour en fonction de la distance et de la difficulté.



Design Parcours / Frédéric Souheyran - Gérard Morin

www.discgolf-solution.fr



Amusez-vous tout en respectant la tranquillité des habitations à proximité.

Horaires recommandés de pratique de l'activité entre 9h et 18h.