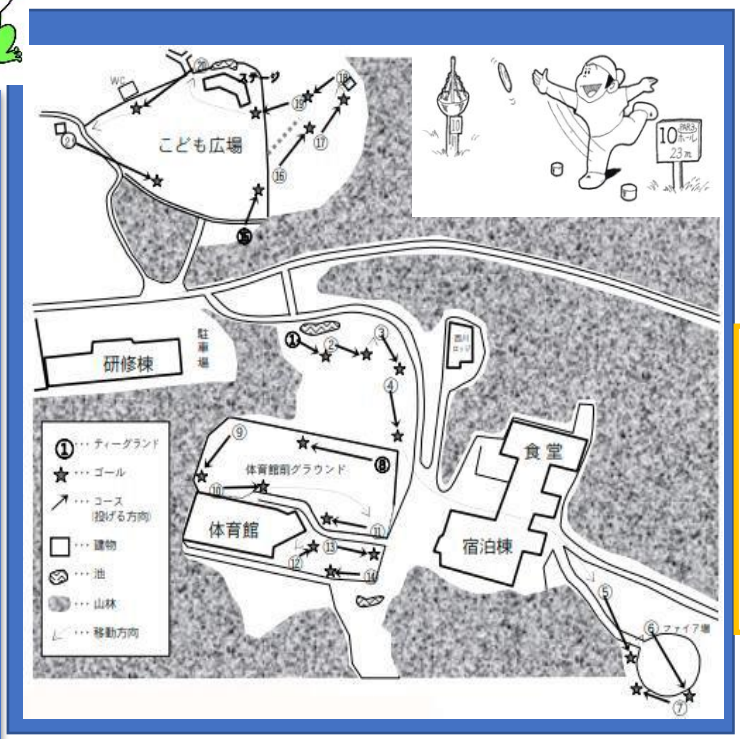
自然を満喫しよう！



ディスクゴルフ

【　説　明　】
　ディスクを投げ、専用のゴールに、いかに少ない投数で入れられるかを競う活動です。
【　ね　ら　い　】
　年齢や体力に関係なく、交流を深めたり楽しんだりするとともに、自然に親しみながらルールや決まりを守り、規律正しい態度を養う。

設定コース　2.0～3.0時間　定員なし

幼児（年長）～　通年　指導なし（要電話予約）

貸出できるもの

- フライングディスク（200 枚程度）
- さお（池に落下時に使用）

団体で準備するもの

- 記録用紙　・筆記用具　・バインダー

（記録用紙は当施設 HP よりダウンロード可能）

■■■■■　「設定コース」　■■■■■

こども広場コース

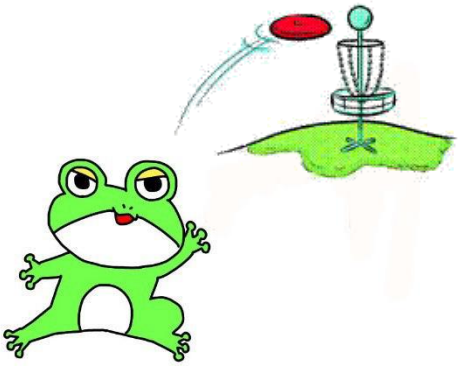
体育館前コース

宿泊棟コース

活動上の留意点

- 必ずグループで行動してください。
- 投げる前に周りを確認してください。
- 池に、棒や木の枝を投げ込まないでください。
- ディスクを紛失した場合は「紛失場所」「ディスクの番号」を当施設にご連絡ください。

「設定コース」の概要



○ 「７ホール×３コース」合計２１ホールがあります。
○ 各ホールのスタート地点には「看板」と「目印（黄色に着色した円柱の石）」、ゴール地点には「ゴールポスト（大きなカゴ）」を設置しています。
○ 大人数で行う場合は、一か所でスタートすると混雑するため、各ホールに分散するといいでしょう。

活動方法（例）

① スタート順は、ジャンケンで決定します。
② 第２投以降は、ゴールまで遠い人から投げ、全員がゴールに入ればそのホールを終了し、次のホールに進みます。
③ 第２ホール以後のスタート順は、前ホールの成績が上の人からとします。
④ ペナルティーについて
以下の場合には、投げた回数に１を加える。
Ａ：ディスクが、コースから外れたり（ＯＢ）、池に落ちたりした場合は、ディスクを投げた地点に戻って再度投げ直します。
Ｂ：ディスクが、コース内の木の茂みにひっかかった場合は、ディスクがゴールに近づかない地点に出します。
※ ペナルティールールの有無は、団体の任意で決定してください。

記録の仕方

【記入例】

① 実施月日、 チーム名を記入。
② グループのメンバー名、ディスク番号を記入。
③ 各ホールに投げた回数を記入。

○ 移動中は車に注意し、横断歩道のあるところでは、必ず横断歩道を渡るようにしてください。

4月　15日		チーム名 チーム・ディズニー				
ホール	PAR	名前 ミッキー ディスク番号 18	名前 ミニー ディスク番号 19	名前 スティッチ ディスク番号 20	名前 ダッフィー ディスク番号 21	名前 ドナルド ディスク番号 22
①	3	3	4	3	3	4
②	3	4	3	3	4	3
③	4	4	4	5	3	4
④	3	3	3	3	3	4
⑤	3	3	2	3	2	3