

Zaķumuižas disku golfa trases

DISKA GOLFA SPĒLES NOTEIKUMI IESĀCĒJIEM

Vienkāršie noteikumi

Ja esi iesācējs un vēlies spēli spēlēt vienkārši, tad spēlē šādi:

- Izvēlies sev piemērotāko disku.
 - Metienu sāk no atzīmes, nepārkāp dēlīti!
 - Ar cilvēkiem, kuriem kopā veic šo aktivitāti, izvēlieties secību kādā veiksiet metienus.
 - Metiet visi pēc kārtas un tikai tad, kad pēdējais dalībnieks no jūsu grupas ir veicis metienu, ejiet pēc saviem diskiem!! Esiet piesardzīgi un uzmanīgi!
 - Nākošo metienu veiciet no vietas, kur paņēmāt disku.
 - Mēģiniet pēc iespējas ar mazāk metieniem trāpīt grozā.
 - Savus katra groza metienu skaistus, reģistrējiet uz kartiņām!
 - Pastāv iespēja, ka tiks pazaudēts disks, taču ja tā notiek, tad, jāsedz jauna diska iegāde izdevumi - jānopērk vietā, tieši tāds pats disks:(!
 - Inventāru atpakaļ jānodod tīru!
- Lai veicas!! :)

DISKI

Diskgolfa spēles galvenais elements ir tieši šai spēlei paredzētais lidojošais disks.

Diskgolfa diski iedalāmi trīs lielās kategorijās:

1. **Tālie.** Tie paredzēti vistālākajiem metieniem. Šo disku pluss un mīnuss ir liekta trajektorija - tā ļauj apiet šķēršļus, bet apgrūtina taisnus metienus.
2. **Vidējie.** Lidojums ir taisnāks, kas ļauj šādu disku lietot precīzākiem metieniem.
3. **Tuvie** (jeb puteri (no angļu valodas "putter")). Vistaisnākais, bet arī īsākais lidojums.

SPĒLES GAITA

Spēles uzdevums ir sasniegt mērķi pa noteikto maršrutu ar pēc iespējas mazāku metienu skaitu. Katrs nākamais metiens tiek izdarīts no vietas, kur apstājies iepriekšējā metienā raidītais disks. Rezultātu iegūst summējot katra mērķa sasniegšanai izmantoto metienu skaitu un soda punktus. Uzvarētājs ir tas, kurš pieveic visu trasi ar pēc iespējas zemāku rezultātu.

Galvenais diskgolfa noteikums ir pieklājība - korekta izturēšanās pret vidi, citiem spēlētājiem un skatītājiem! Tā ietver arī apzināšanos, ka disks ir bīstams objekts - ar to trāpot cilvēkam, var radīt nopietnas traumas. Metam tikai tad,

ja tas ir droši, ja neviens nestāv ceļā vai mērķa tuvumā. Arī paši netraucējam metiena izdarītājam!

- Katrā strīdus situācijā jāpaļaujas uz grupas vairākuma lēmumu. Ja domas dalās, tad vienmēr tiek lemts par labu spēlētājam.
- Pirmais metiens jāizdara no starta laukumīņa.
- Kad katrs spēlētājs ir metienu izdarījis, otro metienu no jaunās pozīcijas izdara tas, kurš ir vistālāk no groza. Pārējie spēlētāji gaida, nesteigdamies uz priekšu.
- Pirms otrā metiena spēlētājs ar īpašu merķējamo disku atzīmē jauno pozīciju.
- Marķieris tiek nolikts tieši priekšā nokritušajam diskam. Tikai pēc pozīcijas marķēšanas drīkst pacelt savu disku. Marķieris ir jālieto vienmēr!
- Izdarot metienu, vismaz vienam atbalsta punktam (kājai) jābūt pie marķiera (nepieskaroties tam), un metot nedrīkst šķērsot iedomātu gar marķieri novilkto līniju, kas perpendikulāra virzienam uz grozu vai šķērsli.
- Ja mestais disks nokritis autā, tiek piešķirts soda punkts, un nākamais metiens jāizdara 1m no auta līnijas vietā, kur disks to šķērsoja.
- Pēc mestā diska atlaišanas drīkst šķērsot marķēto vietu. Izņēmums ir groza tuvumā - 10 metru zonā ap grozu pēc metiena jāsaģlabā sava pozīcija nešķērsojot marķieri.
- Kad visi spēlētāji iemetuši disku grozā, grupa iet uz nākamo celiņu un pieraksta izspēlētā celiņa rezultātu.
- Katrs savus punktus skaita pats. Nākamo celiņu pirmais sāk tas, kuram iepriekšējā celiņā ir vislabākais rezultāts.

MEŠANA

Pirms metiena ir svarīgi izvēlēties vēlamu virzienu un aizmirst visu, kas notiek apkārt. Ja neesi ar lielu pieredzi, izvēlies kādu Tavām spējām atbilstošu punktu, līdz kuram aizmest - tā būs mazāk kļūdu un labāks rezultāts.

- Metiena izdarīšanai (no brīža, kad esi ieņēmis savu pozīciju) ir dotas 30 sekundes.
- Pēc metiena izdarīšanas rūpīgi noskati vietu, kur paliek Tavs disks - pēc brīža Tev tas būs jāatrod!
- Katrs metiens, it sevišķi pēdējais, jāizdara uzmanīgi, bez paviršībām!
- Pēc neveiksmīga metiena atceries - VISIEM tā gadās! :)

APĢĒRBS

Vēlams saģērbties ērti. Apaviem un drēbēm jābūt tādiem, lai nebūtu bail ielīst krūmā, atspiesties ar celi pret zemi, iebrist slapjā zālē. Drēbes nedrīkst ierobežot brīvu kustēšanos, tām jābūt tādām, lai pārāk nesakarstu un neatdzistu.

