

Scorecard

Bahn	Spieler/in 1 (a)		Spieler/in 2 (b)		Spieler/in 3 (c)		Spieler/in 4 (d)	
01								
02								
03								
04								
05								
06								
07								
08								
09								
Zwischensummen								
Endergebnis								

Die Regeln und Tipps

Beim Disc-Golf geht es wie beim normalen Ball-Golf oder Mini-Golf darum, einen vorgegebenen Parcours zu durchspielen. Ein Disc-Golf-Parcours besteht üblicherweise aus 9 bis 18 Bahnen, auf denen der Spieler mit möglichst wenigen Würfeln die Distanz zwischen Abwurf und Zielkorb zu überwinden hat.

Dabei muss er natürliche Hindernisse wie Bäume, Büsche, Hügel, Senken oder Wasser beachten und umspielen. Nach jedem Wurf wird immer von dort aus weitergespielt, wo die Disc liegen geblieben ist, auch wenn sie sich in einer ungünstigen Position, wie beispielsweise hinter einem Gebüsch, befinden sollte.

Die jeweilige Bahn ist beendet, wenn die Scheibe in die Ketten des Korbes geworfen wird und im Fangkorb liegen bleibt. Alle Wurfversuche, die man pro Spielbahn benötigt, werden zusammengezählt.



Sieger ist am Ende, wer in der Summe aller gespielten Bahnen die geringste Gesamtwurffanzahl zu verzeichnen hat.

Disc-Golf kann schnell erlernt werden und ist ein idealer Sport für Jung und Alt in freier Natur. Wichtig für den Spielspaß ist allerdings eine gute Scheibe! Es gibt spezielle Disc-Golf-Scheiben, die sich aufgrund von Größe, Gewicht und Profil deutlich besser eignen als billige Werbescheiben oder die Wurfscheiben, die man vom Zuwerfen am Strand kennt. Für den Anfang wird empfohlen, nur mit einem Putter zu spielen, da er am einfachsten zu werfen ist und die unterschiedlichen Wurfarten somit leichter zu erlernen sind.

leihen statt kaufen

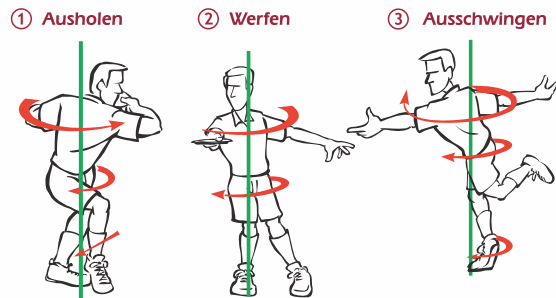
VDO SPORT Disc-Golf Verkauf und Verleih

Jürg Altmann
 Elberstraße 43 | 7: 05344 972652 | @vdo-sport
 20316 Rummelsburg | F: 05344 5602149 | Samstag - Freitag 10:00 - 18:00 Uhr
 Sonntag 10:00 - 14:00 Uhr
www.vdo-sport.de • info@vdo-sport.de



Handhabung

Rückhandwurf - Grundtechnik:



① Ausholen
Zum Ausholen Oberkörper und Hüfte nach hinten drehen. Körperspannung aufbauen.

② Werfen
Hüfte nach vorne drehen, die Scheibe gerade am Oberkörper vorbei beschleunigen und Richtung Ziel loslassen.

③ Ausschwingen
Nachdem die Scheibe die Hand verlassen hat, mit dem gesamten Körper ausschwingen.

Mit freundlicher Unterstützung

Prasuhn GmbH



ÖKO-HAUS-VERSORGUNG

Waldweg 52a · 29336 Nienhagen-Nienhorst
Internet www.prasuhn-oekohaus.de



in Light & Sound
your professional Partner

Inh. Christian Westermann e.K.

Mobil

BETRIEBSKRANKENKASSE

FROG LIVE
EVENTS & KOMMUNIKATION

Impressum

Alle Angaben ohne Gewähr. Änderungen bleiben vorbehalten.

Herausgeber: Gemeinde Nienhagen

Texte: Tee-Timers Disc-Golf Wolfenbüttel

Fotos: Alexander Hass

Karte und Grafik Wurftechnik: Discmania Germany

Gemeinde Nienhagen · Dorfstraße 41 · 29336 Nienhagen

Telefon 0 51 44 - 4 91 91 · Telefax 0 51 44 - 4 91 90

kontakt@gemeinde-nienhagen.de · www.gemeinde-nienhagen.de



Disc-Golf-Park Nienhagen Nordfeld

Spielspaß für
jedermann



GEMEINDE
NIENHAGEN

zusammen sind wir stark



www.facebook.com/DiscGolfNienhagen

