

# Lekunberri Disc Golf Zelaia



Lekunberriko Udala  
Ayuntamiento de Lekunberri



## Euskadisc Golf

### Disc Golfa

Disc Golf-aren helburua golf arruntaren antzekoa da. Makilak eta bolak erabili ordez, pisu eta tamaina desberdinetako plastikozko hamaika disko edo frisbee daude erabilgarri.

Disc Golf-eko saskia golfeko zuloaren batiokide da. Kirol honetan, ibilbide osoa betetzeko jaurtiketa-kopuru gutxien behar izan duen jokalaria irabazle izango da.

### Segurtasuna

Segurtasuna lehentasun nagusia da. Beti akats-larrie dezente utzi. Zuloa oinezkorik gabe egon ezan ez jaurti diskorik, eta itxaron ezazu libre egon arte. Zure jaurtiketa guztien arduraduna zenu zara. Diskoak norbaitengan edo zerbaitengan talka egin ezkerro kalte handiak eragin ditzake.

### Arriskuaz abisatzea

Arreta guztia jarrita ere, zure diskoak norbaitengan jo egin dezakeela ikustean, oihu egizu ozenki "FORE!" edo gainerako edozein arrisku ohiuren bat.

### Eros itzazu disko batzuk eta proba ezazu!

### El Disc Golf

El objetivo del Disc Golf es similar al del golf: completar el recorrido en el menor número de lanzamientos.

Para ello se utilizan discos o frisbees, en vez de la bola que se usa en el golf tradicional, que hay que encestar en cestas metálicas (que sustituyen al hoyo).

El ganador de una ronda de Disc Golf es el jugador que complete el recorrido necesitando el menor número de lanzamientos.

### Seguridad

La seguridad es la principal prioridad. Deja mucho margen de error. Espera siempre a que el hoyo esté libre de peatones. Eres el responsable de todos tus lanzamientos. El disco puede causar daños serios si impacta en algo o en alguien.

### Avisa del peligro

Incluso después de tomar todas las precauciones, en caso de que tu disco pueda impactar en alguien, grita bien alto "FORE!" o cualquier otra cosa para advertir a los demás.

### ¡Compra unos discos y pruébalos!



**1** Errebes jaurtiketa gauzatzeko, besoa atzeratu lauzki behar da gurutz eta gorputz erdibereko goialdea biraraz.

**2** Diskor bira eozazu gorputza, diskoak bukatzen aurrera eramanez. Oina lurzoruan ezarri emaitza bati-bataian goiztarreko eta frisbeea jaurtitzeko.

**3** Erdibereko goialdea biratzen jarraitu, jaurtiketa orain norantzen jarraitu da behera gorputza diska atzetik aurrera.

**1** El lanzamiento de revés comienza extendiendo el brazo con el disco lo más hacia atrás que le sea posible y rotando la parte superior del tronco.

**2** Rota rápidamente llevando el disco en frente del pecho. Apoya el pie en el suelo para parar la rotación de forma súbita y lanzar el disco.

**3** Sigue rotando la parte superior del tronco de forma que la mano que no lleva el disco termine apuntando en la dirección del lanzamiento.

**1** Errebes jaurtiketa gauzatzeko, besoa atzeratu lauzki behar da gurutz eta gorputz erdibereko goialdea biraraz.

**2** Diskor bira eozazu gorputza, diskoak bukatzen aurrera eramanez. Oina lurzoruan ezarri emaitza bati-bataian goiztarreko eta frisbeea jaurtitzeko.

**3** Erdibereko goialdea biratzen jarraitu, jaurtiketa orain norantzen jarraitu da behera gorputza diska atzetik aurrera.

### Leyenda

**OB** Si tu disco cae en una zona marcada como fuera de límites (OB), deberás reanudar tu juego desde la marca previa, o el punto por el que el disco salió de la zona de juego. Deberás avisar un lanzamiento de penalización a tu tanteo.

**Hazard** Si tu disco cae en zona marcada como Hazard, deberás reanudar tu juego desde donde se detuvo tu disco añadiendo un lanzamiento de penalización a tu tanteo.

**Agua**

**Camino**

**Carretera**

**Banco**

**Mando**

**Árboles**

Hoyo	1	2	3	4	5	6	TOTAL
Metros	96	70	80	64	67	108	504 m
Par	3	3	4	3	3	3	19

**18 H**

Diseñado por