

PARCOURS AVENTURE DE DISC GOLF

Le Dévoluy - La Joue du Loup

TROU	1	2	3	4	5	6	7	8	9	TOTAL
PAR	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27
DÉPARTS NIVEAU DÉBUTANT DIST. (MÈTRES)	19	16	25	13	20	24	25	18	17	177
DÉPARTS NIVEAU INTERMÉDIAIRE DIST. (MÈTRES)	39	31	32	23	31	42	40	29	28	295

Vous êtes en montagne !

Ce parcours se déroule en terrain montagnard. Attendez-vous à de la pente, des passages irréguliers et accidentés.

- Portez des chaussures de marche adaptées
- Regardez où vous mettez les pieds : pierres, racines, souches...
- Parcours conseillé à partir de 6 ans et qui demande d'être en bonne forme physique

Disques en location à l'Office de Tourisme.

Télémix Fontettes

VOUS ÊTES ICI

ZONE D'ATERRISSAGE

- Pour votre sécurité :
- Si vous voyez un hélicoptère approcher, ne stationnez pas.
 - Gardez votre disque en main.
 - Éloignez-vous rapidement de la zone.

PISTE DE DESCENTE DE VTT

Regardez avant de traverser

LÉGENDE

- PANIER MÉTALLIQUE
- NUMÉRO DU TROU
- VÉGÉTATION
- DÉPART DÉBUTANT
- DÉPART INTERMÉDIAIRE
- ZONE HORS LIMITES
- LIGNE OB

SÉCURITÉ

Avant de lancer, regardez bien autour de vous et vérifiez que personne ne risque d'être percuté par votre disque. Jouez les uns après les autres en restant derrière le lanceur qui est celui le plus éloigné du panier.

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

CONSEILS

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



Prenez ce panneau 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, sa faune, sa flore, ses équipements, ses usagers.

LE DISC GOLF

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

RÈGLES DU JEU

1 DÉMARRER LA PARTIE

Les joueurs démarrent la partie au trou n°1. L'un 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 ce 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 dont ce n'est pas le tour attendent derrière le lanceur. Chaque lancer peut être effectué avec le même disque ou un disque différent.

3 TERMINER LE TROU

Le trou est terminé lorsque le disque est dans la nacelle du panier ou retenu par les chaînes. Atterrir 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.

4 SUITE DU PARCOURS

Au départ suivant, notez les scores du trou précédent et répétez 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 vainqueur 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) : Si votre disque atterrit dans une zone hors limites, vous recevez un lancer de pénalité. Le point de sortie de l'aire de jeu marque l'endroit d'où vous devez relancer votre disque.

Disque en hauteur : Rejouez de la position se situant, au sol, à la verticale du disque coincé en hauteur.

Zone de "putt" : À 10 mètres ou moins du panier, vous êtes dans la zone de « putt ». Lorsque vous avez relâché votre disque, vous devez garder l'équilibre à l'arrière de votre position sans retomber en avant.

Le Par : Il s'agit d'un score idéal attribué à chaque trou en fonction de la distance et de la difficulté.