

フライングディスク

運動強度 ★★★★★ 屋内・屋外

frisbeeは商品名で競技はフライングディスクと呼ばれています。大きさや厚み様々なディスクがあり、代表的な種目としてディスクゴルフがあります。これはゴルフに似た競技で、専用のバスケット型のゴールまで何打で入れられるかを競うスポーツです。移動式ゴールを使えば、公園など手作りのコースで遊ぶことができます。

フライングディスクを使用した様々なスポーツ

- ディスクゴルフ

専用のバスケット型のゴールまで何打で入れられるかを競うスポーツ

- アルティメット

7人からなる2チームが100m×37mのコートでディスクをパスで運び、敵陣エンドゾーン内で味方からのパスをキャッチするとポイントになります。アメリカンフットボールとバスケットを組み合わせたようなスポーツです。

- アクセラシー

スロー・コントロールの正確さを競う競技です。高さ1mの足をつけた、一辺1.5mの正方形の枠をアクセラシーゴールとし、正面の13.5・22.5・31.5m、左右方向の13.5・22.5mの7ヶ所から各4投します。合計28投を7分間の競技時間に行い、アクセラシーゴールの通過数を競います。