

Sommersportwoche 2024 – Disc Golf und Ultimate Frisbee

Schon einmal DiscGolf gespielt? Nein? Hast du Interesse, etwas Neues auszuprobieren? Dann bist du beim DiscGolf genau richtig. Ein erfahrener Disc Golfer gibt dir wertvolle Tipps zur Technik und Taktik, die du auf dem Disc Golf Parcours während eines Halbtages anwenden kannst. Analog dem Golf geht es beim Disc Golf darum, die einzelnen Bahnen mit speziellen Disc Golf Korb mit möglichst wenig Würfeln zu absolvieren. Die Bahnen sind i.d.R. zwischen 60 und 160m lang und weisen Hindernisse wie Bäume, Hügel oder Gebäude auf. Den zweiten Halbttag messen wir uns beim Ultimate Frisbee Spiel gegeneinander.



Datum	Donnerstag, 4. Juli 2024
Zeit	08.15–16.00 Uhr
Ort	Kunstrasen und Disc Golf-Anlage Rossmoos / Gersag
Teilnehmende	Anzahl: 16 bis 60 Teilnehmer Voraussetzungen: Sie können die Disc mit der Vorhand oder Rückhandseite mit Spin werfen
Programm	08.15 Uhr Treffpunkt Sporthalle Rossmoos Vormittag: Einführung Disc Golf, evtl. taktischer Input Ultimate, Spiel Ultimate-Turnier (Form je nach Anzahl Spieler/innen) Nachmittag: Disc Golf-Turnier ca. 16.00 Uhr Ende
Spielbetrieb	Am Vormittag erhältst du wertvolle Tipps und Tricks zum Disc Golf und Ultimate von einem Disc Golfer. Anschliessend spielen wir draussen auf dem Kunstrasen Ultimate Frisbee. Bei schlechter Witterung findet das Spiel in der Halle statt. Spiel- und allfälliger Turniermodus richtet sich nach dem Spielniveau und der Anzahl Spieler/innen. Am Nachmittag begeben wir uns auf den Disc Golf Parcours und spielen ein Turnier (witterungsunabhängig).
Mitnehmen	Sportkleidung (der Witterung angepasst), evtl. Trainerjacke und Regenschutz (Disc Golf findet draussen statt). Turnschuhe, Mittagslunch, Getränke, Sonnenschutz (Creme, Hut, Sonnenbrille)
Verpflegung	Verpflegung sollte selbst mitgebracht oder in der Mittagspause erworben werden. Es gibt keinen Verpflegungsstand.
Kosten	CHF 10.–
Anwesenheit	Die Anwesenheit am Sporttag ist von Anfang bis Ende Pflicht
Sportlehrer	Silvan Fässler (078 809 43 15)