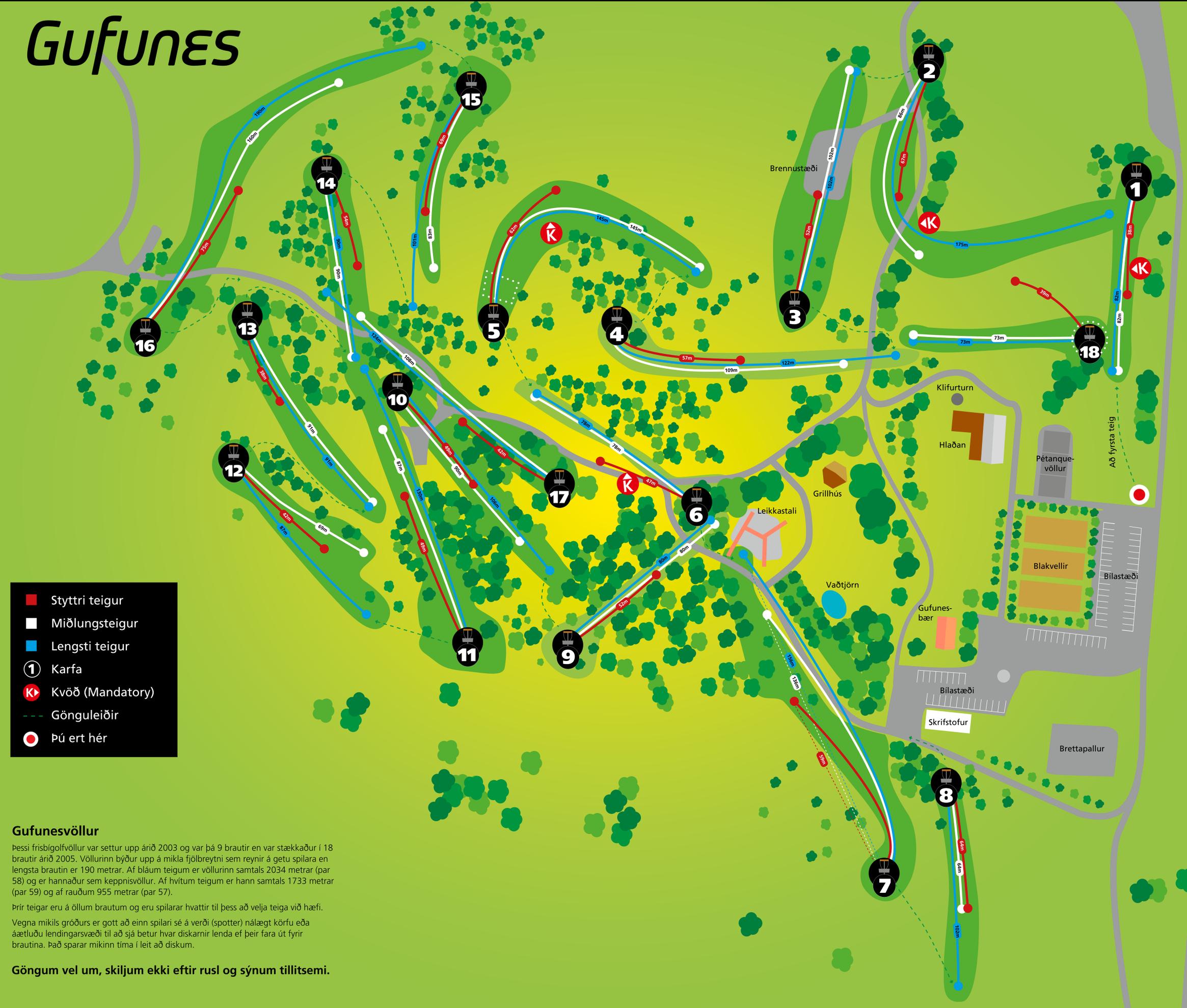


# FRISBÍGOLFVÖLLUR

## Gufunes



- Styttri teigur
- Miðlungsteigur
- Lengsti teigur
- ① Karfa
- Ⓚ Kvöð (Mandatory)
- Gönguleiðir
- Þú ert hér

### Gufunesvöllur

Þessi frisbígolfvöllur var settur upp árið 2003 og var þá 9 brautir en var stækkaður í 18 brautir árið 2005. Völlurinn býður upp á mikla fjölbreytni sem reynir á getu spilara en lengsta brautin er 190 metrar. Af bláum teigum er völlurinn samtals 2034 metrar (par 58) og er hannaður sem keppnisvöllur. Af hvítum teigum er hann samtals 1733 metrar (par 59) og af rauðum 955 metrar (par 57).

Þrjú teigar eru á öllum brautum og eru spilarar hvattir til þess að velja teiga við hæfi.

Vegna mikils gróðurs er gott að einn spilar sé á verði (spotter) nálægt körfu eða áætluðu landingarsvæði til að sjá betur hvar diskarnir lenda ef þeir fara út fyrir brautina. Það sparar mikinn tíma í leit að diskum.

**Göngum vel um, skiljum ekki eftir rusl og sýnum tillitsemi.**

### Frisbígolf leikreglur

Folf er spilað líkt og golf nema með frisbígolfdiskum. Köstin sem tekin eru til að koma disknum í rétta körfu eru talin og takmarkið er að fara völlinn í sem fæstum köstum. Eftir fyrsta kast er kastað næst þar sem diskurinn liggur og þarf sá fótur sem er nær körfu að vera þar sem diskurinn lá. Skipta má um diska á milli kasta. Spilarinn sem er lengst frá körfu kastar á undan öðrum.

Tillitsemi er stór hluti af leiknum. Sanngjarnt er að mótspilari þinn fái að kasta án truflunar, það sama myndir þú vilja. Ekki taka kast fyrr en þú er viss um að flug disksins og landing trufla ekki hina spilarana eða fólk sem er á svæðinu. Góð regla er að skemma ekki gróður og ganga vel um. Góða skemmtun!

