



Ålvik Frisbeeegolfbane

Banen er bygd på dugnad av lokale innbyggjarar og designa av Alvik frisbee i samarbeid med Aceshop AS. Brua er bygd av Ny Sti AS, medan anna bygging er gjort av Tømrefirma Idar Sjø Rysjedal.

Reglar for frisbeeegolf

Målet med frisbeeegolf er å fullføre hola på færrest mogleg kast. Hålet er fullført når frisbeeen (også kalla disk) ligg i korga.

Vis omsyn!

Vis respekt for andre menneske, dyr og naturen. Ikkje kast frisbeeen dersom du kan treffe andre, eller ikkje har oversikt over området.

Generell innføring:

Kært hoi startar frå ein oppmerka utkaststad.

Etter utkastet (tee) skal dei neste kasta skje frå staden der frisbeeen landar (lie).

Den som ligg lengst utover korga kastar fyrst, sjølv om det tyder at ein må kaste fleire gonger på rad.

Ingen spelarar kan gå føre den som kastar, dette for å unngå farlege situasjonar.

Hålet er fullført når frisbeeen landar i korga.

Den som kasta færrest kast på føregående hoi startar ved neste utkast.

Grunnleggjande reglar:

Når du kastar må du ha eit støttepunkt på "lie" (staden der forrige kast landa).

Det er lov med tillop, samt å trekke over "lie" etter at frisbeeen er kasta, så lenge du ikkje er innanfor 10 meter.

Hvis du må fyrta frisbeeen fordi den ligg utanfor området som er definert som banen, får du eit kast i tillegg (Out of Bounds, OB). Det neste kastet skal då vere frå det staden frisbeeen kryssa grensa til banen.

Dersom frisbeeen din ligg færra til (til dømes i skråning) er det lov å fyrte han til det nærmaste tryggje området, som ikkje er nærare korga. Du får ikkje tilleggskast.

Dersom er ein uerling, er det fjerntallet i gruppa som ikkje er direkte involvert i situasjonen, som avgjer.

Eihette:

Vis omsyn til andre spelarar ved å vere stille og halda deg i ro når dei kastar.

Stå bak andre spelarar som skal kasta.

Vis respekt for naturen og området, kast boss i boss spann eller ta det med deg.

Løst raskare spelende grupper passerer.

Dersom de finn ein mista disk på banen, kan denne returnerast til "Mistet Disk"-kassen ved hol 1.

Elva utgjer ein fare. Det bør ikkje søkjløst etter diskar eller ferdast nær elva når ho er stor.

Vis omsyn til andre som nyttar området. Kast ikkje når det er turgåtar på stiane



	#1	#2	#3	#4	#5	#6	#7	#8	#9	#10	#11	#12	#13	#14	#15	#16	#17	#18	TOT
PAR	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	56
M	54	85	115	69	125	53	58	53	60	41	47	65	59	49	64	70	45	60	1172



Sjekk ut banen på UDisci



Ålvik Frisbeegolfbane

1

PAR 3

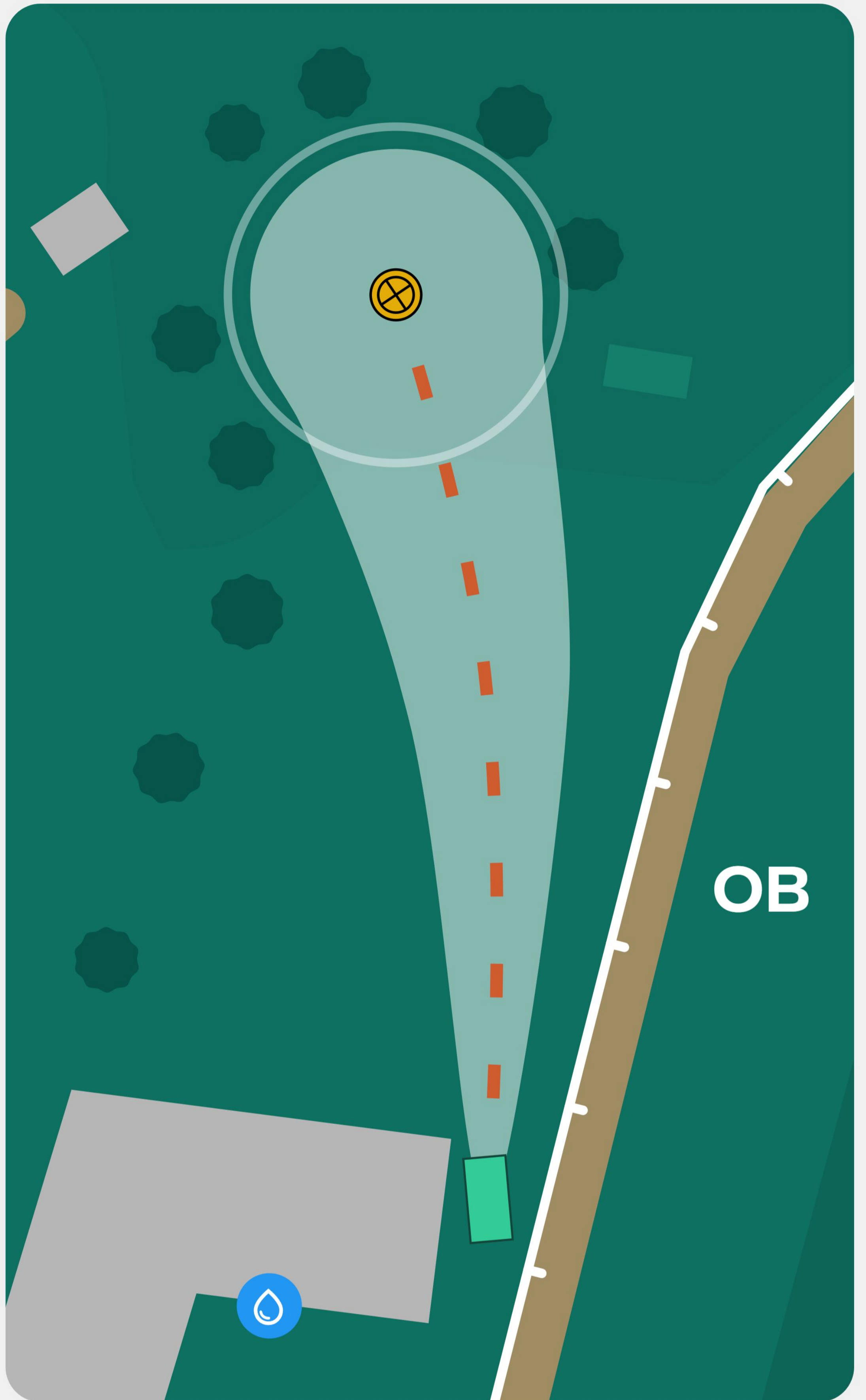
54 m

+9 m

OB på og
over veg,
vanlege OB-
reglar

Kast berre når det
er klart

GBS
ENTREPRENØR AS



Sjekk ut banen
på UDisc!





Ålvik Frisbeegolfbane

2

PAR 3

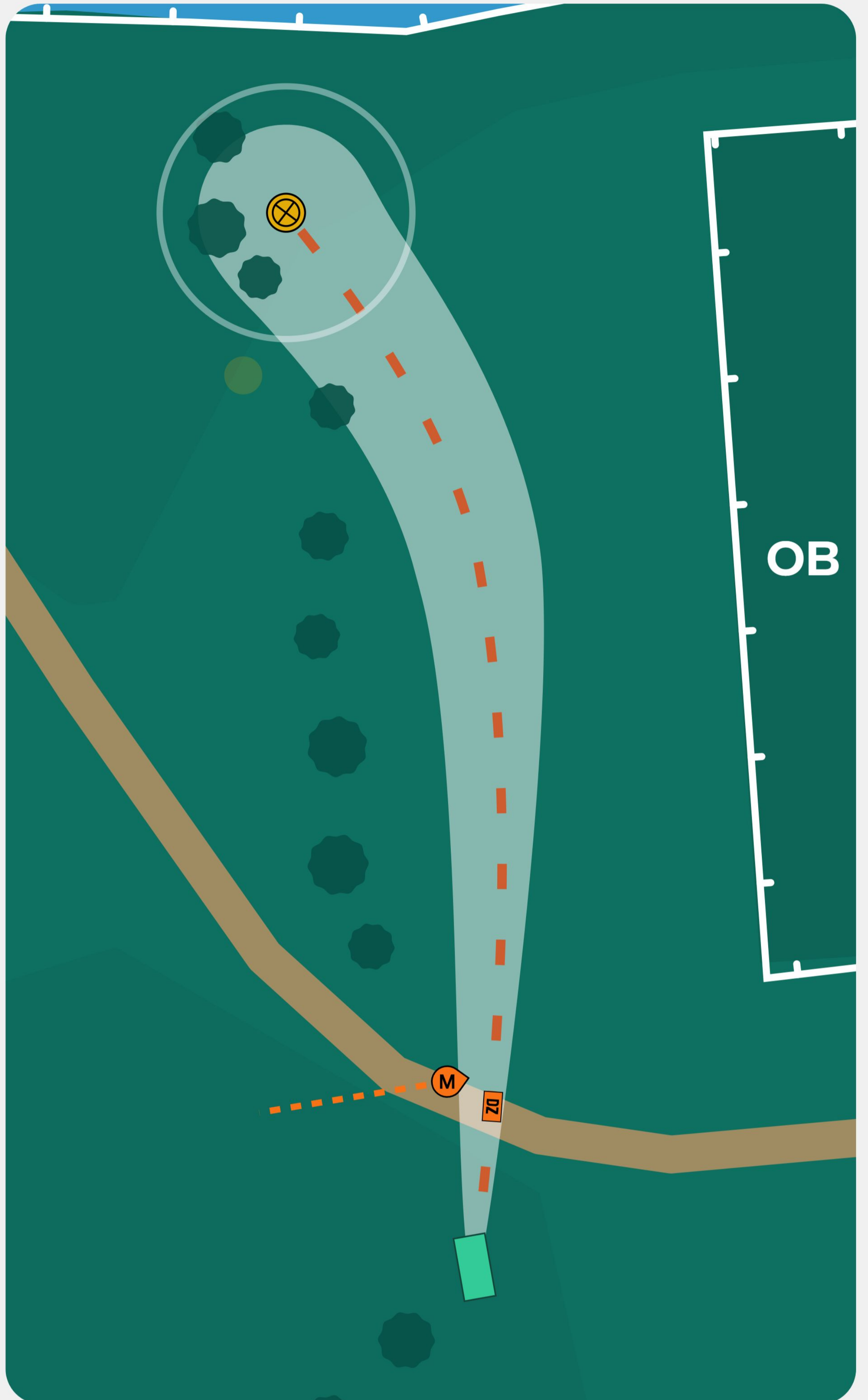
85 m

-4 m

Mando til høyre for markert lyktestolpe, ved bom, kast frå DZ.
OB på fotballbane, OB i elva, vanlege OB reglar

Kast berre når det er klart

 **Elkem**



Sjekk ut banen på UDisc!





Ålvik Frisbeegolfbane

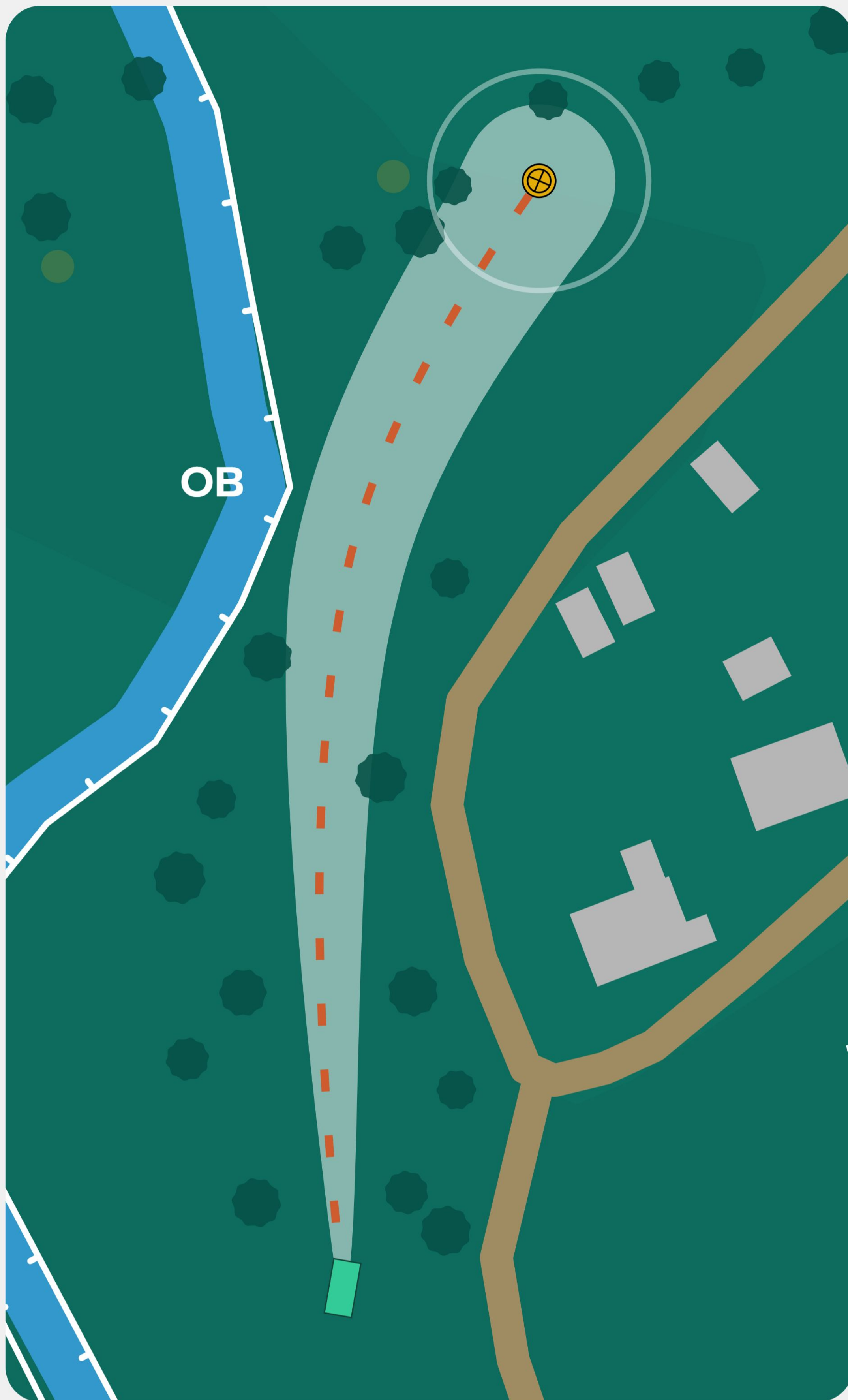
3

PAR 4
115 m

-9 m

OB i og over
elv, vanlege
OB reglar

Kast berre når det
er klart





Ålvik Frisbeegolfbane

4

PAR 3

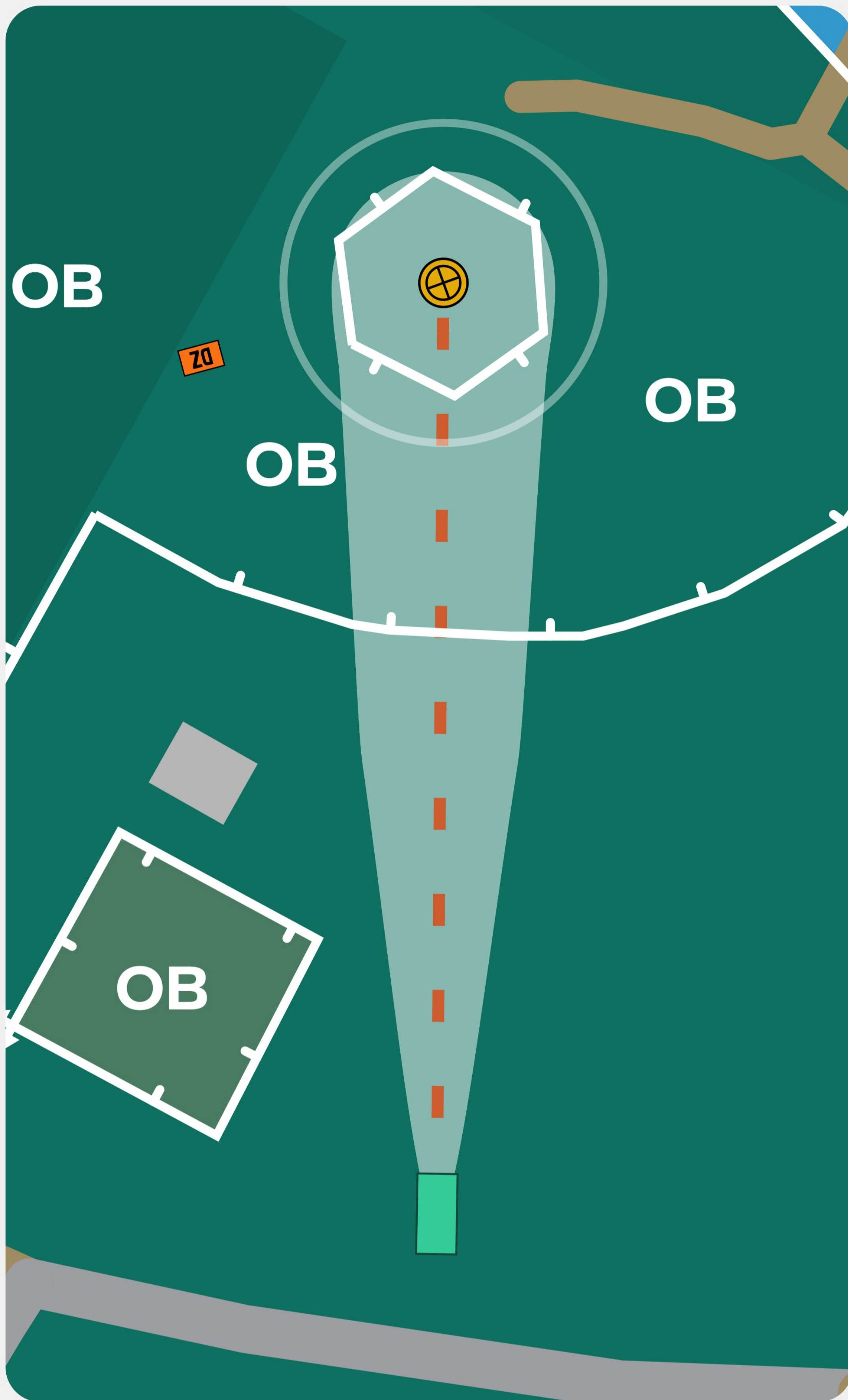
69 m

+0 m

OB fra strek til øya rundt kurv.

Dropzone ved bom første gang. Ved bom andre gang kan vanlige OB-regler benyttes. Vanlige OB-regler ved bom på klatrestativ og fotballbane før streken

Kast berre når det er klart





Ålvik Frisbeegolfbane

5

PAR 4 125 m

-4 m

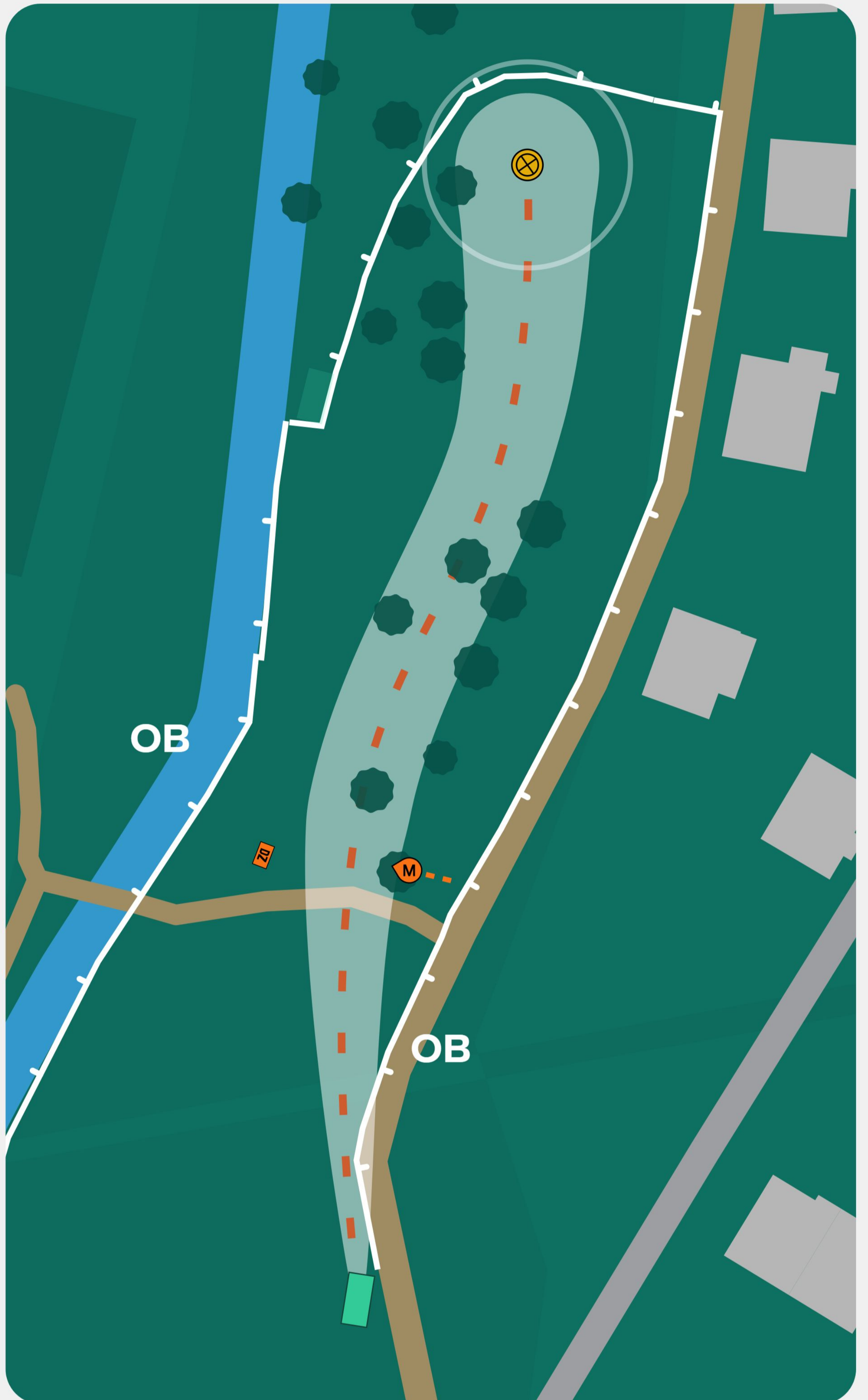
Mando til venstre
for markert tre, ved
bom, kast frå DZ

OB i og over elv,
OB på tee hol 6 og
markert linje videre
frå tee hol 6, OB på
og over veg,
vanlege OB reglar

Kast berre når det
er klart



Kvam herad



Sjekk ut banen
på UDisc!





Ålvik Frisbeegolfbane

6

PAR 3

53 m

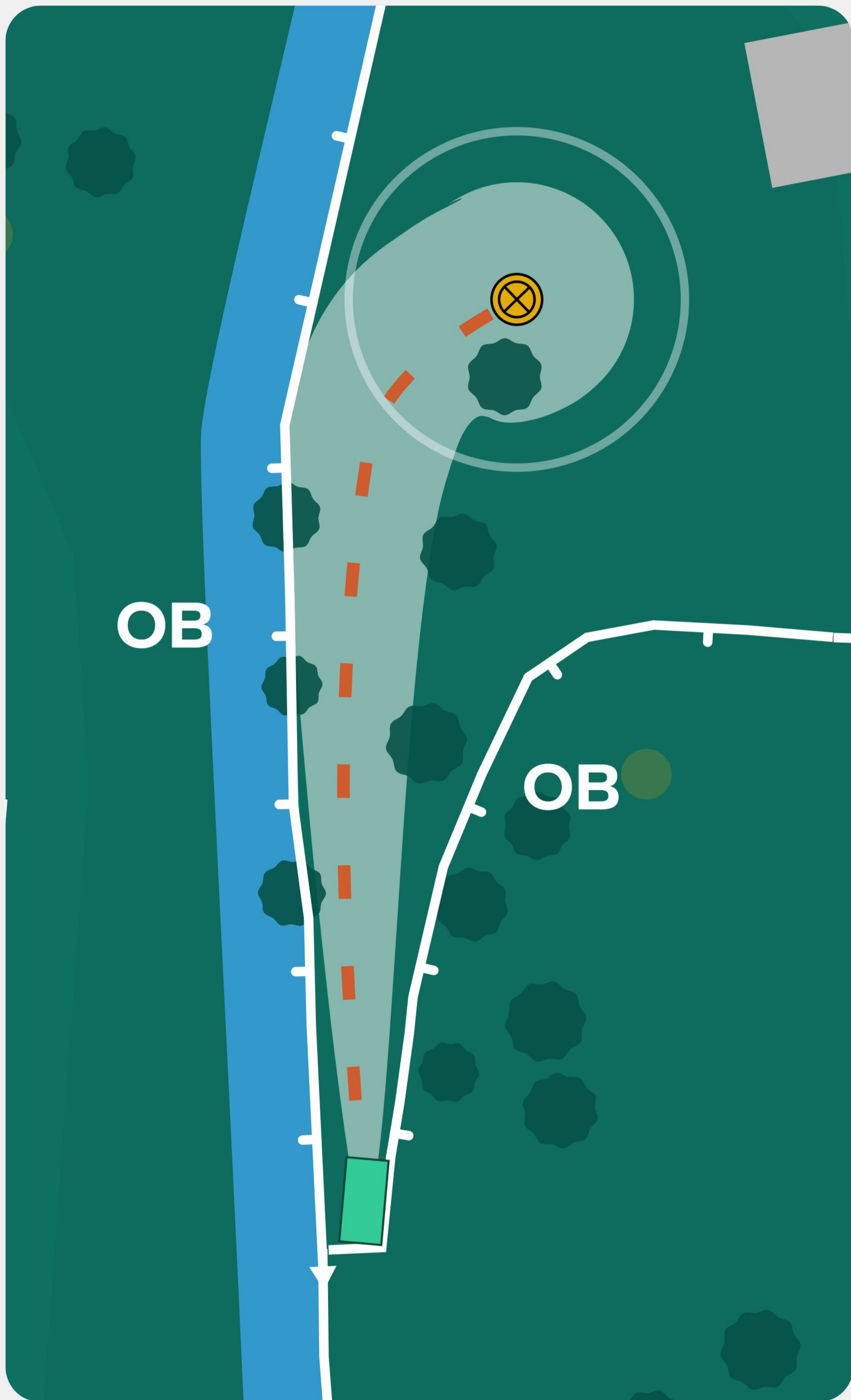
+1 m

OB i og over
elv. vanlege
OB-reglar

Kast berre når det
er klart



Sparebankstiftinga
HARDANGER



Sjekk ut banen
på UDisc!





Ålvik Frisbeegolfbane

7

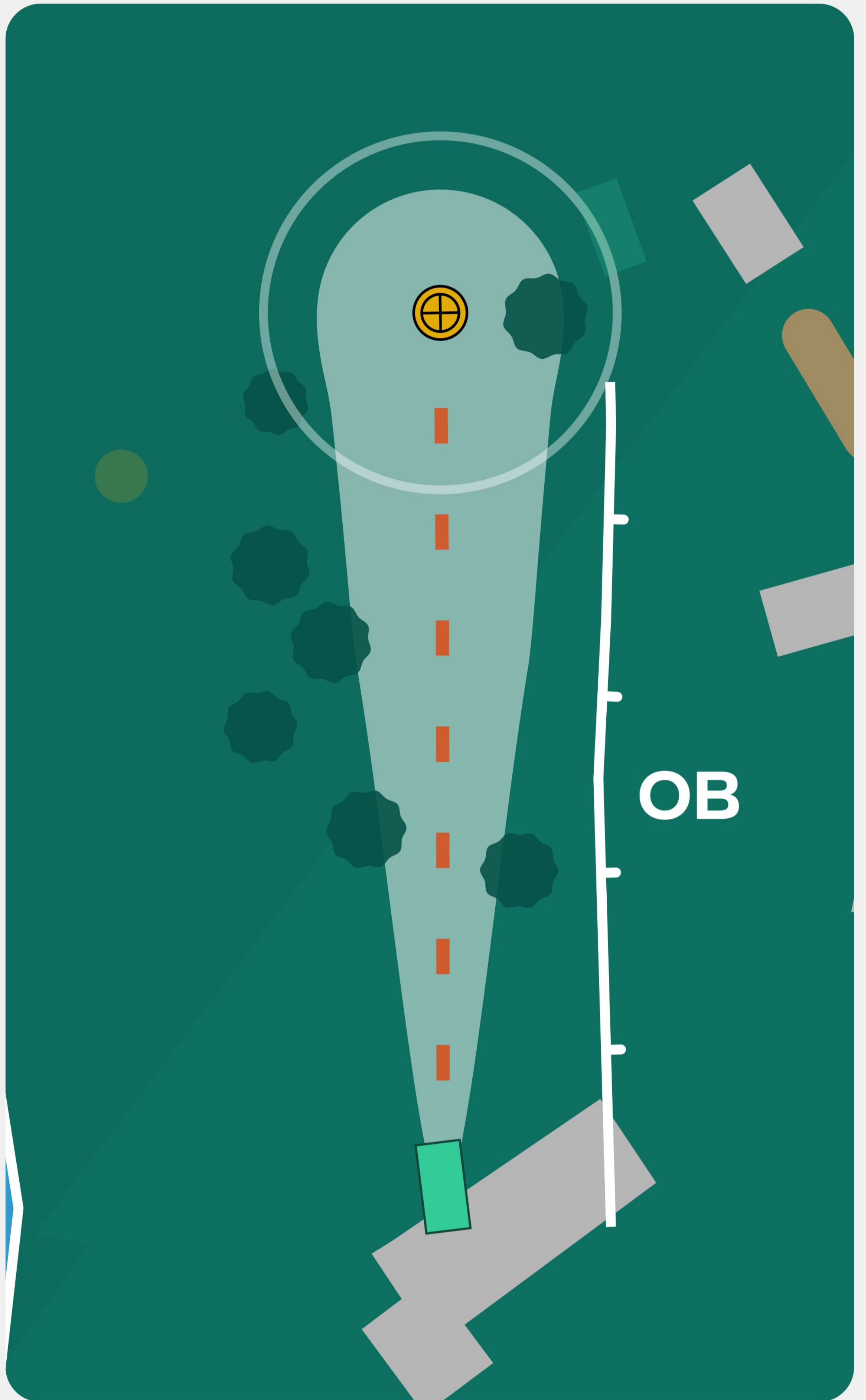
PAR 3

58 m

+0 m

OB i og over elva, OB over gjerdet på høgre sida, vanlege OB-reglar

Kast berre når det er klart



Sjekk ut banen på UDisc!





Ålvik Frisbeegolfbane

8

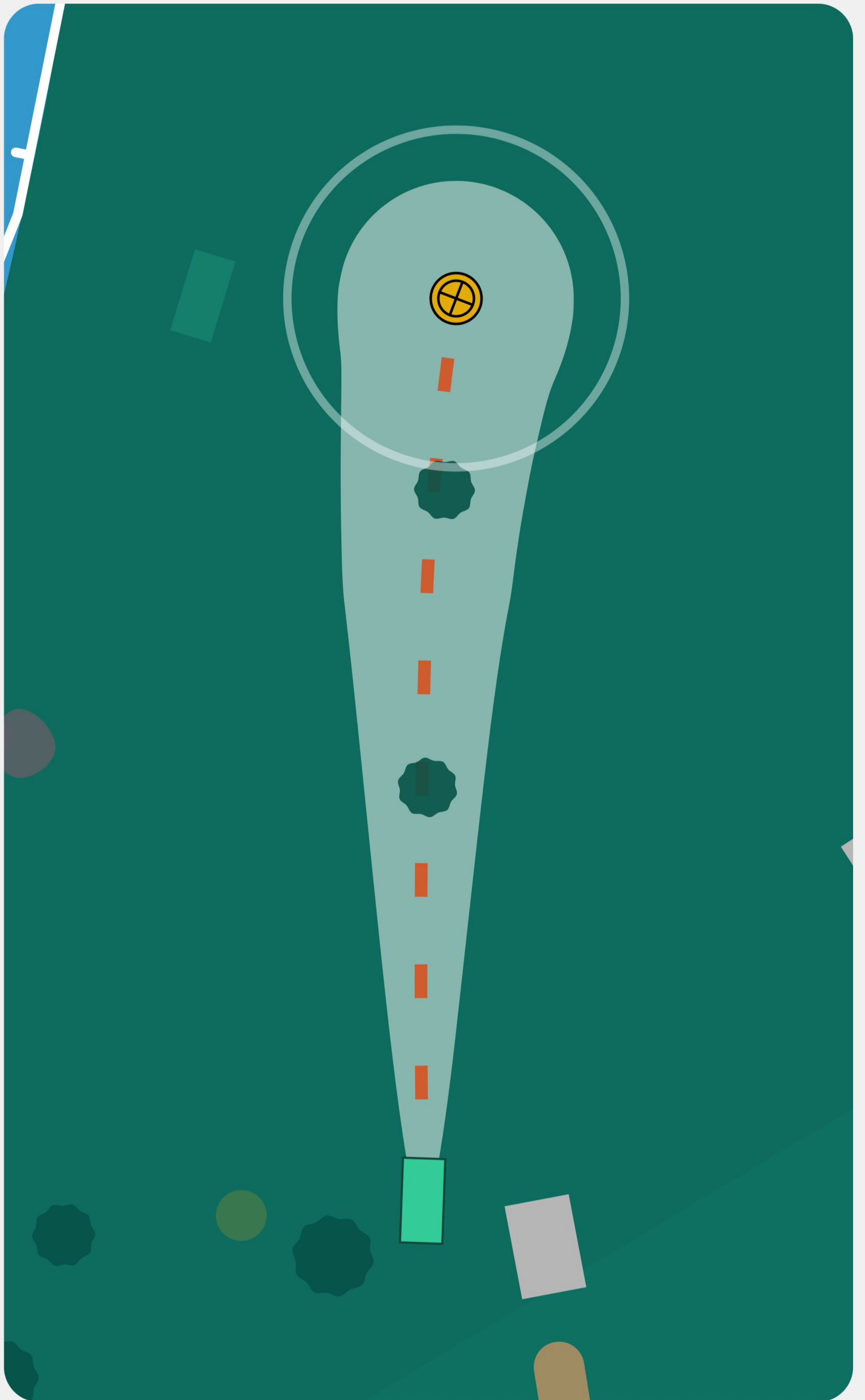
PAR 3

53 m

-2 m

Ob i og over
elv, vanlege
OB-reglar.

Kast berre når det
er klart





Ålvik Frisbeegolfbane

9

PAR 3

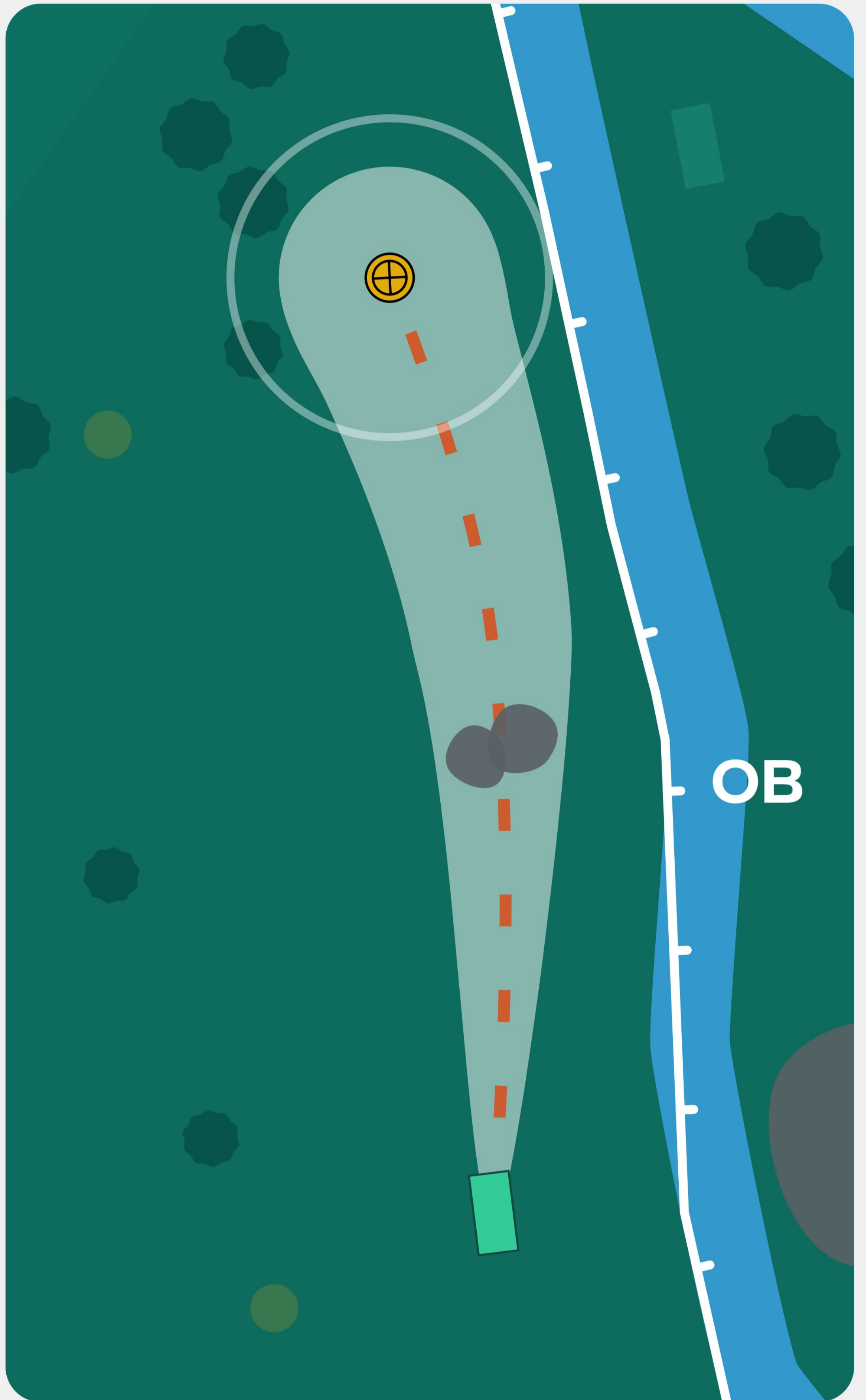
60 m

-3 m

Ob i og over
elv, vanlege
OB-reglar.

Kast berre når det
er klart

 **Elkem**



Sjekk ut banen
på UDisc!





Ålvik Frisbeegolfbane

10

PAR 3

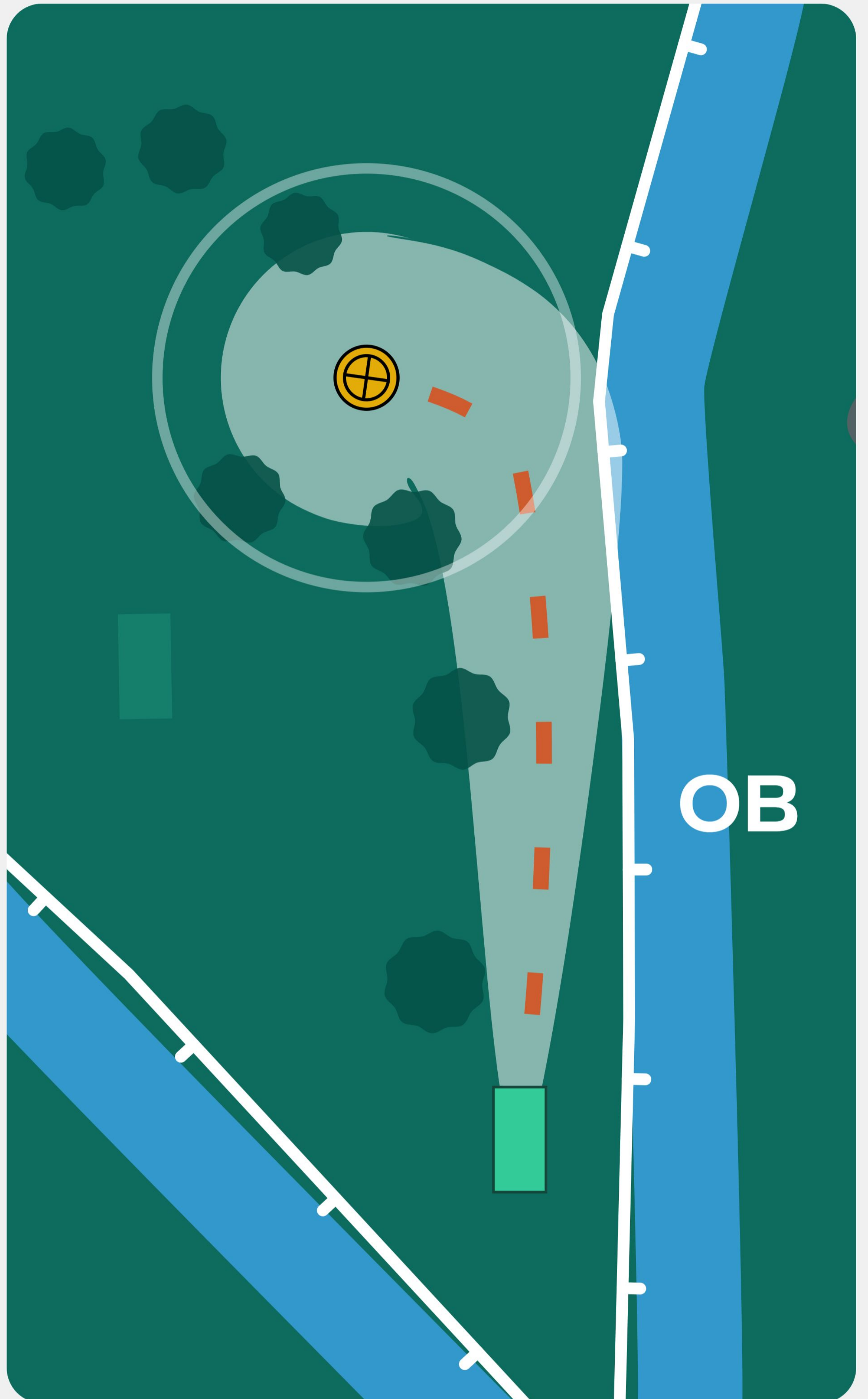
41 m

+2 m

Ob i og over
elv, vanlege
OB-reglar.

Kast berre når det
er klart

Alsaker  Fjordbruk



Sjekk ut banen
på UDisc!





Ålvik Frisbeegolfbane

11

PAR 3

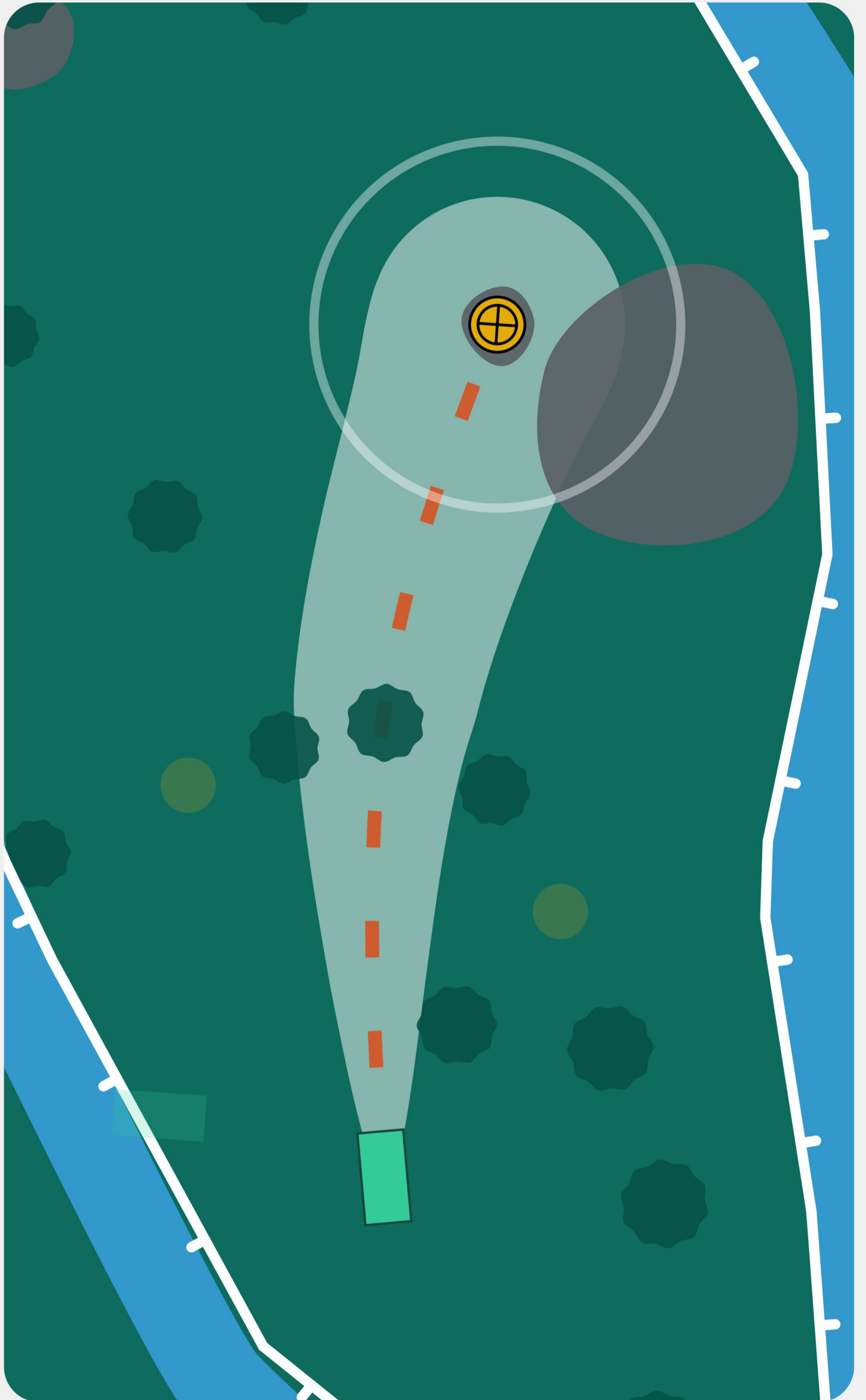
47 m

+1 m

Ob i og over elvene, vanlege OB-reglar.

Pass opp for spelarar på hol 13

Kast berre når det er klart



Sjekk ut banen på UDisc!





Ålvik Frisbeegolfbane

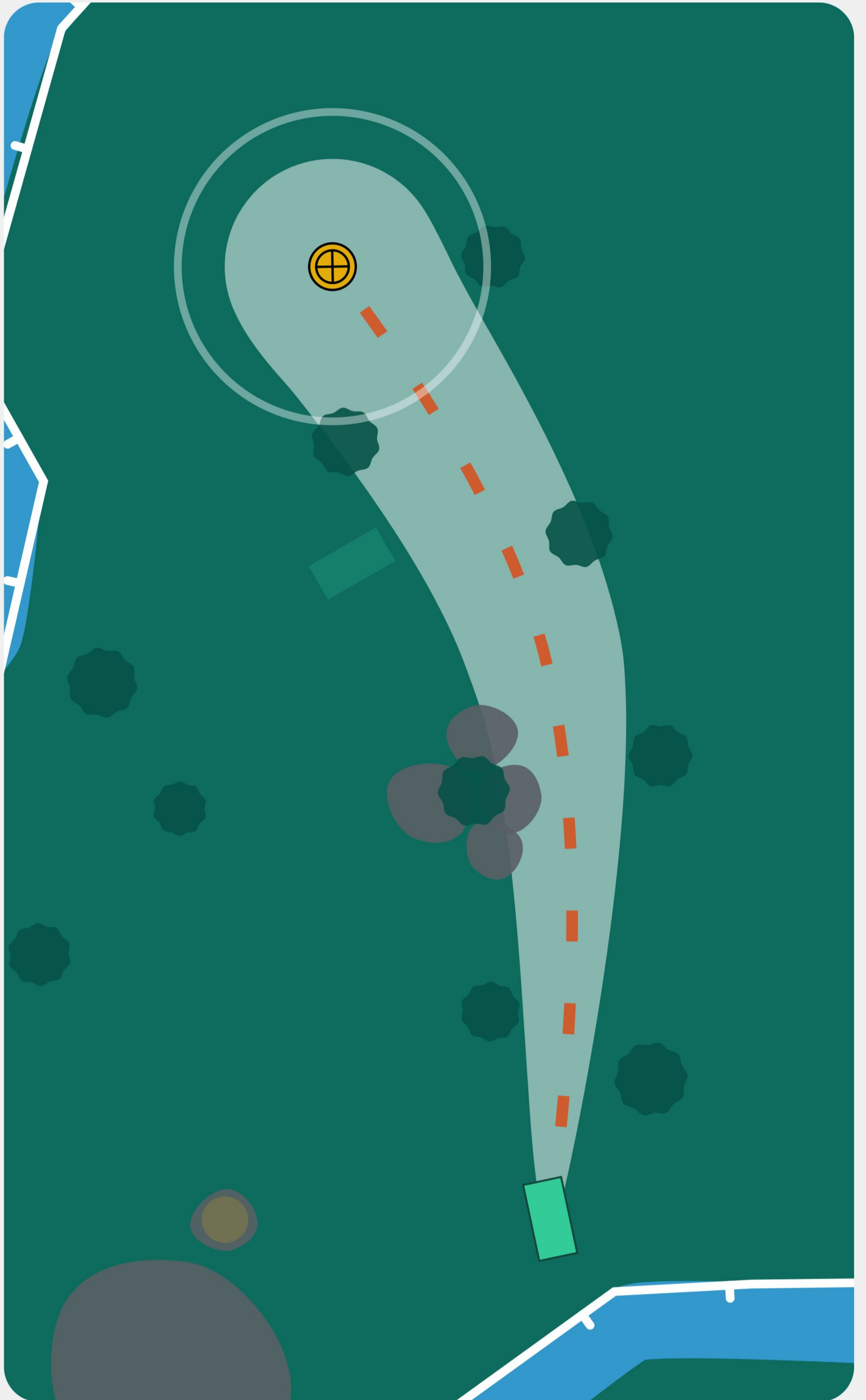
12

PAR 3

65 m

+6 m

Kast berre
når det er
klart



Kvam herad

Sjekk ut banen
på UDisc!





Ålvik Frisbeegolfbane

13

PAR 3

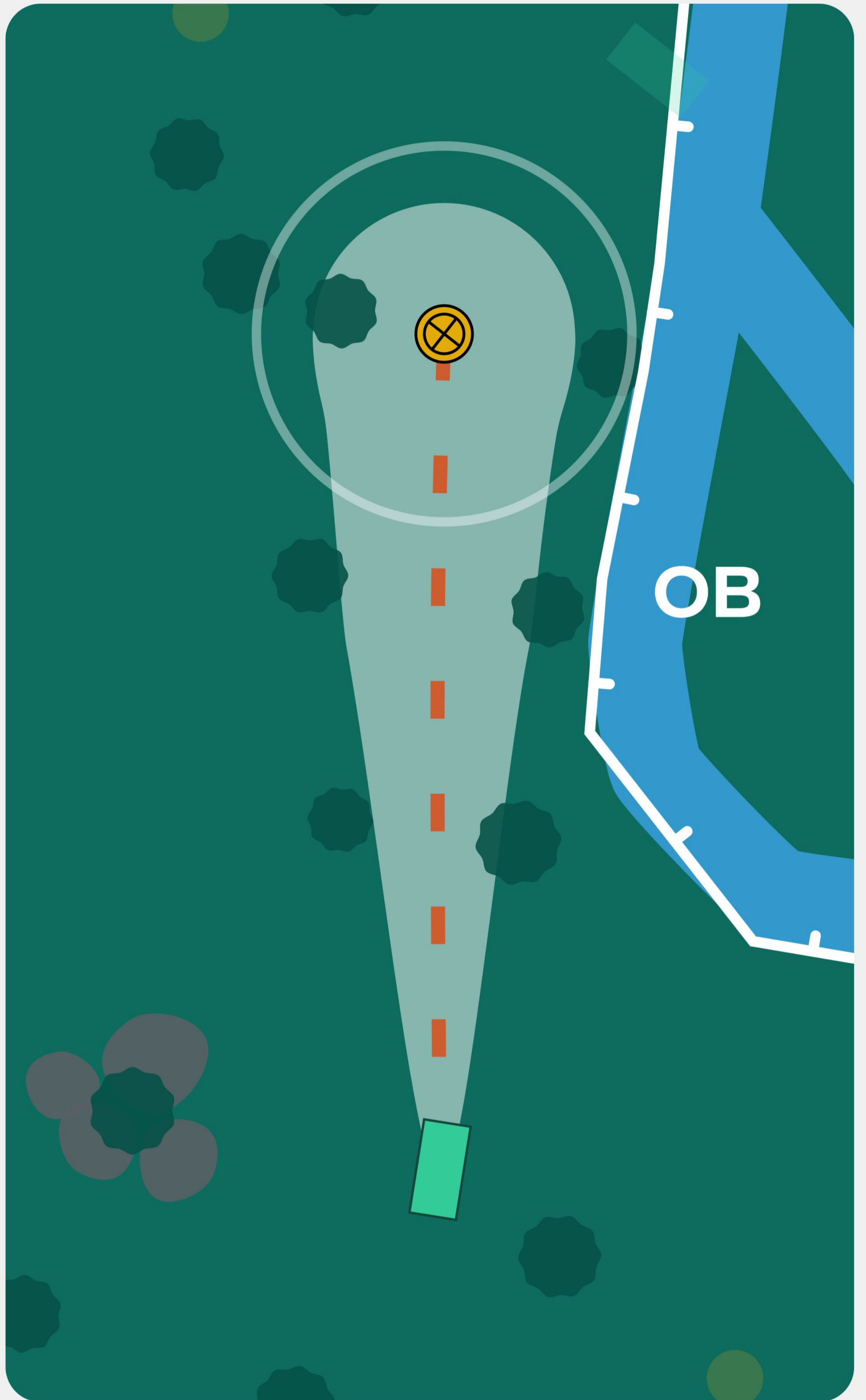
59 m

-8 m

**Ob i og over
elv, vanlege
OB-reglar.**

**Pass deg for
spelarar på hol 11**

**Kast berre når det
er klart**



Sjekk ut banen
på UDisc!





Ålvik Frisbeegolfbane

14

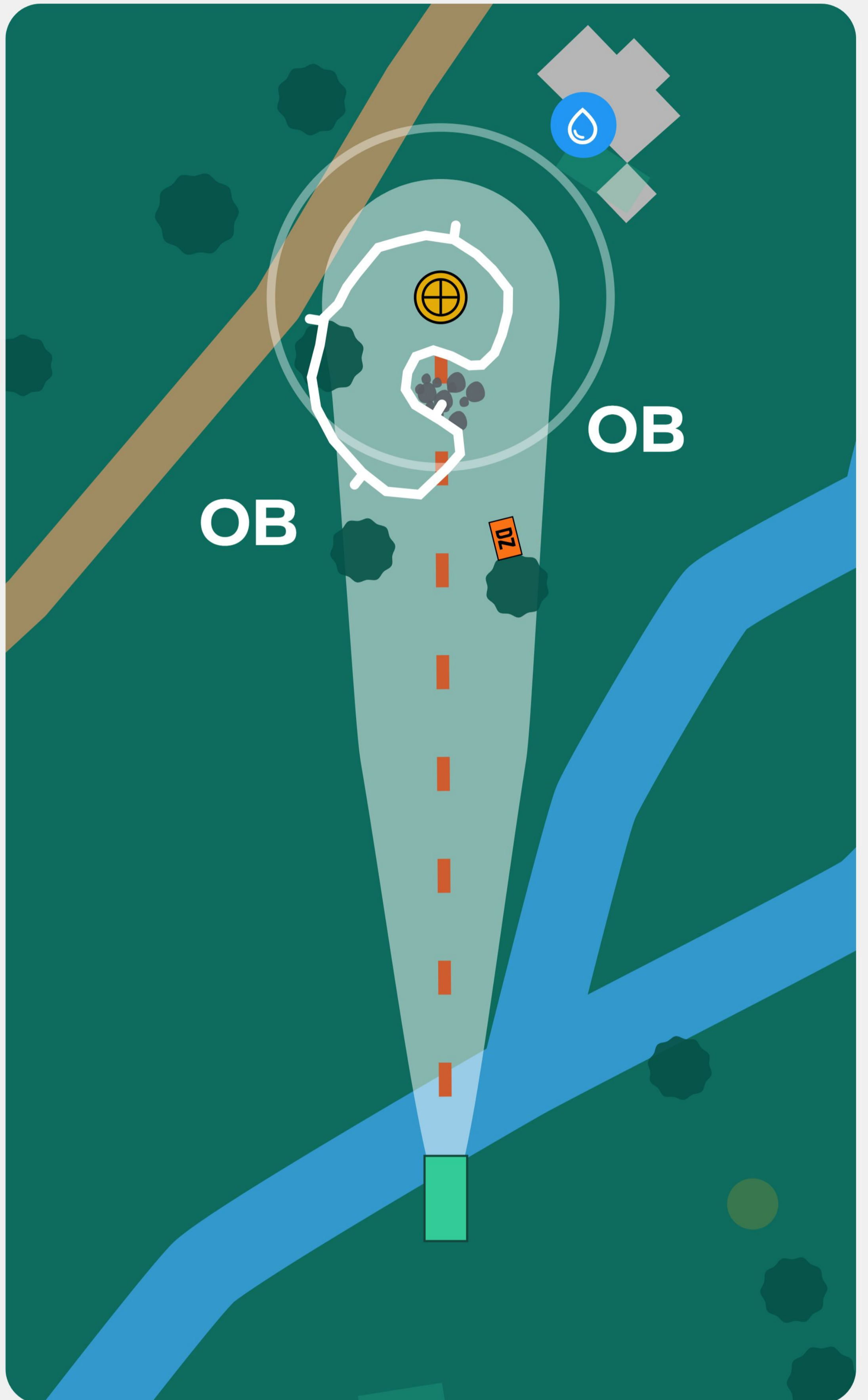
PAR 3

49 m

+4 m

Kun øya rundt kurven er lovlig plassering på utkast. Ved bom skal neste kast være fra dropzone. Bom på OB-øy videre spilles med vanlige OB-regler

Kast berre når det er klart



Sjekk ut banen på UDisc!





Ålvik Frisbeegolfbane

15

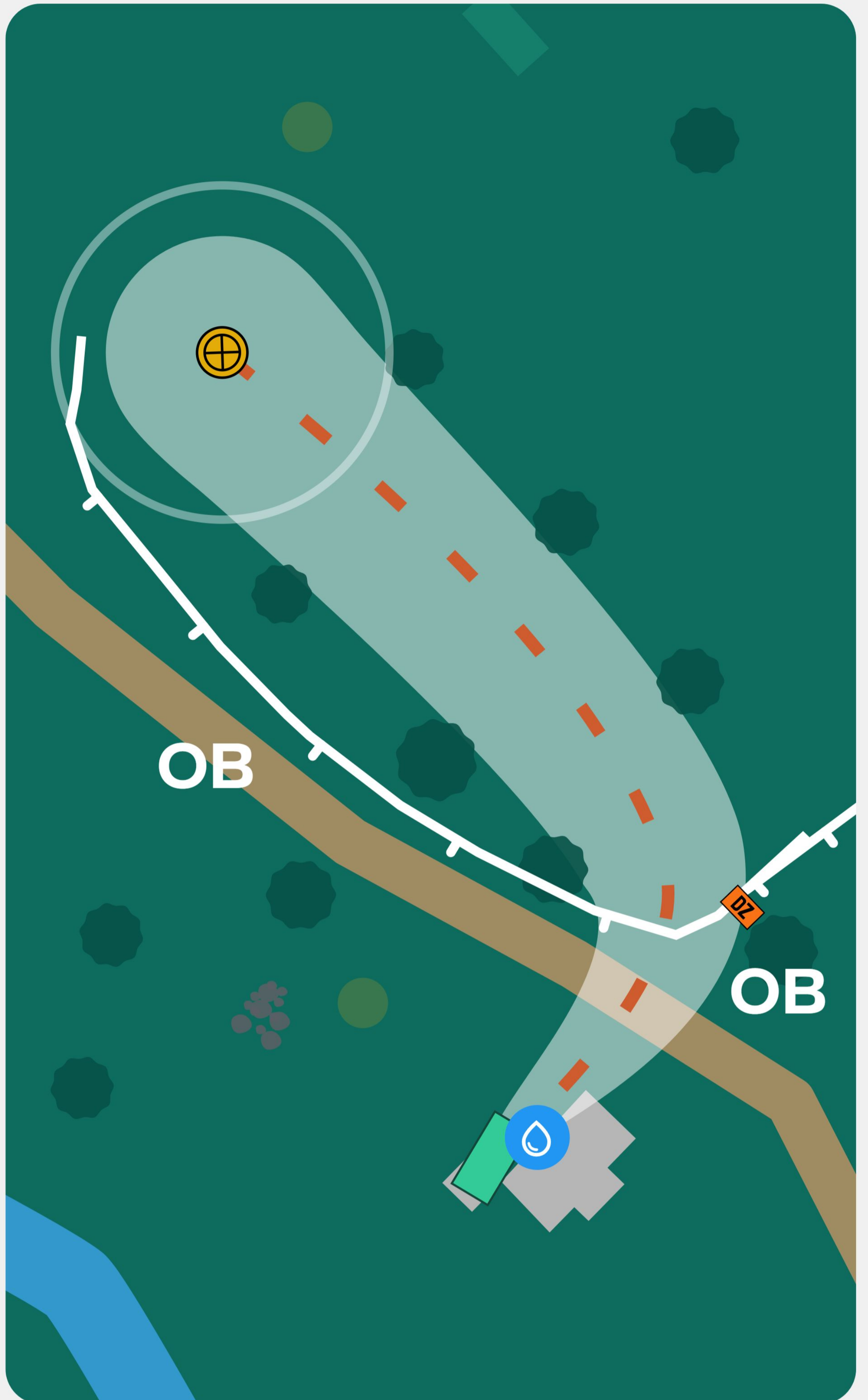
PAR 3

64 m

+5 m

OB langs kanten ned mot skråning. Ved bom utanfor OB-linja er neste kast ved dropzone. Kryssning av OB-linje etter discen har vert trygg på toppen vidare spilles med vanlige OB-regler

Kast berre når det er klart





Ålvik Frisbeegolfbane

16

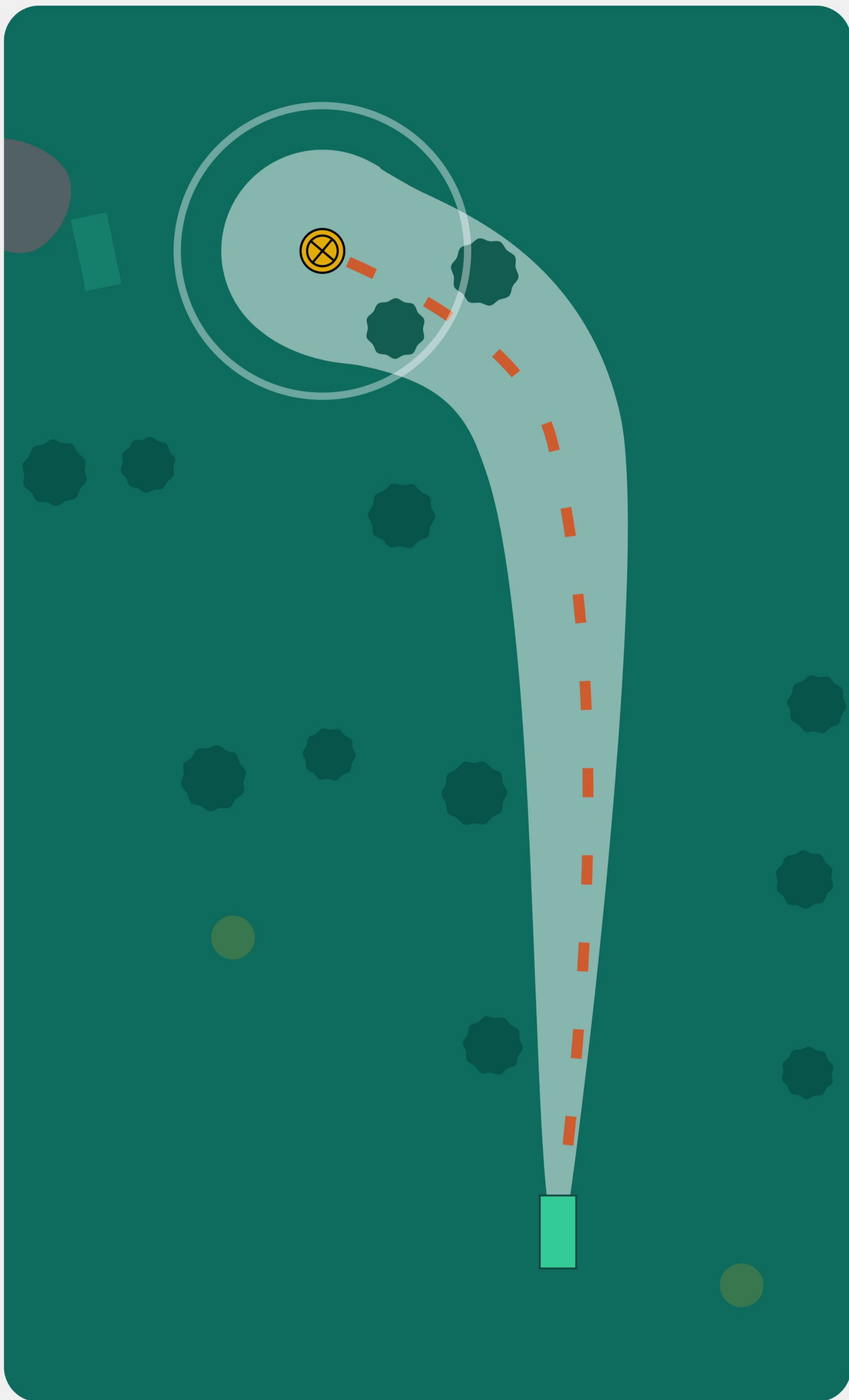
PAR 3

70 m

+7 m

**Kast berre
når det er
klart**

 **Elkem**



Sjekk ut banen
på UDisc!





Ålvik Frisbeegolfbane

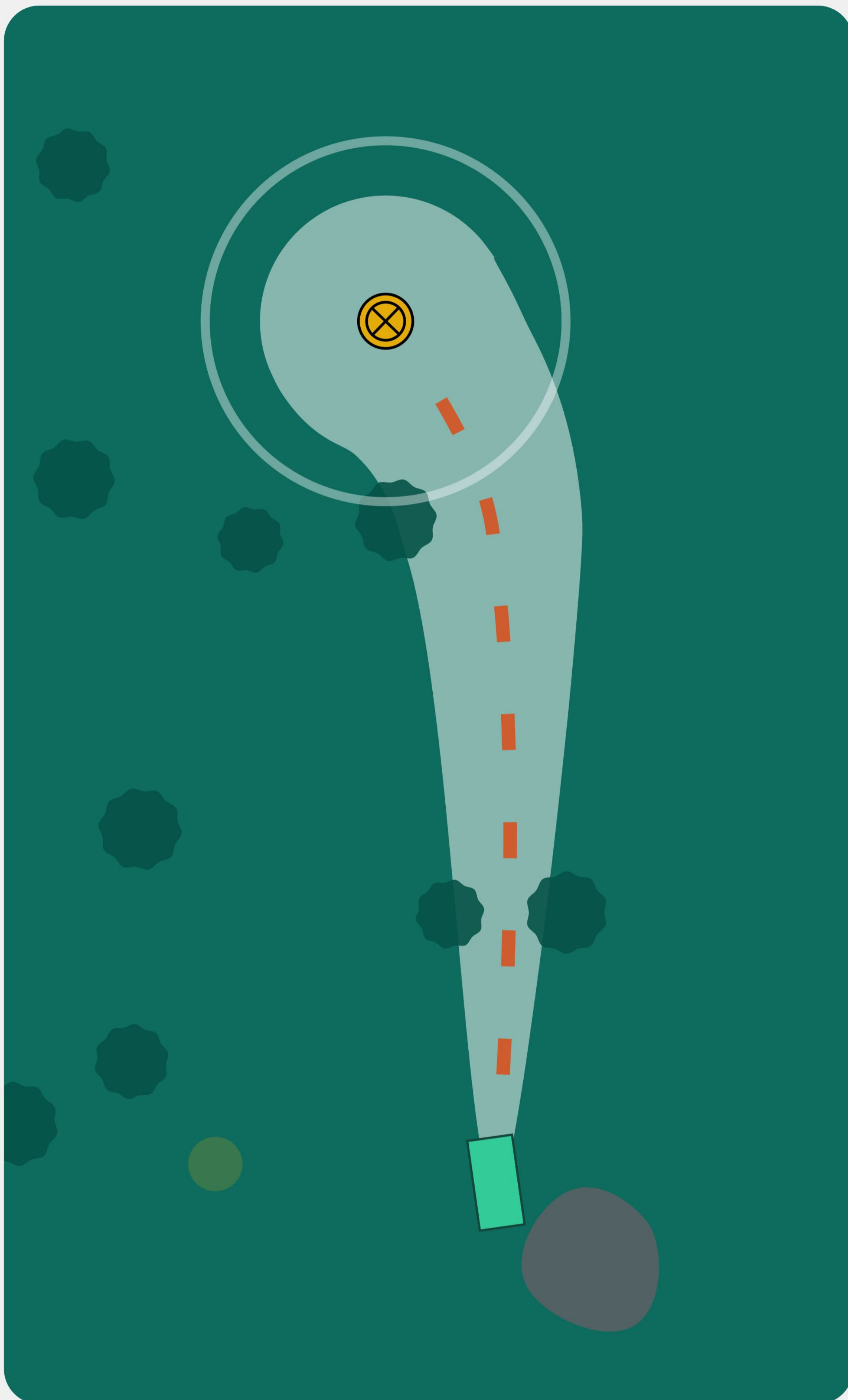
17

PAR 3

45 m

-3 m

Kast berre
når det er
klart



Sparebankstiftinga
HARDANGER

Sjekk ut banen
på UDisc!





Ålvik Frisbeegolfbane

18

PAR 3

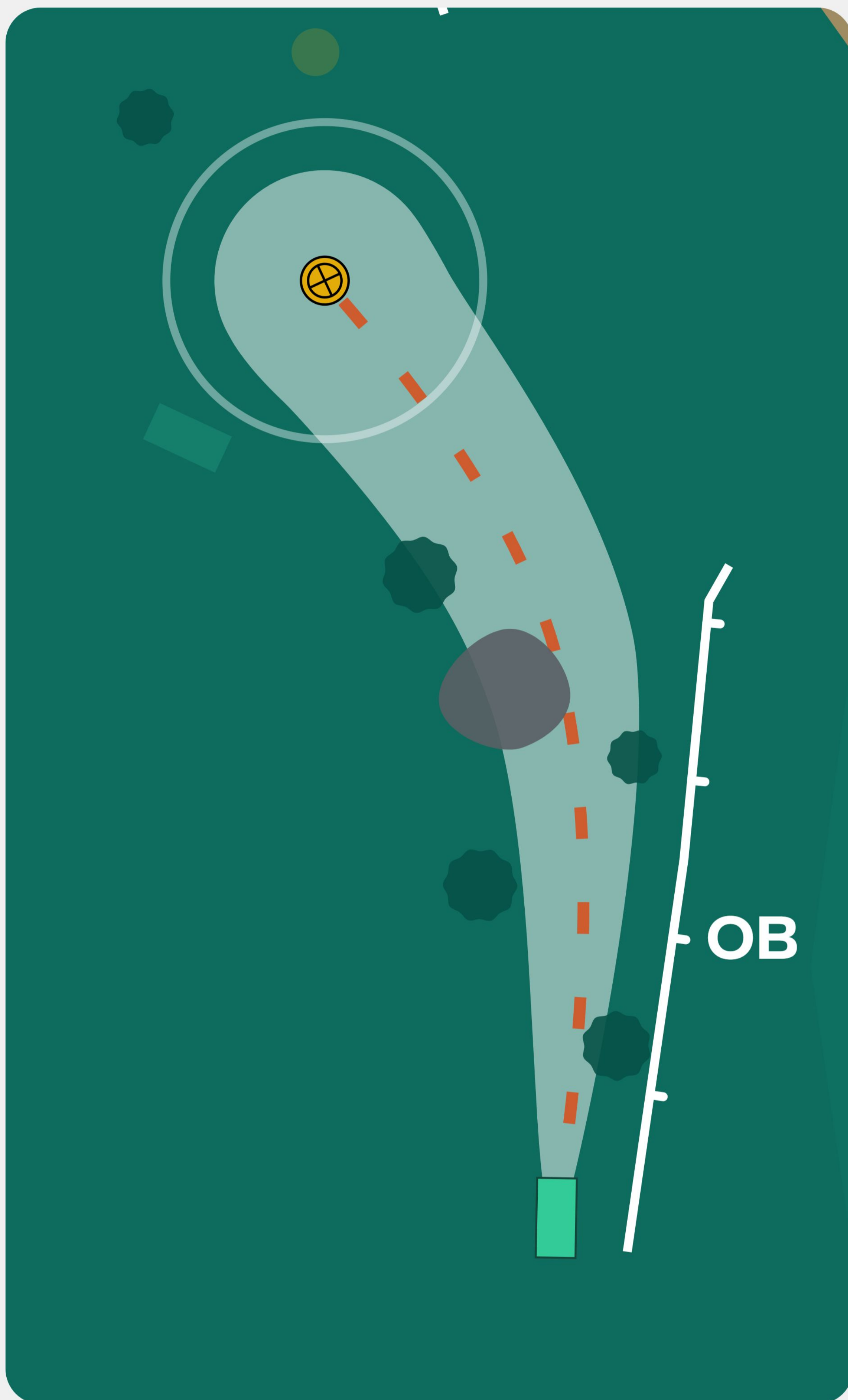
60 m

+8 m

OB over markert linje. OB sluttar ved dobbel påle, vanlege OB-reglar

Kast berre når det er klart

 **Elkem**



Sjekk ut banen på UDisc!



Hole Notes

Hole #1

OB på og over veg, vanlege OB-reglar

Kast berre når det er klart

Hole #2

Mando til høgre for markert lyktestolpe, ved bom, kast frå DZ.

OB på fotballbane, OB i elva, vanlege OB reglar

Kast berre når det er klart

Hole #3

OB i og over elv, vanlege OB reglar

Kast berre når det er klart

Hole #4

OB fra strek til øya rundt kurv. Dropzone ved bom første gang. Ved bom andre gang kan vanlige OB-regler benyttes. Vanlige OB-regler ved bom på klatrestativ og fotballbane før streken

Kast berre når det er klart

Hole #5

Mando til venstre for markert tre, ved bom, kast frå DZ

OB i og over elv, OB på tee hol 6 og markert linje vidare frå tee hol 6, OB på og over veg, vanlege OB reglar

Kast berre når det er klart

Hole #6

OB i og over elv. vanlege OB-reglar

Kast berre når det er klart

Hole #7

OB i og over elva, OB over gjerdet på høgre sida, vanlege OB-reglar

Kast berre når det er klart

Hole #8

Ob i og over elv, vanlege OB-reglar.

Kast berre når det er klart

Hole #9

Ob i og over elv, vanlege OB-reglar.

Kast berre når det er klart

Hole #10

Ob i og over elv, vanlege OB-reglar.

Kast berre når det er klart

Hole #11

Ob i og over elvene, vanlege OB-reglar.

Pass opp for spelarar på hol 13

Kast berre når det er klart

Hole #12

Kast berre når det er klart

Hole #13

Ob i og over elv, vanlege OB-reglar.

Pass deg for spelarar på hol 11

Kast berre når det er klart

Hole #14

Kun øya rundt kurven er lovlig plassering på utkast. Ved bom skal neste kast være fra dropzone. Bom på OB-øy vidare spilles med vanlige OB-regler

Kast berre når det er klart

Hole #15

OB langs kanten ned mot skråning. Ved bom utanfor OB-linja er neste kast ved dropzone. Kryssning av OB-linje etter discen har vert trygg på toppen vidare spilles med vanlige OB-regler

Kast berre når det er klart

Hole #16

Kast berre når det er klart

Hole #17

Kast berre når det er klart

Hole #18

OB over markert linje. OB sluttar ved dobbel påle, vanlege OB-reglar

Kast berre når det er klart