



# **Lindås Discgolf**

## **Caddie Book - LDGP 18**

Lindås Open 2026



# Lindås DiscGolf Park

## Baneregler for Lindås DiscGolf

DiscGolfParken er open heile året, men ver merksam på forhold som kan påverka bana.

**Baneskikk:**  
Vis omsyn til andre spelarar. Dersom du spelar i ei gruppe, ver merksam på mindre grupper og la raskare spelarar sleppa forbi. Ved kryssande hol har spelarar på hegaste hol fortrinnsrett. Hald området rundt kurvene ryddig, og vis respekt for andre rundt bana.

**Kasting:**  
Spelaren skal alltid kasta ut frå teepad. Kastar du ein disc utanfor bana eller inn i eit farleg område (t.d. elv eller sti/veg), kan det gjevast straff (sjå reglar for OB - "Out of bounds").

**Stengde område:**  
Ver merksam på eventuelle stengde område på bana, særleg grasbanen. Respekter eventuelle forbod.

**Parkering:**  
Parkering skjer ved parkeringsplassane framfor idrettshallen. Unngå å blokkera vegar og inngangar.

**Avfall:**  
Vis respekt for naturen. Kast søppel i dei tilgjengelege søppelkassane.

**Hund:**  
Hunder er velkomne, men må haldast i band. Hald området reint og kast hundeposar i søppelet.

**Utstyr:**  
Det er mogleg å låna discer på bana. I samarbeid med BUA har me sett til gratis utlån, sjå BUA på framside av idrettshallen. Hugs å levera tilbake utstyret når du er ferdig. Om du finn ein mistet disc, legg han i «lost disc»-kassa ved kiosken.

**Innmelding:**  
Vi brukar appen Spond for å organisere aktivitetar og dele viktig informasjon. Bruk koden VGXZM for å melde deg inn i gruppa vår.

Grunnleggjande discgolfreglar

**Mål:**  
Målet i discgolf er å kasta ein disc frå utkaststad (teepad) til kurva på færrest mogleg kast.

**Start og bane:**  
Spelet startar på utkaststaden (teepad), og spelaren kastar frå dette punktet mot kurva. Spelet held fram der discen landa, og spelaren kastar til han får discen i kurva.

**Poenggingivng:**  
Kvar spelar får eitt poeng for kvart kast dei brukar på å treffa kurva. Spelet held fram der discen landa, og spelaren kastar til han får discen i kurva.

**Tees og kurver:**  
Kvar bane består av eit utkaststad (teepad) og ei kurv som er målet for kastet. Kvart utkast har nummerering for å halda oversikt over kva for bane spelaren er på.

**Out of Bounds (OB):**  
Dersom discen landar utanfor dei angitte grensene på bana (t.d. i vatn eller på veg), vert det rekna som "out of bounds" (OB). Dersom ein disc er OB, kastar spelaren frå punktet der discen sist var i spel, og får eit straffekast.

**Kasterekkefølge:**  
Spelaren som brukte færrest kast på førre hol, startar neste utkast.

**Når spelet er ferdig:** Når ein spelar har fått discen i kurva, er han ferdig med holet og kan notera ned poengsummen sin. Spelaren som har fullført alle hola, samanliknar poengsummane for å kåra ein vinnar.

**Tips:**  
Bruk gjerne appar som UDisc eller DiscGolf Metrix. Desse appane kan brukast til å registrere poeng, under runden, og dei har kart som gjer det lettare å finne fram på bana. Perfekt for både nye og erfarne spelarar!



|     | #1  | #2 | #3  | #4 | #5 | #6 | #7  | #8  | #9  | #10 | #11 | #12 | #13 | #14 | #15 | #16 | #17 | #18 | TOT  |
|-----|-----|----|-----|----|----|----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|------|
| PAR | 4   | 3  | 4   | 3  | 3  | 3  | 4   | 4   | 4   | 4   | 3   | 3   | 3   | 3   | 3   | 3   | 3   | 3   | 60   |
| M   | 111 | 62 | 141 | 82 | 48 | 53 | 106 | 115 | 108 | 154 | 48  | 79  | 49  | 65  | 124 | 62  | 66  | 88  | 1561 |



# Lindås DiscGolf Park

# 1

PDGA

**PAR 4**

**111 m**

+0 m

Mando (M):

Diskar som går utanfor ramma, bommar mando.

Hazard:

Merka hazardområde gir eitt straffekast. Disken blir spela frå der han ligg. Sjå gul merking.

Dropzone (DZ):

Bruk dropzone ved mando-bom.

OB:

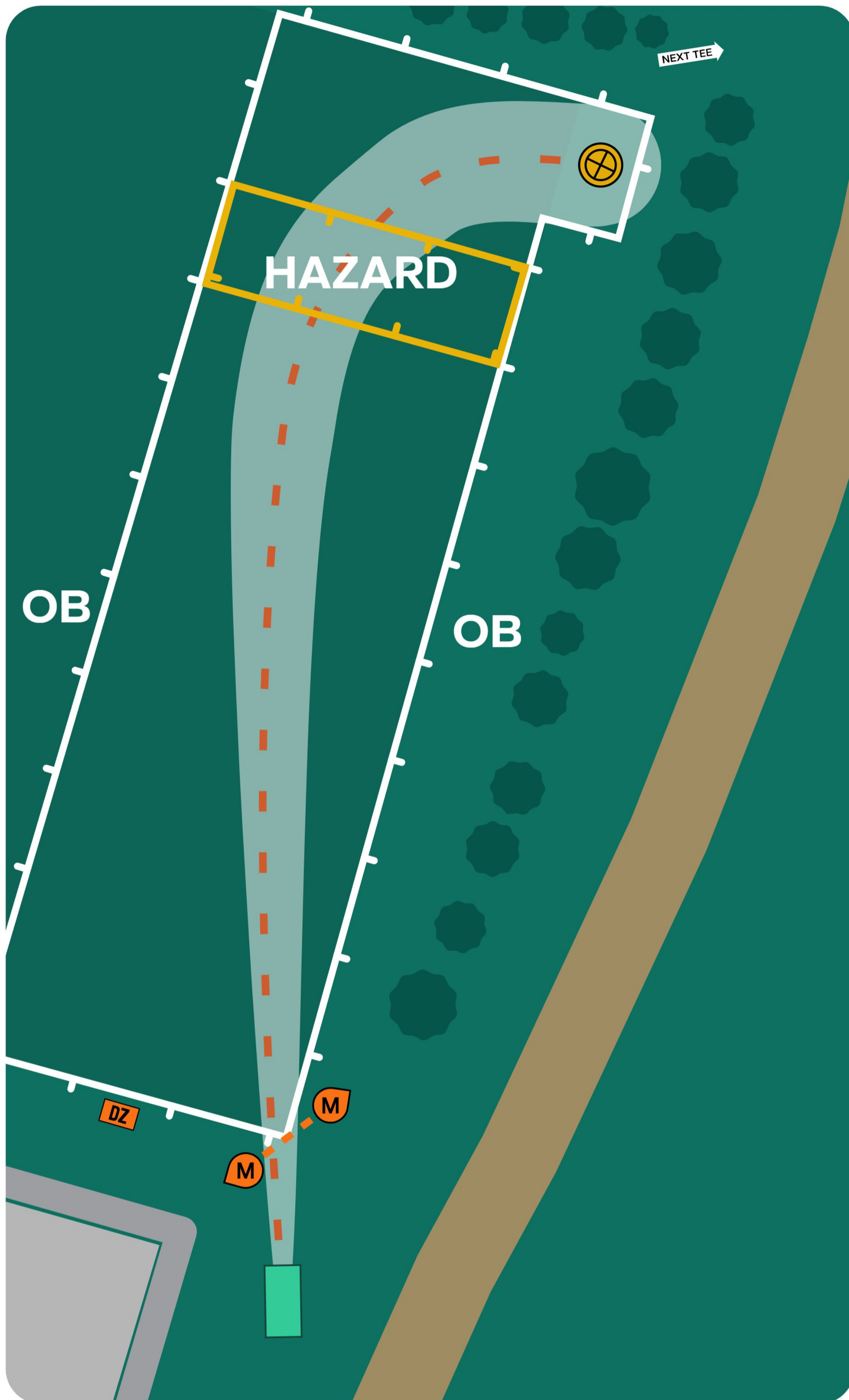
Utanfor merkte OB-linjer. Sjå kvit merking.

NB!

Om bana ikkje er merka, gjeld OB utanfor grasbana. Vertikal OB-linje mellom måla (høgre mål Stolpe).

Hazard er merka med to gule merke utanfor bana.

Vis omsyn.





# Lindås DiscGolf Park

# 2

PDGA

**PAR 3**

**62 m**

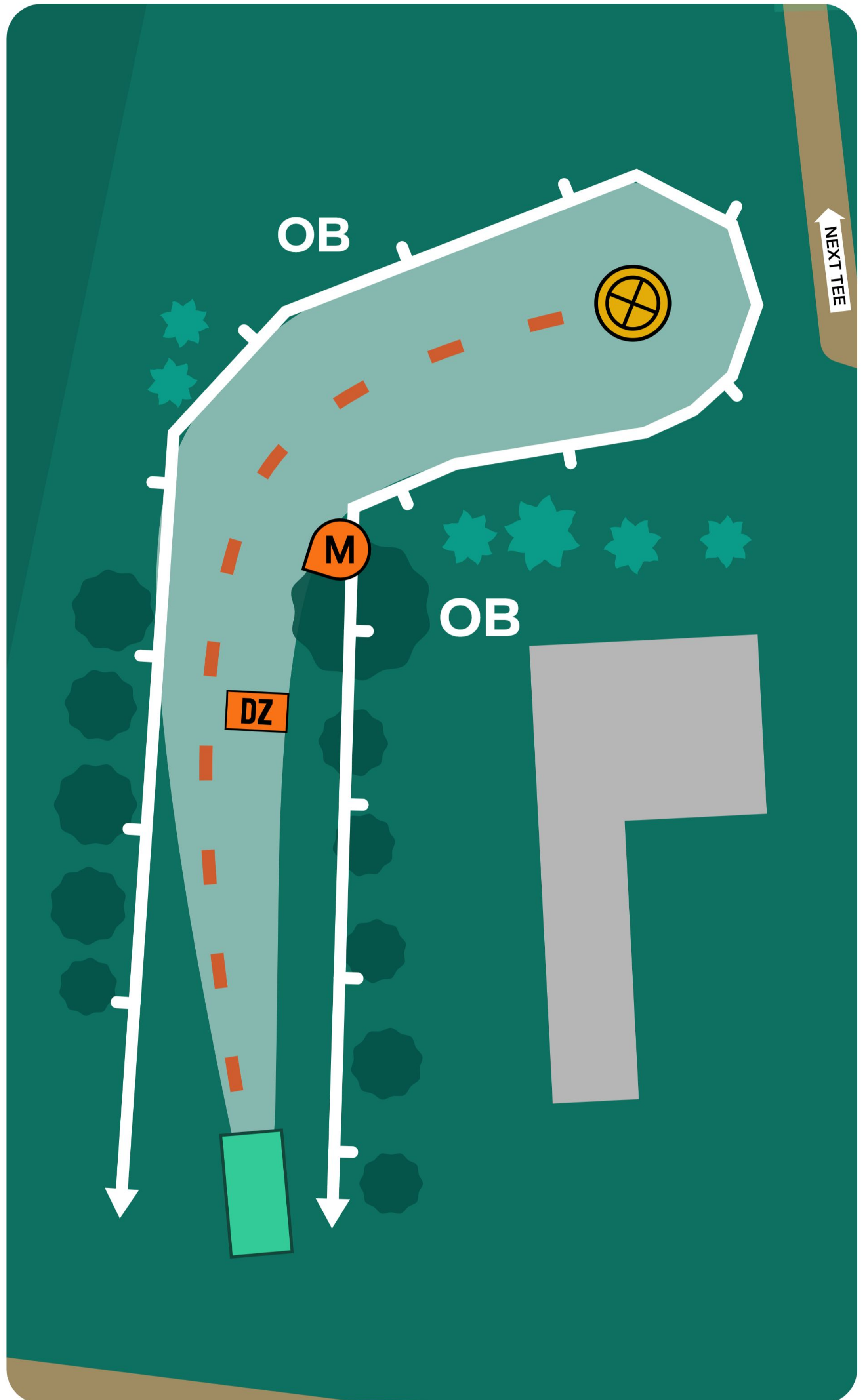
+0 m

Mando (M):  
Til venstre for markert  
stolpe. Sjå merking (M).

Dropzone (DZ):  
Bruk dropzone ved  
mando-bom.

OB:  
Utanfor merkte OB-linjer.  
Sjå kvit merking.

Vis omsyn.





# Lindås DiscGolf Park

# 3

PDGA

## PAR 4

## 141 m

-7 m

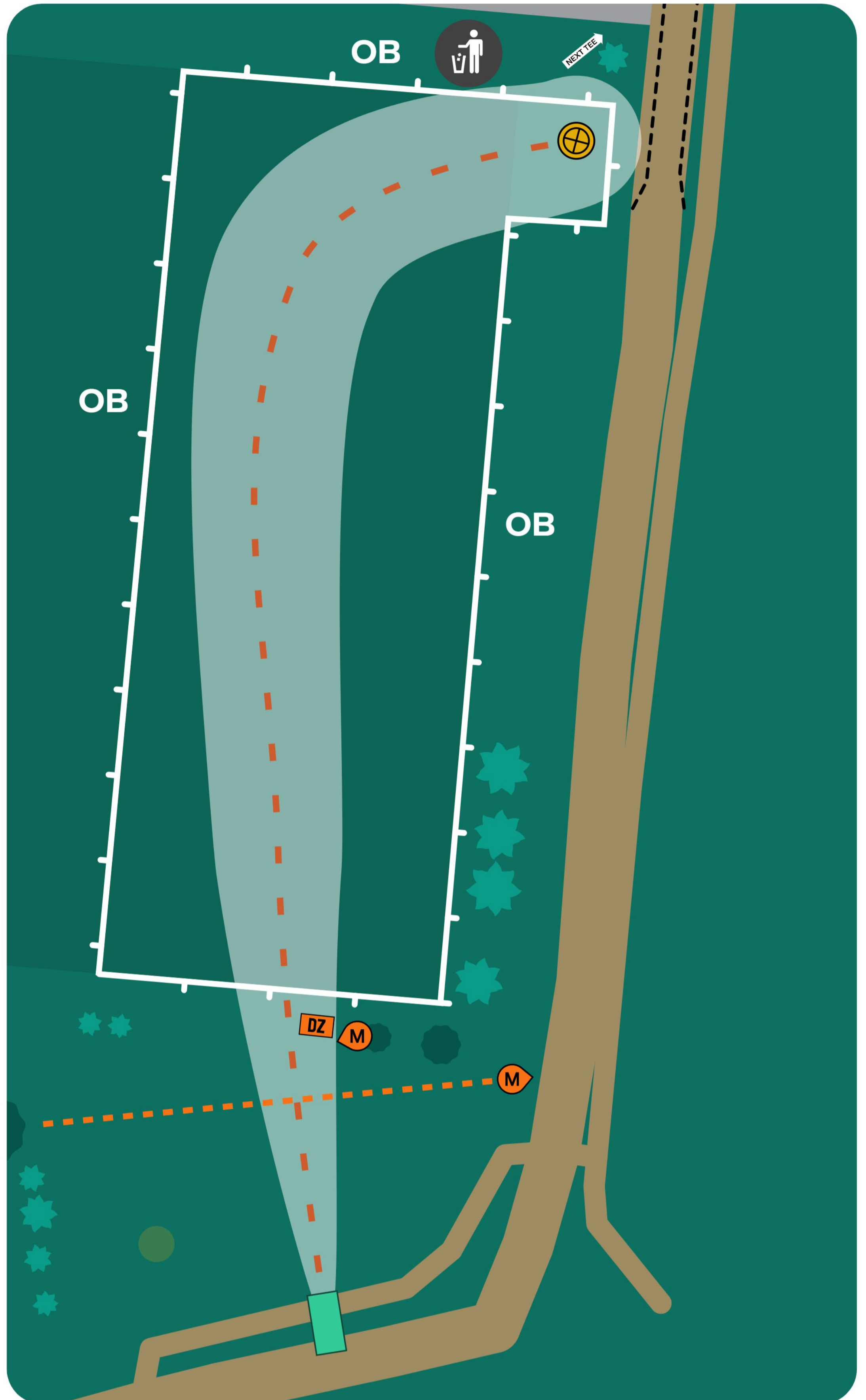
**Mando (M):**  
Venstre for markert stolpe. Sjå merking (M). Diskar som går over nederste straukabel, bommar mando.

**Dropzone (DZ):**  
Bruk dropzone ved mando-bom.

**OB:**  
Utanfor merkte OB-linjer. Sjå kvit merking.

**NB!** Om bana ikkje er merka, gjeld OB utanfor grasbana. Vertikal OB-linje mellom måla (høgre målstolpe).

Vis omsyn.





# Lindås DiscGolf Park

# 4

PDGA

**PAR 3**  
**82 m**  
+2 m

Mando (M):  
Mellom markerte stolpar.  
Sjå merking (M).

Dropzone (DZ):  
Bruk dropzone ved OB  
eller mando-bom ved  
utkast.

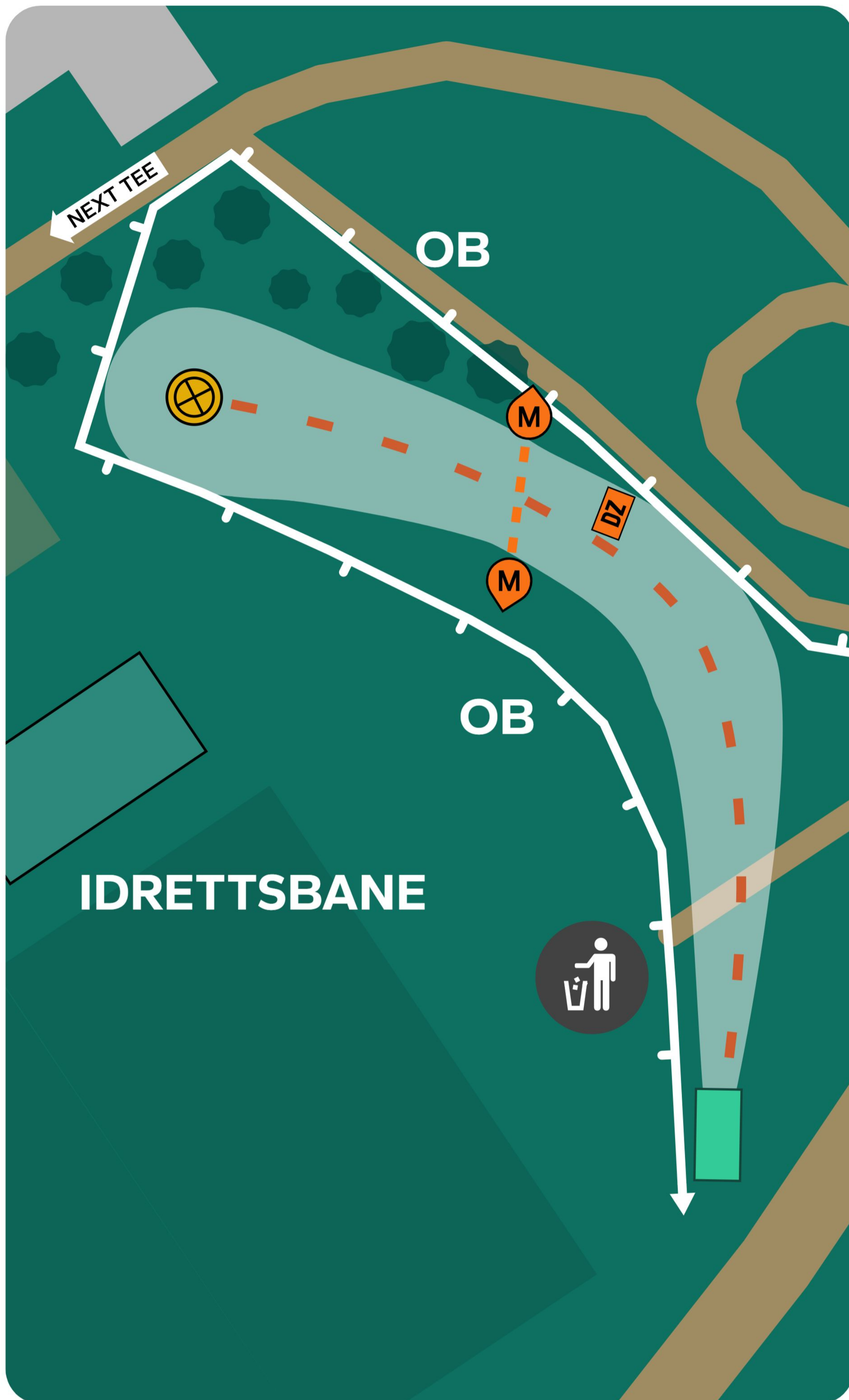
OB:  
Utanfor merkte OB-linjer.  
Sjå kvit merking.  
Over gjerde, inn på  
idrettsbana, på eller over  
sti/veg (all asfalt og grus).

Vær oppmerksom på  
gåane til/frå idrettsbana.

Vis omsyn.

vopps

Lindås IL Discgolf  
0913015





# Lindås DiscGolf Park

# 5

PDGA

## PAR 3

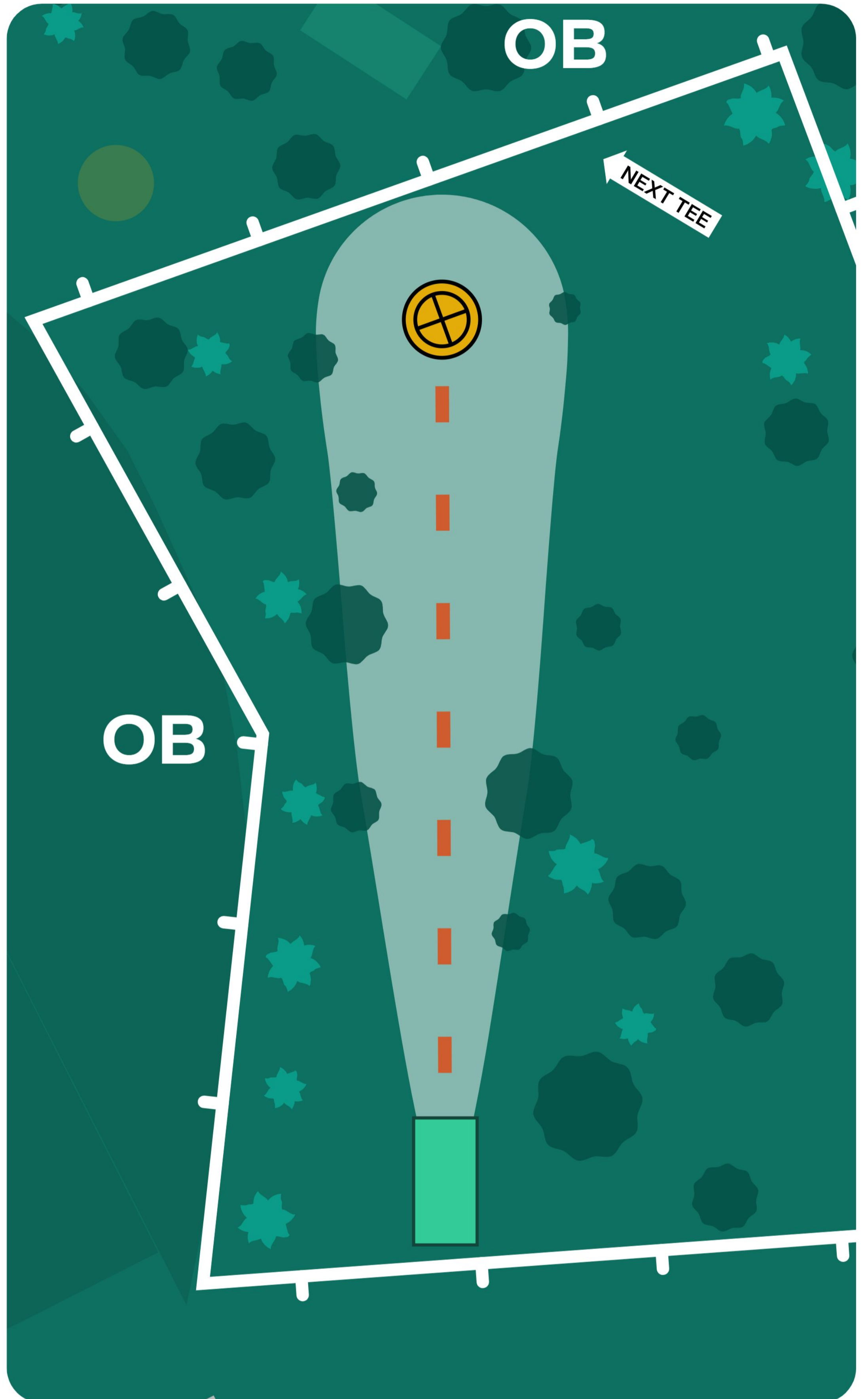
## 48 m

+0 m

OB:  
Utanfor merkte OB-linjer.  
Sjå kvit merking.

NB!  
Om OB-linjer ikkje er  
merka, gjeld OB utanfor  
inngjerda område.

Vis omsyn.





# Lindås DiscGolf Park

# 6

PDGA

**PAR 3**  
**53 m**  
-1 m

## "ANKI"

Første ACE

Ann-Kristin Ryland under  
LDGP pargof 18 Mai 2025.

NB!

Fairwayen kan vere blaut.

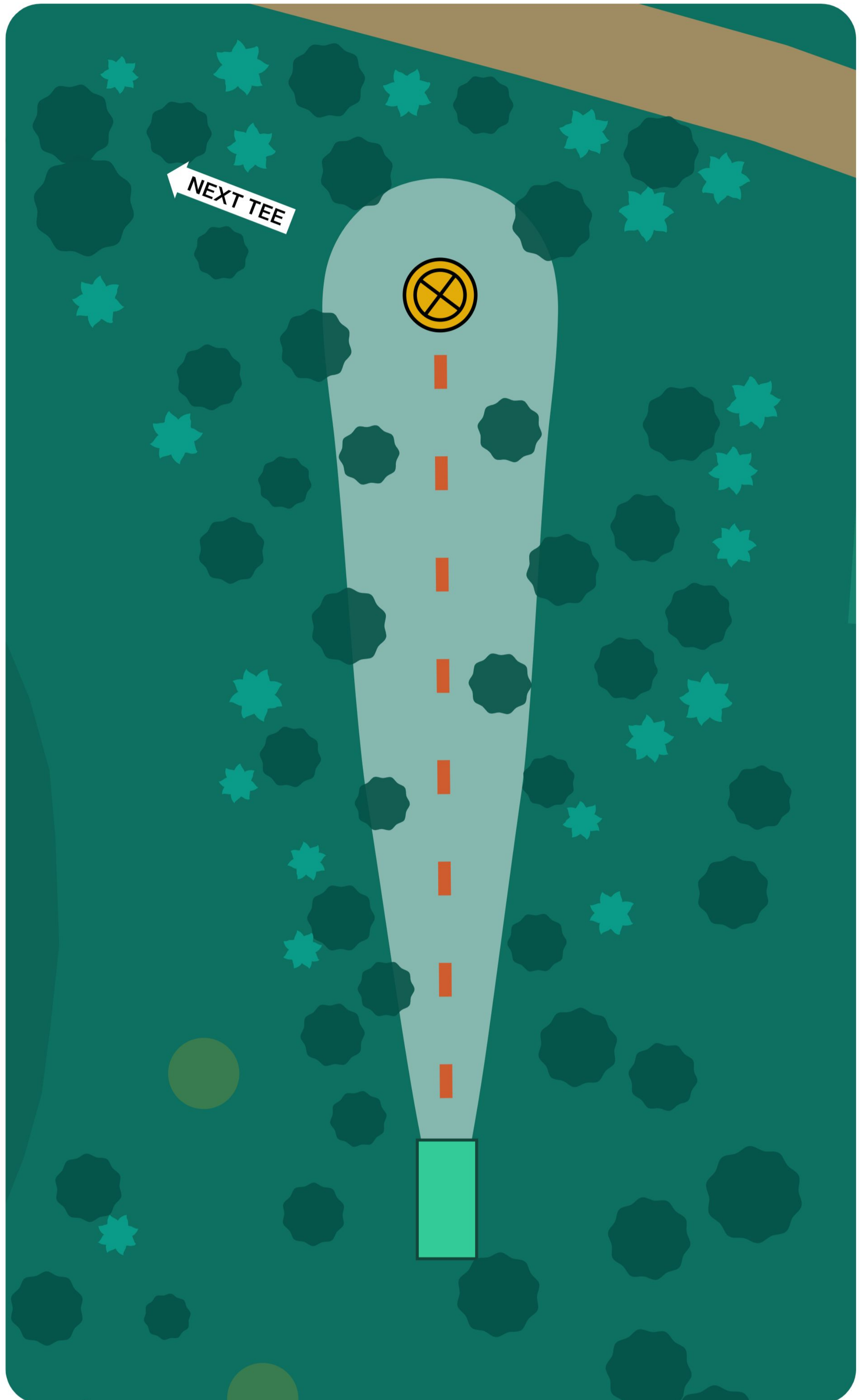
Ver venleg å lat att porten  
etter førre hol.

Ver merksam på kast frå  
nærliggande hol tett på  
fairwayen.

Vis omsyn.

vopps

Lindås IL Discgolf  
0913013





# Lindås DiscGolf Park

# 7

PDGA

**PAR 4**

**106 m**

+3 m

Mando (M): Venstre for merka stolpe.

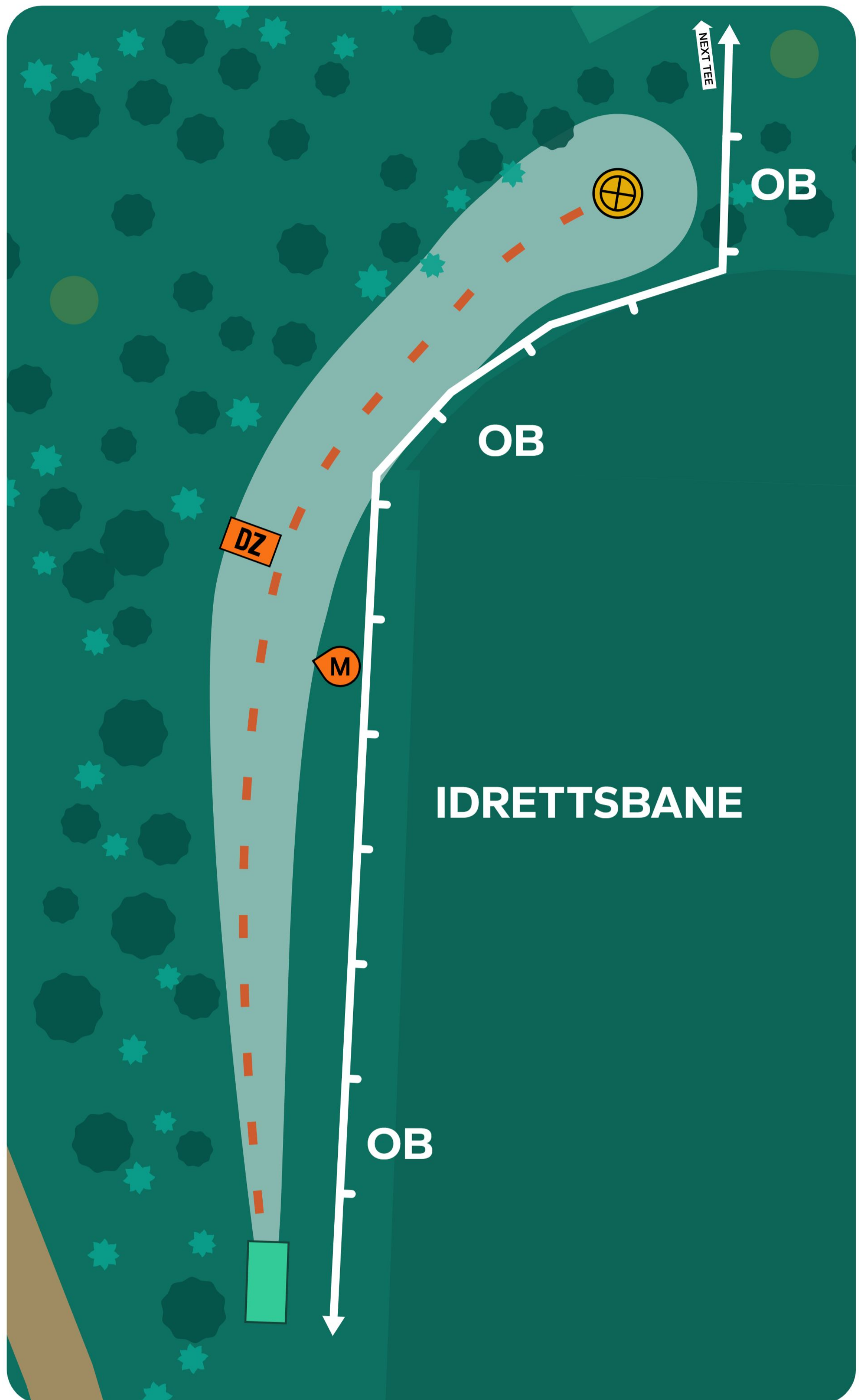
Dropzone (DZ): Bruk dropzone ved mando-bom.

OB: Utanfor merkete OB-linjer. Over gjerde. Sjå kvit merking.

(Der gjerde og merkt OB-linje ikkje samsvarar på grunn av naturformasjonar, skal merkt OB-linje alltid reknast som gjeldande grense).

Relief: Ligg disken god, men tett på gjerde, gjerdestolpar eller ved fjellskrent, blir han spela som OB utan straff. Marker nytt lie på line of play, lenger frå korga, på næraste punkt som gir lettelse.

Vis omsyn.





# Lindås DiscGolf Park

# 8

PDGA

**PAR 4**

**115 m**

-5 m

## "JAR-JAR"

Holet er kalla opp etter ein av primusane for LDGP, Jarle.

Mando (M):  
Til høgre for merka tre.

Dropzone (DZ):  
Bruk dropzone ved mando-bom.

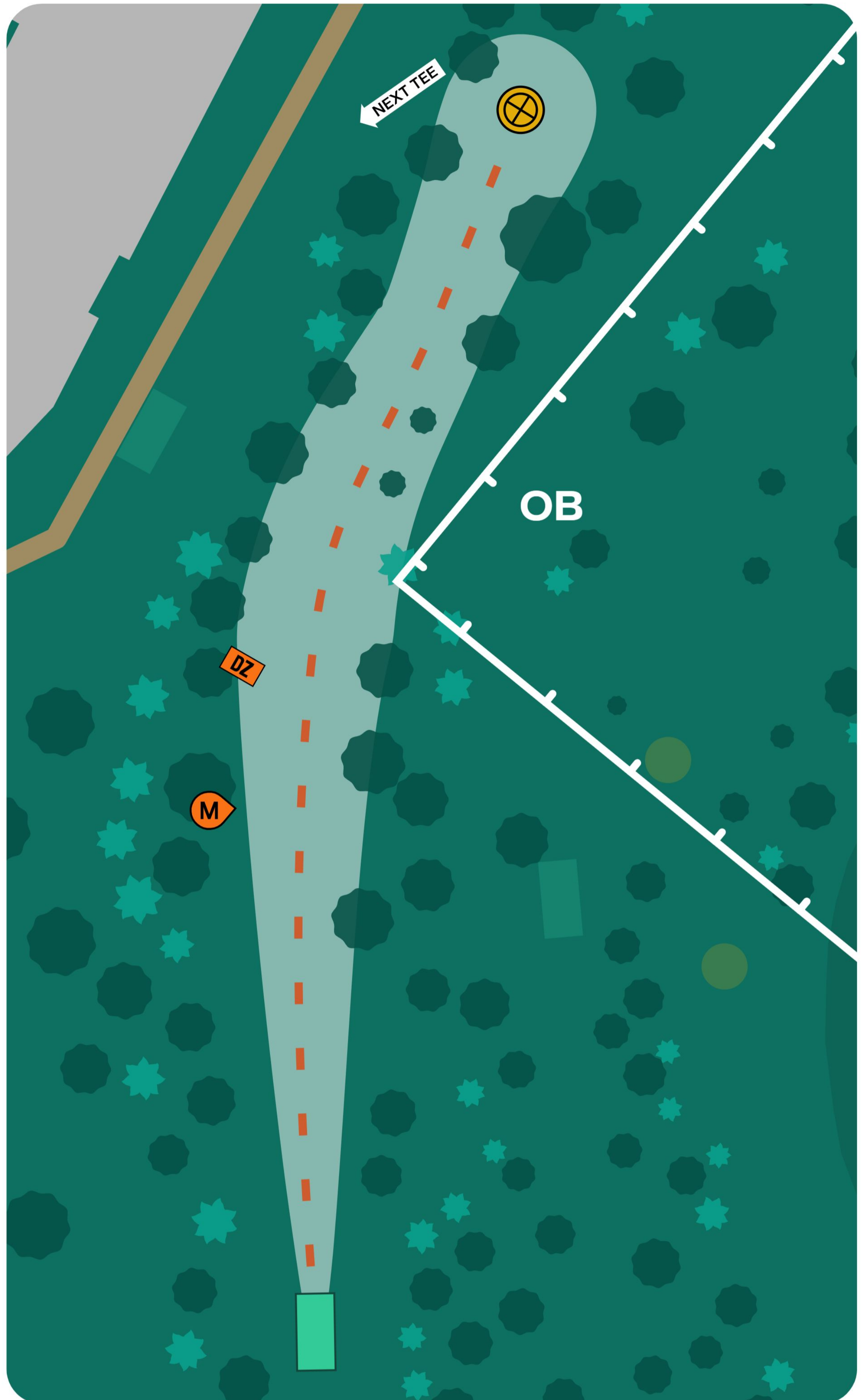
OB:  
Over gjerde. Sjå kvit merking.

NB!  
Blindt hol. Bruk spottar.

Vis omsyn.

**intertek**

Total Quality. Assured.





# Lindås DiscGolf Park

# 9

PDGA

**PAR 4**

**108 m**

+5 m

Mando (M):  
Til høgre for markert tre.  
Sjå merking (M).

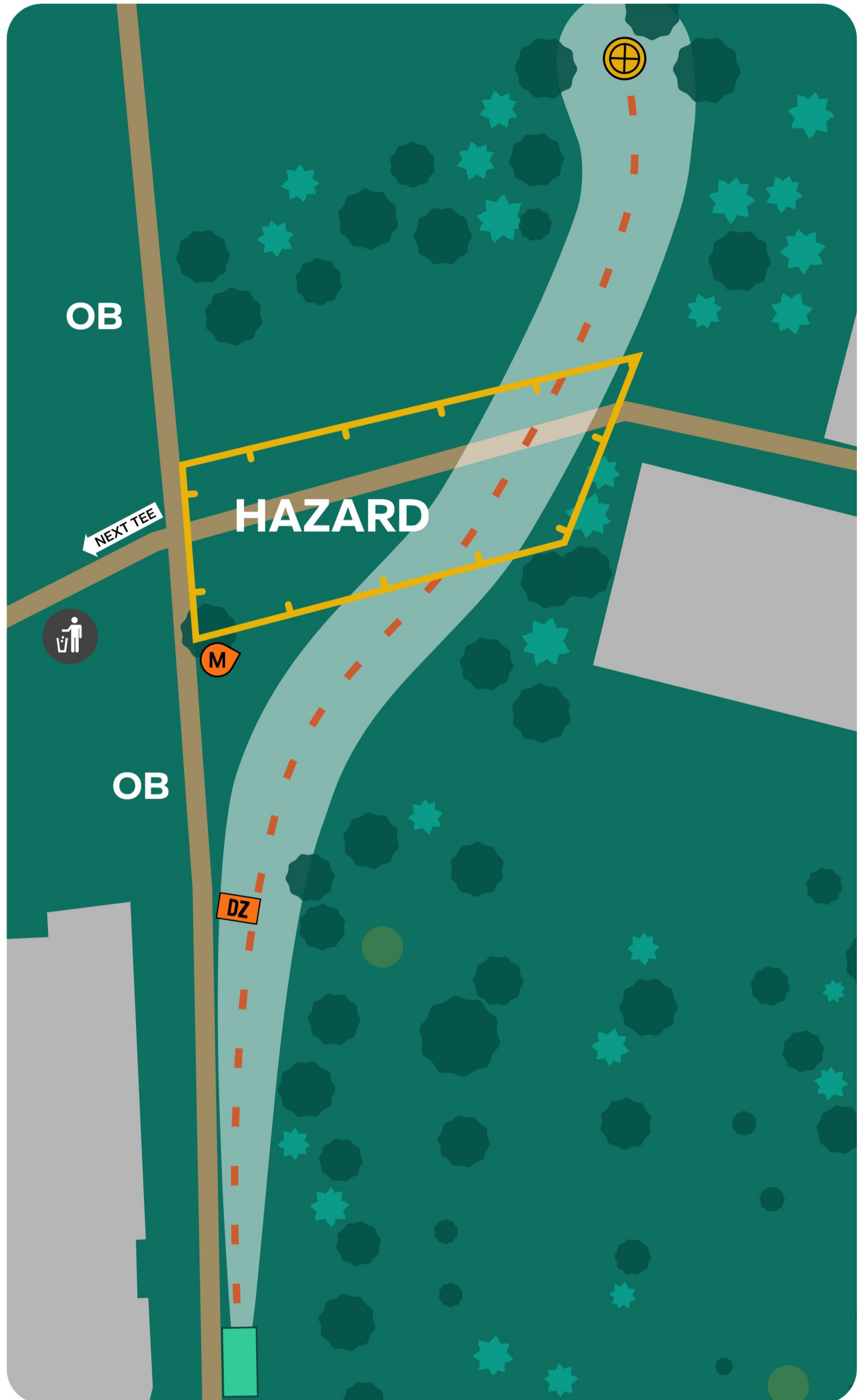
Hazard:  
Merka hazardområde gir  
eitt straffekast. Disken blir  
spela frå der han ligg. Sjå  
gul merking.

Dropzone (DZ):  
Bruk dropzone ved  
mando-bom.

OB:  
På eller over asfaltert vei,  
samt på eller over grusti  
til venstre. Sjå merking  
(OB).

OBS:  
Krysande sti i fairway.  
Bruk spottar!!!

Vis omsyn.





# Lindås DiscGolf Park

# 10

PDGA

**PAR 4**

**154 m**

-12 m

## "Einar"

"Einar" er kalla opp etter grunneigar Einar Jostein Lygre.

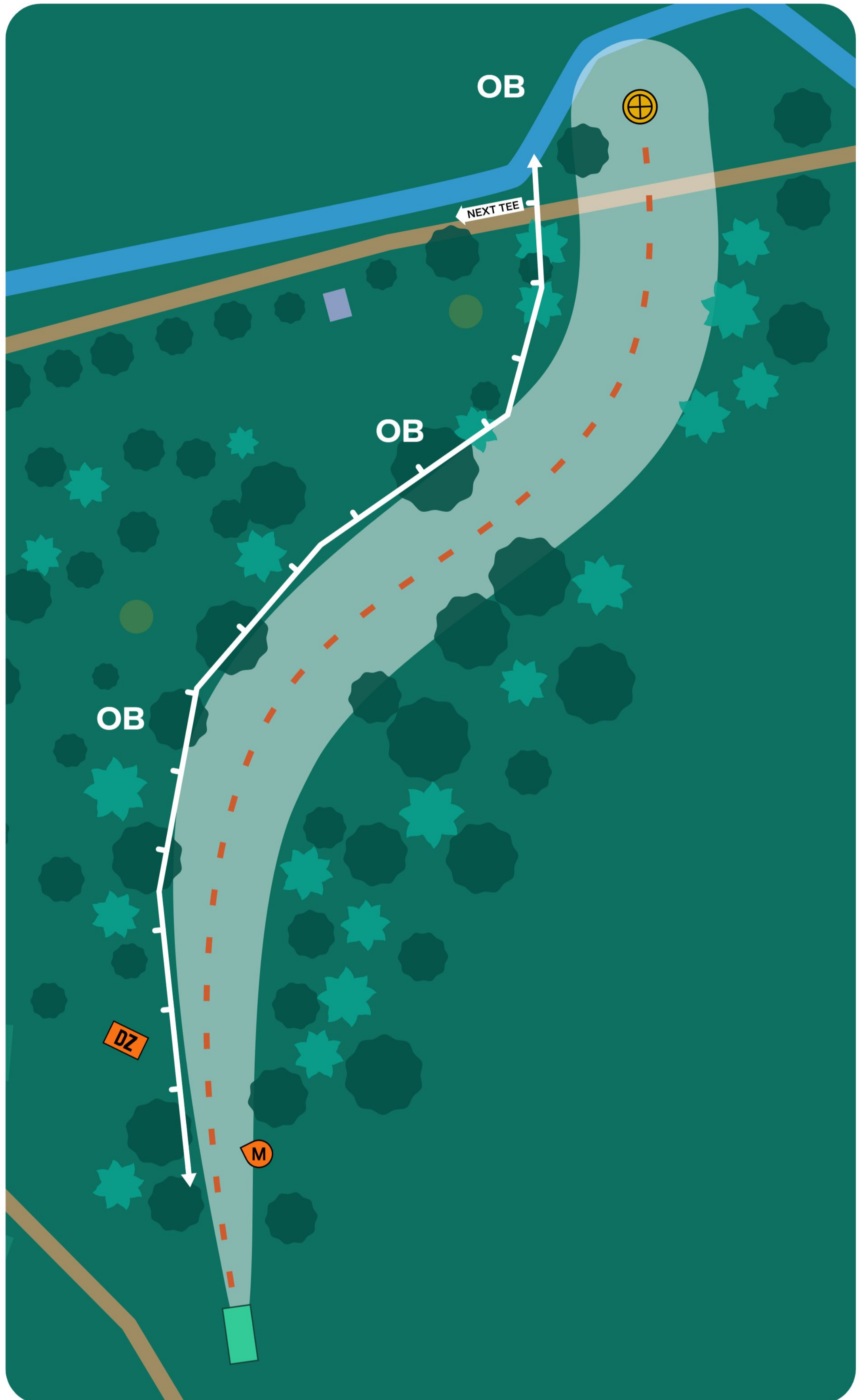
Mando (M):  
Til venstre for markert tre.  
Sjå merking (M)

Dropzone (DZ):  
Bruk dropzone ved  
mando-bom.

OB:  
Utanfor merkete OB-linjer.  
Sjå kvit merking.  
I eller over elv.

OBS:  
Kryssande sti. Bruk  
spottar!!!

Vis omsyn.





# Lindås DiscGolf Park

# 11

PDGA

**PAR 3**

**48 m**

+4 m

## "Niclas André"

Første ACE

Niclas André Bødtker  
Christensen under LDGP  
pargolf 18. mai 2025.

Mando (M):

Til høyre for merka tre.  
Sjå merking (M).

Dropzone (DZ):

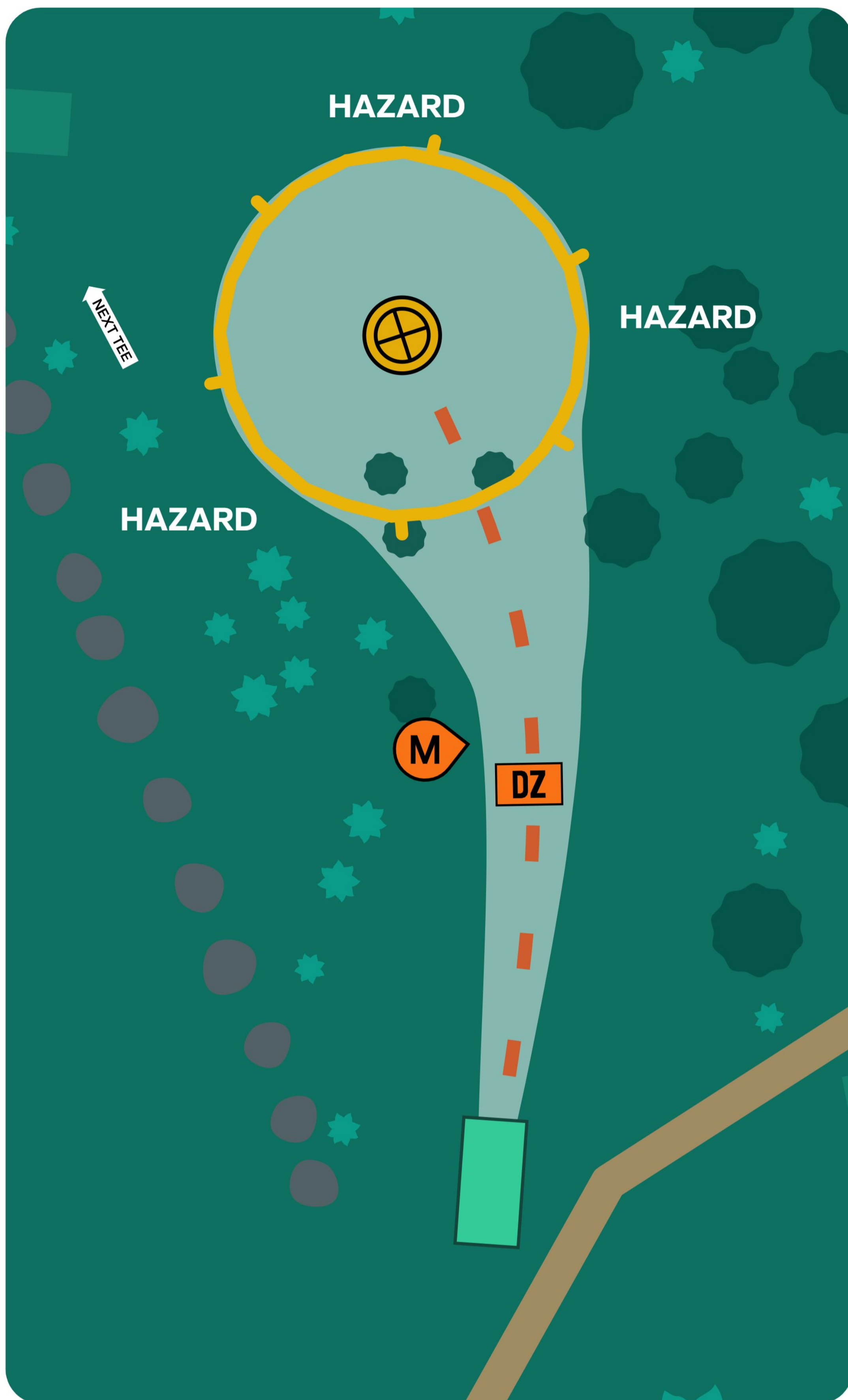
Bruk dropzone ved  
mando-bom.

Hazard:

Merka hazardområde gir  
eitt straffekast. Disken blir  
spela frå der han ligg. Sjå  
gul merking.

OBS: Kryssande fairway i  
bakant av korga.

Vis omsyn.





# Lindås DiscGolf Park

# 12

PDGA

## PAR 3

## 79 m

### -5 m

OB:  
Utanfor merkte OB-linjer.  
Sjå kvit merking.  
I eller over elv. På eller  
over sti.

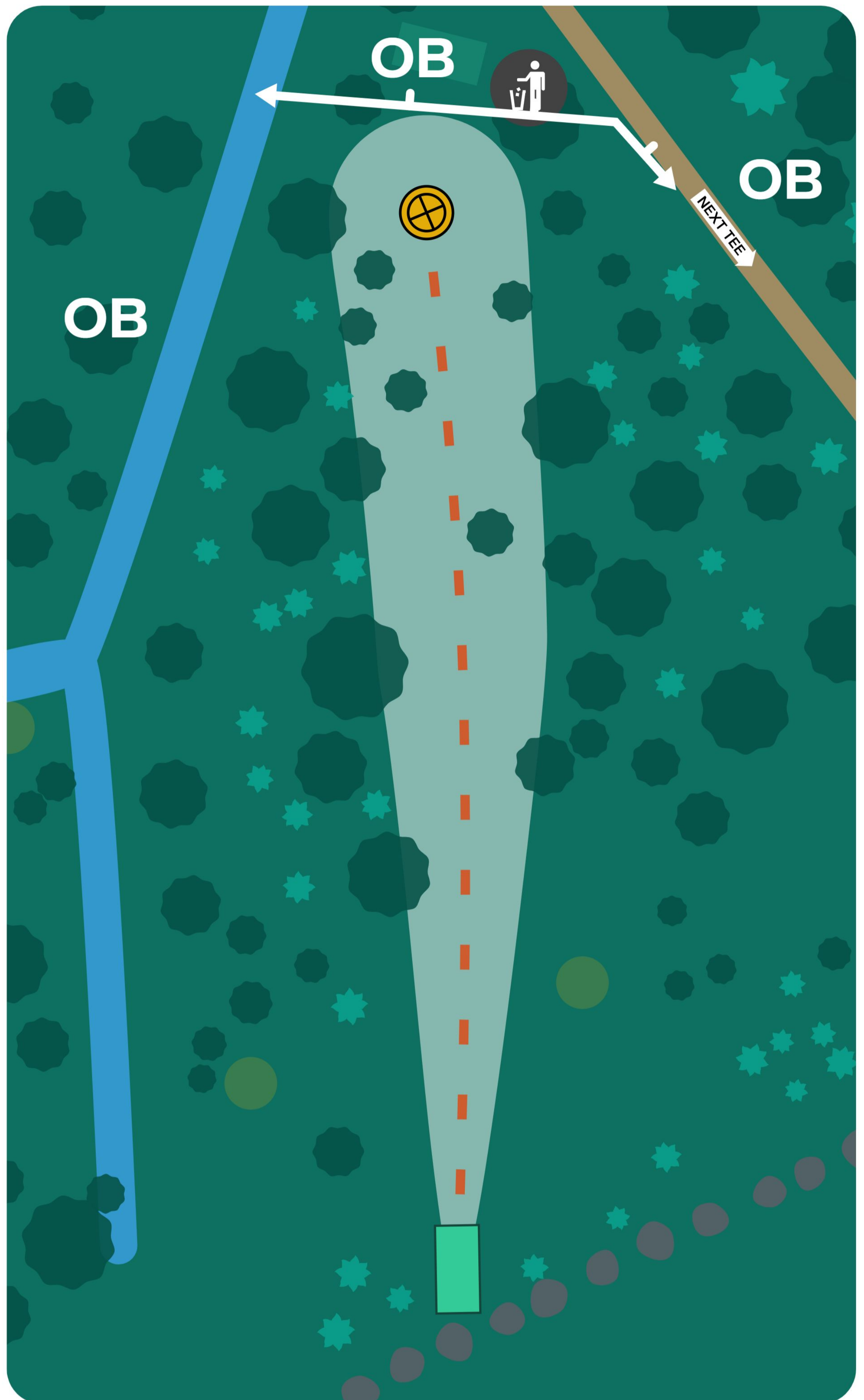
NB!  
Blindt hol. Bruk spottar.

Ver merksam på kast mot  
nærliggande hol tett på  
fairwayen.

Vis omsyn.

vopps

Lindås IL Discgolf  
0913013





# Lindås DiscGolf Park

# 13

PDGA

## PAR 3

## 49 m

-3 m

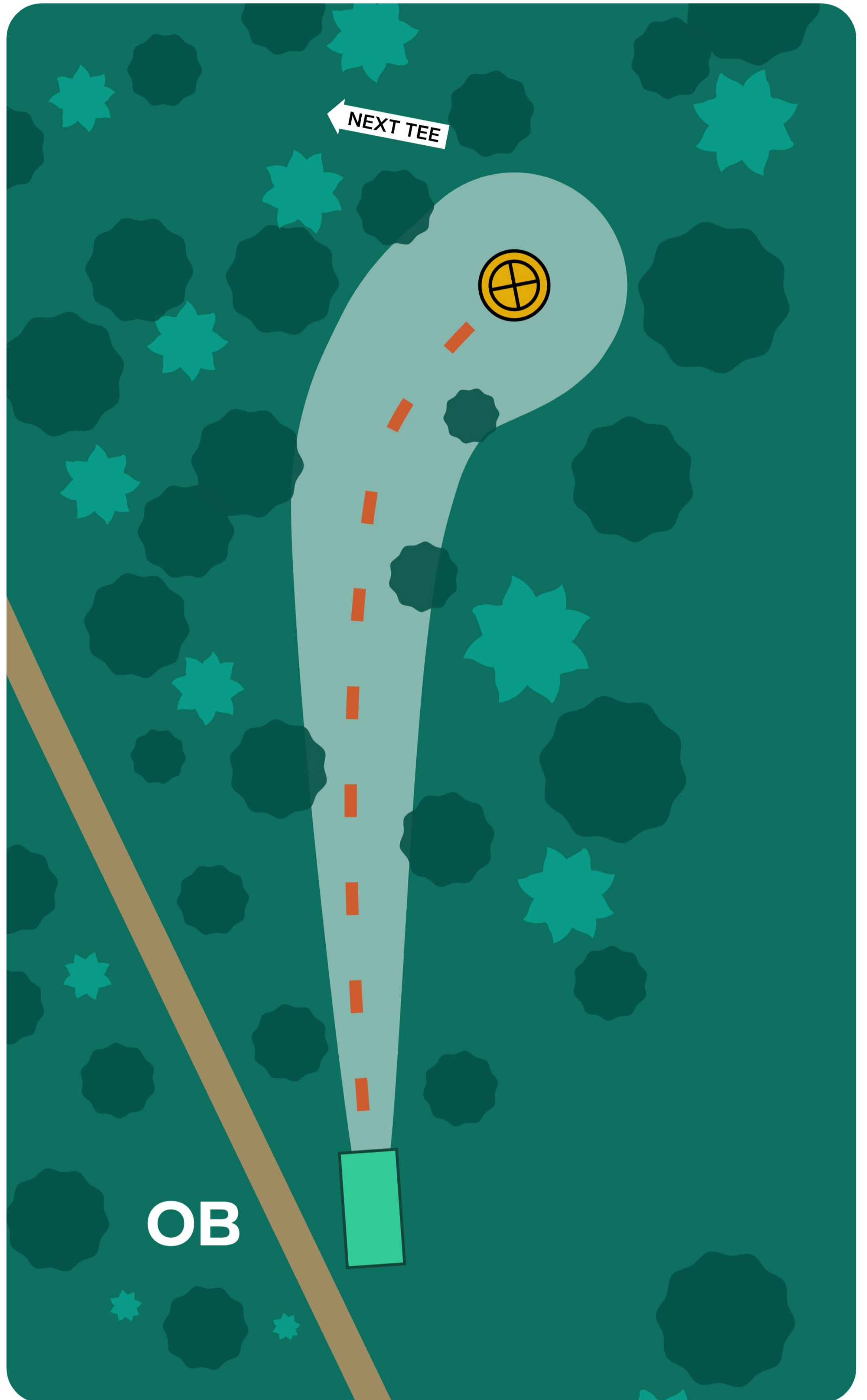
### "Nyhammeren"

Første ACE  
Are Nyhammer under  
Vestkysttouren 30.  
august 2025.

OB:  
På eller over sti.

OBS:  
Utkast nær sti.  
Annen fairway tett på.

Vis omsyn.



Nordhordland

**Grunn og Betong as**

Entreprenørforretning



# Lindås DiscGolf Park

# 14

PDGA

## PAR 3

## 65 m

### -3 m

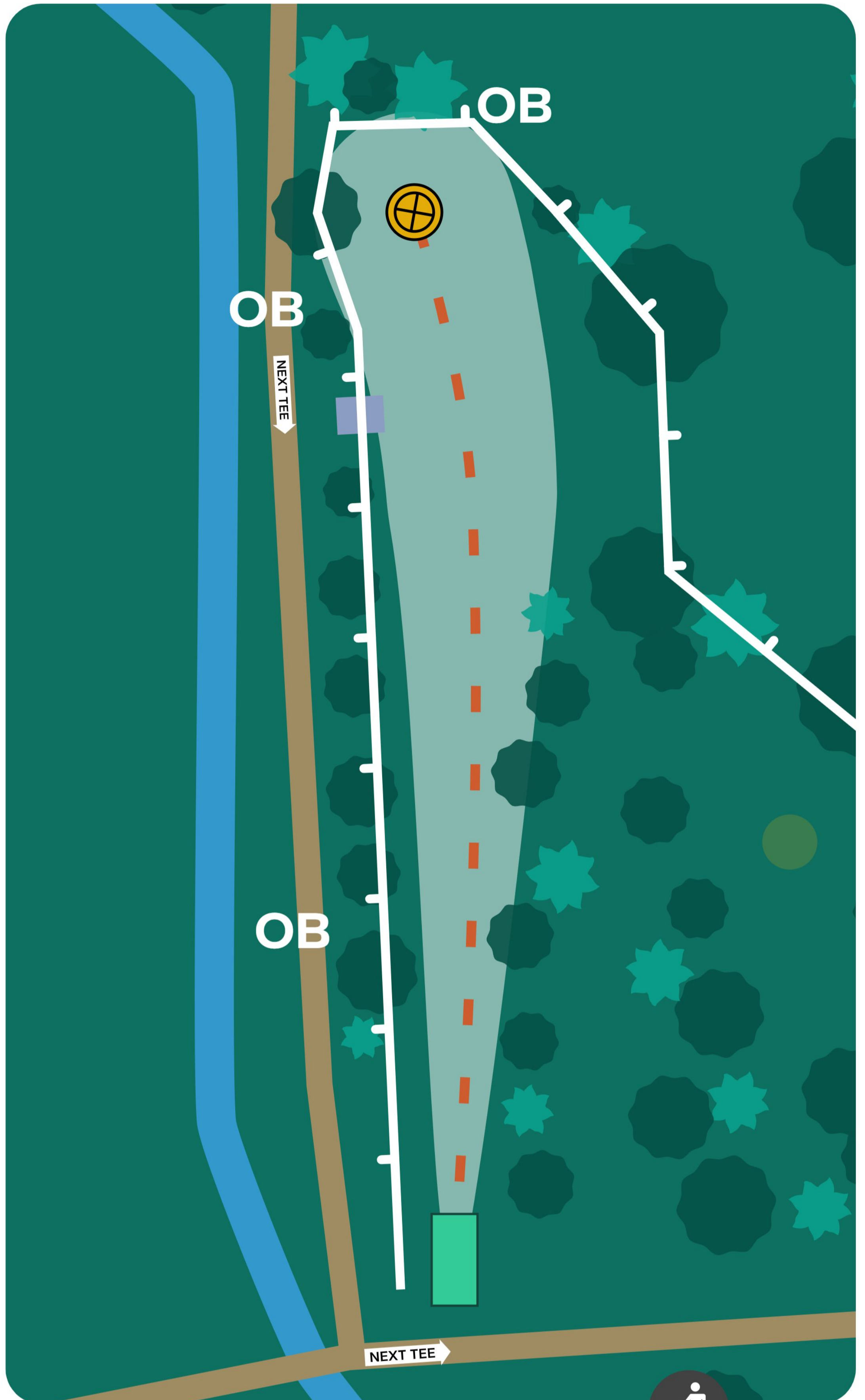
OB:  
Utanfor merkte OB-linjer.  
Sjå kvit merking.

NB!  
Område rundt korga  
(sirkel 1 / 10m) kan vere  
blaut.  
Sti langs fairway til  
venstre.

Vis omsyn.

vopps

Lindås IL Discgolf  
0913013





# Lindås DiscGolf Park

# 15

PDGA

**PAR 3**

**124 m**

+3 m

**OB:**  
Utanfor merkte OB-linjer.  
Sjå kvit merking.  
OB i elv.

**Dropzone (DZ):**  
Bruk dropzone ved OB-  
bom på utkast.

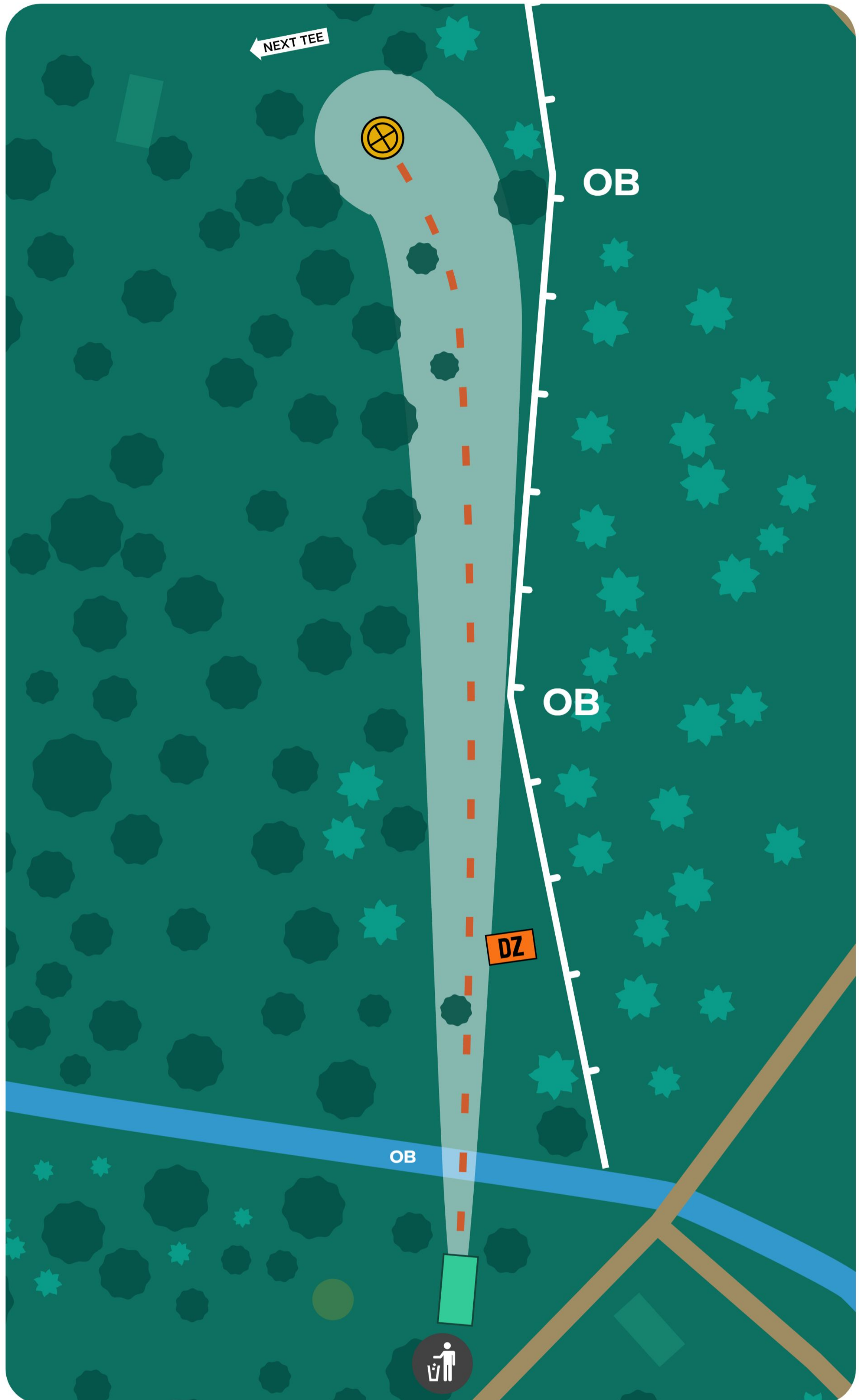
**OB-reglar:**  
Om ein ikkje ligg god  
etter utkast, kastar ein frå  
dropzone. Vanlege OB-  
reglar gjeld frå dropsone.  
Sjå kvit merking.

**OBS:**  
Periodevis høg vannstand  
i elva.

Vis omsyn.

vopps

Lindås IL Discgolf  
0913013





# Lindås DiscGolf Park

# 16

PDGA

## PAR 3

## 62 m

-4 m

### "Bårderline"

Første ACE  
Bård Groenhaag under  
Vestkysttouren 30.  
august 2025.

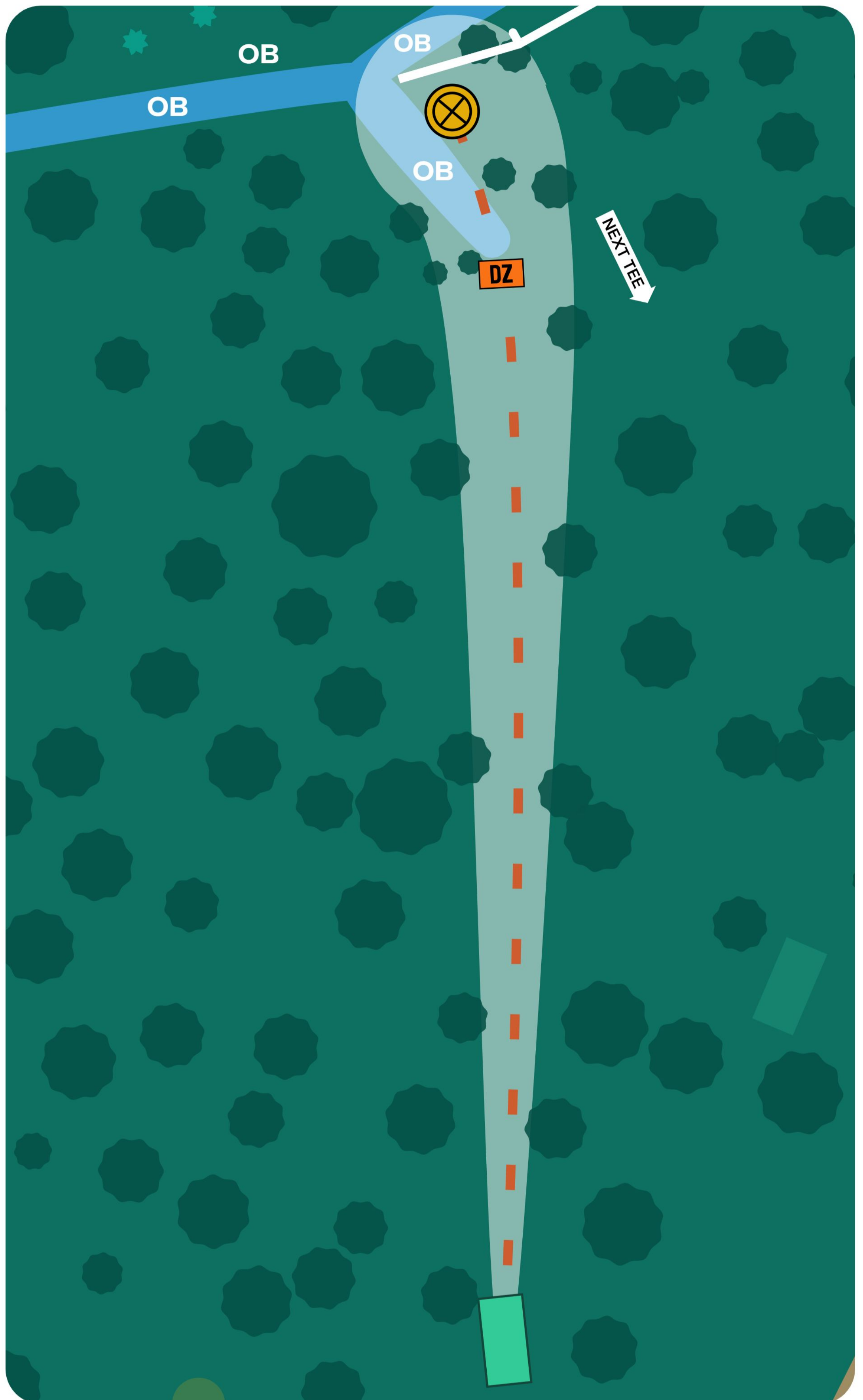
**OB:**  
I eller over elv, samt bak  
merka OB-linje. Sjå kvit  
merking.

**Dropzone (DZ):**  
Ved OB på utkast.

**OB-reglar:**  
Om ein ikkje ligg god  
etter utkast, kastar ein frå  
dropzone. Vanlege OB-  
reglar frå dropzone.

**OBS:**  
Periodevis høg vannstand  
i elv.

Vis omsyn.





# Lindås DiscGolf Park

# 17

PDGA

## PAR 3

## 66 m

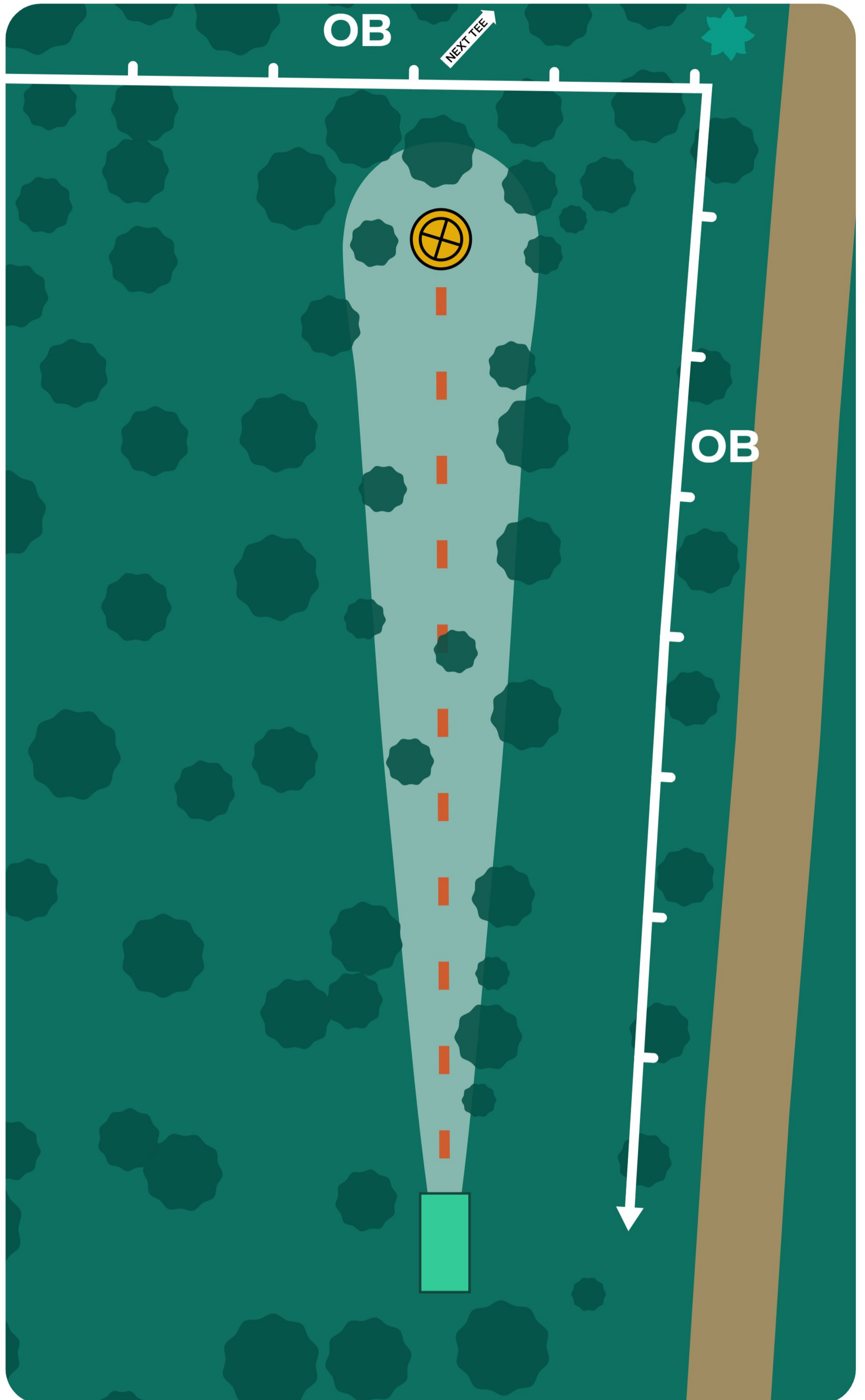
+0 m

OB:  
Utanfor merkte OB-linjer.  
Sjå kvit merking.

Finn du den alternative  
ruta?

OBS! Bilveg til høgre for  
fairway.

Vis omsyn.





# Lindås DiscGolf Park

# 18

PDGA

## PAR 3

## 88 m

-1 m

OB:  
Utanfor merkte OB-linjer.  
Sjå kvit merking.  
Over gjerde inn til bhg.

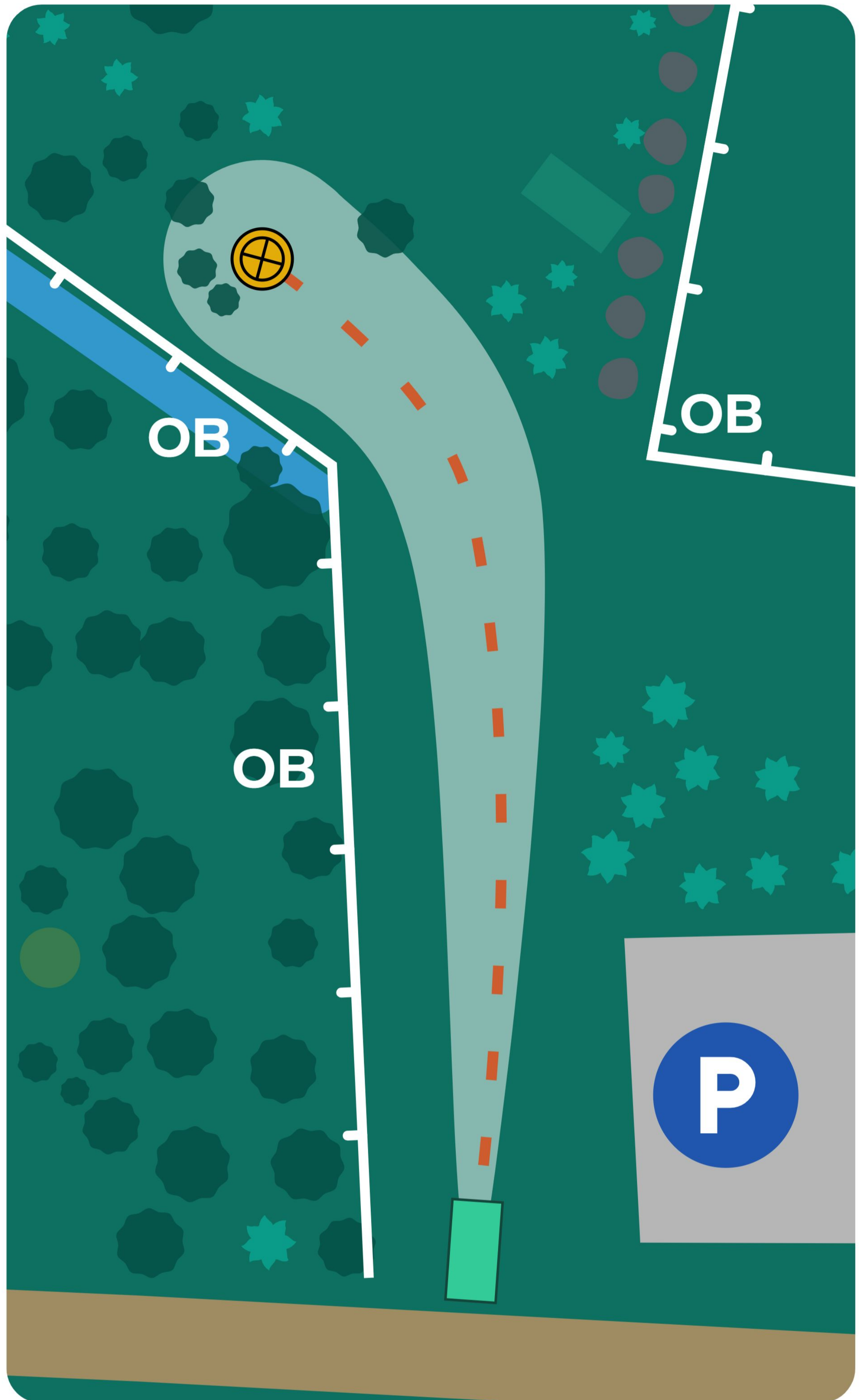
NB!  
OB-området ved elva kan  
vere sigemyr. Ver  
merksam.

OBS:  
Nær barnehage,  
parkeringsplass og  
fylkesveg.

Vis omsyn.

vopps

Lindås IL Discgolf  
#913013



# Fairway Notes

## Fairway #1

Mando (M):  
Diskar som går utanfor ramma, bommar mando.  
Hazard:  
Merka hazardområde gir eitt straffekast. Disken blir spela frå der han ligg.  
Sjå gul merking.  
Dropzone (DZ):  
Bruk dropzone ved mando-bom.  
OB:  
Utanfor merkte OB-linjer. Sjå kvit merking.  
NB!  
Om bana ikkje er merka, gjeld OB utanfor grasbana. Vertikal OB-linje mellom måla (høgre målstolpe).  
Hazard er merka med to gule merke utanfor bana.  
Vis omsyn.

## Fairway #2

Mando (M):  
Til venstre for markert stolpe. Sjå merking (M).  
Dropzone (DZ):  
Bruk dropzone ved mando-bom.  
OB:  
Utanfor merkte OB-linjer. Sjå kvit merking.  
Vis omsyn.

## Fairway #3

Mando (M):  
Venstre for markert stolpe. Sjå merking (M).  
Diskar som går over nederste straumkabel, bommar mando.  
Dropzone (DZ):  
Bruk dropzone ved mando-bom.  
OB:  
Utanfor merkte OB-linjer. Sjå kvit merking.  
NB! Om bana ikkje er merka, gjeld OB utanfor grasbana. Vertikal OB-linje mellom måla (høgre målstolpe).  
Vis omsyn.

## Fairway #4

Mando (M):  
Mellom markerte stolpar. Sjå merking (M).  
Dropzone (DZ):  
Bruk dropzone ved OB eller mando-bom ved utkast.  
OB:  
Utanfor merkte OB-linjer. Sjå kvit merking.  
Over gjerde, inn på idrettsbana, på eller over sti/veg (all asfalt og grus).  
Vær oppmerksam på gåane til/frå idrettsbana.  
Vis omsyn.

## Fairway #5

OB:  
Utanfor merkte OB-linjer. Sjå kvit merking.  
NB!  
Om OB-linjer ikkje er merka, gjeld OB utanfor inngjerda område.  
Vis omsyn.

## Fairway #6

Første ACE  
Ann-Kristin Ryland under LDGP pargolf 18 Mai 2025.  
NB!  
Fairwayen kan vere blaut.

Ver venleg å lat att porten etter førre hol.  
Ver merksam på kast frå nærliggande hol tett på fairwayen.  
Vis omsyn.

## Fairway #7

Mando (M): Venstre for merka stolpe.  
Dropzone (DZ): Bruk dropzone ved mando-bom.  
OB: Utanfor merkte OB-linjer. Over gjerde. Sjå kvit merking.  
(Der gjerde og merkt OB-linje ikkje samsvarar på grunn av naturformasjonar, skal merkt OB-linje alltid reknast som gjeldande grense).  
Relief: Ligg disken god, men tett på gjerde, gjerdestolpar eller ved fjellskrent, blir han spela som OB utan straff. Marker nytt lie på line of play, lenger frå korga, på næraste punkt som gir lettelse.  
Vis omsyn.

## Fairway #8

Holet er kalla opp etter ein av primusane for LDGP, Jarle.  
Mando (M):  
Til høgre for merka tre.  
Dropzone (DZ):  
Bruk dropzone ved mando-bom.  
OB:  
Over gjerde. Sjå kvit merking.  
NB!  
Blindt hol. Bruk spottar.  
Vis omsyn.

## Fairway #9

Mando (M):  
Til høgre for markert tre. Sjå merking (M).  
Hazard:  
Merka hazardområde gir eitt straffekast. Disken blir spela frå der han ligg.  
Sjå gul merking.  
Dropzone (DZ):  
Bruk dropzone ved mando-bom.  
OB:  
På eller over asfaltert vei, samt på eller over grusti til venstre.  
(OB).  
OBS:  
Krysande sti i fairway. Bruk spottar!!!  
Vis omsyn.

## Fairway #10

"Einar" er kalla opp etter grunneigar Einar Jostein Lygre.  
Mando (M):  
Til venstre for markert tre. Sjå merking (M)  
Dropzone (DZ):  
Bruk dropzone ved mando-bom.  
OB:  
Utanfor merkte OB-linjer. Sjå kvit merking.  
I eller over elv.  
OBS:  
Kryssande sti. Bruk spottar!!!  
Vis omsyn.

## Fairway #11

Første ACE  
Niclas André Bødtker Christensen under LDGP pargolf 18. mai 2025.  
Mando (M):  
Til høgre for merka tre. Sjå merking (M).

Dropzone (DZ):

Bruk dropzone ved mando-bom.

Hazard:

Merka hazardområde gir eitt straffekast. Disken blir spela frå der han ligg.

Sjå gul merking.

OBS: Kryssande fairway i bakant av korga.

Vis omsyn.

## Fairway #12

OB:

Utanfor merkte OB-linjer. Sjå kvit merking.

I eller over elv. På eller over sti.

NB!

Blindt hol. Bruk spottar.

Ver merksam på kast mot nærliggande hol tett på fairwayen.

Vis omsyn.

## Fairway #13

Første ACE

Are Nyhammer under Vestkysttouren 30. august 2025.

OB:

På eller over sti.

OBS:

Utkast nær sti.

Annen fairway tett på.

Vis omsyn.

## Fairway #14

OB:

Utanfor merkte OB-linjer.

Sjå kvit merking.

NB!

Område rundt korga (sirkel 1 / 10m) kan vere blaut.

Sti langs fairway til venstre.

Vis omsyn.

## Fairway #15

OB:

Utanfor merkte OB-linjer. Sjå kvit merking.

OB i elv.

Dropzone (DZ):

Bruk dropzone ved OB-bom på utkast.

OB-reglar:

Om ein ikkje ligg god etter utkast, kastar ein frå dropzone. Vanlege

OB-reglar gjeld frå dropsone. Sjå kvit merking.

OBS:

Periodevis høg vannstand i elva.

Vis omsyn.

## Fairway #16

Første ACE

Bård Groen Haag under Vestkysttouren 30. august 2025.

OB:

I eller over elv, samt bak merka OB-linje. Sjå kvit merking.

Dropzone (DZ):

Ved OB på utkast.

OB-reglar:

Om ein ikkje ligg god etter utkast, kastar ein frå dropzone. Vanlege

OB-reglar frå dropzone.

OBS:

Periodevis høg vannstand i elv.

Vis omsyn.

## Fairway #17

OB:

Utanfor merkte OB-linjer. Sjå kvit merking.

Finn du den alternative ruta?

OBS! Bilveg til høgre for fairway.

Vis omsyn.

## Fairway #18

OB:

Utanfor merkte OB-linjer. Sjå kvit merking.

Over gjerde inn til bhg.

NB!

OB-området ved elva kan vere sigemyr. Ver merksam.

OBS:

Nær barnehage, parkeringsplass og fylkesveg.

Vis omsyn.



# Lindås Discgolf

Caddie book by  
Bård Groenhaag  
Lindås DiscGolf