

Håskén Diskgolfbane

1

Par  
3Lengde  
101 m

OB-linje på andre siden av vannet. Denne er markert med hvite pinner.

Klarer man ikke å kaste forbi disse pinnene på det første kastet, så tar man neste kast fra droppsonen og man får også et straffekast. Dette gjelder også hvis disken har vært innom godt område og så rullet tilbake i OB.

#### NYTTIG Å VITE

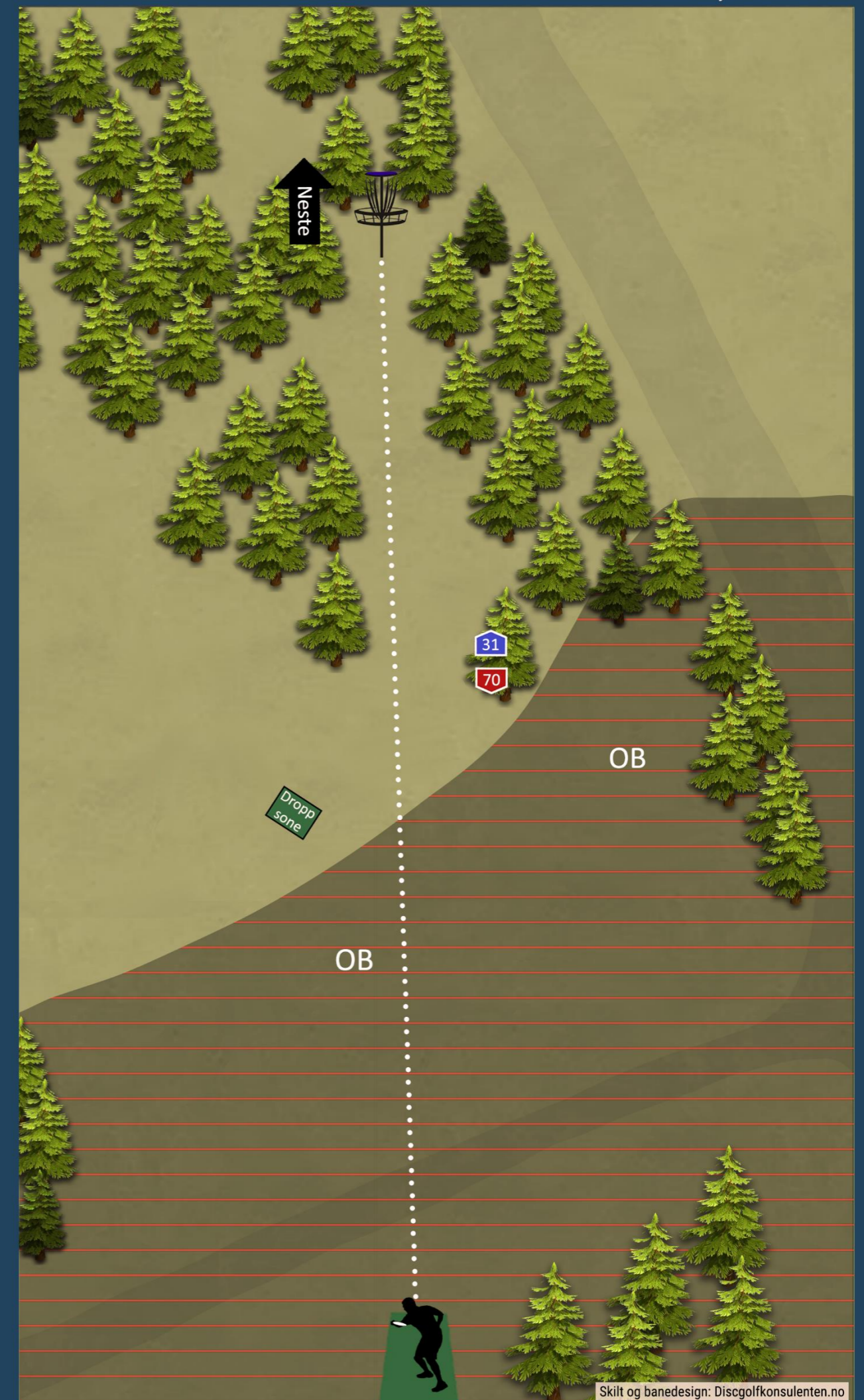
Hvis disken stopper på ett område som er markert som OB(out of bounds), så har man kastet utenfor selve banen. Da SKAL man flytte disken til stedet der disken passerte OB-linjen + at man i tillegg trekker disken inntil 1 meter inn fra linjen, i valgfri retning. Spilleren gis også ett straffekast.

Det kan være unntak fra denne regelen, men da står dette beskrevet på utkastfeltskiltet. Som på dette hullet.

#### STØTTESPILLER



#### HØYDEPROFIL



Håsken Diskgolfbane

2

Par  
3Lengde  
62 m

Ingen spesielle regler å ta hensyn til på dette hullet.

#### NYTTIG Å VITE

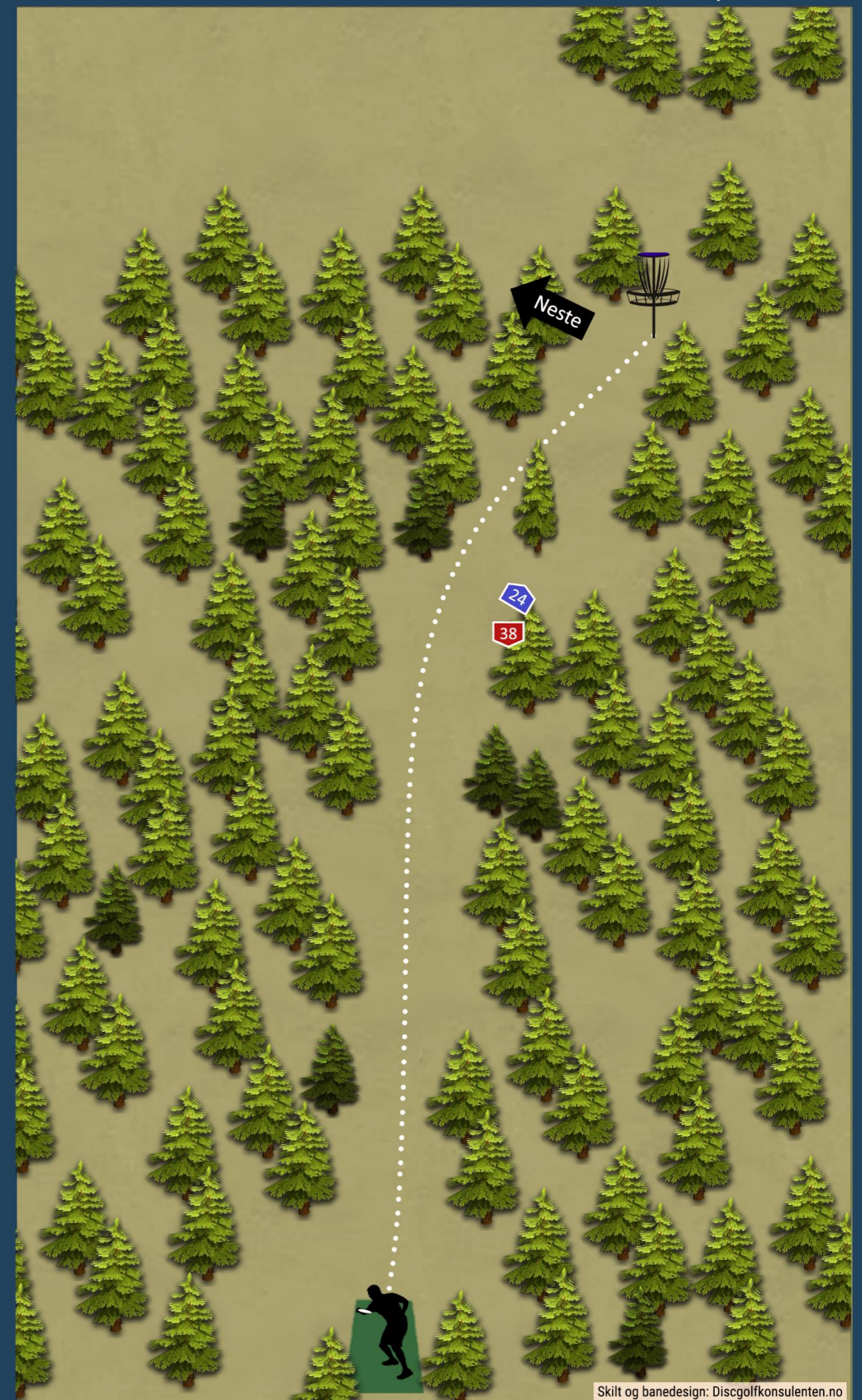
“Par” er et uttrykk som sier noe om vanskelighetsgraden og er det antall kast som det forventes at en god spiller skal bruke på hullet. Det er derfor ikke uvanlig at en nybegynner kan bruke flere kast enn det som er satt som par. Bruker man ett kast mer enn par, kalles det “bogey”. Bruker man derimot et kast mindre enn det som er satt som hullets par, kalles det “birdie”.

STØTTESPILLER



HØYDEPROFIL

0 m



Håskén Diskgolfbane

3

Par  
3Lengde  
126 m

Ingen spesielle regler å ta hensyn til på dette hullet.

#### NYTTIG Å VITE

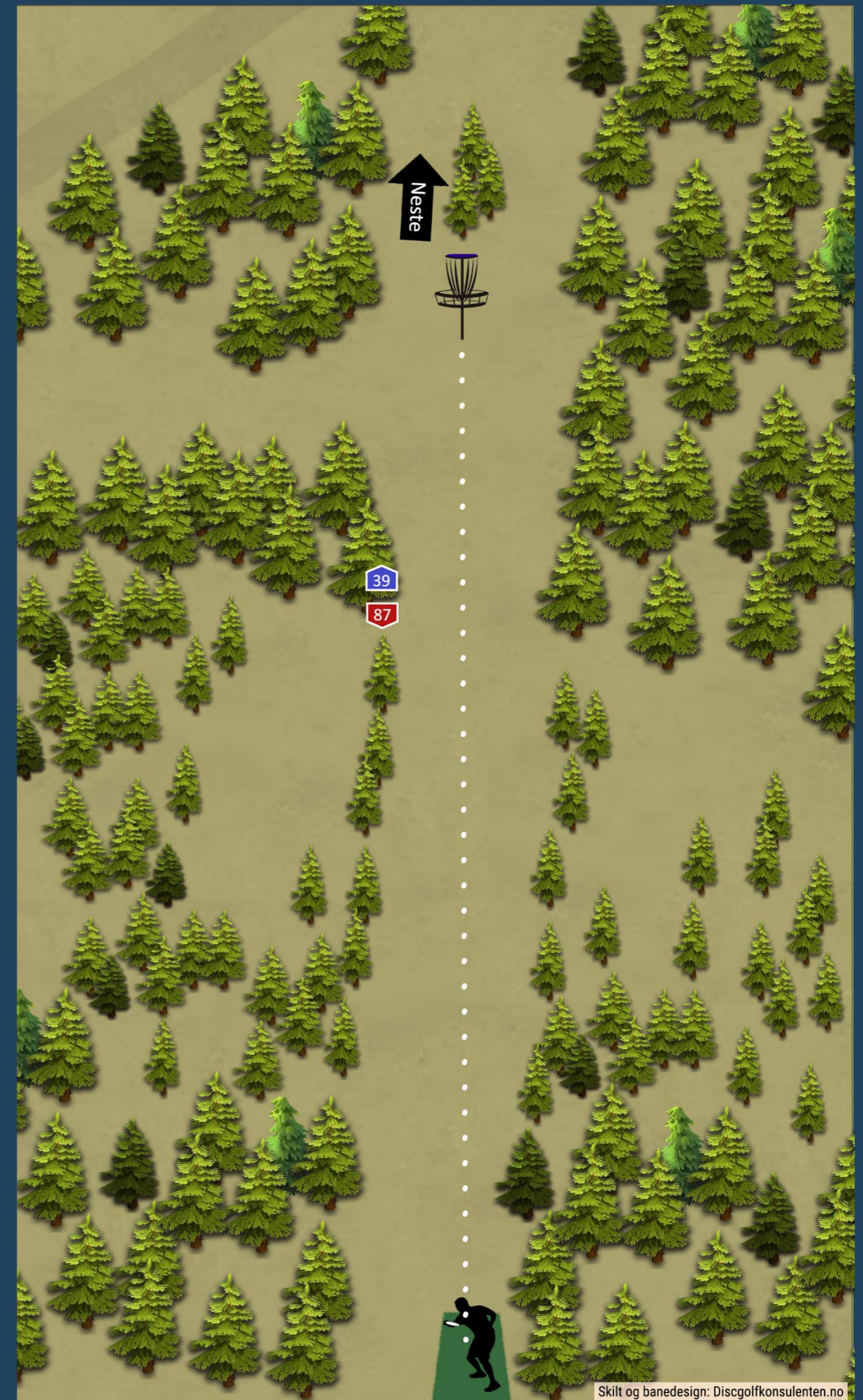
Etter at alle har gjort sitt første kast på et hull, er det alltid den som ligger lengst fra kurven som skal kaste neste gang. Uansett hvor mange kast personen har gjort tidligere på hullet.

STØTTESPILLER

**aktiv.**  
Eiendomsmegling

HØYDEPROFIL

0 m



Håskén Diskgolfbane

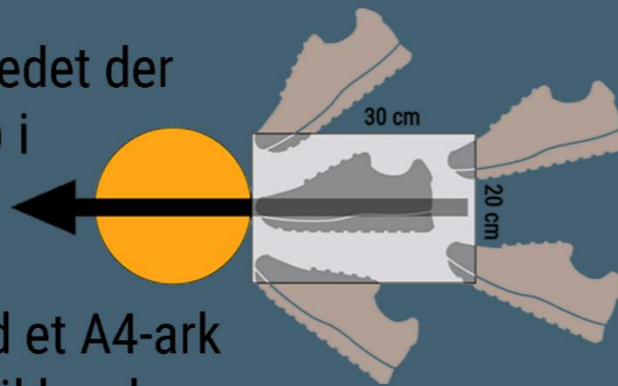
4

Par  
3Lengde  
107 m

Det er OB på grusveien og andre siden av den.

#### NYTTIG Å VITE

Når man kommer frem til sin disk, markeres stedet der disken ligger ved å legge en markør (mini-disk) i forkant. Pass på at føttene plasseres riktig når du skal kaste. En fot skal være BAK markøren, men innenfor et tenkt område på størrelse med et A4-ark når kastet utføres. Den andre foten kan heller ikke plasseres nærmere kurv enn der markøren ligger.



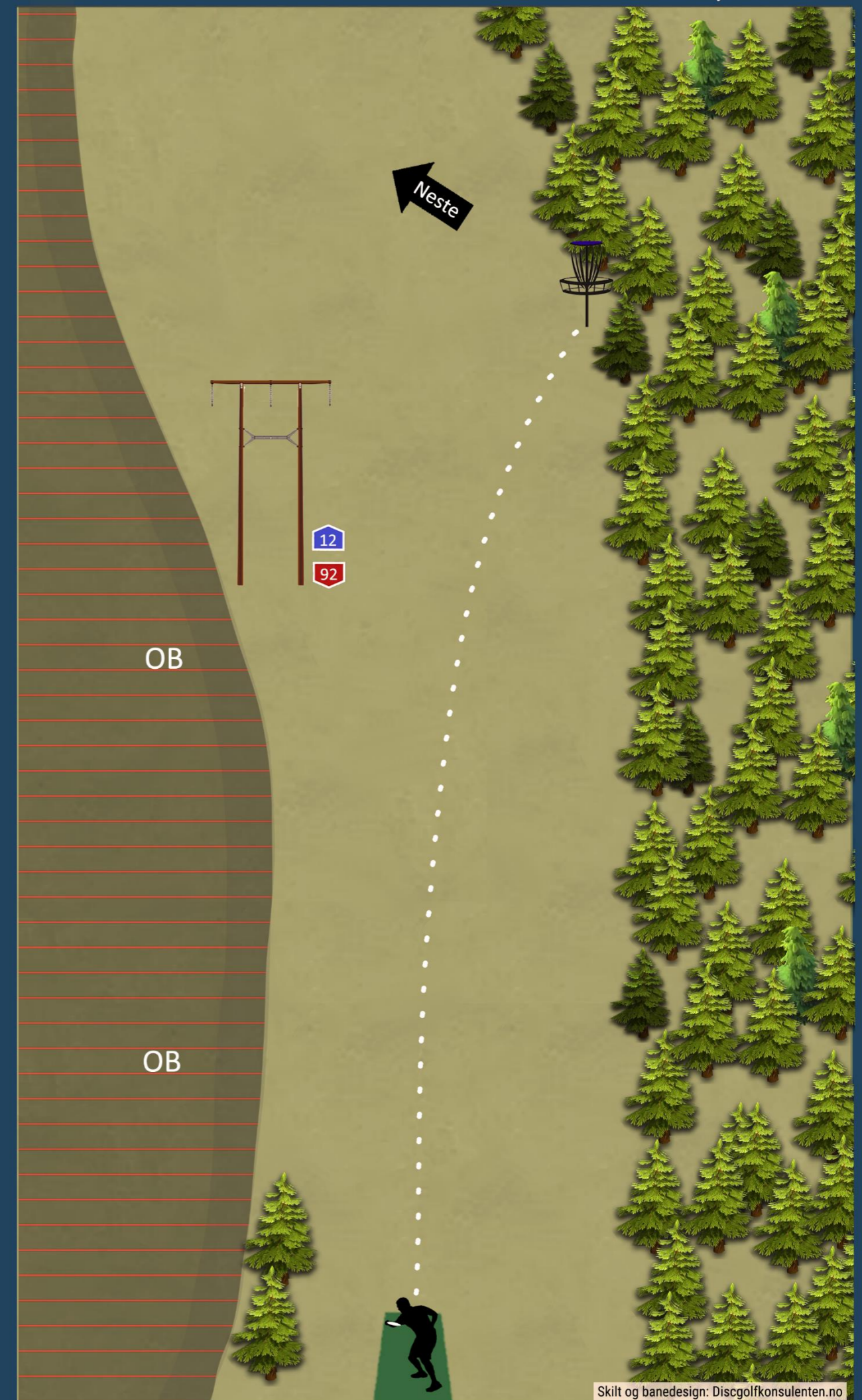
#### STØTTESPILLER



Tlf: 333 20 001

#### HØYDEPROFIL

+1 m



Skilt og banedesign: Discgolfkonsulent.no

Håsken Diskgolfbane

5

Par  
4Lengde  
145 m

To mandoer. Bommer man på den første, så kaster man på nytt fra utkastfeltet mot ett straffekast.

Bommer man på den andre mandoen, så bruker man droppsonen som er ca 20 meter før mando, på venstre side av fairway. Og får ett straffekast.

#### NYTTIG Å VITE

"Mando" betyr at det er en tvungen kasteretning. En mando er ofte markert med et skilt med piler som henger på et tre. Du må kaste på den siden som pilen peker.

Ved bom tar du neste kast fra droppsonen og spiller gis ett straffekast i tillegg. Det kan være unntak fra denne regelen, men da står dette beskrevet på utkastfeltskiltet.

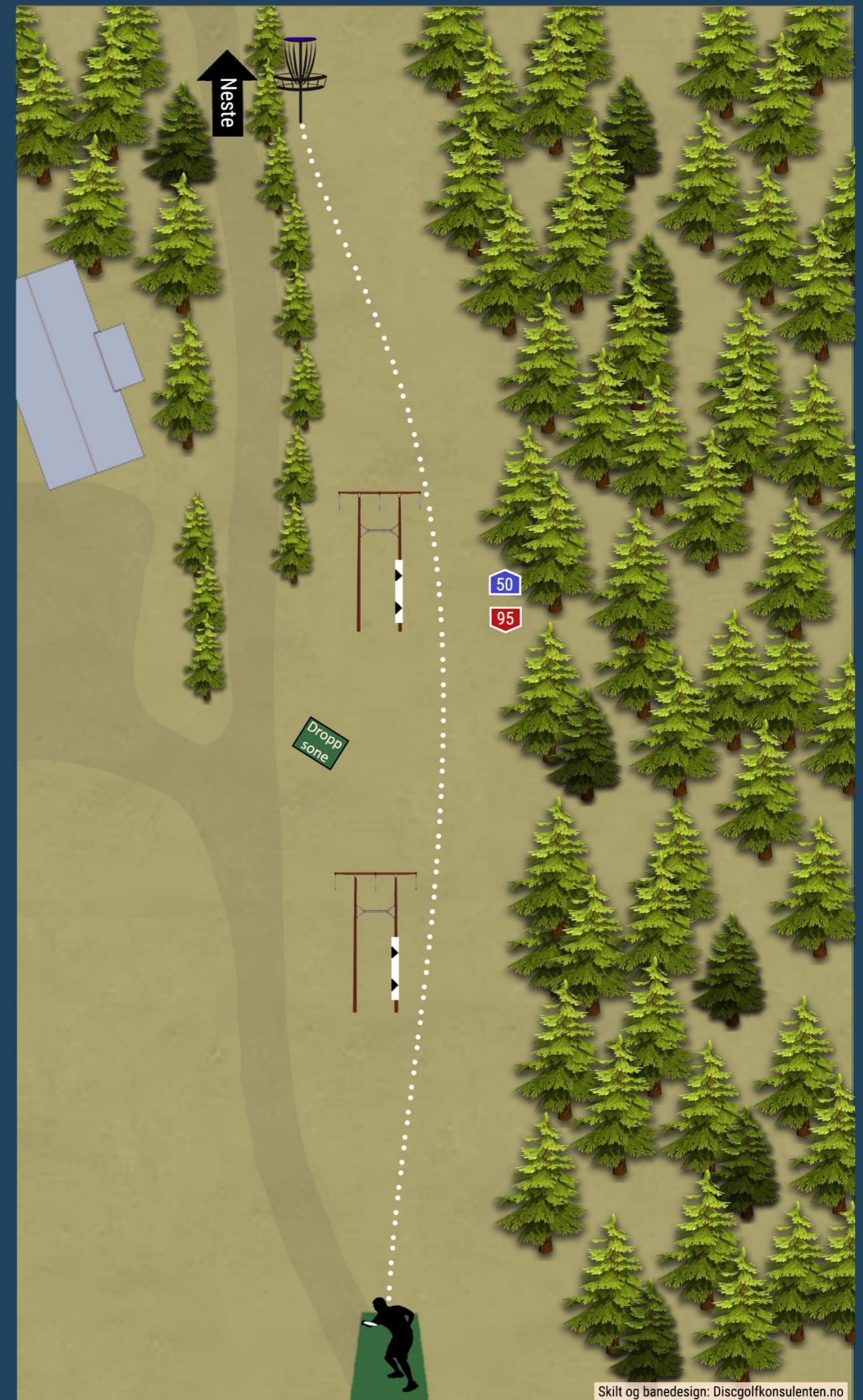
STØTTESPILLER



**Gjensidige**  
Andebu

HØYDEPROFIL

-2 m



Håskén Diskgolfbane

6

Par  
3Lengde  
105 m

Et stort område på høyre side før kurven er OB.

#### NYTTIG Å VITE

Det er ikke lov å knekke/bøye greiner eller flytte gjenstander for å utføre et kast. Unntaket er å flytte løse gjenstander (f.eks kvist) som ligger rett BAK markøren for å få godt fotfeste.

Lander disken i et tre og ikke kommer ned av seg selv, tas neste kast fra bakkeplan rett under der disken landet. Dette gir ingen straffekast.

#### STØTTESPILLER



#### HØYDEPROFIL

-1 m



Håskén Diskgolfbane

7

Par  
4Lengde  
158 m

OB i myra på høyre side.

## NYTTIG Å VITE

Sikkerhet har alltid førsteprioritet. Kast aldri hvis det er fare for å treffe spillere, turgåere, kjøretøy eller bygninger. Stå alltid bak den som kaster. På den måten skjer det færre ulykker og skader.

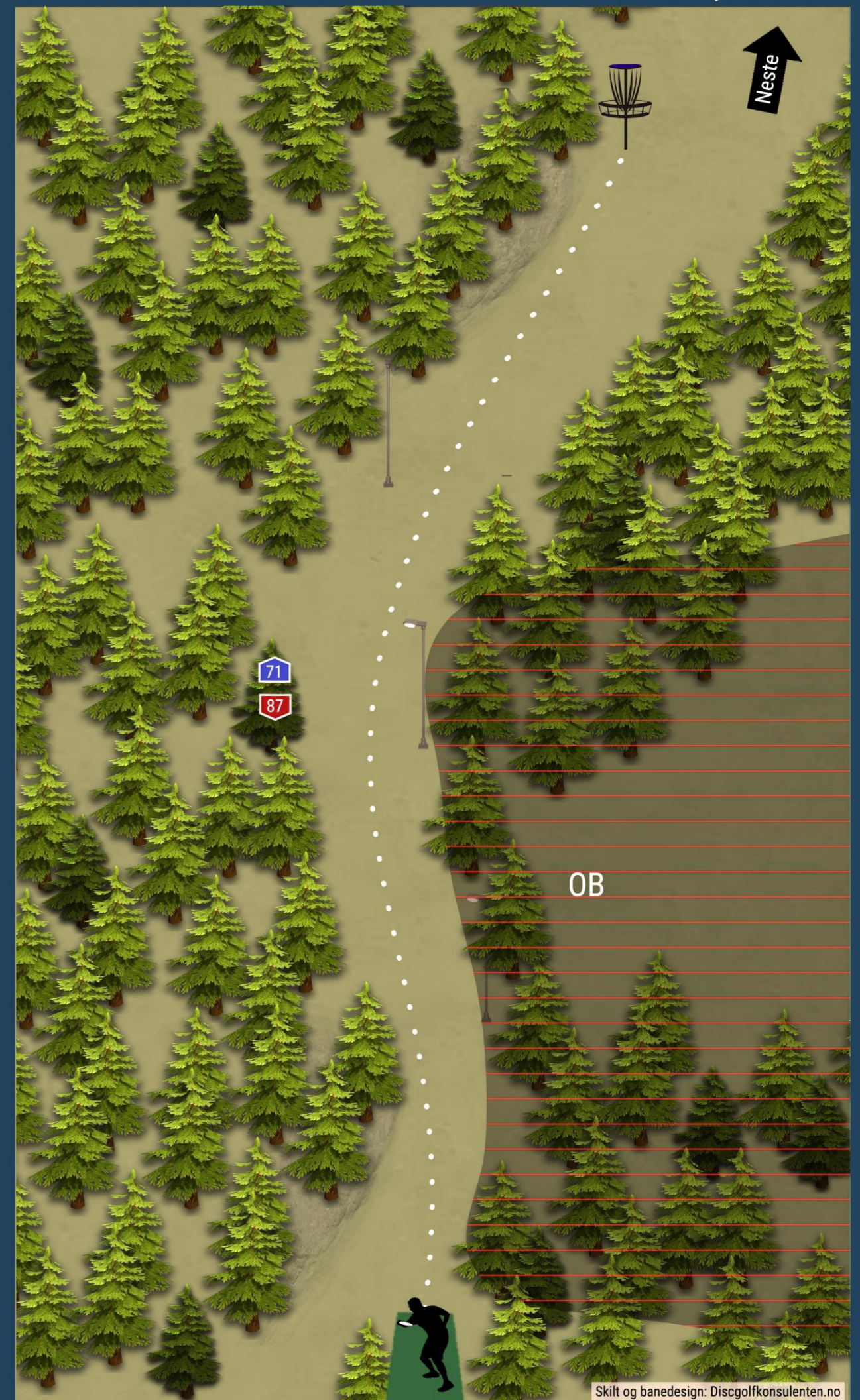
Sandefjord Frisbeeklubb



Meld deg inn i Sandefjord Frisbeeklubb du også! Vipps 300 kr til 10777, og klubben vil ta kontakt med deg...

HØYDEPROFIL

-2 m



Håsken Diskgolfbane

8

Par  
3Lengde  
97 m

Ingen spesielle regler å ta hensyn til på dette hullet.

#### NYTTIG Å VITE

Stå i ro og vær stille når andre kaster. Spiller du i en gruppe som lager kø, er det god rutine å slippe gruppen bak forbi. Dette skaper trygghet og god flyt for alle som spiller.

Det kan ellers være lurt å unngå å spille med flere enn 5 i en gruppe. Blir dere flere, del dere heller i to grupper.

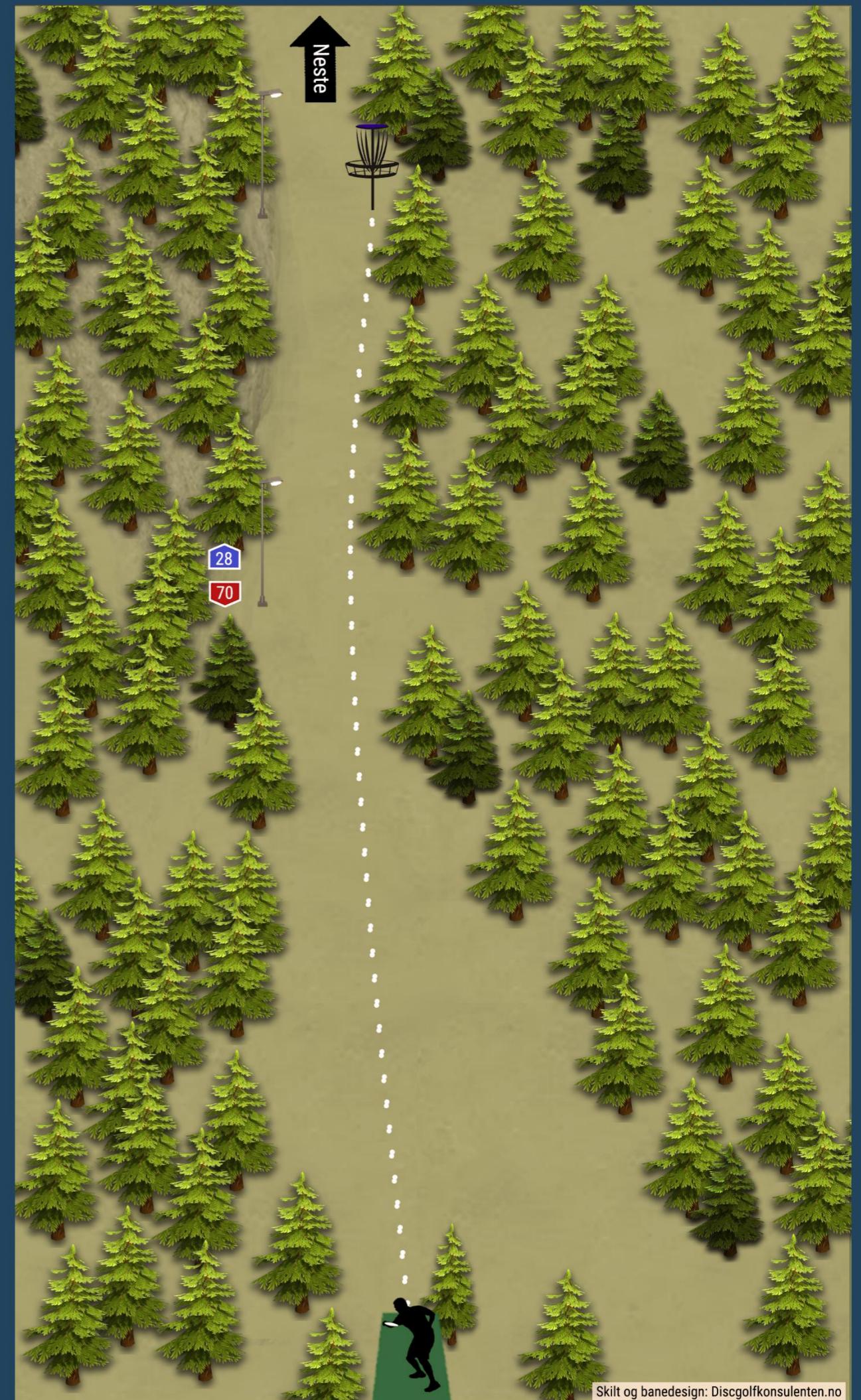
#### STØTTESPILLER



**ANDEBU**  
SPAREBANK

#### HØYDEPROFIL

-1 m



Håskén Diskgolfbane

9

Par  
3Lengde  
87 m

Ingen spesielle regler å ta hensyn til på dette hullet.

#### NYTTIG Å VITE

Etter at alle har gjort sitt første kast på et hull, er det alltid den som ligger lengst fra kurven som skal kaste neste gang, uansett hvor mange kast personen har gjort tidligere på hullet.

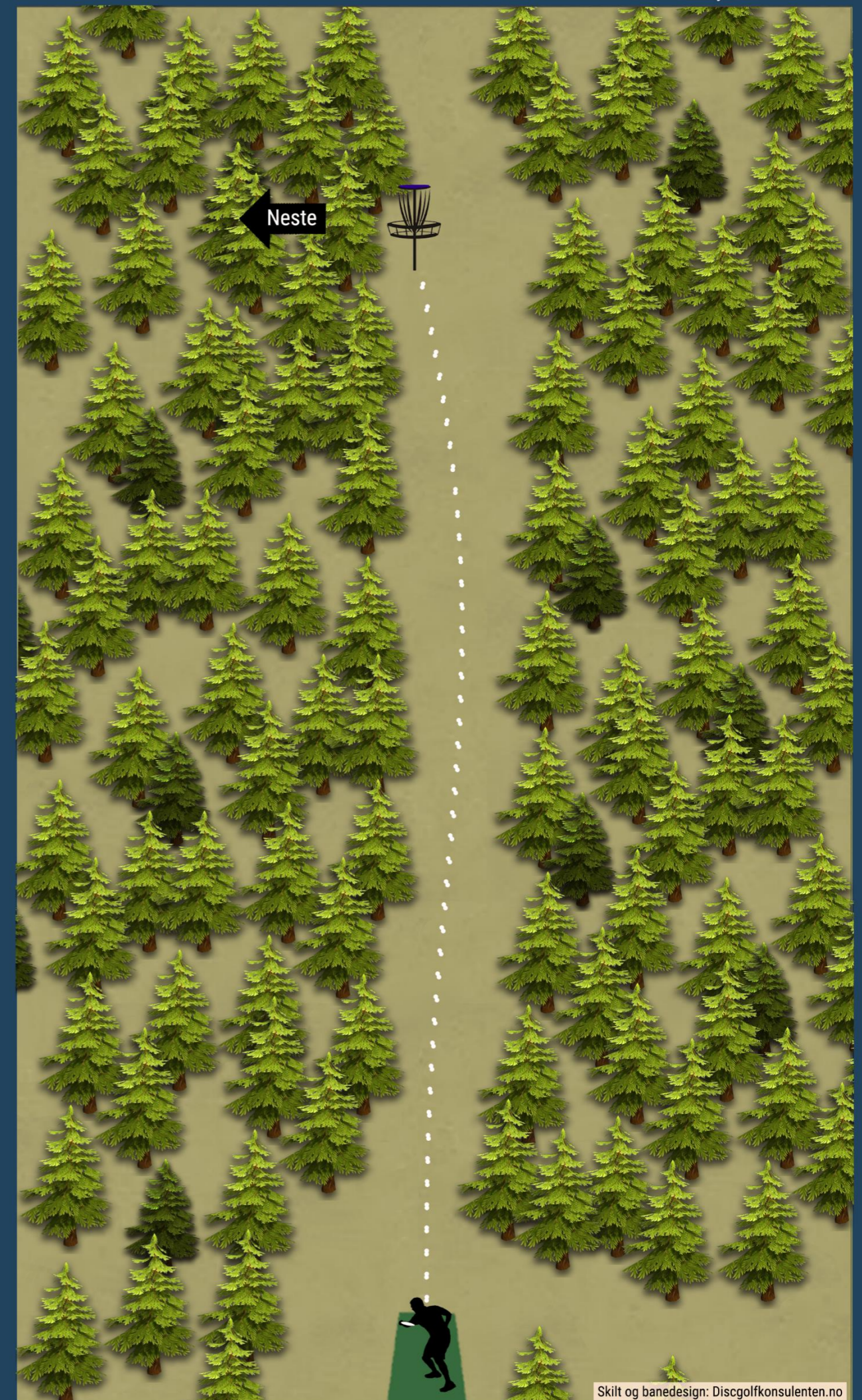
#### STØTTESPILLER



**Gjensidige**  
Andebu

#### HØYDEPROFIL

+10 m



Håskén Diskgolfbane

**10**Par  
**3**  
Lengde  
**86 m**

Ingen spesielle regler å ta hensyn til på dette hullet.

#### NYTTIG Å VITE

Du har maks. 30 sekunder på deg til å gjennomføre kastet. Tiden starter når det er din tur til å kaste. Dette gjøres for at gruppene bak ikke må vente unødvendig mye.

Er du på en treningsrunde og ingen spillere venter, så kos deg og ta den tiden du trenger.

#### STØTTESPILLER



#### HØYDEPROFIL

+3 m



Håskén Diskgolfbane

11

Par  
3  
Lengde  
68 m

På dette hullet så er det satt opp en høydemando. For å ivareta sikkerheten for andre som bruker området. Man må derfor kaste under denne.

Utkastfeltet skal brukes som droppsone ved bom på mando.

#### NYTTIG Å VITE

Det er gruppen du spiller sammen med som dømmer underveis, f.eks. om disken har landet i et OB-område eller ikke.

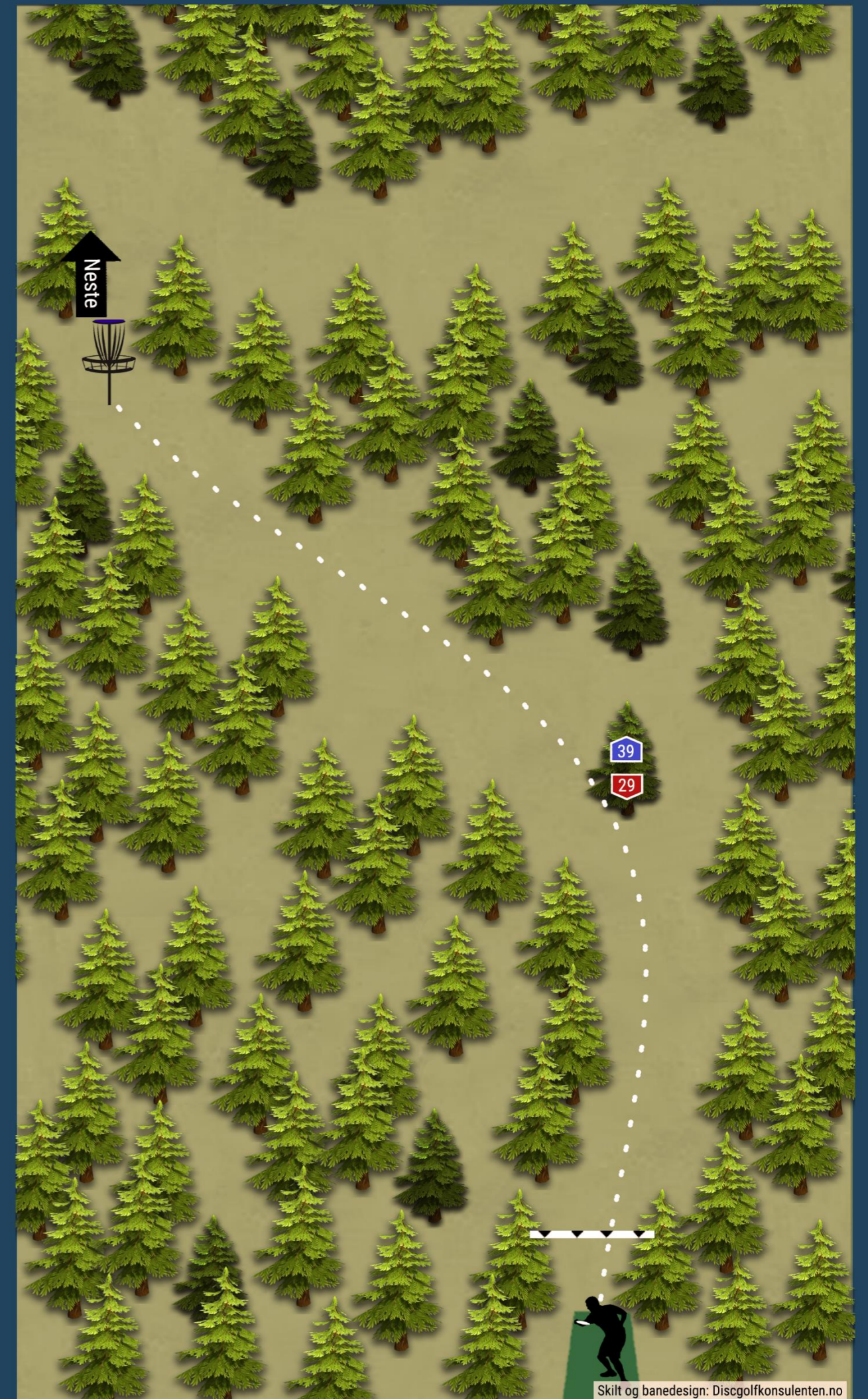
Diskgolf baseres på fair play. Tvil skal komme spilleren til gode.

STØTTESPILLER



HØYDEPROFIL

-9 m



Håskén Diskgolfbane

# 12

Par  
3Lengde  
97 m

Ingen spesielle regler å ta hensyn til på dette hullet.

#### NYTTIG Å VITE

Et hull er avsluttet når disken ligger i selve kurven. Hvis disken henger i kjettingen, er dette også godkjent. Men hvis den blir liggende på toppen av kurven, er hullet ikke avsluttet og spilleren må ta ett kast til.

#### STØTTESPILLER

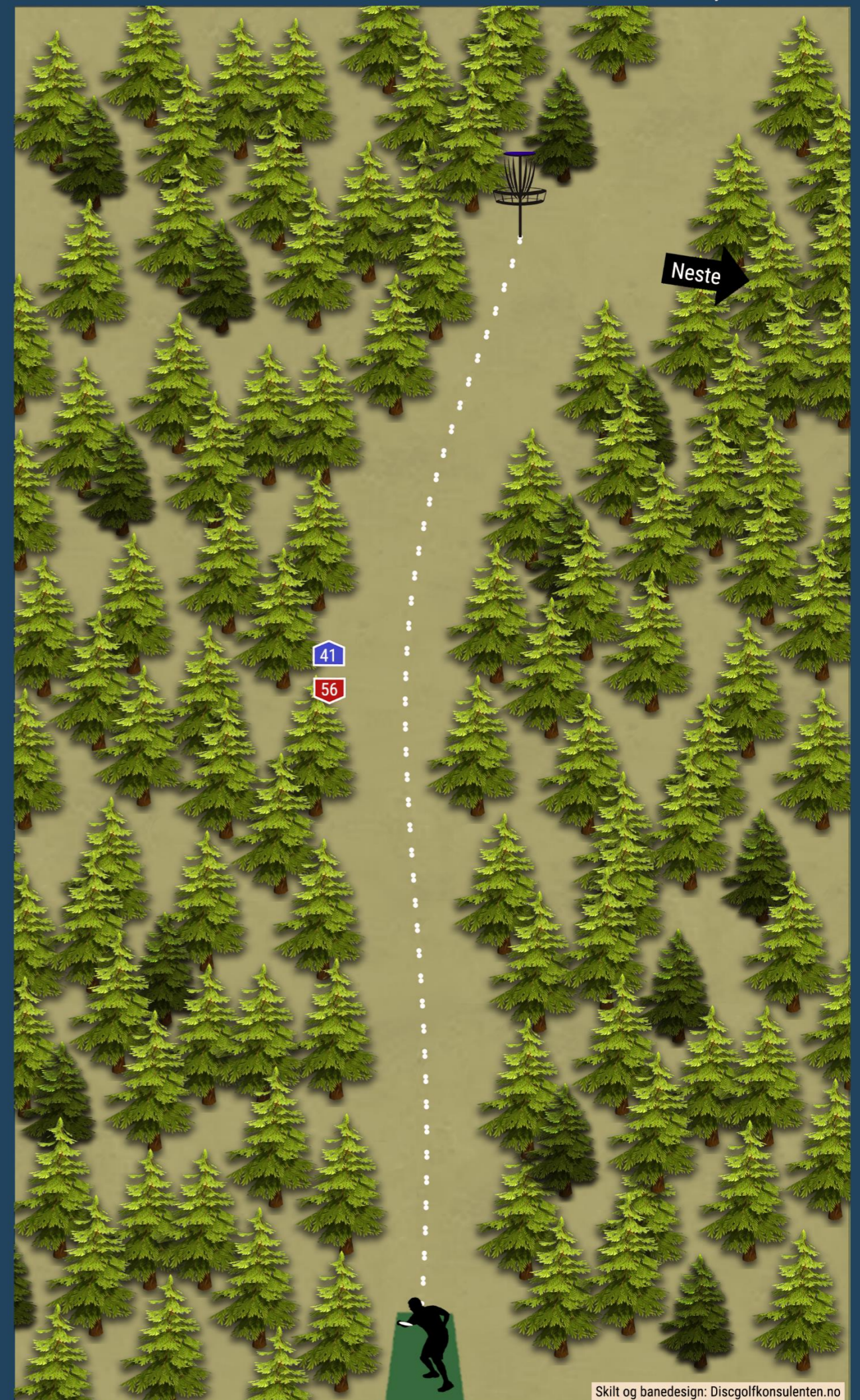


ANLEGGSGARTNERMESTER

**Håkonsen & Sukke**  
LANDSKAPSENTREPRENØR

#### HØYDEPROFIL

0 m



Håskén Diskgolfbane

**13**Par  
**3**Lengde  
**62 m**

Ingen spesielle regler å ta hensyn til på dette hullet.

#### NYTTIG Å VITE

“Par” er et uttrykk som sier noe om vanskelighetsgraden og er det antall kast som det forventes at en god spiller skal bruke på hullet. Det er derfor ikke uvanlig at en nybegynner kan bruke flere kast enn det som er satt som par.

Bruker man et kast mer enn par, kalles det “bogey”. Bruker man derimot ett kast mindre enn det som satt som hullets par, kalles det “birdie”.

Sandefjord Frisbeeklubb



Prøv gjerne også de andre 18 hulls diskolfbanene i Sandefjord (i stigende vanskelighetsgrad) : Knattholmen-Bugården-Kodal

HØYDEPROFIL

-2 m



Håskén Diskgolfbane

14

Par  
4Lengde  
128 m

Ingen spesielle regler å ta hensyn til på dette hullet.

#### NYTTIG Å VITE

Man kan alltid velge å kaste på nytt fra der disken sist lå, mot ett straffekast. Dette gjelder uansett hvor du er på banen, også fra utkastfeltet.

Det er ikke så ofte dette lønner seg, men et eksempel kan være om du kaster så langt inn i skogen at du bruker minst 2 kast på å komme deg ut igjen.

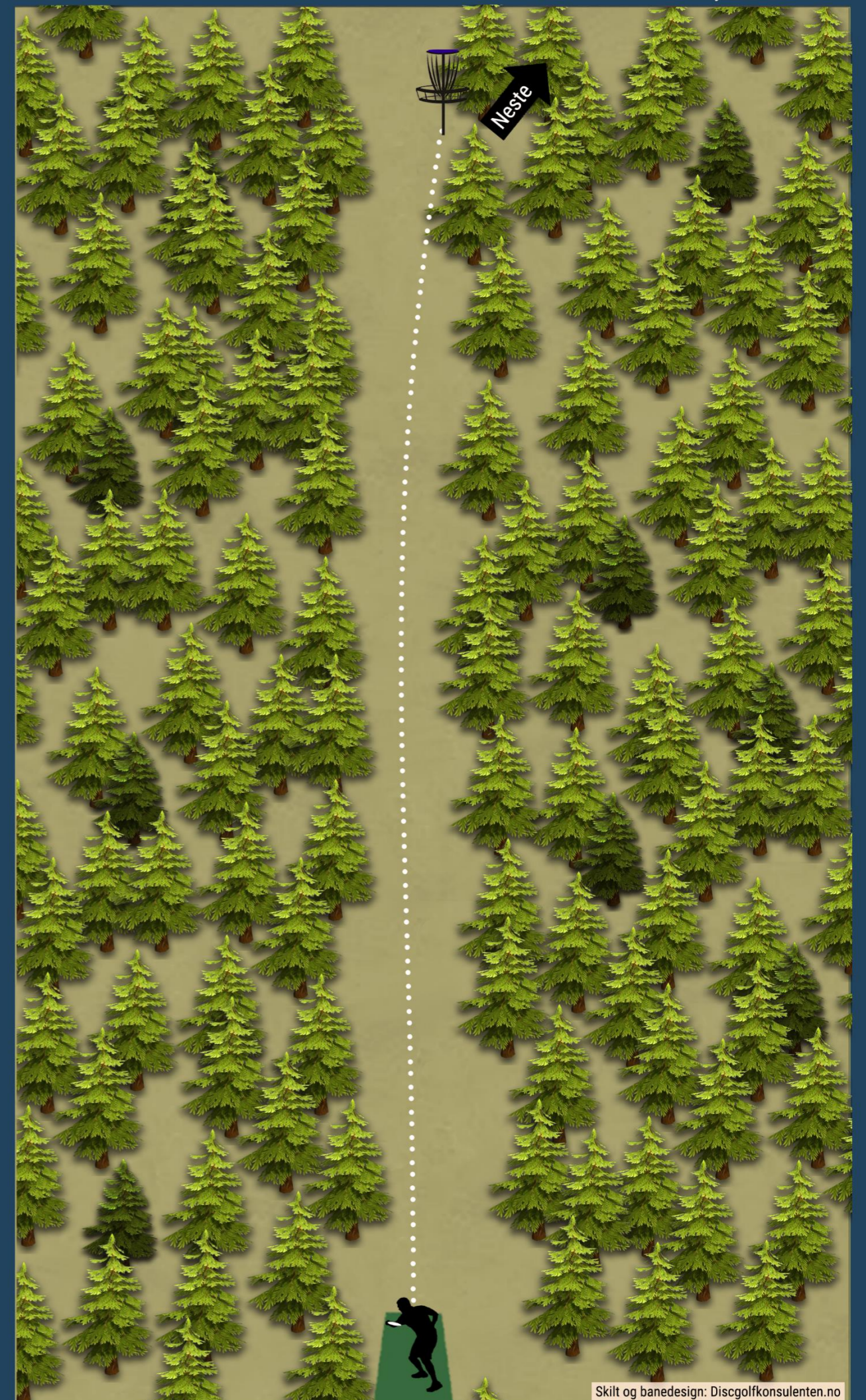
#### STØTTESPILLER



**Gjensidige**  
Andebu

#### HØYDEPROFIL

-5 m



Håsken Diskgolfbane

**15**Par  
**3**  
Lengde  
**70 m**

På dette hullet så er det satt opp en mando på høyre side etter få meter. Dette er gjort for å ivareta sikkerheten for andre som bruker området. (minske sjansen for at kast over trærne går alt for langt til høyre)

Utkastfeltet skal brukes som droppsoner ved bom på mando.

**NYTTIG Å VITE**

Det anbefales at du skriver inn ditt navn og telefonnummer på undersiden av disken. Da er det større sjanse for at du får den igjen hvis du mister den og andre finner den.

Er det du som finner en disk, send gjerne eier en melding om dette, eventuelt legg den i "lost disk-kassa" ved droppsonen på hull 18.

**STØTTESPILLER**


Seim  
Gjerde

**HØYDEPROFIL**

-7 m



Håsken Diskgolfbane

# 16

Par  
3Lengde  
125 m

OB på høyre side helt frem til kurv. Kaster man i OB fra utkastfeltet, så skal neste kast tas fra droppsonen. Droppsonen er utkastfeltet som står på venstre side i bunn av bakken.

Fra og med kast nr 2, så spilles det med vanlige OB-regler.

**NYTTIG Å VITE**

Hvis det oppstår en situasjon hvor en spiller på et annet hull har kastet litt feil og nå befinner seg på det hullet du spiller på, er vanlig praksis at spillere på det høyeste hullnummeret har forkjørsrett.

STØTTESPILLER



HØYDEPROFIL



Håskén Diskgolfbane

17

Par  
3Lengde  
69 m

Ingen spesielle regler å ta hensyn til på dette hullet.

#### NYTTIG Å VITE

Det er lov med tilløp, samt tråkke over disken eller markøren etter at disken er kastet, så lenge du ikke er mindre enn 10 meter fra kurven.

Innenfor 10 meter må spilleren vise balanse bak diskens plassering/markør etter at kastet er gjennomført.

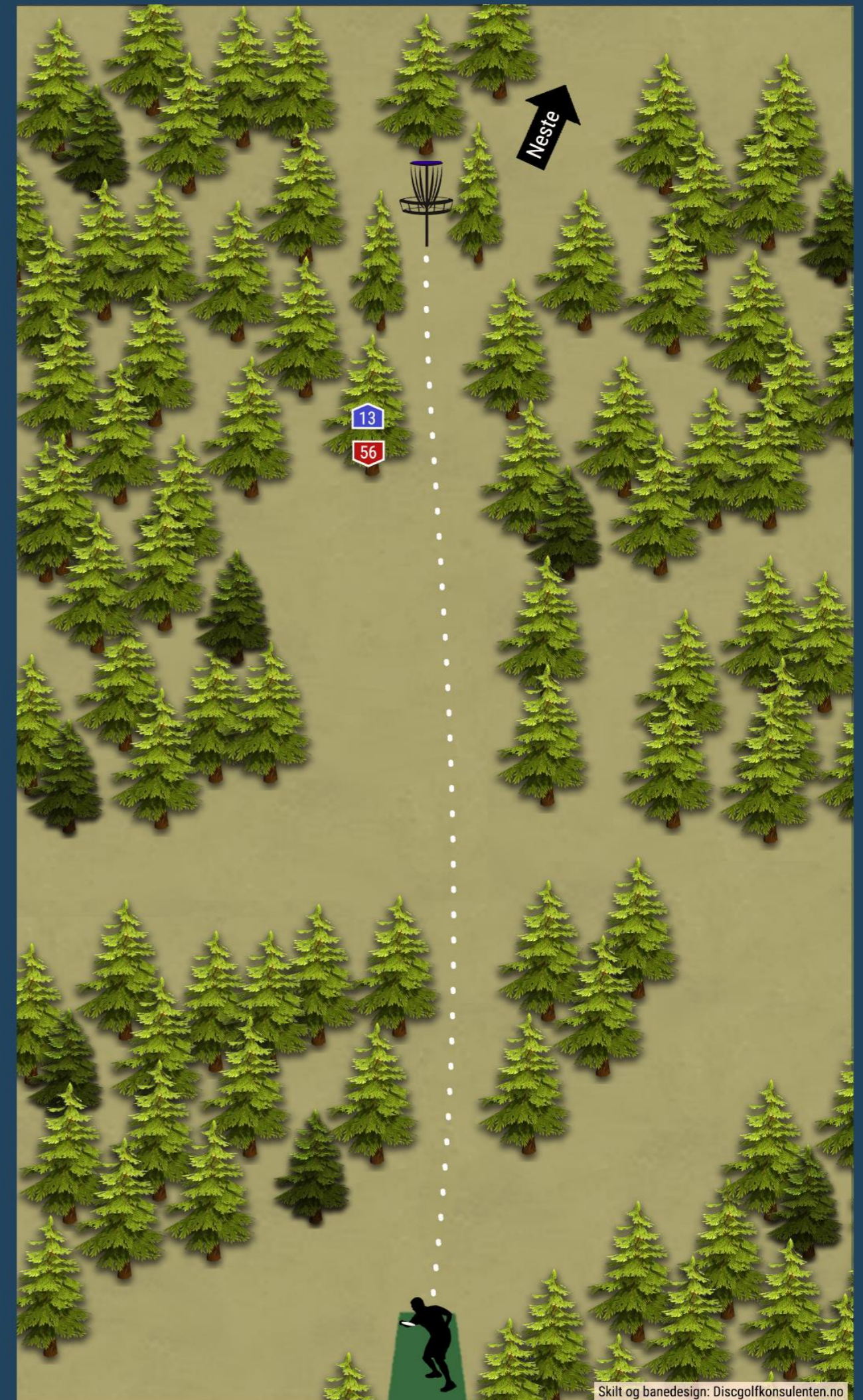
Sandefjord Frisbeeklubb



Sandefjord Frisbeeklubb ble stiftet i 2011. Klubben hadde 36 medlemmer i 2016. Deretter har medlemstallene vokst til 105 i 2020 og over 240 i 2023.

HØYDEPROFIL

0 m



Håsken Diskgolfbane

**18**Par  
**3**Lengde  
**44 m**

Kastes det ut i OB fra utkastfeltet, skal neste kast tas fra droppsonen. Det gis også ett straffekast.

Kastes det ut i OB fra kast nummer to, spilles det med vanlige OB-regler.

## STØTT OSS

Støtt videre drift og utvikling av banen ved å gi et lite bidrag via Vipps.  
Vippsnummer : **10777**

Tusen takk for ditt bidrag!

## STØTTESPILLER



## HØYDEPROFIL

