

Grundläggande spelregler – frisbeegolf!

- *Se till att fairway (banan) är fri från människor och djur innan du kastar.
- *Utkastordningen på korg 1 lottas. På nästföljande korg kastar den spelare först, som hade bäst resultat på korgen innan.
- *Utkastet görs med den stödjande foten inom en zon 2 meter bakom utkastbrädan. Efter att discen (frisbeen) har släppts är det tillåtet att stiga över brädan.
- *Platsen för nästföljande kast sker från discens (frisbeens) främre del som markeras med en minidisc (minifrisbee). Ansats är inte tillåten. Det är även tillåtet att stiga ut med foten åt sidan , dock inte närmare korgen.
- *Den spelare som är längst från korgen kastar alltid först.
- *Marken framför markeringen får beröras direkt efter det att discen (frisbeen) har kastats. Vid puttar (kast kortare än 10 meter från korgen) får man inte stiga över markeringen förrän full balans uppvisats.
- *En disc (frisbee) som hamnar OB (Out of Bounds) måste spelas från platsen där discen (frisbeen) passerade OB-gränsen. Man får markera 1 m in på fairway (banan). Ett pliktkast utdelas.