

グラウンドゴルフ

グラウンドゴルフは、こどもから大人まで誰でも手軽に楽しめる軽スポーツです。
専用のスティックでボールを打ち、できるだけ少ない打数でホールポストをねらいます。

- 対 象 : こどもから大人まで誰でも
 実施人数 : 42名まで(1グループ6名、7グループが一度に実施できます)
 所要時間 : 30分～60分
 場 所 : 平らで広い場所ならどこでも
 準 備 物 : [センターで用意しているもの]



スティック



ボール(6色)



ホールポスト



別紙参照

スコア用紙

※事前に資料をお渡ししますので、団体で必要部数を用意してください。

[個人で用意していただくもの]

運動しやすい服装、筆記用具、スコアカード、説明用紙のコピー

- 進め方 : ①コース作り(団体ごとでコース設定をします)
 ※場所については事務所・管理棟にてご相談ください。
 ②スタート地点を決め、ホールポストを設置します。
 ③ジャンケン等で順番を決めます。
 ④スタート地点にボールを置き、スティックでホールポストをねらって打ちます。
 ⑤ホールごとに、ホールポストまでの打数をスコア用紙に記入します。
 (ホールポストの輪の中で止まるまでの打数です)
 ⑥全コース終了後、合計打数の少ない人が勝ちです。
 ※空振りは打数に数えません。
 ※1打目でホールポストに入った場合は、合計打数から3打差し引きます。
 ※ホールポストは合計8ホールあります。

- そ の 他 : 活動場所、貸出備品には限りがありますので事前にお問い合わせ下さい。
 複数団体と利用が重なった場合は調整になります。
 スティックをむやみに振り回すと危険です！絶対にやめましょう。
 人数が多い場合はグループで実施するのもよいでしょう。
 プログラムの説明等自主運営でお願いいたします。

グラウンドゴルフ スコア用紙

名前 ホール						
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
合 計						
順 位						

※1打目（ホールインワン）で入ったホールは ① と記入しておき、ゲーム終了後に
合計打数から3打差し引きます。