

Spelereglar

Start er ved gul markør. Du må ha ein fot på punktet der frisbeen sist landa når du tek neste kast. Stå alltid bak den som kastar. Den/dei som er lengst borte frå korga kastar alltid først. Når ein har fullført heile runden tel ein over antal kast – den som har færrest kast har vunne.

Spel på lag

Gå saman to og to. Det beste kastet av dykk to, vil vera utgangspunktet for neste lagkast. Går fleire lag saman, kaster alle lag seg ferdig frå banestart før laga går vidare. Laget med dårlegast utgangspunkt (kortast kast) kastar først. Når minst ein frå kvart lag har truffe korga, er dykk klar for neste bane.

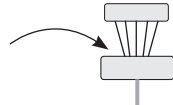
BANE	LAG 1:	LAG 2:	LAG 3:
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
SUM			

Bane

Ein bane består av eit startpunkt (gul markør) og ei tilhøyrande korg. Korga er alltid synleg frå startpunktet.



Gyldig treff:



Poeng

Ein reknar poeng ut frå antall kast. Den med færrest poeng vinn. Slik reknar du poeng på lagspel: når begge på laget har kasta sitt kast, reknar ein kun det beste kastet som teljande. Legg saman antal kast laget brukar for å treffe korga. (T.d. begge to på laget har kasta tre kast kvar på bane 1 til den eine (eller begge) treff korga; noterer dykk 3 poeng på bane 1.)

Tips!

- Ikkje kast hardt men avslappa
- Hald med tre fingrar under frisbeen og kast med laust handledd
- Stå sidelengs for å få god armsving

Spelereglar

Start er ved gul markør. Du må ha ein fot på punktet der frisbeen sist landa når du tek neste kast. Stå alltid bak den som kastar. Den/dei som er lengst borte frå korga kastar alltid først. Når ein har fullført heile runden tel ein over antal kast – den som har færrest kast har vunne.

Spel på lag

Gå saman to og to. Det beste kastet av dykk to, vil vera utgangspunktet for neste lagkast. Går fleire lag saman, kaster alle lag seg ferdig frå banestart før laga går vidare. Laget med dårlegast utgangspunkt (kortast kast) kastar først. Når minst ein frå kvart lag har truffe korga, er dykk klar for neste bane.

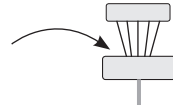
BANE	LAG 1:	LAG 2:	LAG 3:
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
SUM			

Bane

Ein bane består av eit startpunkt (gul markør) og ei tilhøyrande korg. Korga er alltid synleg frå startpunktet.



Gyldig treff:



Poeng

Ein reknar poeng ut frå antall kast. Den med færrest poeng vinn. Slik reknar du poeng på lagspel: når begge på laget har kasta sitt kast, reknar ein kun det beste kastet som teljande. Legg saman antal kast laget brukar for å treffe korga. (T.d. begge to på laget har kasta tre kast kvar på bane 1 til den eine (eller begge) treff korga; noterer dykk 3 poeng på bane 1.)

Tips!

- Ikkje kast hardt men avslappa
- Hald med tre fingrar under frisbeen og kast med laust handledd
- Stå sidelengs for å få god armsving