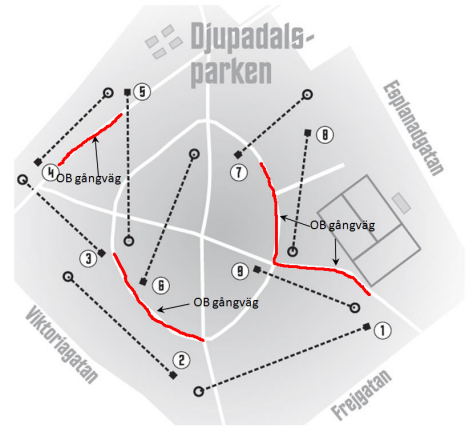




Hässelholm Frisbeförening
www.hasselholmff.se
info@hasselholmff.se
Bg: 466-3969

Grundläggande spelregler

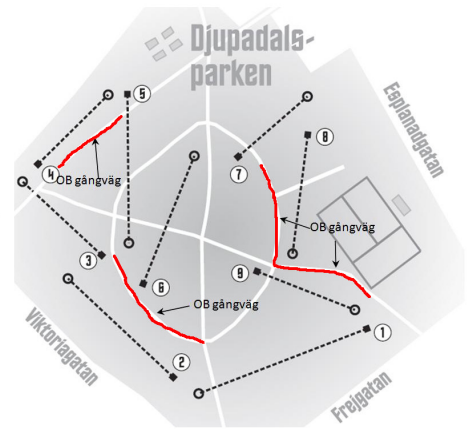
- › Se till att fairway är fri från människor och djur innan du kastar.
- › Utkastordningen på hål 1 lottas.
- › På nästföljande korg kastar den först som hade bäst resultat på korgen innan.
- › Utkastet görs med den stödjande foten inom en zon på 3 meter bakom utkastmarkeringen. Efter att discen har släppts är det tillåtet att stiga över markeringen.
- › Platsen för nästföljande kast sker från discens främre del som markeras med en markeringsbricka. Vid kastet skall den stödjande foten placeras inom 30 cm rakt bakom markeringsbrickan. Ansats är tillåten. Det är även tillåtet att stiga ut med ena foten åt sidan, dock ej närmare korgen.
- › Den spelare som är längst från korgen kastar alltid först.
- › Marken framför markeringen får beröras direkt efter det att discen har kastats.
- › Vid puttar (kast kortare än 10 meter från korgen) får man inte stiga över markeringen förrän full balans uppvissats.



Hässelholm Frisbeförening
www.hasselholmff.se
info@hasselholmff.se
Bg: 466-3969

Grundläggande spelregler

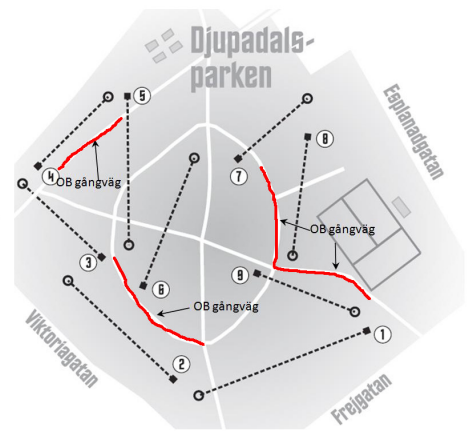
- › Se till att fairway är fri från människor och djur innan du kastar.
- › Utkastordningen på hål 1 lottas.
- › På nästföljande korg kastar den först som hade bäst resultat på korgen innan.
- › Utkastet görs med den stödjande foten inom en zon på 3 meter bakom utkastmarkeringen. Efter att discen har släppts är det tillåtet att stiga över markeringen.
- › Platsen för nästföljande kast sker från discens främre del som markeras med en markeringsbricka. Vid kastet skall den stödjande foten placeras inom 30 cm rakt bakom markeringsbrickan. Ansats är tillåten. Det är även tillåtet att stiga ut med ena foten åt sidan, dock ej närmare korgen.
- › Den spelare som är längst från korgen kastar alltid först.
- › Marken framför markeringen får beröras direkt efter det att discen har kastats.
- › Vid puttar (kast kortare än 10 meter från korgen) får man inte stiga över markeringen förrän full balans uppvissats.



Hässelholm Frisbeförening
www.hasselholmff.se
info@hasselholmff.se
Bg: 466-3969

Grundläggande spelregler

- › Se till att fairway är fri från människor och djur innan du kastar.
- › Utkastordningen på hål 1 lottas.
- › På nästföljande korg kastar den först som hade bäst resultat på korgen innan.
- › Utkastet görs med den stödjande foten inom en zon på 3 meter bakom utkastmarkeringen. Efter att discen har släppts är det tillåtet att stiga över markeringen.
- › Platsen för nästföljande kast sker från discens främre del som markeras med en markeringsbricka. Vid kastet skall den stödjande foten placeras inom 30 cm rakt bakom markeringsbrickan. Ansats är tillåten. Det är även tillåtet att stiga ut med ena foten åt sidan, dock ej närmare korgen.
- › Den spelare som är längst från korgen kastar alltid först.
- › Marken framför markeringen får beröras direkt efter det att discen har kastats.
- › Vid puttar (kast kortare än 10 meter från korgen) får man inte stiga över markeringen förrän full balans uppvissats.



Hässelholm Frisbeförening
www.hasselholmff.se
info@hasselholmff.se
Bg: 466-3969

Grundläggande spelregler

- › Se till att fairway är fri från människor och djur innan du kastar.
- › Utkastordningen på hål 1 lottas.
- › På nästföljande korg kastar den först som hade bäst resultat på korgen innan.
- › Utkastet görs med den stödjande foten inom en zon på 3 meter bakom utkastmarkeringen. Efter att discen har släppts är det tillåtet att stiga över markeringen.
- › Platsen för nästföljande kast sker från discens främre del som markeras med en markeringsbricka. Vid kastet skall den stödjande foten placeras inom 30 cm rakt bakom markeringsbrickan. Ansats är tillåten. Det är även tillåtet att stiga ut med ena foten åt sidan, dock ej närmare korgen.
- › Den spelare som är längst från korgen kastar alltid först.
- › Marken framför markeringen får beröras direkt efter det att discen har kastats.
- › Vid puttar (kast kortare än 10 meter från korgen) får man inte stiga över markeringen förrän full balans uppvissats.

