

1 3.フライングディスク

【特徴】

- 公園や開けた場所ならのびのび投げられる。
- フライングディスクで様々な競技が楽しめる。
- 世界公式11種目・日本公式1種目ある。



【種目】 (いくつか紹介)

- アルティメット…2チーム7名ずつ、100m×37mのコートでディスクをパスしながら、エンドゾーン内でキャッチすると得点(1点)になるゲーム。
- ガッツ…2チーム5名ずつ、14m(女子13m)間隔でオフenseの選手1人がライン上にいるディフェンス5人にディスクを投げ、キャッチに片手でキャッチに成功か失敗で得点が入る。
- ディスクゴルフ…ディスク専用ゴールに入れるゲーム。18ホールの合計スコアを競う。
- フリースタイル…音楽に合わせてながら時間内に自由な演技をし、完成度・難易度・表現力の合計ポイントを競う。
- ダブル・ディスク・コート…2人1組の2チームが2枚のディスクを投げ合い、相手に同時にキャッチさせる競技。
- ドッジビー…日本公式種目。ソフトディスクを使うドッジボール形式なゲーム。