

LE DISC-GOLF : DU GOLF AUTREMENT !

Découvrez ce sport émergent en cinq points...



Qu'est ce que le disc-golf ?

Sport ludique, écologique et populaire importé des États-Unis, le disc-golf est pratiqué depuis le début des années 70. Il se joue comme le golf mais, plutôt que de lancer une balle à l'aide d'un club, il s'agit pour le joueur de lancer un disque (frisbee) à la force du bras. L'objectif est de réaliser un parcours composé de 9 à 18 trous en un minimum de lancers.

Il existe plus de 2 600 parcours permanents dans le monde dont 1 800 aux États-Unis et au Canada, et 11 en France fin 2008 (sachant qu'il n'en existait un seul en 2002).

Comment jouer ?

Le discgolfeur lance son disque en direction de la cible : une corbeille métallique matérialisant le «trou». Les lancers consécutifs sont exécutés à partir du point de retombée des lancers précédents. Les arbres, le relief sont des obstacles naturels qui sont autant de défis pour les joueurs. Le trou est estimé terminé lorsque le joueur a réussi à lancer son disque dans la corbeille. Il passe ensuite au trou suivant, et cela jusqu'à ce qu'il termine le parcours. Le score est égal au nombre total de lancers, additionné au nombre de points de pénalité.

Points communs avec le golf

Le disc-golf a de commun avec le golf la joie que procure un long putt réussi, ou bien la difficulté rencontrée lorsque le disque heurte un arbre à mi-chemin du fairway. Il possède cependant des caractéristiques différentes : les parcours de disc-golf sont généralement implantés dans les parcs publics ou dans des espaces naturels ; ils ne nécessitent pas de transformation de la flore et ne demandent que peu d'entretien.

Bienfaits et valeurs du disc-golf

Les activités de loisirs prennent de plus en plus de place dans notre quotidien eu égard aux bienfaits sur notre santé et sur la qualité de notre vie.

La pratique de cette discipline sollicite toutes les parties du corps (bras, buste, jambes ...) et demande concentration et dextérité. Cela fait du disc-golf une activité de plein air complète et idéale. Pour les juniors, les adultes comme pour les seniors, la pratique de cette discipline est bénéfique pour la santé et ne requiert pas d'aptitude physique particulière. Cette discipline est naturellement adaptée aux personnes en situation de handicap.

Le Disc-Golf s'inscrit dans les valeurs du développement durable.

Proche de la nature, il est basé sur le fair-play, la courtoisie et la convivialité.

Respect des règles du jeu, de l'environnement et des autres en sont les valeurs essentielles.

Acquisition de matériel :

L'association la Turmelière a fait l'acquisition de 30 disques et de 3 corbeilles mobiles, permettant le transport de ces dernières dans tout le parc et permettant ainsi de diversifier à loisir les lancers des disques. Des animations pédagogiques pour les différents publics accueillis sont en cours d'élaboration.