

フライングディスク

特徴

フライングディスクとは、プラスチック製の円盤状のディスクのことで、一般には「フリスビー」という名称(アメリカ、ワムオー社登録商標)で呼ばれています。

単に、ディスクを投げて遊ぶだけではなく、個人や団体で行うさまざまな競技もあり、体力や経験などをもとに多くの方に親しまれています。

浮力があり、少しの力でも遠くに飛ばすことができ、誰にでも楽しめるスポーツです。

主なフライングディスク競技

アルテメット

7人からなる2チームが、100m×37mのコートでディスクをパスまたは運び、敵陣のエンドゾーンで味方の選手がキャッチすると得点が与えられる、アメリカンフットボールのような競技。

ガッツ

各5人ずつの2チームが、14m(女子13m)間隔の平行戦場に向かい合い、オフェンスと、ディフェンスに分かれて競技します。オフェンス側が1名出て、相手側に対してディスクを投げ、ディフェンスチームはそれをキャッチします。キャッチミスやスローミスにより得点をつけて競い合う競技。

ディスクゴルフ

個々にディスクを持ち、各ホールに設けられた専用のゴールに何投で入れられるかを競う、ゴルフ型のスポーツ。



ディスタンス

ディスクのスロー距離を競う競技。決められたラインから5回スローを行い、飛距離を計算する。

ダブルディスクコート

2人1組の2チームが、17mの間隔をあけた13m四方のコートに別れて、2枚のディスクを相手側に投げあう競技で2枚のディスクを同時に相手に持たせることで得点を上げるルール。

セルフ・コート・フライト

【マキシマム・タイム・アフロト】

ディスクを投げてから、キャッチするまでの滞空時間を競う競技。プレーヤーは、自ら投げたディスクを片手でキャッチしなければならない。1ラウンドで5回投げ、最も長い時間を記録とする。

【スロー・ラン・アンド・キャッチ】

直径4mのサークルからディスクを投げ、自ら走ってそのディスクを片手でキャッチした地点までの距離を計測する。

ディスクソン

1kmのコースを、2枚のディスクを交互に投げて進み、スタートからゴールまでのタイムを競う。途中に設けた数十箇所の通過義務ポイントにディスクを通過させながら進む。

アキュラシー

ディスクのスローコントロールの正確さを競う競技。高さ1mに1.5m四方の正方形の枠(アキュラシー)をゴールとし、正面(13.5m・22.5m・31.5m)、左右方向(13.5m・22.5m)の計7箇所から各4投(28投)を7分間の間に行い、ゴール数を競う。



ドッチビー

ソフトディスクを使用して行う、ドッチボール形式の競技。1チーム13人が、バレーボールコートで行う。

フリースタイル

ディスクを使い、規定時間内に自由な演技(投げる・まわす・キャッチなど)を行い、完成度・難易度・表現力を審判員が審査し合計ポイントで争う競技。

詳しい内容を知りたい場合

日本フライングディスク協会 ホームページ: <http://www.jfda.or.jp/>