



**PER QUÈ I COM
INSTAL·LAR
UN RECORREGUT
DE DISC GOLF ►►►**

ÍNDEX >>>

Per què el disc golf	04
Beneficis del disc golf	06
Disseny del recorregut	16
Recorregut bàsic	22
Elements del recorregut	24
Camps privats	30
Iniciant el procés	32
Suport adicional	34

PDGA[®]
EUROPE

www.pdga.com/europe



*"El Disc Golf té avantatges clars
tant per als jugadors com per a
les administracions públiques"*

NOAH SMITHSON
CAMPIÓ DEL REGNE UNIT

PER QUÈ EL DISC GOLF



L'ESPORT

El **disc golf** és un esport similar al golf, en el qual els pals i les boles es substitueixen per **discs voladors** o "frisbee" i els forats per **cistelles metàl·liques** fixades a terra. Els jugadors segueixen el recorregut -generalment de **9 o 18 forats**- llançant des de la zona de sortida i intentant ficar el disc a la cistella en el **menor nombre possible de llançaments**.



BENEFICIS

- ✓ Assequible i accessible
- ✓ Promoció de la salut
- ✓ Ecològic
- ✓ Estimula l'economia
- ✓ Provat amb èxit

PDGA[®]
EUROPE

ASSOCIACIÓ PROFESSIONAL DE GOLF DE DISC

El PDGA és l'òrgan de govern internacional de l'esport del disc golf, amb més de **300.000 jugadors membres** a tot el món des de la seva formació el **1976**.

El PDGA escriu les **Regles de Joc**, estableix les Normes Tècniques per a cistelles i discos i **dóna suport al creixement** de l'esport en nous països.

Cada any la PDGA **certifica més de 10.000 torneigs** al PDGA Tour, en els quals els jugadors obtenen la seva qualificació o rating, des d'esdeveniments de clubs locals fins als Campionats del Món.

El PDGA també és membre associat de la World Flying Disc Federation (**WFDF**), reconeguda pel Comitè Olímpic Internacional (**COI**) i responsable de la inclusió del disc golf als Jocs Mundials (**TWG**).

PDGA Europe és un organisme autònom de PDGA Global a Europa i coopera amb la Federació Europea de Disc Golf (**EDGF**) i les associacions nacionals europees.

BENEFICIS DEL DISC GOLF ▶▶▶

ASSEQUIBLE I ACCESSIBLE

No té grans requisits físics, de manera que pot ser jugat per usuaris de **totes les edats i gèneres**.

Els recorreguts estan sempre disponibles, sense horaris ni necessitat de reserva: "**és arribar i jugar**".

Es pot jugar **sol o en grup**. És adequat per a esports adaptats, es pot practicar tot l'any i en totes les condicions meteorològiques.

Els **discs** de disc golf són **molt assequibles**: des d'uns 10€ per a un model de principiant fins a 30€ per a un de competició superior. PDGA Europe treballa per oferir discs per a principiants a preus competitius per promocionar l'esport.

Com que el **cost** de dissenyar i instal·lar un recorregut de disc golf de 18 forats d'alta qualitat és **bastant baix** i no implica costos addicionals de **manteniment**, el **86%** dels camps del món són **gratuïts** per jugar.

PROMOCIÓ DE LA SALUT



SENIORS

El disc golf ofereix avantatges significatius en la promoció de la salut mental i física, la interacció social i el benestar.

Representa una **activitat física moderada** recomanada per a tota la població que, juntament amb una alimentació equilibrada i una dosi de diversió -que també hi és- constitueixen la base del benestar físic i mental.

Especialment per a persones en mal estat de forma o d'edat avançada, és una **activitat lúdica atractiva** de realitzar -i quasi sense adonar-se'n- un exercici moderat.

La **intensitat es pot ajustar** des de jugar uns quants forats fins a un recorregut complet a bon ritme.

El fet de ser **autoarbitrat** fa que sigui molt útil en la formació del caràcter, sobretot en els jugadors més joves. Això fa que el disc golf sigui una opció atractiva com a **esport escolar**: educa en valors d'igualtat, companyonia i respecte pel medi ambient.

Tot això fa que el disc golf sigui un esport complet que **exercita la ment i el cos**.



PDGA®
EUROPE

ECOLÒGIC

Els camps de disc golf **no transformen el paisatge** com en el golf tradicional sinó que normalment s'integren en terrenys existents sense modificar-lo de manera significativa.

És molt útil per **regenerar parcs i zones verdes infrautilitzats o degradats** millorant els seus hàbits d'ús.

Es pot gaudir en una gran **varietat de terrenys**: parcs, muntanyes, dunes, boscos, zones àrides, etc. i amb qualsevol tipus de sòl. Només necessiten un terç de la superfície d'un camp de golf -aproximadament **4 hectàrees per a 9 forats**- i no es limiten necessàriament a 9 o 18 forats.

LLANÇA VERD

El **Comitè de Medi Ambient del PDGA** estableix les millors pràctiques per reduir l'impacte ambiental del golf de disc mitjançant la divulgació de la comunitat a tots els membres i parts interessades del PDGA.



FÀCIL DE JUGAR...

Durada: 45 min-1 hora per a 9 forats, 1h30' - 2h per a 18 forats. S'adapta a gairebé qualsevol horari!

Aprenentatge: En un dia pots aprendre les nocions bàsiques i gaudir-ne: 'divertit des del primer dia'. En un parell de setmanes podreu gaudir de la vostra lliga amistosa local, amb moltes divisions perquè tothom se senti còmode!

El domini s'aconsegueix, i només en ocasions, després de molts anys de pràctica: **"una setmana per aprendre i tota una vida per perfeccionar"**.

...DIFÍCIL DE DOMINAR



PROVAT AMB ÈXIT

Les xifres de participació dels darrers anys indiquen que el disc golf és un dels esports amb un dels **índexs de creixement anual més alts a nivell mundial**.

Aquest esport compta amb gairebé **50 anys d'experiència prèvia**, especialment en països amb centenars de camps, com els EUA, Canadà, Finlàndia, Suècia, Noruega, Dinamarca, Estònia, Alemanya, Japó, Austràlia i Nova Zelanda...

"La millor manera de revitalitzar el nostre parc públic"

JESÚS AMENEDO
REGIDOR D'ESPORTS DE SESTAO

BENEFICIS PER A LA COMUNITAT



- ✓ Millora de espais públics
- ✓ Impacte econòmic
- ✓ Calendari d'activitats

MILLORANT L'ÚS DELS ESPAIS PÚBLICS

Els camps de disc golf es poden instal·lar en una **gran varietat d'espais**, des de llocs remots al mig de la **natura** —bosc, dunes, turons— fins a entorns **urbans o semiurbans** —parcs, zones sense un ús consolidat o zones de transició entre l'entorn urbà i el natural.

Hi ha molts exemples d'èxit on el disc golf ha contribuït a millorar l'ús d'aquests espais, incloent-hi una millor **percepció de seguretat** gràcies a l'augment de la presència de persones, així com un **increment del valor percebut** de l'espai per als residents locals.



ACTIVITAT ECONÒMICA

📍 XIFRES CLAU

- ✓ Es calcula que hi ha un total de **7,5 milions de jugadors**.
- ✓ Més de **125.000 membres actius a la PDGA** (x2,3 en els últims 5 anys, x5 en els últims 10 anys).
- ✓ Més de **15.000 camps** de disc golf, dels quals 10.600 estan registrats com a camps de competició a la PDGA.

L'existència d'un camp ben dissenyat en una localitat pot atraure **diferents tipus de visitants**:

- Aficionats de la zona.
- Nous jugadors.
- Viatgers amateurs de disc golf.
- Jugadors que participen en tornejos.

Les **raons** més freqüentment mencionades per **visitar diferents camps** són:

- Cada camp és diferent i representa un **nou repte**.
- **L'equip** necessari per jugar cap dins d'una **motxilla** fàcilment transportable.
- La naturalesa "**arribar i jugar**" del disc golf i el temps més curt que requereix jugar una partida permet una gran **flexibilitat** en la planificació de viatges.
- **L'ambient acollidor** i la facilitat amb què nous jugadors poden **gaudir de les seves primeres experiències** fan més senzill combinar aquests viatges amb la família.

Les concessions de **snacks** i **begudes** poden generar ingressos addicionals i incloure fàcilment la **venda de discos**.

La novetat i l'atractiu del disc golf capten fàcilment l'atenció dels **mitjans de comunicació**, augmentant la visibilitat de les polítiques municipals i transmetent una **imatge dinàmica i innovadora del municipi**.



CALENDARI D'ACTIVITATS



Els **clubs locals**, gràcies a les seves xarxes de **voluntaris**, estableixen **relacions constructives** amb les autoritats locals, enriuint el teixit associatiu de la zona.

El fet que el **camp estigui obert** de manera permanent i que **no requereixi vigilància ni més manteniment** que el que ja és habitual a la zona verda on està ubicat, facilita l'oferta d'un ampli calendari d'activitats **durant tot l'any**:



ACTIVITATS

- ✓ Joc recreatiu
- ✓ Programes escolars
- ✓ Portes obertes
- ✓ Esdeveniments locals
- ✓ Tornejos

• **Joc recreatiu:** Practicat de manera informal, qualsevol dia i a qualsevol hora, representa l'ús més freqüent per a la majoria dels usuaris.

• **Programes escolars:** Les escoles properes poden incorporar fàcilment el disc golf al seu currículum d'Educació Física amb la col·laboració del club local i una xarxa creixent d'entrenadors qualificats i programes educatius internacionals.

• **Jornades de portes obertes:** Serveixen per presentar l'esport a la ciutadania, mostrar les instal·lacions esportives municipals i atreure nous participants i membres per al club. Una situació on tots guanyen!

• **Esdeveniments locals:** Orientats principalment als jugadors locals, formen la base de les activitats esportives dels clubs. Les aplicacions mòbils permeten organitzar inscripcions, registrar puntuacions i publicar resultats oficials de manera ràpida i senzilla, minimitzant els requeriments logístics.

• **Torneigs regionals, nacionals i internacionals:** Celebrats una o diverses vegades l'any, segons la capacitat organitzativa del club, aquests tornejos atrauen desenes de jugadors i acompanyants que es desplacen des de centenars de quilòmetres de distància per passar un, dos o tres dies. Això augmenta la reputació del camp i de la localitat, genera ingressos turístics i capta l'atenció dels mitjans de comunicació.

PDGA[®]
EUROPE

▷▷▷ **DISENY DEL RECORREGUT**

La part més important del projecte ha de **combinar amb èxit quatre factors:**



SEGURETAT

El disseny de cada forat ha de tenir en compte **tots els possibles tipus de llançaments** —tant correctes com erràtics— per minimitzar qualsevol risc.



INTEGRACIÓ EN L'ESPAI

Un bon disseny no és només una col·lecció de forats, sinó un **conjunt imaginatiu i integral** que reflecteixi la singularitat de l'àrea.



EXPERIÈNCIA DE JOC

Basada en l'**accés fàcil** al camp, un **seguiment senzill** del recorregut i **serveis complementaris**: fonts, bancs...



DIFERENTS NIVELLS

Un disseny multi-nivell permet que tant els **principiants com els experts** gaudeixin del joc i que es puguin organitzar moltes competicions.



CONFIAR EN ESPECIALISTES

La diferència entre una **instal·lació esportiva d'èxit** i una que està infrutilitzada i no compleix les expectatives dels jugadors no recau només en la qualitat de l'equipament, sinó també en el seu **disseny acurat**. **Un bon camp s'utilitza més!**

Per aquest motiu, recomanem utilitzar els serveis d'una **empresa especialitzada**.

SEGURETAT

El repte consisteix a delimitar el camp de manera que **no interfereixi amb altres activitats**, aprofitant els arbres i les ondulacions del terreny per evitar llançaments en certes direccions.

Algunes de les **variables** a tenir en compte són: Zones sense visibilitat, camins i carreteres, zones arbrades i zones obertes, zones amb aigua, distàncies entre cistelles i tees, trànsit d'altres grups de jugadors.

A més, es designen zones de penalització i rutes obligatòries per **protegir àrees sensibles**, com ara hàbitats de fauna, aparcaments, carreteres, zones de barbacoa, instal·lacions esportives o parcs infantils, i per dirigir el joc en la direcció desitjada.



INTEGRACIÓ EN L'ESPAI PÚBLIC

Un **terreny variat** amb espais oberts, zones arbrades, aigua, terreny pla i zones amb pendent **incrementa l'atractiu** del camp des del punt de vista esportiu.

En el cas d'espais urbans amb una superfície limitada, el disseny dels forats busca **aprofitar al màxim el terreny** mantenint un bon nivell de seguretat, evitant forats superposats i generant una experiència de joc gratificant.

L'experiència indica que una mitjana de **0,4 hectàrees per forat —és a dir, 7,2 hectàrees per a 18 forats o 3,6 hectàrees per a 9 forats—** permet la construcció d'un camp que combina forats par 3, 4 i 5 i pot acollir competicions d'alt nivell.

En el cas de **zones naturals** més allunyades del centre urbà, el procés de disseny ha de buscar **minimitzar la interferència** amb altres usos de la zona, com ara la ramaderia, la caça o la gestió forestal, i promoure sinergies amb altres usos esportius i recreatius, com ara el senderisme, el ciclisme de muntanya o els centres d'interpretació de la natura.

EXPERIÈNCIA DE JOC



Una bona experiència de joc comença amb un camp **fàcil de seguir**:

- Sortida del forat 1 i **tauler d'informació general** prop de l'entrada del camp, preferiblement amb aparcament i serveis afegits com una botiga de disc golf o restauració.
- **Informació sobre cada forat** en un petit cartell específic al tee: distància, opcions de joc segons els nivells, par (nombre de llançaments previstos) i ubicació del tee del següent forat.
- **Fluïdesa fàcil** des de cada cistella fins al tee del següent forat: proximitat, flux natural, camins marcats i fletxes indicadores.
- La cistella de **l'últim forat** propera al tee del primer forat.

Si hi ha **limitacions d'espai disponible**, l'experiència de joc i la seguretat són millors en un camp amb menys forats —idealment, 13 és el mínim per obtenir una qualificació PDGA en rondes competitives— que en un camp de 18 forats amb una disposició massa comprimida.



ADAPTABLE A DIFERENTS NIVELLS

Un bon camp de disc golf ha d'atraure jugadors de tots els nivells:

Els **principiants** haurien de poder completar el camp sense enfrontar-se a grans obstacles com zones d'aigua àmplies o àrees amb herba alta o males herbes on podrien perdre el disc. Però, sobretot, haurien de gaudir d'una experiència divertida i d'un repte esportiu que els motivi a tornar-hi.

Els **jugadors avançats** apreciarien el camp si, a més:

- Els forats tenen **dues zones de sortida (tees)** a diferents distàncies.
- Els forats compten amb **diferents sòcols instal·lats al terra** per poder alternar periòdicament la posició de les cistelles, augmentant així la varietat del joc amb una petita inversió addicional.
- El camp és **variatiu**, fomentant l'ús d'un ampli repertori d'estils de llançament i la variabilitat dels resultats dels jugadors.

Aquest disseny multi-nivell també permet **acollir competicions**, fet que augmenta l'impacte econòmic de la instal·lació i la seva reputació als mitjans de comunicació.

PDGA[®]
EUROPE

RECORREGUT BÀSIC >>>

PRIMERS PASSOS

Tots hem començat així:

1. Simplement **llançant un disc** en un parc públic.
2. Configurant un **“camp d'objectes”** utilitzant arbres o pals com a objectius.
3. Comprant una o més **cistelles portàtils** per muntar i desmuntar un **“camp temporal”** cada dia.
4. Consolidant un **grup d'entusiastes** per presentar una **proposta a l'Ajuntament** amb l'objectiu d'instal·lar un camp permanent, ja sigui directament o a través de convocatòries de pressupostos participatius.

Tot i que en aquest document presentem la manera ideal de dissenyar i executar un camp de disc golf, la realitat econòmica de cada localitat pot impulsar a cercar **solucions imaginatives**, com ara:

- L'ús de camins existents o zones d'herba/terra com a zones de sortida (tees).
- La combinació de cistelles permanents i portàtils.
- La fabricació local de les cistelles.

PDGA[®]
EUROPE

ELEMENTS DEL RECORREGUT ▷▷▷

OBJECTIUS

Les cistelles són l'element essencial de la instal·lació.

Han de ser de **construcció sòlida** i d'alta qualitat per resistir les condicions meteorològiques i el pas del temps.

Els objectius solen estar fabricats en **acer galvanitzat** i estan ancorats al terra mitjançant una base de formigó, tot i que també es poden utilitzar ancoratges per a roques.

Les **cadena**s ajuden a frenar el disc perquè caigui suaument dins la cistella.

Algunes parts es pinten amb un **recobriment en pols** d'alta resistència i, en alguns casos, es poden personalitzar amb colors específics i logotips.

Els fabricants i instal·ladors reconeguts ofereixen cistelles homologades per la PDGA, **aptes per a competicions oficials**.



ANCORATGE AL TERRA

Les cistelles poden utilitzar-se temporalment amb una base externa o instal·lar-se permanentment amb una **base de formigó**:

1. Es cava un forat de 50 cm de profunditat i 50 cm d'amplada, amb el fons el més nivellat possible.
2. Es col·loca la base de formigó dins el forat i es comprova que estigui ben nivellada.
3. S'omple el forat amb formigó, assegurant-se que la base quedi ben fixada, i es deixa que el formigó s'endureixi.

Es recomana instal·lar **més d'una base** de formigó **per forat** per poder **canviar** fàcilment la posició de les cistelles, augmentant així la varietat i l'atractiu del camp.

També hi ha disponibles **ancoratges amb cargols** per fixar les cistelles a **superfícies dures**, com ara roques, soques, etc.

BAIX COST- ALTA CAPACITAT



Un camp pot acollir entre 72 i 90 jugadors simultàniament (4-5 per forat).

Per a una durada mitjana **d'1h45' per partida**, això implica una rotació d'aproximadament **25-40 jugadors per hora o entre 220 i 600 jugadors al dia**, segons les hores de llum i les condicions meteorològiques.

TEEPADS O ZONES DE SORTIDA

Consisteixen en una àrea rectangular, llisa i horitzontal, fabricada amb un material resistent, des de la qual els jugadors fan el seu **primer llançament**.

L'**herbanatural** o la terra compactada són adequades en climes secs i sòls sorrencs, però no sempre són la millor opció, ja que es degraden ràpidament amb un ús intensiu i no ofereixen una superfície regular i antilliscant necessària per garantir un llançament consistent i segur.

Els **materials** més comuns són: formigó amb un acabat rugós maons, pedres planes encaixades, asfalt, gespa artificial sobre un marc o plataforma de fusta col·locada sobre una base de grava/sorra o suportada amb pilars.

De vegades, es poden aprofitar **camins existents** o altres infraestructures per a algunes zones de sortida.

Les **mides** varien en funció de la dificultat del camp i del nivell de joc. Dues mides populars són: **1,5 m d'amplada per 3 m de llarg**, que és el mínim per garantir una experiència satisfactòria, augmentant a **2 m x 4 m** o fins i tot més llargues per a camps de competició d'alt nivell.

SENYALITZACIÓ

Dos tipus de senyals són essencials:

- **Tauler d'informació general** a l'entrada del camp que inclou un mapa amb la posició, distància i par de cada forat, les regles bàsiques de joc i seguretat, així com els logotips de l'Ajuntament i de les entitats patrocinadores.

- Al costat del tee de cada forat hi ha el petit **cartell del tee** indicant una vista del disseny del forat, longitud, pendent, par, possibles zones alternatives de sortida, obstacles, zones fora de límits, etc. També inclou la direcció cap a la zona de sortida del següent forat.

L'**ancoratge** al terra és similar al de les cistelles, tot i que també es poden utilitzar ancoratges de cargol al terra.

Una **senyalització uniforme** augmenta el valor percebut de la instal·lació, donant-li una imatge consistent i professional, que fins i tot es pot personalitzar amb una imatge corporativa.

També es poden instal·lar **altres tipus de senyals**, com ara direccions cap al següent tee, trajectòries obligatòries del disc, zones fora de límits, informació educativa: plantes, animals, geologia, turisme...

*"Si el construeixes,
vindràn !"*



CAMPS PRIVATS >>>

GENERANT RIQUESA

Tot i que el 86% dels camps de disc golf al món són públics i gratuïts, la **iniciativa privada** també pot beneficiar-se econòmicament de la instal·lació d'un camp de disc golf, ja que el baix cost d'instal·lació i manteniment permet un retorn ràpid de la inversió.

Hi ha **dos principals perfils** de camps de disc golf privats:

- Zones on l'esport ja està consolidat: En aquestes àrees, l'alta demanda fa que alguns jugadors estiguin disposats a assumir el cost d'una **experiència de joc premium**.
- **Activitat complementària dins d'un complex educatiu, d'oci o esportiu** com: camps de golf, estacions d'esquí i aventura, campaments d'estiu, vinyes, campus universitaris, etc.

PDGA[®]
EUROPE



COMENÇANT EL PROCÉS >>>

Després d'una presentació informativa inicial en què es planteja la possibilitat d'instal·lar un camp de disc golf al municipi i s'obté l'aprovació, es pot realitzar una **preselecció d'espais** per determinar quins, en termes de mida, característiques, propietat i ubicació, poden ser els més adequats.

Una primera fase culmina amb la selecció de la **millor ubicació i un plantejament general** de les característiques del camp, incloent-hi: nombre de forats, materials, un pressupost detallat per al seu disseny i construcció.

Després de l'aprovació, comença el **procés de disseny**, tant de manera remota com in situ, que culmina amb l'obtenció del pla d'execució, que inclou totes les dimensions constructives i el disseny esportiu.

Aquest disseny es pot perfeccionar amb l'ús de **cistelles portàtils** perquè jugadors principiants i experimentats puguin realitzar un o més **dies de prova**.

La **fase de construcció** ha de ser supervisada sempre pel dissenyador i pot ser realitzada per personal especialitzat amb l'ajuda possible de treballadors contractats o voluntaris del club local.

Finalment, l'organització d'una **cerimònia d'inauguració** documentada amb fotografies, vídeos i gravacions aèries amb dron permet comunicar adequadament el nou camp.





»»» SUPORT ADICIONAL

A LA PDGA, com a **organisme rector** del disc golf, treballem com a **facilitadors** per promoure iniciatives que afavoreixin el creixement del nostre esport i per connectar dissenyadors de camps i organitzadors locals amb subvencions i altres programes de suport, proporcionats per la PDGA i altres institucions:

- **Programa de Subvencions de PDGA Europa:** Ajuda financera directa per donar suport a projectes, com ara la instal·lació o millora de camps, que afavoreixin la introducció i el desenvolupament del disc golf als països europeus.
- **Programa PDGA Marco Polo:** Programa equivalent per a la resta del món, excepte els Estats Units i el Canadà.
- **Paul McBeth Foundation:** Desenvolupen i introdueixen experiències sostenibles de disc golf en localitzacions desatenses amb poc o cap accés a l'esport.
- **Associació/Federació Nacional:** L'organisme nacional del teu país treballa per promoure el creixement del disc golf i manté contactes amb clubs, governs locals i nacionals, i altres organitzacions esportives.
- **Programes de col·laboració amb empreses especialitzades:** Empreses dedicades al disseny i instal·lació de camps de disc golf.

El **Coordinador de País de la PDGA** és l'enllaç perfecte per coordinar accions conjuntes i assegurar l'èxit dels projectes.



PDGA Europe

Valimotie 10
00380 HELSINKI
Finland

+358 406 679 929
office@pdga-europe.com

pdga.com/europe

facebook.com/pdgaeeurope
instagram.com/pdgaeeurope
youtube.com/@pdgaeu

© 2024 PDGA Europe
Catalan V1.4