



Vallarbók Guðmundarlundur





Velkomin á Silfurmót ÍFS í Guðmundarlundi

Mótsstjóri er Svandís Halldórsdóttir #166822 og hægt er að hafa samband við hana með því að hafa samband í síma 8610343 eða senda póst á motanefnd@folf.is. Aðstoðarmótsstjóri er Hans Orri Straumland #219903. Mótssdómarar eru Svandís og Hans.

Við biðjum ykkur að melda ykkur inn á Udisc ('check-in') áður en mótið byrjar og ef það koma upp forföll þá þarf að tilkynna það með því að senda skilaboð á mótsstjóra í síma 8610343.

Gangi ykkur vel og góða skemmtun.

Vert að hafa í huga í Guðmundarlundi

Völlurinn er ekki langur en hann er tæknilega erfiður. Mikið af þröngum skógarbrautum þar sem auðvelt er að taka mörg köst.

Yfirgefa kast (Abandon throw. PDGA regla 809.01)

Leikmönnum er alltaf heimilt að yfirgefa kast og endurtaka fyrra kast, með einu kasti í víti. Í Guðmundarlundi getur verið gott að hafa þessa reglu í huga. Sem dæmi er algengt að diskurinn rúlli mjög langt niður brekku og það myndi taka mörg köst að komast til baka á braut. Þá er gott að endurtaka aftur fyrra kast, með einu kasti í víti, og vonast eftir betri árangri. Dæmi: teigkast á braut 6 rúllar langt niður brekkuna til hægri og vesen að komast upp aftur. Þá er hópnum tilkynnt að leikmaður ætli að endurtaka teigkastið og er það þá kast númer 3 (kast yfirgefið og eitt kast í víti).

Annað sem vert er að hafa í huga:

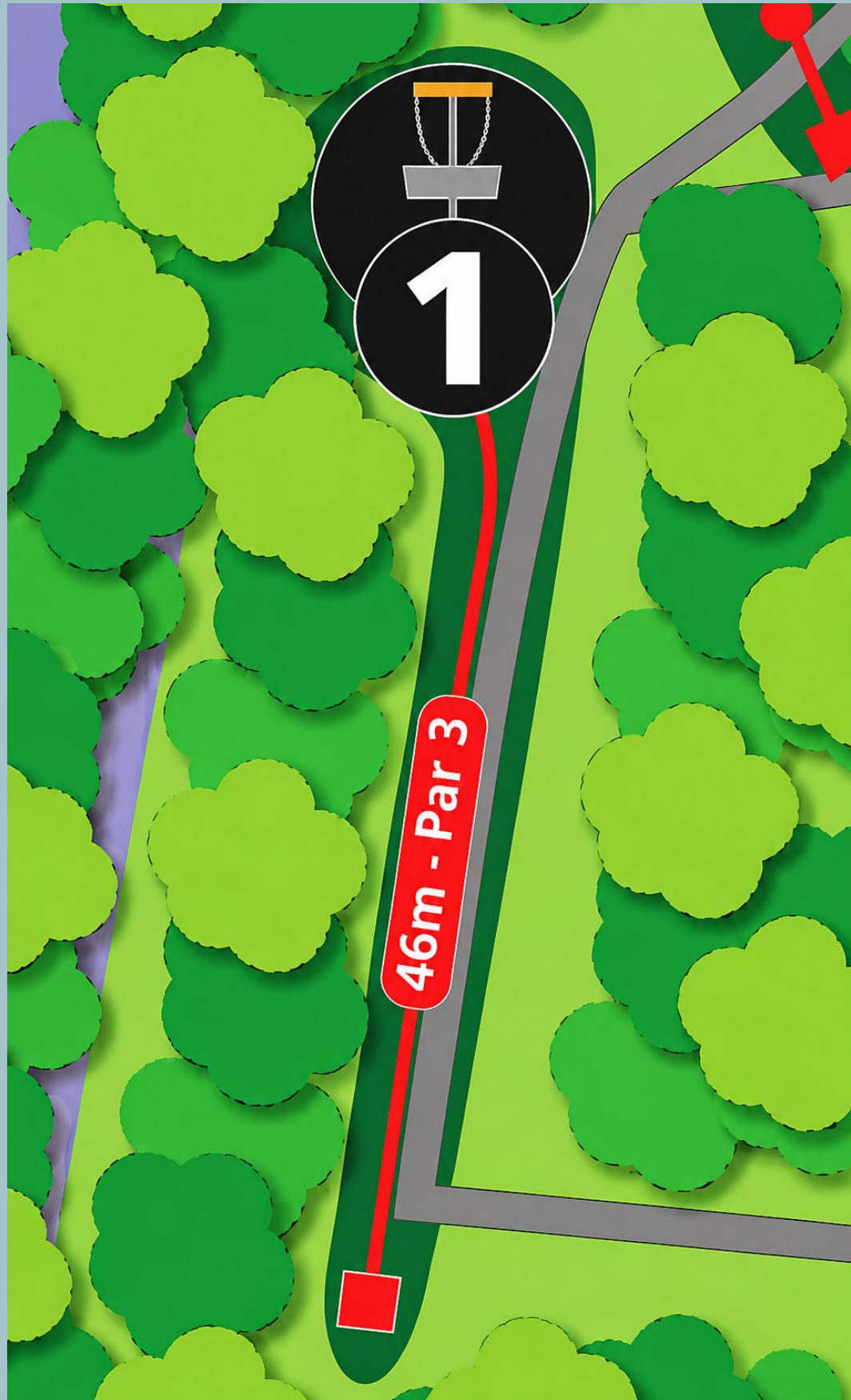
- Við spilum eftir PDGA reglum í mótinu.
- Lögleg staða við kast (Regla 802.05)
 - Merking (Lie): Þú verður að kasta fyrir aftan diskinn þinn, eða setja lítinn merkidisk (mini marker) beint fyrir framan hann (snertandi brúnina sem vísar að körfunni).
 - Fótastaða: Þú verður að hafa að minnsta kosti einn stuðningspunkt á jörðinni innan 20cm x 30cm svæðis beint fyrir aftan merkidiskinn þegar þú sleppir disknum.
 - Ekki stíga yfir: Þú mátt ekki stíga fram yfir merkidiskinn fyrr en eftir að diskurinn hefur yfirgefið höndina.

Braut 1



PAR 3

46m



Braut 2



PAR 3

36m

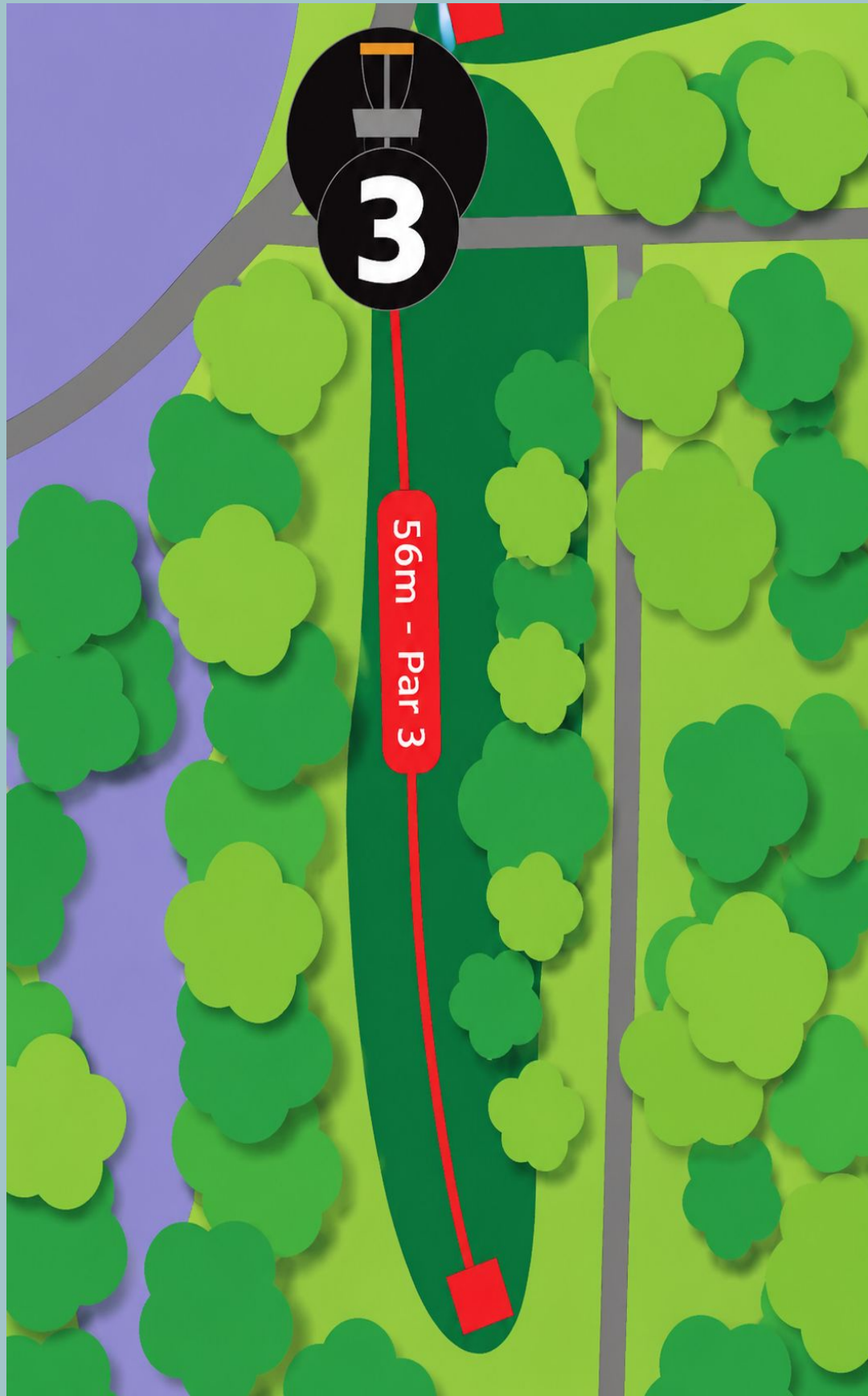


Braut 3



PAR 3

56m

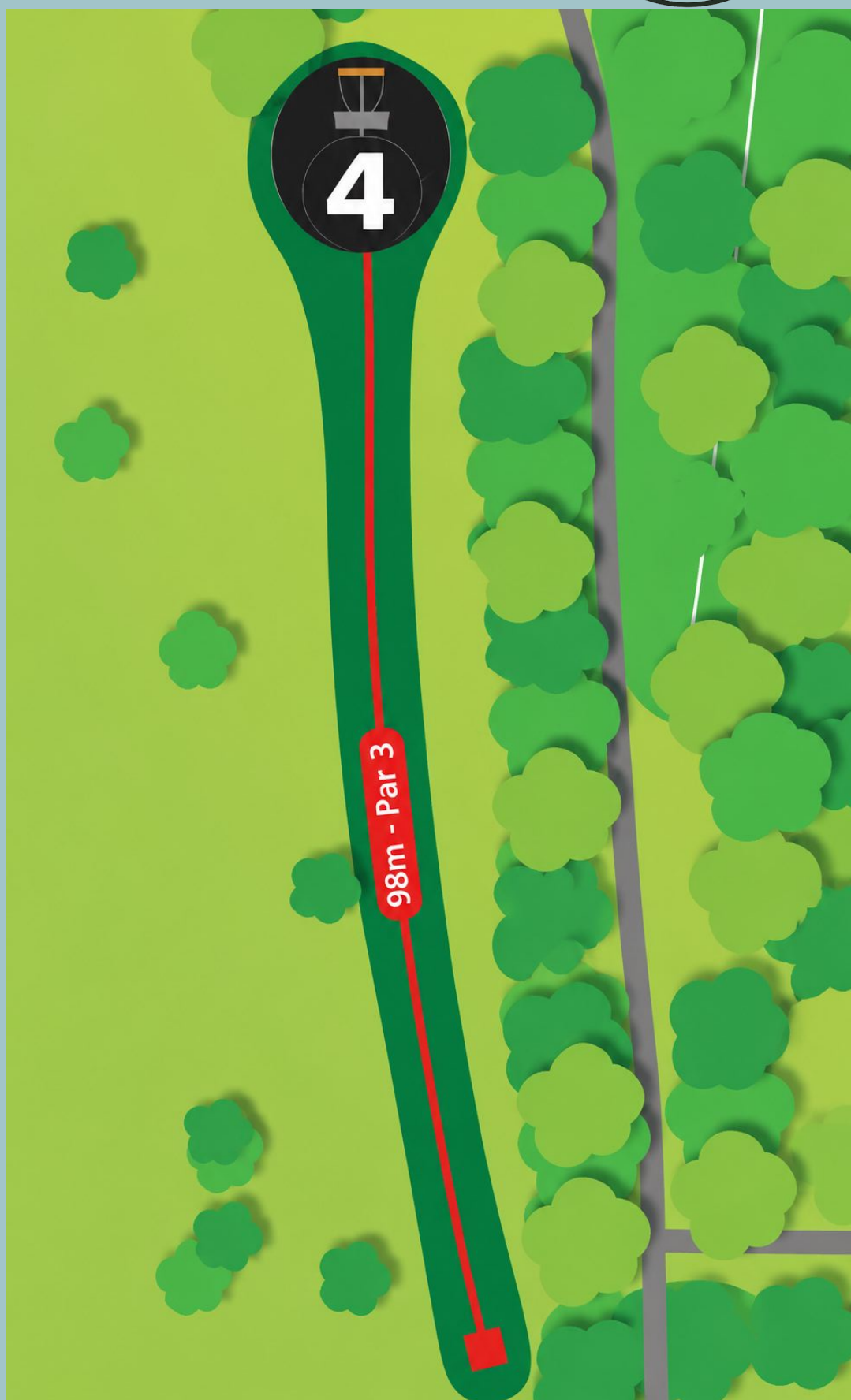


Braut 4



PAR 3

98m



Braut 5



PAR 3

58m



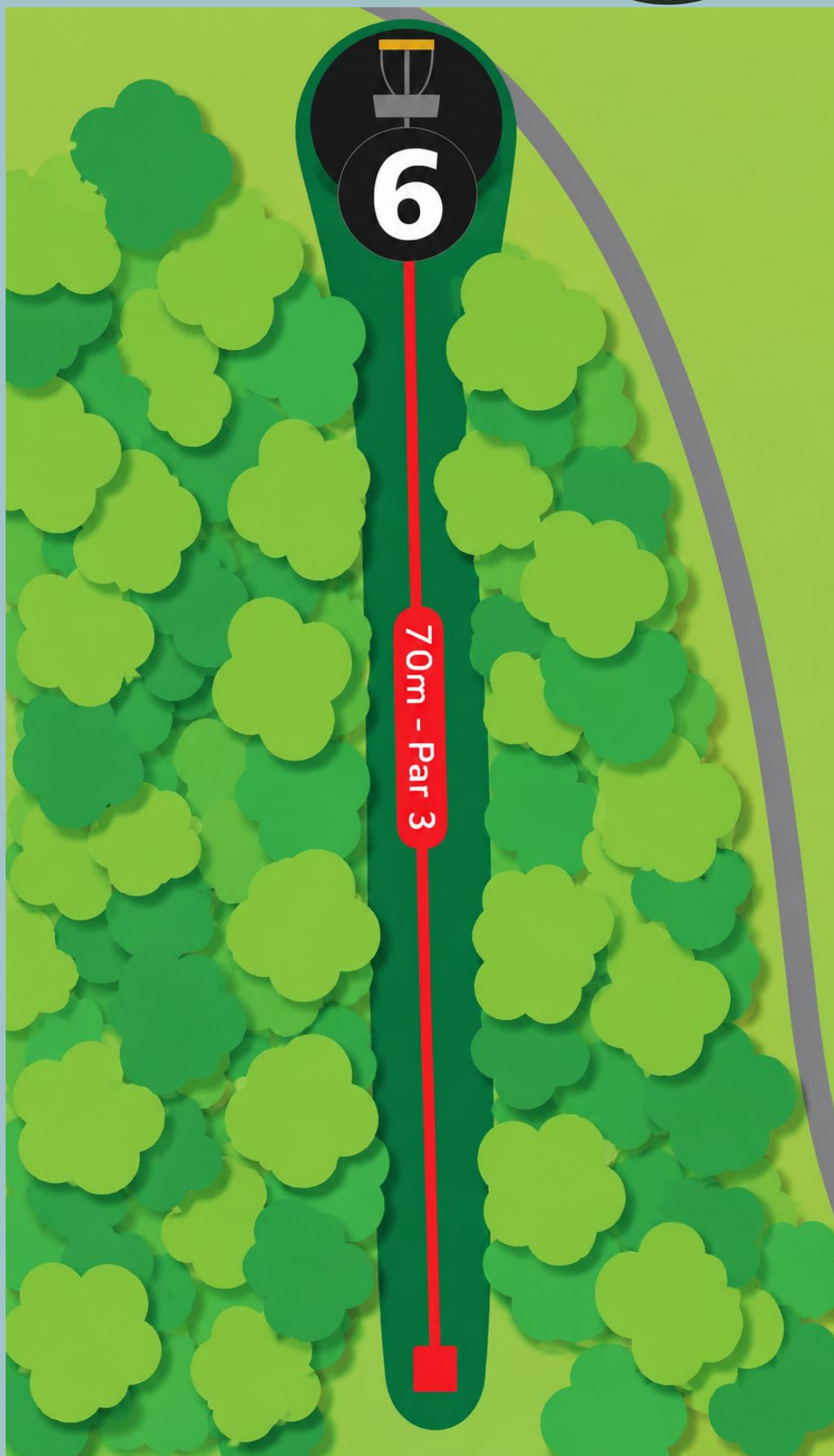
Braut 6



PAR 3

70m

Hér er gott að hafa "abandon throw" regluna í huga.



Braut 7



PAR 3

67m



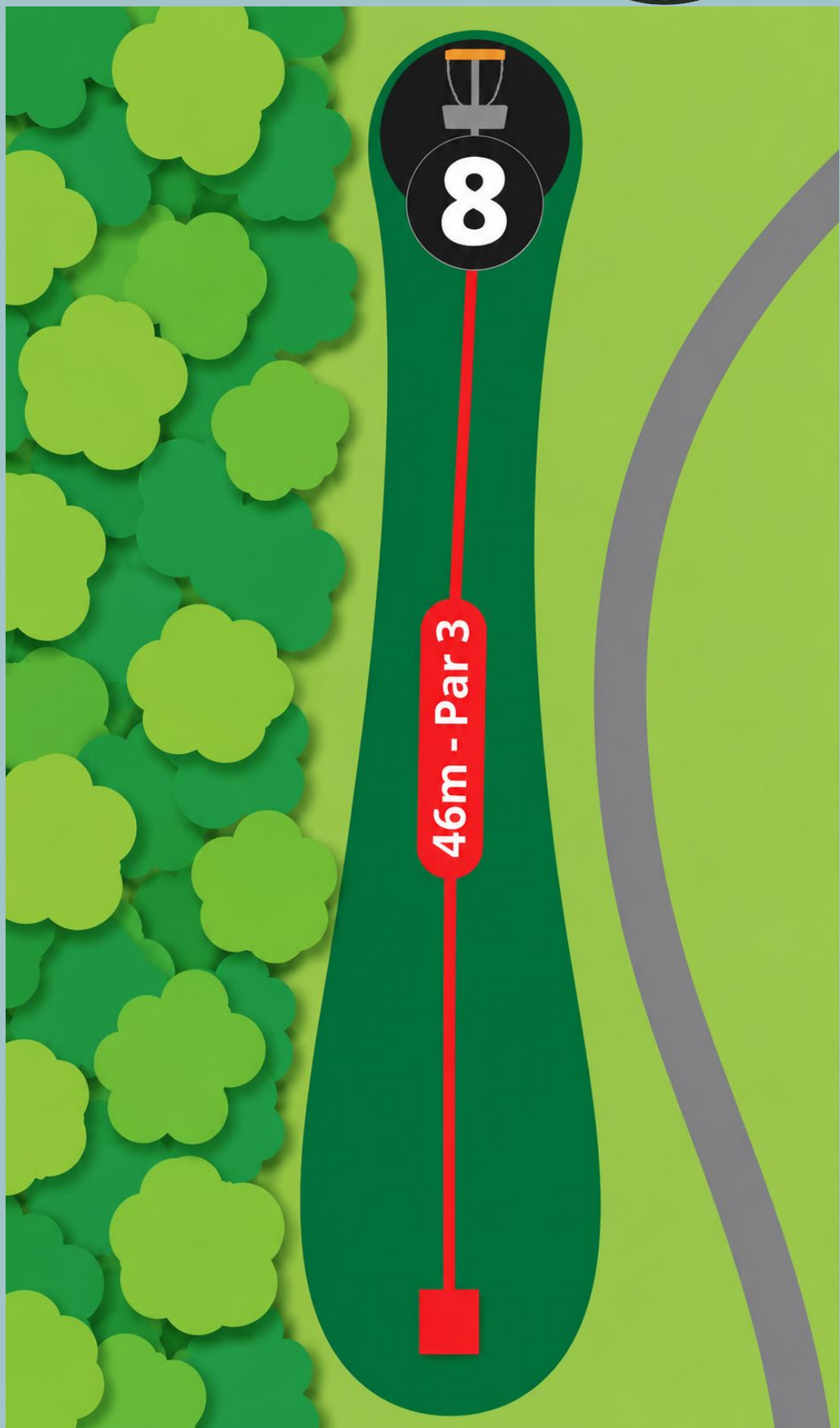
Braut 8



PAR 3

46m

Stígur hægra megin og allt hægra megin við hann er utan vallar (OB).



Braut 9



PAR 3

75m

Stígur hægra megin og allt hægra megin við hann er utan vallar (OB).



Braut 10



PAR 3

51m

Bílastæði vinstra megin er utan vallar (OB).
Stígur hægra megin og allt hægra megin við hann er utan vallar (OB).

