SOUMIS PAR
Irmgard

ON
05/07/2013

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

Un disque fait le programme - Frisbee



Les sports de frisbee sont expliqués, ainsi qu'une liste d'idées pour fabriquer un frisbee hors du commun.

Cet article est un article du magazine Forum...

Les sports de frisbee à imiter :

The ancient Greeks hurled the 'Discus' ; Yale University students threw the baker's oven trays, 'Frisbie', at each other.

Il existe actuellement 11 disciplines dans lesquelles des compétitions régulières sont organisées. Ce sont les suivantes :

Long throw, target throw, float throw, throw-run-catch, disc golf et discathon en tant que disciplines individuelles.

Ulimate, freestyle, guts, DDC et dog frisbee sont contestés en équipe.

Quelques-uns de ces jeux sont décrits ici. Ils peuvent être joués en tant que tels, mais peuvent également être intégrés dans une compétition de niveau supérieur.

Ultimate

L'ultimate (également connu sous le nom de frisbee rugby, frisbee de zone ou frisbee de ligne) est la discipline suprême des sports de disque. Deux équipes de sept joueurs s'affrontent. L'objectif est d'atteindre la zone d'extrémité opposée en lançant le frisbee. Le joueur en possession du frisbee ne peut pas marcher et est couvert par un maximum de

couvert par au moins un adversaire. Si le disque tombe par terre ou est attrapé par un adversaire, la direction du jeu est changée. Le contact physique ou le snatching de l'équipement sportif sont interdits.

Dans les sports de ligue, l'ultimate se joue sans arbitre. Les joueurs signalent eux-mêmes les fautes. Si les parties ne parviennent pas à un accord dans un délai d'environ 10 secondes, le match est rejoué.

Vous trouverez des instructions plus détaillées sur l 'ultimate frisbee ici.

Disc golf

Les golfeurs suent d'excitation au mieux ; cela s'applique aussi au disc golf. Après tout, il faut beaucoup de concentration pour "mettre" le frisbee dans le trou. L'idée est simple mais difficile : Combien de lancers faut-il pour atteindre la cible ?

Après que tout le monde a fait son lancer, la personne la plus éloignée du "trou", exactement à l'endroit où le frisbee est venu se reposer, continue à jouer.

Vous pouvez bien sûr choisir la cible en fonction des membres de votre club de golf et ajuster la distance.

Discathon

L'objectif est de réaliser un parcours dans le temps le plus court possible. Le joueur dispose de deux frisbees. Le deuxième est joué à partir de l'endroit où le premier a atterri et ainsi de suite...

Le parcours peut aussi passer par des bois ou des fosses. Il se peut que vous deviez lancer le frisbee à travers un anneau ou même par-dessus un obstacle.

Le Discathon peut également être organisé sous la forme d'un relais.

Flubber-Guts (variation de Guts)

Le disque ne peut être touché qu'avec une partie du corps à la fois (attraper avec une main - oui ; appuyer contre le ventre avec l'autre main - non). Il est permis de faire tourbillonner le frisbee vers le haut avec votre main ou votre pied, puis de le faire attraper par quelqu'un d'autre.

Lancer long / Lancer cible

Ces deux disciplines peuvent être intégrées dans un jeu sous différentes formes.

En tant que jeu d'enregistrement, les lanceurs sans talent perdent probablement leur joie assez rapidement. En groupe, cependant, ils contribuent à la somme des longs lancers sur 200 m, ouf !

A propos du lancer ...

Le lancer à revers est le plus courant, les lanceurs droitiers se tirent vers la gauche.

Le lancer à main nue est plus décontracté ; on dirait que l'avant-bras du lanceur s'envole avec lui, ce qui est le cas pour les inexpérimentés.

Il y a aussi d'innombrables trick throws. Que ce soit par-dessus, entre les jambes ou derrière, tout est possible.

Conseils pour le lancer :

- Se balancer droit devant soi ; tirer le frisbee devant soi en ligne droite.
- Le frisbee doit être lancé à l'horizontale, juste en dessous de l'épaule.
- Twist ; ouvrez votre poignet juste avant de relâcher le frisbee et relâchez-le comme s'il sortait de votre main. Mettez beaucoup de force dans le spin, mais ne le laissez pas "cracher" de manière haphazard
- Pour empêcher le frisbee de rouler dans une direction, vous pouvez l'incliner dans la direction opposée lorsque vous soufflez et le lancez, et au cours du vol, il va "rouler" jusqu'à ce qu'il se repose à l'horizontale.
- Avec beaucoup de spin et un peu d'angle, le frisbee parcourt un large arc comme s'il glissait sur un plan incliné.

Le lancer de la boule fonctionne dans les deux sens. Cela dépend de quel côté tu inclines le frisbee.

... et attraper

"J'espère que personne ne me passera le frisbee. Je suis sûr de me casser les doigts"

Mais à partir de maintenant, tu n'attrapes que...

... Technique du sandwich

Tous les pros du frisbee attrapent comme ça et pour une bonne raison.

Le frisbee qui s'approche est reçu par les mains qui se chevauchent. De cette manière, tous les autres joueurs savent que tu as l'intention d'attraper le frisbee. Dès que le disque a volé entre vos mains, vous les serrez l'une contre l'autre et le frisbee est touché, peu importe la difficulté du lancer.

En plus du catch à une main, il existe d'autres manières artistiques de catcher. Le trick catching, comme le trick throwing, fait partie de toutes les soirées balnéaires d'été ; soyez inspiré.

La capacité de prédire la trajectoire s'appelle "lire la cible". Avec un lancer en arc, tu vas droit à l'endroit où le frisbee se trouve à la hauteur de réception sans suivre l'arc du frisbee.

Informations générales sur l'utilisation

Voici quelques conseils pour choisir le bon frisbee :

- Les enfants sont plus doués pour lancer des frisbees plus petits/légers. Si le frisbee est trop lourd/large, ils ne pourront pas le lancer aussi longtemps. Un frisbee plus léger est plus susceptible d'être emporté par le vent.
- Les frisbees sont disponibles dans toutes les couleurs.
  Un frisbee jaune est plus facile à trouver dans l'herbe, un frisbee rouge dans la neige et un frisbee fluorescent la nuit.
- N'utilisez que des frisbees neufs sur l'herbe. Marquez les vieux frisbees pour jouer sur le tarmac. Le bord va rapidement rougir et blesser le catcheur (sauf pour les sandwich catches).

Les bords et les surfaces rugueuses peuvent être réduits en poudre à l'aide d'un briquet ou grattés à l'aide d'un couteau de poche.

L'abus a du potentiel

Un bulletin d'information Besj a fait la publicité d'un frisbee qui peut également être utilisé comme plaque.
Qui vous empêche d'utiliser votre plaque comme un frisbee ? Les idées d'artisanat suivantes :

Vinyl frisbee
Le frisbee en vinyle est une idée d'artisanat particulière :

Dans un bol résistant à la chaleur de votre choix, placez un disque vinyle sélectionné que le propriétaire ne voudra certainement plus jamais entendre !

Vous versez ensuite de l'eau bouillante sur le disque et utilisez des toupies en bois pour aider le vinyle à trouver sa nouvelle forme. Attention ! L'eau chaude à des températures de 50°C et plus peut provoquer de graves blessures.

Le comportement en vol est modéré à bon, en fonction de la forme.

CD Frisbee
Un CD, lancé à la bonne mode du frisbee, a tendance à "rouler" beaucoup. Vous pouvez remédier à cela en faisant un rebord avec du ruban adhésif large. Vous pouvez presser le bord vers le bas lorsque vous le lancez et il se redressera lorsque vous le relâcherez.

Comportement en vol similaire à un petit frisbee. Convient pour une utilisation en intérieur car il est petit et léger.

Fabric frisbee
Un morceau de tissu doublé d'un manche lesté suffit à rendre le jeu amusant.

Le tissu ne doit pas nécessairement être rond. Une autre forme de base est également possible, comme un triangle, des lettres...

Les câbles électriques (fils torsadés ou fils avec isolation), le fil de pêche, le sable, etc. peuvent être utilisés pour le lestage.
Le plaisir à l'intérieur et à l'extérieur est préprogrammé.

Un disque fait un programme_YW

Référence de la source



- **Content and picture :** Forum Kind issue 3/04, page 25 + 26. Frisbee sports and making your own. © Copyright www.forum-kind.ch
- **Auteur :** Lukas Voellmy

Weitere Informationen

Categories
Jeux et activités

Tags
Frisbee
Forum
Sport
Créativité
Artisanat d'art

Vieux
8 à 12 ans
13 à 16 ans
à partir de 16 ans

Nombre de participants
Aucune donnée disponible.

Bible
Cette information manque.

Durée
Aucune donnée disponible.

Terrain / environnement
Dans les espaces clos

Matériau
Presque sans effort

Téléchargement du fichier
Téléchargement de fichiers disponible

KI Generierter Inhalt
Contenu
Categories
Tags
Vieux
Nombre de participants
Bible
Terrain / environnement
Matériau

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/fr/wiki/art/un-disque-fait-le-programme-frisbee