

盡情開始吧!

無論咩邊度

無論係邊個

簡單!!

地面 高爾夫球



鳥取

地面高爾夫球
發源地 鳥取縣!!



地面高爾夫球
相關內容全嚟這一冊!!

●歷史 ●競技概要 ●道具 ●規則...

指導手冊



誕生於鳥取縣嘅地面高爾夫球

地面高爾夫球唔需要高度嘅技巧，盡全力嘅場面同發揮集中力、調整力嘅場面巧妙融合係一齊，規則亦非常簡單。初學者都可以即刻上手，唔單止受老年人嘅青睞，亦已經蔓延到全國所有年齡層，如今唔止喺國內風行，甚至普及到國外。

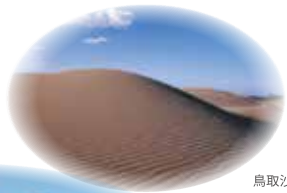
點解叫做地面高爾夫球呢...

咁係因為，想將呢項運動設定為一個唔洗去高爾夫球場，

“無論係邊度” “無論係邊個” “簡單”



喺地區嘅學校運動場（操場）亦可以進行嘅運動，力求打造成
“無論係邊度” “無論係邊個”
都可“簡單”做到嘅運動。



鳥取沙丘



山陰海岸地質公園
浦富海岸



地面高爾夫球嘅特徵



1 邊度都玩得到

無需規格化嘅球道，可根據球手嘅目標、環境、技能等，係運動場、河堤、公園、庭園等地方自由設定球道。

2 準備簡單

唔需要好似高爾夫球場咁挖洞，放上洞旗桿就得。

3 規則簡單

比起其他運動，規則非常簡單，玩一次就可以學識。

4 無人數限制

地面高爾夫球可以一個人玩，只要場地足夠大，幾百人同場競技亦得。

因為波唔會飛上空中，只要設好洞旗桿嘅位置，可以從所有嘅洞旗桿處同時開波，非常安全。

5 自己做裁判

比賽過程中自己充當裁判，如果覺得判定困難，可徵求同伴嘅意見。

6 無需高超嘅技術

地面高爾夫球與其他競技運動一樣，技術和競技性可透過訓練來提高。但是為了享受比賽，未必一定要有高超嘅技術。唔論老少，都可以快樂競技。就因為咁，地面高爾夫球具備咗作為家庭運動來消遣嘅所有條件。

7 無時間限制

由於比賽無時間規定，因此唔會受時間上嘅限制，可根據技能水準、球伴人數或者球道特性，盡情享受比賽。



乜嘢係地面高爾夫球？

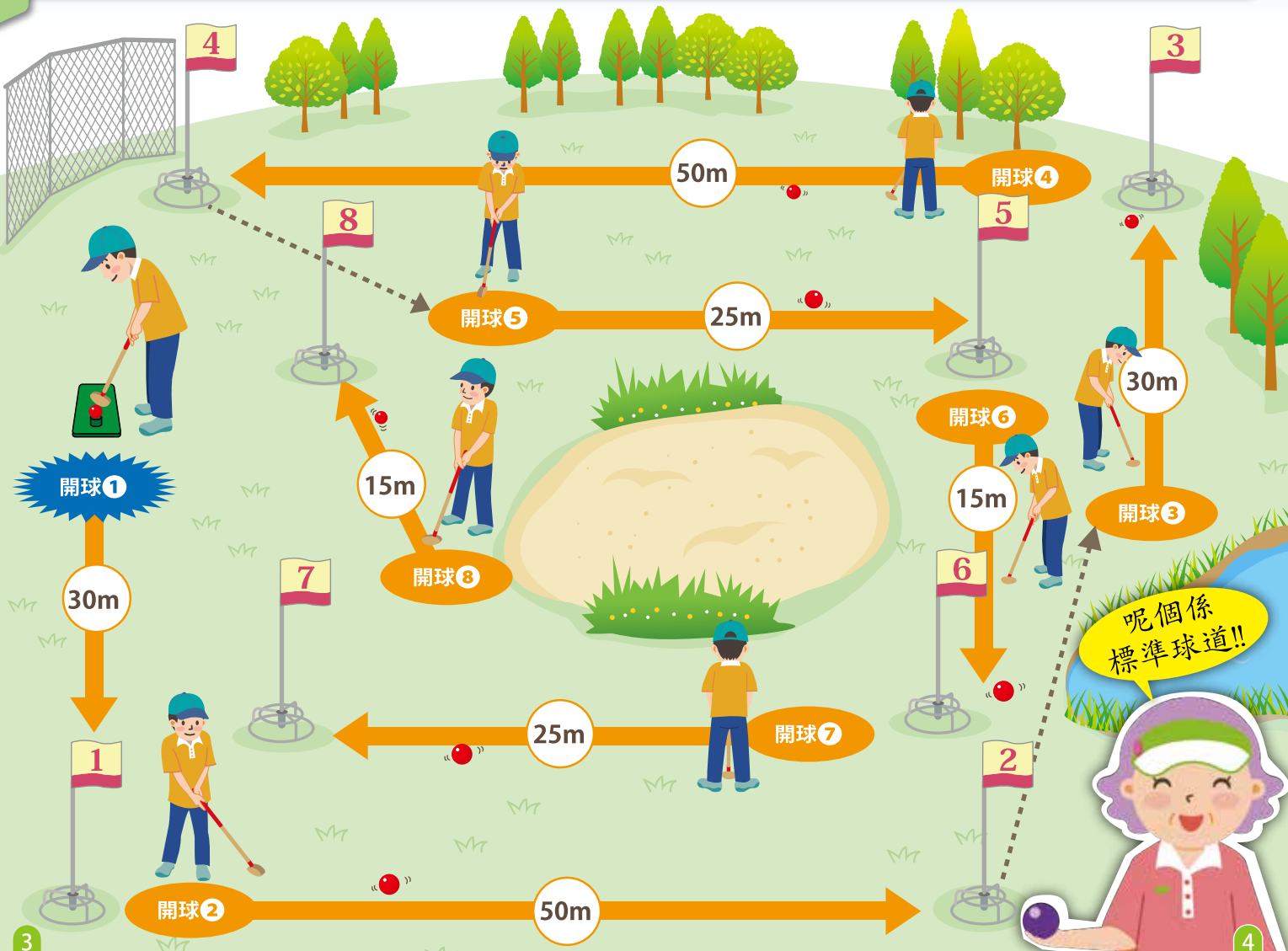


規則概要

使用專用嘅球桿、波、洞旗桿、發球板，好似正式嘅高爾夫球一樣，用球桿擊球，計算入洞（打入洞旗桿）所需嘅桿數。

球道

標準球道由50m、30m、25m、15m嘅各2個洞，總共8個洞構成。



呢個係標準球道!!



1 禮儀

球手擊球後應馬上移動到唔會妨礙到下一個球手嘅地方。

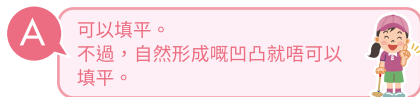
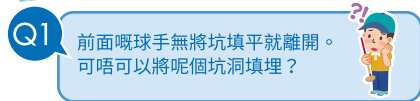


球手擊球時應保持安靜，唔應該企喺球伴嘅波同洞旗桿嘅附近，或者企喺球手嘅前後。另外，唔應該前一組還未結束之前擊球。



球手應填平自己造成嘅坑及腳印後離開。

遇到呢種情況應點辦!?

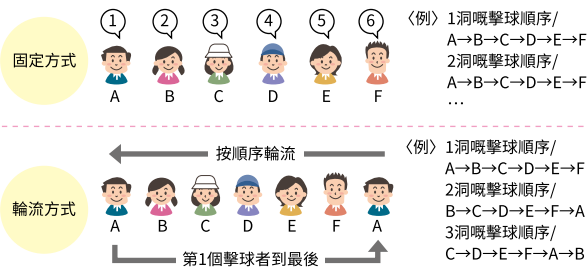


2 玩法

按照順序從發球板擊球，當波停喺洞旗桿入面時叫做“停”，計算球從擊出到“停”所需嘅桿數。

順序

比賽前決定好擊球順序。
(有固定同輪流2種方式)



遇到這種情況應怎麼辦!?

Q2 擊球順序搞錯咗點辦?

A 如果其他球手認可，可以從下一輪調回原來嘅擊球順序。但係，如果其他球手要求重打，應按照正確嘅擊球順序重打。(無須加1桿)

Q3 搞錯咗其他球手嘅球點辦?

A 球主將球放回原本嘅位置。(無須加1桿)

連打

唔可以一個人連打一直打到“停”為止。

POINT

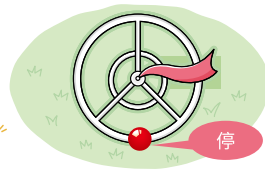
但係，如果波與洞旗桿相當接近，距離相當於桿頭長度，可以連打。



遇到呢種情況應點辦!?

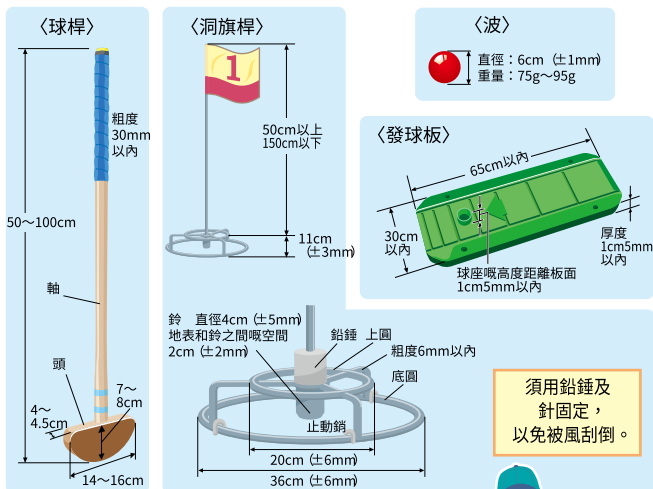
Q4 當波停止係洞旗桿底圓嘅正上方，算唔算“停”?

A 算。



3 用具

必須使用規定嘅球桿、波、洞旗桿、發球板。



check

球桿可以纏握把膠帶，但係禁止除此之外嘅其他改造。

NO!

帶著球柄擊球都算改造。



4 比賽中嘅擊球練習

球手係比賽中唔可以做任何擊球練習 (犯規附加1桿)



5 援助

球手在擊球時唔應要求或接受任何物質或人為嘅援助或建議。

6 保持球嘅原有嘅狀態下比賽

當打出去嘅波碌咗入草木叢中時，只能為確認球嘅位置或確認為自己嘅球，有限度觸碰草木。唔可以剪草或折斷樹枝。



即使係呢種情況下都唔可以拎開。

7 擊球方法

球手擊球時應該用球桿頭正確擊球，唔可以用球桿推波或將波拉向自己。(犯規附加1桿)

check



正反面均為平面嘅，兩面都係擊球面

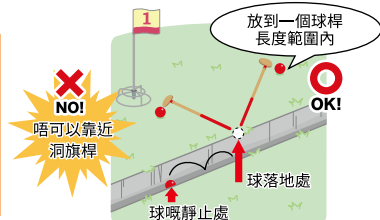


如果擊球前波因震動或風壓等滾動，可以重打。

8 遺失同出界

如果球手擊出嘅波遺失或偏離到球道外，附加1桿，係唔縮短與洞旗桿距離嘅前提下，將波放到可擊打地方，擊打下一桿。

如果唔將波移動到其他位置就無法擊球，可以將波放到從球唔見咗或者跌落嘅位置起計，一個球桿長度嘅範圍之內。



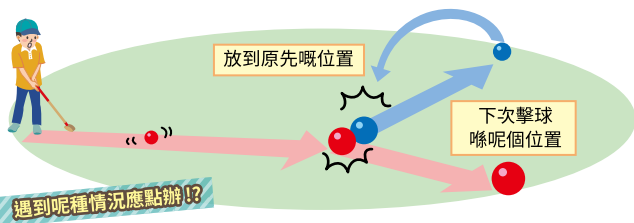
9 妨礙擊球嘅波

球手可以要求將妨礙擊球嘅波暫時移開。由球主移開，此時應該對住洞旗桿喺波嘅後方做標記後移開。



10 當撞到其他球手嘅波時

當球手擊出嘅球撞到其他球手嘅波時，前者應係波停止嘅位置繼續比賽。被撞走嘅波要放翻係原先嘅位置。



Q5 打出去嘅波撞到其他球手嘅波之後“停”了點辦？或者被撞到嘅波“停”了點辦？

A 撞到其他波嘅波算“停”。被撞到嘅波唔算“停”。應放回原位。

Q6 波撞到球手等時該點辦？

A 同撞到小石塊或樹枝嘅情況相同，在球停止嘅地方進行下一桿擊球。

11 靜止嘅波被風吹郁嘅情況

球手唔可以喺波移動緊嘅時候擊球。如果俾風吹郁，應係波停嘅地方擊打，俾風吹郁嘅波如果入咗洞旗桿都算「停」。



12 第1桿進入到洞旗桿時（一桿進洞）

球手擊出嘅波如果第1桿進洞（一桿進洞），1次嘅總桿數中減3桿。

13 記分卡嘅填寫方法

係自己所打嘅球道序號上填寫洞旗桿數

桿數：每一洞嘅桿數（用阿拉伯數字填寫）

實際桿數－（1桿進洞次數×3）

填寫姓名（擊打順序）

累計：目前為止嘅累計桿數

一桿進洞次數 每1次一桿進洞，減去3桿

姓名		スコアード									スコア		
No.		1	2	3	4	5	6	7	8	合計	1桿進洞	減	
1	○○○○	3	6	9	14	21	24	27	32	33	33	1	30
2	△△△△	5	7	12	17	23	28	31	33	36	36		
3													

POINT

一桿進洞嘅情況，係桿數欄中填寫“1”或“-”，累計欄則填寫加上1嘅數。總計欄中填寫每一桿進洞一次減去3嘅數字。

鳥取縣觀光指南

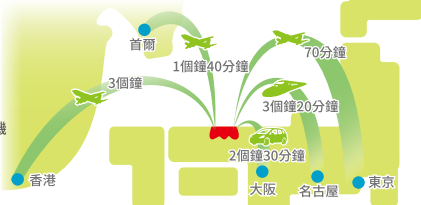
<http://www.tottori-tour.jp/zh-tw/>



ACCESS

✈️ 〈搭乘飛機〉

- 從東京（羽田）至鳥取沙丘柯南機場（約70分鐘）
- 從東京（羽田）至米子鬼太郎機場（約80分鐘）
- 從首爾（仁川）至米子鬼太郎機場（約1個鐘40分鐘）
- 從香港（香港國際機場）至米子鬼太郎機場（約3個鐘）



🚆 〈搭乘火車〉

- 從東京（約5個鐘）
新幹線→新大阪換乘→超級白兔…鳥取站
- 從名古屋（約3個鐘20分鐘）
新幹線→姫路換乘→超級白兔…鳥取站
- 從大阪（約2個鐘30分鐘）
超級白兔…鳥取站

🚗 〈自行開車〉

- 從名古屋（約4個鐘30分鐘）
名神高速公路→中國汽車道→佐用JCT→鳥取汽車道…鳥取
- 從大阪（約2個鐘30分鐘）
中國汽車道→佐用JCT→鳥取汽車道…鳥取

🚌 〈搭乘高速巴士〉

- 從東京（約10個鐘10分鐘）
- 從大阪・神戶（約2個鐘50分鐘）



鳥取縣內公認地面高爾夫球場請參閱此網頁（日語）

<http://www.groundgolf.or.jp/tabid/59/catid/40default.aspx>

聯絡方式

鳥取縣地域振興部體育課

✉ sports@pref.tottori.lg.jp

FAX.+81-857-26-8108

〒680-8570 鳥取縣鳥取市東町一丁目220番地