

どんなスポーツ?



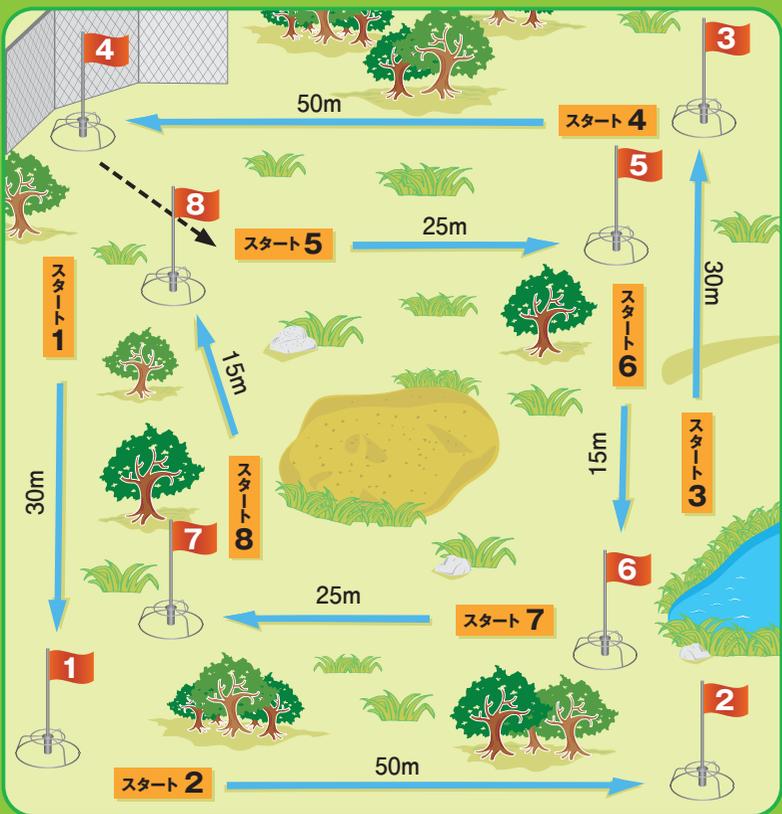
主なルール

ルールは16条です。エチケットに関するものとゲームに関するものがあります。

- 他のプレーヤーが打つ時は静かに
 - 自分の作った穴や足跡は直す
 - ゲーム中は打球練習を行わない
 - 物的・人的な援助やアドバイスを受けない
 - あるがままの状態プレーする ……等々
- 詳しくはルールブックをご覧ください。

標準コース

標準コースは、50m、30m、25m、15m
各2ホールの合計8ホールで構成します。



あゆみ

グラウンド・ゴルフは、1982年（昭和57年）、鳥取県泊村（現：湯梨浜町）で創案されました。子供から大人まで、だれもが楽しめるスポーツで、いまや愛好者の数は全国で約300万人。公益社団法人日本グラウンド・ゴルフ協会と47都道府県の協会が普及に努めています。

ダイヤモンド賞

1ラウンド（標準コース8ホール）で、ホールインワンを3回以上達成した日本協会会員にダイヤモンド章及び記念品を贈呈します。



ホールインワン基金

ホールインワンの幸運に恵まれた人が、その喜びを100円程度の寄付に込めて高齢者福祉等へ支援を行うための基金です。

公益社団法人 日本グラウンド・ゴルフ協会



〒150-8050
東京都渋谷区神南1-1-1岸記念体育会館5階
TEL: 03-3481-2477
FAX: 03-3481-2478
<http://www.groundgolf.or.jp>
e-mail: info@groundgolf.or.jp

■お問い合わせ先

仲間がひろがる。 笑顔もひろがる。

さあ、はじめよう! グラウンド・ ゴルフ



JCCA 公益社団法人 日本グラウンド・ゴルフ協会

グラウンド・ゴルフって

プレー方法

専用のクラブ、ボール、ホールポスト、スタートマットを使用して、ゴルフのようにボールをクラブで打ち、ホールポストにホールインするまでの打数を数えるゲームです。場所によって距離やホールポストの数を自由に設定でき、ルールも簡単なため、どこでも、だれでも手軽に楽しむことができます。又、ホールインワンもあり、その場合、自分の合計打数から3打をマイナスするという特典が設けられており、プレーヤーの励みと意欲を高める工夫がなされています。

用具



ホールポスト
この輪の中に
ボールを入れます

スタートマット
1打目を打つ
マットです

クラブとボール
クラブの握るところはグリップ、打つところはヘッドとい
います



ゲームの特性

「運動神経に自信がなくて…」
「ルールが難しいのでは？」
と不安に思っている方も、ご安心ください。
どなたでもプレー出来る理由は
7つの特性にあります。

01

どこでもできる

規格化されたコースを必要と
しません。プレーヤーの目的、
環境、技能などに応じて、
運動場、河川敷、公園、庭など
どこでも、自由にコースを
設定することができます。



02

準備は簡単

ゴルフのように穴を掘る必要がなく、
スタートマットとホールポストを
設置するだけで準備は完了です。



03

ルールは簡単

他のスポーツに比べて、
ルールがきわめて簡単で、
一度プレーすれば
覚えられます。



04

時間の制限がない

ゲームの時間が決まっていないので、
時間に制約されることなく、
技能の水準や仲間の数、
あるいはコースの特性に応じて、
プレーを楽しむことができます。



05

プレーヤーの 数に制限がない

グラウンド・ゴルフは1人でも、
あるいは場所さえあれば
一度に何百人もの人が
プレーを楽しめます。
ボールが空中を飛ぶことはない
ので、ホールの設置場所を工夫
すれば、各ホールから同時に
スタートしても、安全に
プレーすることができます。



06

審判は 自分自身

ゲーム中の審判は
プレーヤー自身が行います。
判定が困難な場合には、
同伴プレーヤーに
同意を求めます。



07

高度な技術が なくてもできる

グラウンド・ゴルフの技能は
他のスポーツと同じように、
トレーニングによって向上します。
しかし、ゲームを楽しむためには
必ずしも高度な技術を
必要としません。
子供から高齢者まですべての人が、
楽しくプレーすることができます。
したがって、グラウンド・ゴルフは
ファミリースポーツとして
楽しむ条件をすべて
備えたスポーツです。

