

# 障がい者フライングディスク競技について

## 《競技種目》

### (1) ディスタンス（個人）競技

ディスクの飛距離を競う種目ですので、3回思いっきりディスクを投げて一番飛んだ距離を競います。

### (2) アクキュラシー（個人）競技

一辺95cm 円形の枠をめがけディスクコントロールの正確さを競う種目です。  
ディスリート・ファイブ（5m）とディスリート・セブン（7m）を行います。

## 《用 具》

競技用ディスクは日本障害者フライングディスク連盟公認の「ファーストバックモデル」直径23.5cm、重量100±5gとする。

※ディスタンス・アクキュラシー共に同じディスクを使用する。



使うディスク

・素材はプラスチック

## ◎ディスタンス（個人）競技

### 《競技区分》

4つの区分に分け、年齢区分毎に行う。（障害者別はしない。）

- ・レディース・シティング : 女子座位者
- ・メンズ・シティング : 男子座位者
- ・レディース・スタンディング : 女子立位者
- ・メンズ・スタンディング : 男子立位者



※ディスタンス競技は距離を競う競技ですので、白いディスクを思いっきり投げて、飛んだ距離を競い合います。

## ◎アクキュラシー（個人）競技

### 《競技区分》

- ディスリート・ファイブ : 5m（男女・障害別はしない。）
  - ディスリート・セブン : 7m（男女・障害別はしない。）
- } どちらか1種目の参加



アクキュラシーゴール  
直径95cm



※アクキュラシー競技は正確性を競う競技です。

5m or 7mから赤い輪っかのアクキュラシーゴールにディスクを10枚投げて入った枚数を競い合います。