

Tutti in spiaggia!: Cross golf

Questa variante del golf classico è particolarmente indicata per i giovani e quelli che vogliono rimanere giovani. L'affascinante gioco della disciplina classica è applicato al contesto urbano con tanta energia creativa.

Il cross golf ha solo poche regole di base che riguardano la sicurezza. Le norme di comportamento (etichetta) del golf classico non valgono. È permesso fare quello che piace. Per iniziare a giocare, bastano alcuni bastoni nella grandezza standard (ad es. ferro 6) e alcuni putter. Il resto del materiale: palline da tennis o palle da unihockey colorate e piccoli cinesini. A seconda della forma di gioco, possono essere utili anche altri attrezzi.

Osservazione: per trovare materiale a basso prezzo, è anche possibile informarsi presso i club di golf se hanno dei vecchi bastoni. Oppure chiedere nei club di tennis se hanno palline usate. Spesso le danno gratuitamente.

Regole di base

- Il campo scelto deve essere accessibile al pubblico. Attenzione: evitare terreni aziendali, cantieri chiusi e cave di ghiaia.
- Il gioco non deve ostacolare la vita pubblica (rumore, raggruppamenti, ecc.).
- Verificare che lungo la linea di tiro non ci siano persone.
- Il gruppo mantiene una distanza di sicurezza di 2 metri dalla persona che tira. Questo vale per tutti i tiri. • Nessuno rimane dietro la persona che tira.
- Gli obiettivi possono essere scelti liberamente. Tuttavia, deve essere possibile andare a riprendere le palline.
- Chi raggiunge l'obiettivo con il numero inferiore di tiri, vince il girone.
- Le vere palline da golf sono troppo pericolose per essere utilizzate al di fuori dei campi ufficiali da golf! Le palline da tennis rotte (senza tensione) o le palline da unihockey rappresentano una buona alternativa.

Materiale

- Bastoni (ferro 6 e un putter)
- Palline (palline da tennis rotte oppure da unihockey).
- Gessi per marcare i punti di tiro e/o l'obiettivo.

Forme di gioco

Skyscraper Drive

Si sceglie una parete alta senza finestre con una suddivisione orizzontale ottica. Definire l'obiettivo presso un segmento che si trova a circa 8-10 metri di altezza. I giocatori tirano la pallina dal punto di tiro (a circa 8 metri dalla parete) verso la parete e cercano di colpire il segmento scelto. Per non fare rotolare via la pallina, si usa un cinesino come «tee».



Varianti

- Un giocatore può eseguire tutti i tiri che vuole in 30 secondi. Chi riesce a portare più palline possibili nel segmento in questo periodo di tempo?
- Ogni giocatore può giocare 5 palle. Chi riesce a colpire più volte il segmento?
- Colorare le palline con pittura solubile all'acqua. Una persona tira per prima e marca un punto. Chi riesce ad arrivare più vicino a questo lancio?

Materiale: cinesini

The Blue Window Drive

Aprire completamente una finestra di una casa di una persona che si conosce e che è d'accordo. Se possibile, una finestra dei piani alti. Fissare un lenzuolo alla parte alta della cornice della finestra. In questo modo, il lenzuolo pende all'interno e frena le palline. In alternativa, si può anche usare un paravento. I giocatori cercano di colpire la finestra aperta da un punto nel giardino.



Osservazione: occorre assolutamente usare delle palline da tennis rotte (senza tensione), altrimenti si rischia di rompere i vetri se si colpisce un'altra finestra.

Materiale: paravento, lenzuolo

Skip Chip

Definire un contenitore o un cassonetto che sia accessibile almeno da un lato. Cercare di far entrare la palla da una distanza di 4-5 metri.



Varianti

- Ogni giocatore ha il diritto a 5 tiri, ogni tiro riuscito vale 3 punti. Se la palla vola oltre il cassonetto, si ottiene una penalità.
- Un giocatore può eseguire tutti i tiri che vuole durante 30 secondi. Chi riesce a tirare più palline possibili nel cassonetto in questo lasso di tempo?

Materiale: cassonetto, container

No Parking Chip

I giocatori cercano di colpire un cartello segnaletico da 3-4 metri di distanza. È raccomandato scegliere un cartello che si trova vicino a una parete affinché i tiri sbagliati rimbalzino indietro.



Variante

- Disegnare un bersaglio sulla parete dietro il cartello. Cercare di colpire il bersaglio senza toccare il cartello. Chi colpisce il cartello ottiene un punto negativo.

Osservazione: usare solo palline soffici.

Materiale: cinesini, cono

Shooting Station

Scegliere una superficie liscia (ad es. posteggio, campo o pista in tartan) e definire un punto di tiro. Posizionare un bersaglio (ad es. lattine vuote o bottiglie PET) a circa 3-4 metri di distanza, che i giocatori devono cercare di colpire con la palla.



Varianti

- Chi riesce a colpire il bersaglio con meno tiri? (Put sempre dal punto di tiro)
- Ogni giocatore ha in buono 5 tiri. Chi riesce a colpire più volte il bersaglio? (Put sempre dal punto di tiro)
- Stessa cosa ma la palla deve sempre essere tirata dal punto in cui atterra dopo un tiro.

Materiale: lattine vuote o bottiglie PET



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO