



## Frisbígolf er fyrir alla

Frisbígolf er eitt nýjasta sportið hér á landi og þó að fyrsti völlurinn hafi verið settur upp árið 2002 þá eru landsmenn nýlega búnir að uppgvöta þessa skemmtilegu íþrótt og margir farnir að stunda hana af kappi. Þessu hafa sveitarfélög tekið eftir og fáum við fjölda fyrirspurna í hverjum mánuði þar sem verið er að velta því upp af hverju ætti að setja upp frisbígolfvöll í bæjarfélaginu. Nú eru komnir rúmlega 60 frisbígolfvöllir á Íslandi og samhlíða því hefur orðið mikil aukning á spilurum og fólki sem er að kynnst þessari skemmtilegu íþrótt. Hátt í 10 nýir völlir bætast við í sumar.

### Holl og góð hreyfing.

Ástæðurnar fyrir því að setja upp völl eru fjölmargar. Fyrir utan tilbreytingu og fjölbreytni í afþreyingu þá er frisbígolfið sérlega hentugt fyrir alla aldurshópa og auðvelt fyrir hvern sem er að ná tökum á því, sannkallað lýðheilsuverkefni.

- Ódýrt og einfalt er að setja upp heilan völl. Engar landslagsbreytingar.
- Kostar ekkert að spila á völlum.
- Búnaður er mjög ódýr, í byrjun nægir einn 2.000 króna frisbígolfdiskur.
- Hentar allt frá börnum til ömmu og afa.
- Hægt að spila í flestum veðrum, allt árið.
- Holl og góð hreyfing.
- Hægt að stunda einn eða fara með vinarhópnum.
- Færir nýtt líf á svæði þar sem er t.d. skógrækt, útivistarsvæði, almenningsgarðar ofl.
- Viðhald á völlum er mjög lítið.

Það er því engin spurning að frisbígolfvöllur er frábær viðbót við þá afþreyingu sem fyrir er.

### Ódýrt að setja upp völl.

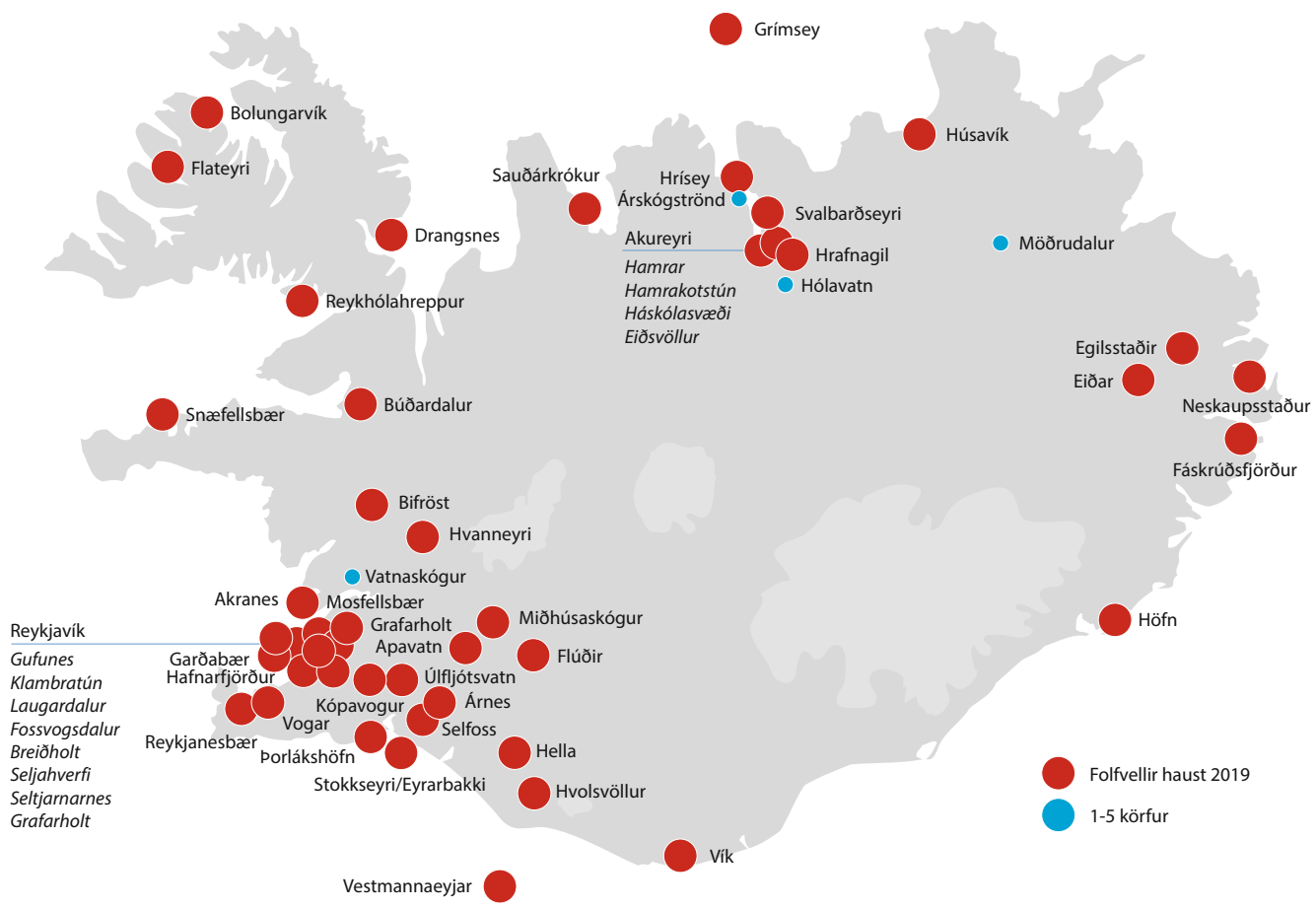
Það er mjög ódýrt að koma upp frisbígolfvelli en efni í 9 körfu völl (körfur, teigamerkingar, skilti og merkingar) kostar innan við tvær milljónir króna - uppsettur og tilbúinn til notkunar. Sá kostnaður getur verið breytilegur og fer mest eftir því hvort bæjarfélagið hafi tök á því að framkvæma uppsetninguna sjálft og einnig hvort settir eru heilsársteigar við völlinn.

Íslenska frisbígólfsambandið getur aðstoðað á margan hátt; gefið ráðleggingar, aðstoðað með staðsetningu og vallarhönnun og leitað tilboða í búnað.

Sendið okkur endilega línu á [fof@fof.is](mailto:fof@fof.is) ef ykkur vantar upplýsingar og hafið áhuga á að vita meira.

Hlökkum til að heyra í ykkur!





Nú eru komnir yfir 60 vellir um allt land og stefnir í 10 nýja velli í sumar enda orðið gríðarleg sprenging í vinsældum frisbígolfs á síðustu tveimur árum.

