ENVIADO POR
Irmgard

ON
05/07/2013

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

Un disco hace el programa - Frisbee



Se explican los deportes con frisbee y se dan ideas para fabricar un frisbee fuera de lo común.

Este artículo es de la revista Forum.

Deportes de frisbee a imitar:

Los antiguos griegos lanzaban el "disco"; los estudiantes de la Universidad de Yale se lanzaban las bandejas del horno de panadería, "Frisbie".

Actualmente hay 11 disciplinas en las que se celebran competiciones regulares. Éstas son:

Lanzamiento de longitud, lanzamiento de diana, lanzamiento flotante, lanzamiento-corrida-recogida, disc golf y discathon como disciplinas individuales.

Ulimate, freestyle, guts, DDC y dog frisbee se disputan por equipos.

Aquí se describen brevemente algunos de estos juegos. Pueden jugarse como tales, pero también pueden incorporarse a una competición de nivel superior.

Ultimate

Ultimate (también conocido como frisbee rugby, frisbee de zona o frisbee de línea) es la disciplina suprema de los deportes de disco. Juegan dos equipos de 7 jugadores. El objetivo es llegar a la zona de anotación contraria lanzando el frisbee. El jugador en posesión del frisbee no puede caminar y está cubierto por un máximo de

cubierto como máximo por un adversario. Si el disco cae al suelo o es atrapado por un adversario, cambia la dirección del juego. Está prohibido el contacto físico o arrebatar el material deportivo.

En el deporte de liga, Ultimate se juega sin árbitro. Los propios jugadores señalan las faltas. Si los contendientes no llegan a un acuerdo en unos 10 segundos, se repite el juego.

Encontrará instrucciones más detalladas sobre Ultimate Frisbee aquí.

Disco golf

Los golfistas sudan de emoción en el mejor de los casos; esto también se aplica al disc golf. Al fin y al cabo, se necesita mucha concentración para "meter" el frisbee en el hoyo. La idea es sencilla pero desafiante: ¿Cuántos lanzamientos necesitas para dar en el blanco?

Después de que todo el mundo haya hecho su lanzamiento, la persona que esté más lejos del "agujero", exactamente desde el punto en el que se posó el frisbee, continúa jugando.

Por supuesto, puedes elegir la diana en función de los miembros de tu club de golf y ajustar la distancia.

Discathon

El objetivo es completar un recorrido en el menor tiempo posible. El jugador dispone de dos frisbees. El segundo se juega desde donde cayó el primero y así sucesivamente...

El recorrido también puede discurrir por bosques o zanjas. Tal vez haya que lanzar el frisbee a través de un aro o incluso por encima de un obstáculo.

El discathon también puede organizarse como un relevo.

Flubber-Guts (variación de Guts)

El disco sólo puede tocarse con una parte del cuerpo a la vez (cogerlo con una mano - sí; presionarlo contra el estómago con la otra mano - no). Está permitido hacer girar el frisbee hacia arriba con la mano o el pie y que lo coja otra persona.

Lanzamiento largo / lanzamiento al blanco

Estas dos disciplinas pueden integrarse en un juego de diversas formas.

Como juego de disco, los lanzadores sin talento probablemente pierden la alegría con bastante rapidez. En grupo, sin embargo, contribuyen a la suma de lanzamientos largos de más de 200 metros, ¡wau!

Sobre el lanzamiento ...

El lanzamiento de revés es el más común, los lanzadores diestros tiran hacia arriba a la izquierda de sí mismos.

El lanzamiento de derecha parece más casual; parece como si el antebrazo del lanzador volara con él, que es como lo siente el inexperto.

También hay innumerables lanzamientos con truco. Por encima de la cabeza, entre las piernas o por detrás, todo está permitido.

Consejos para lanzar:

- Balancéate recto; tira del frisbee más allá de ti en línea recta.
- El frisbee debe lanzarse horizontalmente, ligeramente por debajo del hombro.
- Gira; abre la muñeca justo antes de soltar y suelta el frisbee como si saliera rodando de tu mano. Pon mucha fuerza en el giro, pero no dejes que "pinche" al azar
- Para evitar que el frisbee ruede en una dirección, puedes inclinar el frisbee en la dirección opuesta cuando te lances y lo lances, y en el transcurso del vuelo "rodará" hasta que se detenga horizontalmente.
- Con mucho efecto y un poco de ángulo, el frisbee vuela en un amplio arco como si se deslizara sobre un plano inclinado.

El lanzamiento con arco funciona en ambas direcciones. Depende del lado hacia el que inclines el frisbee.

... y atrapar

"Espero que nadie me pase el frisbee. Seguro que me rompo los dedos"

Pero a partir de ahora, sólo atraparás con el...

... Técnica del bocadillo

Todos los profesionales del frisbee atrapan así y por una buena razón.

El frisbee que se acerca es recibido por las manos superpuestas. De este modo, todos los demás jugadores saben que tienes intención de atrapar el frisbee. En cuanto el disco ha volado entre tus manos, las aprietas juntas y el frisbee queda domado, por muy fuerte que haya sido el lanzamiento.

Además de la captura con una mano, hay otras formas artísticas de atrapar. La captura con truco, al igual que el lanzamiento con truco, forma parte de todas las cálidas tardes de verano; inspírate.

La capacidad de predecir la trayectoria se llama "leer el objetivo". Con un lanzamiento en arco, vas directamente a donde está el frisbee a la altura de la captura sin seguir el arco del frisbee.

Información general sobre el uso

Aquí tienes algunos consejos para elegir el frisbee adecuado:

- Los niños lanzan mejor los frisbees más pequeños/ligeros. Si el frisbee es demasiado grande o pesado, es posible que no lo lancen durante mucho tiempo. Un frisbee más ligero es más probable que se lo lleve el viento.
- Hay frisbees de todos los colores.
  Un frisbee amarillo es más fácil de encontrar en la hierba, uno rojo en la nieve y uno fluorescente por la noche.
- Utiliza frisbees nuevos sólo en la hierba. Marca los frisbees viejos para jugar en asfalto. El borde se pondrá áspero rápidamente y lesionará al receptor (excepto para las capturas en sándwich).

Los bordes y las superficies rugosas pueden fundirse con un mechero o rasparse con un cuchillo para bolsas.

El mal uso tiene potencial

Un boletín informativo de Besj anunciaba un frisbee que también puede utilizarse como plato. ¿Quién te impide usar tu plato como frisbee? Las siguientes ideas de manualidades:

Frisbee**de vinilo**
El frisbee de vinilo es una idea de manualidades especial:

En un cuenco resistente al calor de tu elección, coloca un disco de vinilo seleccionado que seguramente su dueño no querrá volver a escuchar jamás

A continuación, vierte agua hirviendo sobre el disco y utiliza paletas de madera para ayudar al vinilo a encontrar su nueva forma. ¡Atención! El agua caliente a temperaturas iguales o superiores a 50 °C puede causar lesiones graves.

El comportamiento en vuelo es de moderado a bueno, dependiendo de la forma.

CD Frisbee
Un CD, lanzado como un buen frisbee, tiende a "rodar" mucho. Puedes remediarlo haciendo un borde con cinta adhesiva ancha. Puedes presionar el borde hacia abajo al lanzarlo y se levantará de nuevo al soltarlo.

Comportamiento de vuelo similar al de un frisbee pequeño. Adecuado para uso en interiores, ya que es pequeño y ligero.

Frisbee de tela
Basta con un trozo de tela ribeteado con un dobladillo lastrado para que el juego resulte divertido.

La tela no tiene que ser necesariamente redonda. También es posible darle otra forma básica, como un triángulo, letras...

Los cables eléctricos (hilo trenzado o hilo con aislamiento), el plomo de pescar, la arena, etc. son adecuados para lastrar.
La diversión en interiores y exteriores está preprogramada.

Un disco hace un programa_YW

Fuente de referencia



- **Contenido e imagen:** Forum Kind número 3/04, página 25 + 26 Deportes de frisbee y cómo fabricar el tuyo propio.
  © Copyright www.forum-kind.ch
- **Autor:** Lukas Voellmy

Weitere Informationen

Categorías
Juegos y actividades

Etiquetas
Frisbee
Foro
Deporte
Creatividad
Artesanía artística

Edad
De 8 a 12 años
De 13 a 16 años
a partir de los 16 años

Número de participantes
No hay datos disponibles.

Biblia
Falta esta información.

Duración
No hay datos disponibles.

Terreno / Entorno
En espacios cerrados

Material
Casi sin esfuerzo

Descarga de archivos
Descarga de archivos disponible

KI Generierter Inhalt
Contenido
Categorías
Etiquetas
Edad
Número de participantes
Biblia
Terreno / Entorno
Material

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/es/wiki/art/un-disco-hace-el-programa-frisbee