

## Vorwort

**Frisbee®, das Spiel mit der Scheibe** kennen Sie bestimmt vom letzten Strandurlaub.

Bei Frisbee®-Golf durchspielen Sie mit Ihrer Gruppe einen Parcours, versuchen mit möglichst wenig Würfen ihr Ziel zu erreichen und haben jede Menge Spaß dabei.

Ähnlich wie beim klassischen Golf wirft jeder von dort aus weiter, wo die Scheibe zuletzt liegenblieb. Die Würfe je Spielbahn werden addiert. Am Ende gewinnt derjenige<sup>1</sup> bzw. das Team mit der geringsten Gesamtwurfanzahl. Das klingt nicht nur einfach, es ist auch ganz leicht.

Genau deshalb, weil das Spiel so einfach ist, gibt es uns viele Möglichkeiten, es pädagogisch zu nutzen und das möchten wir in diesem Buch beschreiben.

Nun kennt DiscGolf in Deutschland noch nicht jeder und aus diesem Grund gehen wir im ersten Abschnitt auf die Geschichte und das Spiel selber ein, damit die Leser sich die nächsten Abschnitte besser vorstellen können.

Für DiscGolf brauchen Sie nur die Kondition eines Spaziergängers. Trotzdem ist es ein Sport mit all seinen gesundheitlichen Vorzügen, die wir in Abschnitt 2 bewusst machen werden.

Die Weltgesundheitsorganisation WHO empfiehlt pro Tag eine Stunde Bewegung für Kinder und Jugendliche. Damit meint die WHO Bewegungen wie Radfahren, Laufen, Gehen oder Treppensteigen. „Eltern und Kinder sind in den letzten 10 bis 15 Jahren regelrecht erstarrt“, erzählt der Sportwissenschaftler Endrè Puskas vom Sport-Gesundheitspark Berlin. Unsere Beobachtung ist, dass DiscGolf auf Kinder und Jugendliche einen hohen Reiz ausstrahlt, sobald sie mit dem Sport in Berührung kommen, denn Spielen macht Spaß und die fliegenden Scheiben sind faszinierend. Diese Anziehungskraft lässt sich nutzen, damit sich die Kinder bewegen und gleichzeitig etwas lernen. Insbesondere, weil das Disc-Spiel in der freien Natur ausgeübt wird. Hier kann der Nachwuchs alle sozialen Kompetenzen lernen. In Abschnitt 3 zeigen wir auf, wie DiscGolf mit diesem hohen Aufforderungscharakter für die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen genutzt werden kann.

Die positiven Eigenschaften des Disc-Sports sind das eine, der gezielte pädagogische Einsatz ein anderer. Die Erlebnispädagogik hat definierte Vorstellungen, die erfüllt sein müssen, damit über den Sport bestimmte Lerninhalte vermittelt werden können. Um diesen Beweis anzutreten, nehmen wir uns in diesem Buch dafür besonders viel Zeit, denn letztlich ist das die Voraussetzung, dass DiscGolf als „Transportmittel“ für den Lehrstoff glaubwürdig ist. Aufbauend auf die positive Wirkung, die der Sport mit sich bringt, lässt dieser einfache

---

<sup>1</sup> Für die bessere Lesbarkeit haben wir auf die Geschlechtertrennung verzichtet

Sport die Möglichkeit zu, mit zusätzlichen Regeln, Erlebnissen oder Fragespielen die Lern-erfahrung in eine bestimmte Richtung zu führen bzw. zu verstärken. Um unseren Ansatz zu verdeutlichen, schließt Abschnitt 4 mit einem Praxisbeispiel ab. Wir beschreiben ein Werte-Seminar, bei dem der Spielablauf, die zusätzlichen Regeln und Fragespiele genau erklärt sind, damit sie jeder nachspielen bzw. nachvollziehen kann.

Die Erlebnispädagogik für die Jugend gibt es schon sehr lange. Der Einsatz für die Erwachsenenbildung ist noch recht jung. Schade eigentlich, denn in Abschnitt 5 zeigen wir kurz auf, dass die Erlebnispädagogik dem Lernen der Erwachsenen sehr entgegenkommt.

Wie so oft, werden solche vorteilhaften Mechanismen vor allem in der Wirtschaft aufgegriffen und genutzt. So werden z. B. Koch-, Kletter- und Floßbaukurse für Unternehmen angeboten, um Teams zu stärken. Leider fehlt es meist am nötigen Transfer, damit die positiven Kurserfahrungen in den Alltag übernommen werden. Das ist schade, denn erlebnispädagogische Veranstaltungen könnten mehr als nur Teampflege sein.

Frisbee®- bzw. DiscGolf ist eine besonders geeignete Maßnahme, um Mitarbeiter zu begeistern, zu schulen und das auch noch werbewirksam zu nutzen. Vor dem Hintergrund des allgemeinen Fachkräftemangels in vielen Bereichen und Branchen in Deutschland ist das sicher ein sehr interessanter Ansatz.

Egal, ob als Event, Verhaltens-Seminar oder Firmensport (s. Abschnitt 6), die Teilnehmer lernen „spielend“ soziale Kompetenzen kennen. Dieses Miteinander, getragen von Freude und Begeisterung, schafft neues Potential und Loyalität.

Mehr als andere Sportarten ist DiscGolf für Unternehmen geeignet, weil dieser Sport nahezu jeden anspricht. Auch Personen mit Handicap können zusammen mit ihren Kollegen Spaß haben. Wie von selbst beeinflussen Sie mit Disc-Veranstaltungen Ihr Firmenimage und Ihre Firmenkultur (s. Abschnitt 7) positiv.

So ist DiscGolf bei unserer Arbeit Teil des internen Personalmarketings, um Unternehmen als innovative und attraktive Arbeitgeber zu stärken und das auch nach außen tragen zu können. Wie Disc-Scheiben, Sportflächen usw. beim externen Personalmarketing nützlich sein können, beschreiben wir im letzten Abschnitt 8.

Das Buch beleuchtet die Möglichkeiten des DiscGolf- Sports aus vielen Perspektiven. Das Ganze wird mit Beispielen erläutert und mit kleinen Anekdoten aufgelockert.

Abgesehen davon, dass wir wirklich davon überzeugt sind, das DiscGolf ideal ist, um pädagogische Ziele zu vermitteln, ist einiges auch auf andere Sportarten übertragbar. Und wer bisher dachte, „Sport ist Mord“, fühlt sich hoffentlich von den vielen Möglichkeiten und der Einfachheit des Disc-Sports motiviert.

