

Grönt Kort

- ett utbildningspaket från
Svenska Bangolförbundet



Utbildningskommittén
Svenska Bangolförbundet
Januari 2006

Utbildningspaketet i Grönt Kort består av 7 delar.

Innehåll

	Kontaktpersoner	s. 3
1	Om utbildningspaketet	s. 4
2	Hur arbetar jag med Grönt Kort	s. 6
3	Handledning till instruktörer	s. 8
4	Kunskapstest	s. 9
5	Utskriftsmall för Grönt Kort	s. 10
6	PR-affisch till anslagstavlan	s. 11
7	Kurshäfte till deltagaren	s. 12

Samtliga sju delar finns att hämta hem i A4 format från www.bangolf.se under rubriken utbildning.

Kurshäftet till deltagaren finns också i tryckt format A-6 häfte. Pris 7kr/häfte.
Kan beställas genom Peter Gyllhag.

Efterhand kan webbplatsen komma att utökas med mer material, tips, idéer och erfarenheter från klubbarna kring materialet och utbildningen.

Utbildningspaketet är framtaget våren 2004
av Svenska Bangolfförbundets Utbildningskommitté i samråd
med Tekniska utskottet (TU) och Idrottsutskottet (IU)
Reviderad Januari 2006

Kontaktpersoner

Har du några frågor eller synpunkter på materialet och utbildningen är du välkommen att ta kontakt med oss.

Allmänna frågor Sportkonsulent

Peter Gyllhag 016-16 09 09
peter.gyllhag@bangolf.se

Utbildningsfrågor Utbildningskommittén

Andreas Feuk 0418-120 15
andreas.feuk@bangolf.se

Ellinor Ekbäck 08-750 86 54
ellinor.ekback@bangolf.se

Malin Löf 060-17 79 76
malin.lof@bangolf.se

Lisbeth Ellström 08-531 796 33
lisbeth.ellstrom@comhem.se

Regelfrågor Tekniska kommittén (TU)

Stig Pettersson 0243-22 37 60
stig.pettersson@bangolf.se

Tävlingsfrågor Idrottsutskottet (IU)

Lennart Ekbäck 08-750 86 54
lennart.ekback@bangolf.se

1 Om utbildningspaketet

Inledning

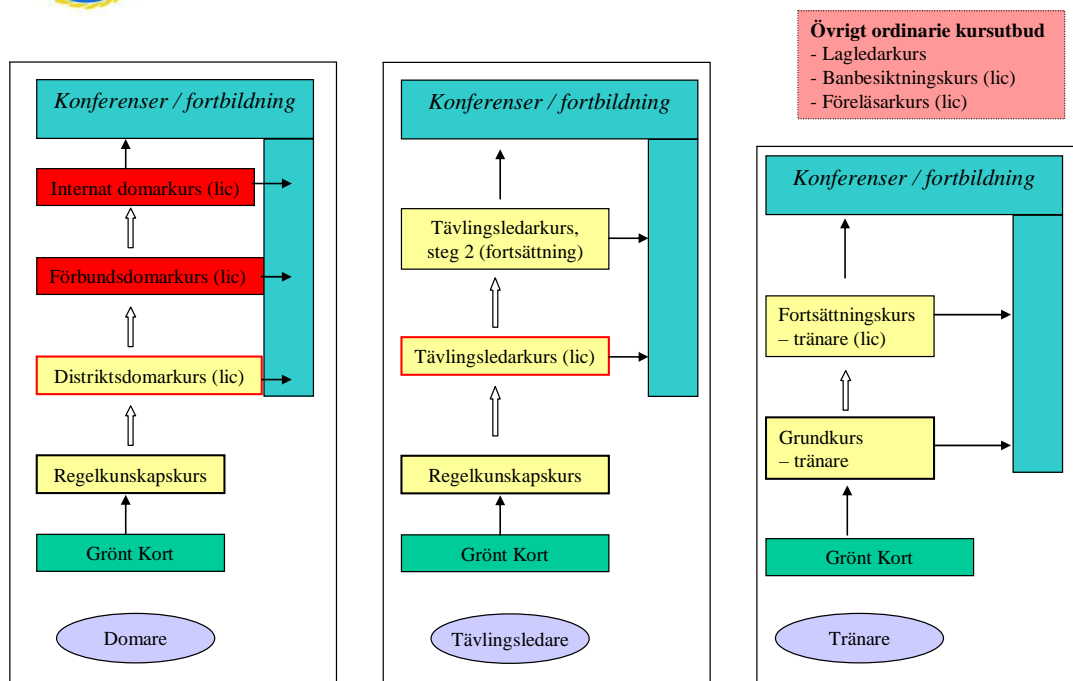
Grönt Kort utgör den grundläggande utbildning som Svenska Bangolförbundet med dess föreningar vill ge till samtliga nya medlemmar inom bangolfsen, oavsett ambitionsnivå. Utbildningen kan med fördel också användas riktad mot den bangolfspelande allmänheten.

Under denna del av utbildningspaketet kan du läsa mer om tankarna och bakgrunden till Grönt Kort.

Vill du komma igång direkt - gå vidare till "Hur arbetar jag med Grönt Kort".



Utbildningsvägar – Svenska BGF



Bakgrund/historik

Häftet "Tävla i Bangolf" (populärt Grönt Kort) togs fram i början på 90-talet efter förslag från f d Bohusläns Dals BGF. Grönt Kort användes ambitiöst i många klubbar, medan den i andra fick mindre användning. En del klubbar använder fortfarande det gamla materialet i sin klubb.

Vissa klubbar har också vidareutvecklat materialet på egen hand, något som bl.a. ligger till grund för denna omarbetade och utökade version av utbildningspaketet.

En del regeländringar och andra förändringar vad gäller licensansökan, har påkallat behovet av en revidering. Detta har gjorts av SBF:s utbildningskommitté i samarbete med Tekniska utskottet och Idrottsutskottet. Kursmaterialet till deltagaren är reviderat 2006 och anpassat till det nya regelhäftet.

Syfte

Syftet med Grönt Kort är, nu som tidigare, att höja statusen på bangolfsporten och ge ökad kunskap om regler och uppträdande vid tävling till alla nya medlemmar i föreningarna.

Godkänd utbildning i Grönt Kort ska också berättiga medlemmen till att ansöka om tävlingslicens genom sin klubb om så önskas.

Mål

- Grundläggande kunskap i regler och uppträdande
- Enklare spelpraktik

I handledningen till instruktörer har målen och innehållet utökats med ytterligare punkter. Du avgör själv på vilken nivå du vill arbeta med materialet utöver de två målen ovan.

Fortbildning

Efter att ha genomgått utbildning i Grönt Kort i klubben, har du den kunskap du behöver för att gå regelkunskapskursen. Kursen i regelkunskap (ca 6 timmar) vänder sig till alla bangolfare som tävlar, eller tänker börja tävla i bangolf. Regelkunskapskursen är också första steget i förbundets utbildning till tävlingsledare och domare.

Anmälan av licens

För att få delta i tävlingar sanktionerade av SBF måste du ha tävlingslicens. Medlemmen ska genom sin klubb ha genomgått utbildning i Grönt Kort innan klubben anmäler spelaren till tävlingslicens genom Klubben Online.

Framtid

Förbundet hoppas på sikt att denna utbildning blir ett naturligt inslag i klubbarnas kontakt med sina nya medlemmar. Utbildningen kan med fördel hållas för intresserad allmänhet och därmed också fungera som en introduktion till medlemskap i föreningen. Allmänhet kan dock inte erhålla licens utan att först ha löst medlemskap i klubben.

2. Hur arbetar jag med Grönt Kort?

Klubben har stor frihet att själv lägga upp utbildningen och kunskapstestet på olika sätt utifrån de förutsättningar man har lokalt. Till hjälp för klubbens instruktör har vi angett de mål och syften som bör vara en ledstjärna för utbildningen.

Ett förslag till upplägg skulle kortfattat kunna se ut enligt följande:

Innan utbildningen

- Utbildningens upplägg diskuteras i styrelsen.
- Inventering och utbildning av instruktörer. Lämpliga instruktörer kan t ex vara ledare som har utbildats till domare, tävlingsledare och/eller tränare.
- Instruktörer utbildas eller skissar självständigt på det upplägg man vill använda sig av.
- Inbjudan till Grönt Kort utbildningen sätts upp på klubbens olika anslagstavlor.

Utbildningstillfället

- Samla de medlemmar/allmänhet du vill utbilda.
- Informera om vad syftet är med utbildningen.
- Genomgång av kursmaterialet praktiskt och teoretiskt.
- Spela ett varv på banan och få de viktiga bitarna med på ett naturligt sätt.
- Genomgången kan sedan avslutas i klubbstugan med information om klubben (ev. över en fika).
- Avsluta med att deltagarna får arbeta självständigt eller gemensamt i grupp med kunskapstestet.
- Gå igenom uppgifterna och låt deltagarna få tillfälle att ställa frågor.

Tips & idéer

Vill du ha mer tips & idéer på hur du kan använda materialet – tveka inte att ta kontakt med någon i utbildningskommittén.

Tel. nr. och e-postadresser hittar du på sidan 3.

Tänk på att du kan redovisa dina utbildningar som en SISU-aktivitet. Ta kontakt med din lokala SISU-representant på orten eller närmaste SISU-distrikt.

Erfarenheter

Ta gärna kontakt med utbildningskommittén och berätta om dina erfarenheter av Grönt Kort. Förhoppningsvis kommer vi också på www.bangolf.se lägga upp en tips- och idébank med klubbarnas olika erfarenheter och goda exempel.

3.Handledning till instruktörer

En enkel handledning till de instruktörer som ska utbilda i Grönt Kort är framtaget som en hjälp till klubbarna. Även om friheten att lägga upp utbildningen på olika sätt ska finnas, så kan det vara bra med en punktvis checklista för vad du som instruktör kan ta upp i utbildningen.

Observera: Vissa moment ska ingå, t ex grundläggande regler och spelupp-trädande.

4. Kunskapstest

Ett kunskapstest avslutar utbildningen. Frågorna på testet ska med lätthet kunna besvaras av deltagarna efter genomgången utbildning.

Deltagarna kan arbeta självständigt eller gemensamt i grupp med kunskapstestet. Gå igenom uppgifterna efteråt och låt deltagarna få tillfälle att ställa frågor. Du som instruktör har här också möjlighet att diskutera mer kring varje fråga.

Du kan också arbeta med testet på andra sätt, bl.a. beroende på gruppens storlek. En modell är att gå laget runt där alla får en fråga i taget. Övriga i gruppen kan naturligtvis vara med i diskussionen. Avdramatisera gärna själva testet och låt det mer få formen av en diskussion.

För barn och ungdomar är det naturligtvis ännu viktigare att formen anpassas efter deltagarnas ålder och mognad.

5. Utskrivning av Grönt Kort

Efter godkänt kunskapstest signeras och om möjligt lamineras Grönt Kort till deltagarna. Skriv gärna ut på grönt papper.

6. PR-affisch till anslagstavlan

Vikten av att marknadsföra bangolf kan aldrig nog betonas. Affischer och anslag som bl.a. visar upp sporten och hur vi arbetar med utbildning av medlemmar är ett led i detta PR-arbete ut mot allmänheten. Det visar också på ett tydligt sätt att bangolf är en tävlingsidrott.

Framtagen affisch kan med fördel anslås i klubbstugan och på allmänhetens anslagstavla. I anslutning till affischen kan du ange klubbens kontaktperson/ instruktör för Grönt Kort.

Du som har möjlighet kan öka formatet till A3. Affischen finns för utskrift i färg.

7. Kurshäftet till deltagaren

Bifogat kurshäfte (i A4-format) bör om möjligt delas ut till deltagaren så att det finns chans att läsa igenom detta före själva utbildningstillfället.

Häftet Grönt Kort finns i tryckt version i fickformat. Häftet kan beställas genom Sportkonsulent Peter Gyllhag för 7 kr/häfte + frakt.



Handledning för instruktörer till Grönt Kort utbildning.

Var en trevlig förebild för din klubb

- Presentation: Egen person
Klubben
- Regler på banan: Korrekt uppträdande på anläggningen
- Banindelning: Utslagsplats
Gränslinje
Utflyttningslinje
Spelbart / ej spelbart område
- Spelpraktik: Ett spelvarv med tävlingsklubba
Fotställning, klubbfattning, slaget
Grundläggande regelkunskap
Repetera "Korrekt uppträdande på anläggningen"
- Sammanfattning: Utfrågning och kunskapstest
Synpunkter på kursinnehållet
- Avslutande info: Medlemskap i klubben
Klubbtävlingar
Övriga frågor
- Instruktören: Utkvittering av Grönt Kort med signering
Registrering av utbildade personer

I mån av tid kan detta moment också ingå:

- Bollkunskap: Vikt, studs, hårdhet, yta, storlek
Rätt bollval
Visa på bana

Kom ihåg anmäl kursen till SISU idrottsutbildarna



Kunskapstest för kurs i Grönt Kort

Frågor att besvara efter kursen.

- 1. När får jag gå vidare till nästa bana?**
 - A När jag spelat klart banan.
 - B När min grupp är klar på banan och det är ledigt på nästa bana.
 - C När mina medspelare är klara.

 - 2. När får man gå in i och över en bana?**
 - A Endast när man spelar banan själv.
 - B Alltid.
 - C Aldrig, det är absolut förbjudet.

 - 3. Vilket räknas som förmildrande om du slår med klubban på annat än bollen?**
 - A Att det inte stör någon annan spelare.
 - B Att jag slår klubban i t ex stenplattan och ej i banan.
 - C Inget.

 - 4. Vad betyder röda linjen?**
 - A Startlinje.
 - B Utflyttningslinje.
 - C Gränslinje.

 - 5. När räknas bollen vara i spel?**
 - A När bollen avsiktligt spelas från utslagsplatsen.
 - B När bollen avsiktlig eller oavsiktlig flyttas mer än 50 cm.
 - C När bollen lagts till rätta på utslagsplatsen.

 - 6. Hur får jag flytta bollen om den ligger 15 cm från sargen?**
 - A Den skall flyttas ut till 20 cm från sarg.
 - B Den får flyttas ut till max 20 cm eller spelas där den ligger.
 - C Den får flyttas inåt mot sargen.

 - 7. Får bollen placeras vid utslagsmarkeringen med annat än handen?**
 - A Ja, endast med domarens tillåtelse.
 - B Ja, man får använda klubban.
 - C Ja, men endast av ungdomar.

 - 8. När får man byta boll?**
 - A När man slagit tre slag.
 - B Mellan banorna.
 - C När du slagit ett slag och upptäcker att du tagit fel boll.
-



Intyg om godkänt kunskapstest i Grönt Kort

har genomgått utbildning i Grönt Kort och är berättigad till tävlingslicens enligt Svenska Baggolfbundets regler.

Tävlingslicensen ingår normalt inte i den medlems- och spelavgift som du erlagt till klubben.
Kontakta din klubb för mer information.

Datum

Sign:

Klubb:

Observera att detta intyg **inte** gäller som licens.
Du får tävla så fort din licens finns registrerad i HCP Online.



Grönt Kort

för

Datum

Signatur



Grönt Kort

för

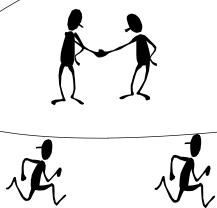
Datum

Signatur

Skriv gärna ut på grönt papper. Laminera om du har möjlighet



Svenska Bangolfbundet utbildar dig !

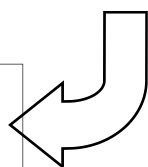


Grönt Kort

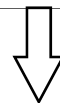
**Genom att gå kursen i Grönt Kort
lär du dig de grundläggande regler
som gäller vid bangolfspel**

När du vill skaffa dig
Grönt Kort

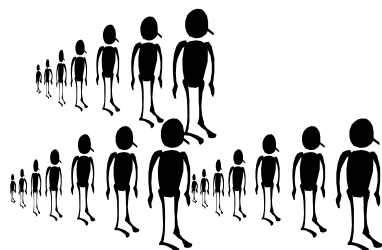
- **Kontakta klubbens instruktör**
- **Anmäl dig till utbildning**
- **Du får kurshäftet**
- **Spela ett varv med instruktion**
- **Svara på enkla regelfrågor**
- **Börja tävla på klubbnivå**



Du lär dig



Korrekt uppträdande
Tekniska grunder
Spelregler



Tävla i Bangolf

**För att få delta i nationella tävlingar
måste du ha tävlingslicens**

Var med i en trevlig sport för hela familjen!



Utbildningskommittén
Svenska Bangolfbundet
Januari 2006

Kurs i Grönt Kort

Inledning

Du som vill börja spela bangolf kan i detta häfte få kunskap om grundläggande regler och hur man tävlar i bangolf.

För att få tävlingsspela krävs dessutom tävlingslicens. Berättigad till licens blir du genom att genomgå utbildning i Grönt Kort tillsammans med klubbens instruktör (teorigenomgång av innehållet i detta häfte samt praktiska spelsituationer och råd). Du svarar avslutningsvis också på ett antal frågor i ett mindre kunskapstest.

När du genomgått detta kunskapstest, får du ett intyg att du är berättigad till att söka tävlingslicens. Du väljer sedan själv om klubben ska ansöka om licens, samt erlägger den extra summa som tävlingslicensen innebär.

Häftet är praktiskt att ha med sig, t ex i bollväskan, även för den som tävlingsspelat något eller några år.

Korrekt uppträdande på banan

Ordningsregler

Man får inte slå klubban i filten, på sarger, plåt, gångplattor eller något annat. Man spelar endast på bollen. Ställ dig aldrig för nära din medspelare när han ska slå. Stå helst vid green.

Klubbdräkt

Vid alla av förbundets sanktionerade tävlingar ska spelare använda sin förenings godkända klubbdräkt.

Passering över banan

Vid pågående spel är det förbjudet att passera över banan, för annan person än den som spelar banan för tillfället.

Tekniska grunder

Indelning av banan

Banan delas in i utslagsplats, spelbart område och green.

Banmarkeringar

Gränslinje: markeras med röd färg.

Utflyttningslinje: markeras vanligtvis med svart färg på banan.

Klubbfattning

Händerna efter varandra med närkontakt. Vilken hand som man håller överst, är av mindre betydelse.

Fotställning

Ändra fotställningen efter spelriktningen. Avståndet mellan fötterna ska vara ungefär lika med axelbredden.

Kroppsställning

Man ska stå med lätt böjda knän och något framåtlutad.

För att få axlarna fria för slaget och nå bollen med klubban måste du böja överkroppen framåt.

Slaget

Bollen ska beröras med klubbans huvud. Slaget ska vara ett slag och inte någon försning, rakning, biljardstöt eller dylikt.

Slå slaget så tempot blir mjukt och följsamt.

Fäst blicken på bollen och håll huvudet stilla i slagögonblicket.



Spelregler

Slagantal

Du får använda högst 7 slag på en bana.

Använda handen

Endast vid utslagsmarkeringen är det tillåtet att lägga upp bollen med klubban. Vid senare eventuella förflyttningar på spelbart område ska bollplacering alltid göras med handen.



Spelordning

Banorna spelas i nummerordning. Spelarna i gruppen ska vänta vid den färdigspelade banan, tills nästkommande bana är ledig för spel.

Starttillstånd

En spelare får inte påbörja sitt spel på en bana förrän föregående spelare avslutat sitt spel på banan.

Påbörjat spel

Bollen anses vara i spel så snart spelaren avsiktligt berört bollen med klubban.

Bollen

Bollens diameter ska vara 37-43 mm.

Bollbyte

Bollbyte får endast ske mellan banorna, d v s varje bana måste spelas färdig med den boll banan påbörjades med.

Upptagande av boll

Rengöring av boll får göras om motspelaren eller domaren tillåter detta. Denna regel gäller om bollen ligger i banan på spelbart område. Ligger bollen i green, får du alltid ta upp bollen. I båda fallen måste bollens läge nogga markeras. Bollen får aldrig flyttas mer än en gång.

Sopning av banan

Borttagande av skräp och vattensamlingar i banan är tillåtet.

Bollförflyttning

Boll mot sarg: Spelare har alltid rätt att flytta ut bollen till ett avstånd av max 20 cm från sargen. Om spelaren finner det förmånligare, får han dock flytta ut bollen kortare.

Bollen får däremot aldrig flyttas närmare sargen än den ursprungligen låg.

Boll mot hinder: Bollen får flyttas i banans längdriktning max 20 cm på eternit-, 30 cm på betong- och 50 cm på filtunderlag .

Boll i hinder: Om hela bollen passerat hindret, får den flyttas mot green, annars ska den ligga kvar eller flyttas i riktning mot utslaget.

Kontroll av slagantal

Det åligger den som skriver, att högt ange det antal slag som har antecknats på spelarens protokoll.

Kolla spelprotokollet efter varje bana. Felskrivning kan förekomma och felaktig siffra får ändras av spelartrion själva.

Vid ändring i protokollet ska samtliga i spelartrion signera ändringen.

Hjälp till med att förhindra felräkning och felskrivning genom att noga följa med när det är din skyldighet att räkna och skriva ner slagen.

Tidsregeln

Spelare är skyldig att göra sig klar för spel, då föregående spelare med sin boll regelrätt passerat gränslinjen.

Första spelaren i gruppen har 70 sekunder på sig att slå sitt första slag, från det ögonblick det blir fritt fram att gå vidare till nästa bana.

Vid det andra och följande slag gäller 60 sekunder från det att bollen ligger stilla i banan eller föregående spelare slagit bollen i koppen.

Avsiktlig påverkan

Om spelaren efter slag avsiktligt påverkar bollbanan erhåller spelaren sju (7) slag på banan samt en varning. Detta gäller även för boll i återrull så länge bollen befinner sig på spelbart område.

Oavsiktlig påverkan

Om spelaren efter slag oavsiktligt påverkar bollbanan, spelas bollen om från den plats där den senast var belägen innan händelsen uppstod, och redan utförda slag räknas.

(Vanligt är att bollen efter studs mot sarg eller hinder träffar spelarens fot eller klubba).

Undantag från denna regel gäller vid spel på såväl svensk som tysk klack på filt, där bollen alltid ska spelas om från utslagsplatsen. Spelaren får vid denna förseelse ett extra slag att lägga till resultatet på respektive bana.

Hjälpmedel

Under tävling är såväl provslag, som provrullning av boll i banan, förbjudet. Det är också förbjudet att göra markeringar i banan, eller på utslagsplatsen. Det är inte heller tillåtet att på sarg, eller inom 50 cm från banan, lägga ett hjälpmedel i form av en sten, bollväska eller dylikt.

Omspel

Bollen ska alltid spelas om från utslagsplatsen om den inte på ett regelrätt sätt passerat gränslinjen.

Träning

Från det att tävling börjat, är all träning på banorna förbjuden.

Domare

Spelare är alltid skyldiga att rätta sig efter domarens beslut. Tillkalla alltid domare vid osäkerhet om reglerna.



Intyg om godkänt kunskapstest i Grönt kort

har genomgått utbildning i Grönt kort och är berättigad till tävlingslicens enligt Svenska Bangolfbundets regler.

Tävlingslicensen ingår normalt inte i den medlems- och spelavgift som du erlagt till klubben.
Kontakta din klubb för mer information.

Datum

Sign:

Klubb:

Observera att detta intyg **inte** gäller som licens.
Du får tävla så fort din licens finns registrerad i HCP Online.