

de

Liebe Kundin, lieber Kunde!

Ihre neuen Fuß- und Jonglierbälle bieten Ihnen eine optimale Möglichkeit ...
... draußen und unterwegs
... alleine oder mit Freunden
... spielerisch Beweglichkeit, Koordination und Reaktionsvermögen zu trainieren
... oder sich einfach nur die Zeit zu vertreiben.

Die Ausgangs-Idee ist, den Ball so lange wie möglich mit irgendeinem Körperteil (außer den Händen) in der Luft zu halten – ohne Bodenkontakt des Balls. Dies kann man alleine versuchen oder mit einem oder mehreren Partnern, die der Reihe nach den Ball zugespielt bekommen, ihn beispielsweise mit dem Fuß auffangen und zum nächsten Mitspieler weiterleiten.

Im Freestyle wird oft vor der Weitergabe der eine oder andere „Trick“ mit dem Ball eingebaut. In der Ausführung dieser Tricks unterscheidet man zwischen den „Kicks“ (wie wird der Ball in die Luft befördert), und den „Stalls“ oder „Delays“ (wie wird der Ball wieder aufgefangen).

Die drei wichtigsten Kicks:
• der Inside-Kick: ein Kick mit der Innenseite des Fußes
• der Outside-Kick: ein Kick mit der Außenseite des Fußes
• der Toe-Kick: ein Kick mit der Oberseite des Fußes

Die drei wichtigsten Stalls/Delays:
• der Toe-Stall/-Delay: Auffangen des Balls mit der Oberseite des Fußes
• der Inside-Stall/-Delay: Auffangen des Balls mit der Innenseite des Fußes
• der Outside-Stall/-Delay: Auffangen des Balls mit der Außenseite des Fußes
• der Clipper-Stall/-Delay: Auffangen des Balls mit hinter dem Standbein gekreuztem Fuß

Ob man noch eigene Bewegungen zwischen Kick und Stall einbaut, hängt vom Grad der Geschicklichkeit ab.

Im Internet finden Sie viele Ideen für Spielvarianten, Turniere etc. Lassen Sie auch Ihrer Fantasie freien Lauf – alles was Spaß macht, geht.

Auch das Jonglieren geht mit den drei Bällen hervorragend. Der Vorteil dieser speziellen Bälle ist, dass sie nicht wegrollen, wenn mal einer herunterfällt.

Und jetzt heißt es – üben, üben, üben!

Wir wünschen Ihnen viel Spaß und viel Erfolg!

Ihr Tchibo Team



www.tchibo.de/anleitungen

Zur Pflege

- Kneten Sie die Bälle vor dem ersten Gebrauch einmal durch.
- Halten Sie die Bälle von Feuchtigkeit fern. Sind sie doch einmal nass geworden, lassen Sie sie an der Luft trocknen. Legen Sie sie nicht auf die Heizung, verwenden Sie auch keinen Haartrockner. Kneten Sie die getrockneten Bälle danach noch einmal durch.
- Die Bälle können bei max. 40 °C in der Waschmaschine (Handwaschgang) gewaschen und trockengeschleudert werden. Verwenden Sie ein Wäschenetz.

en

Dear Customer

Your new footbags are perfect for ...
... practising movement, coordination and reaction time in a playful way...
... outside and on the move
... alone or with friends
... or simply as a way of passing the time.

The aim of the game is to keep the bag in the air for as long as possible using any body part (except the hands) without it touching the floor. You can either try doing it alone or with friends, where you pass the bag on to the next person who then catches it with their foot, for example, and then passes it on to the next player.

You can also freestyle, incorporating a trick or two before passing it on. When doing these tricks, there is a difference between “kicks” (how you shoot the bag up into the air) and “stalls” or “delays” (how you catch the bag).

The three most important kicks:
• the inside kick: a kick with the inside of the foot
• the outside kick: a kick with the outside of the foot
• the toe kick: a kick with the top of the foot

The three most important stalls/delays:
• the toe stall/delay: catching the bag with the top of the foot
• The inside stall/delay: catching the bag with the inside of the foot
• the outside stall/delay: catching the bag with the outside of the foot
• the clipper stall/delay: catching the bag with the foot crossed behind the leg you are standing on

You can add your own movements between the kick and stall depending on you skill level.

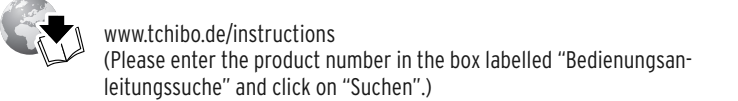
You will find various ideas for game variations, tournaments, etc. online. Let your inspriation run wild – anything goes as long as it is fun!.

Juggling is also easy with the three bags. The advantage of these special bags is that they do not roll away if you drop them.

And now all that is left to do is – practise, practise, practise!

We hope you will enjoy using your new product!

Your Tchibo Team



www.tchibo.de/instructions
(Please enter the product number in the box labelled “Bedienungsan-leitungssuche” and click on “Suchen”.)

Care

- Knead the bags in your hands prior to first use to break them in.
- Keep the bags away from moisture. If they do get wet, then leave them to air-dry. Do not place them on a radiator or use a hairdryer. Knead the bags again once dry.
- The bags can be washed in the washing machine at max. 40 °C (hand wash cycle) and spun dry. Use a laundry net.

fr

Chère cliente, cher client!

Vos nouvelles balles de footbag sont idéales pour...
... améliorer de manière ludique la mobilité, la coordination et la réactivité
... ou simplement passer le temps
... dehors ou en déplacement
... seul ou avec des amis.

Le jeu de footbag consiste à garder la balle le plus longtemps possible en l'air – sans qu'elle touche le sol – en se servant de n'importe quelle partie du corps (à l'exception des mains). Le footbag se joue seul ou avec un ou plusieurs partenaires, qui reçoivent la balle à tour de rôle, l'arrêtent par exemple avec le pied et la passent au joueur suivant.

En freestyle, on fait souvent des figures, ou «tricks», avec la balle avant de la passer au joueur suivant. On distingue les «kicks» (envoyer la balle en l'air) et les «stalls» ou «delays» (arrêter la balle).

Les trois principaux kicks:
• l'inside kick: faire rebondir la balle avec l'intérieur du pied
• l'outside kick: faire rebondir la balle avec l'extérieur du pied
• le toe kick: faire rebondir la balle avec le dessus du pied

Les trois principaux stalls/delays:
• le toe stall/delay: arrêter la balle avec le dessus du pied
• l'inside stall/delay: arrêter la balle avec l'intérieur du pied
• l'outside stall/delay: arrêter la balle avec l'extérieur du pied
• le clipper stall/delay: arrêter la balle avec le pied placé derrière l'autre jambe

En fonction de son adresse, on peut intercaler d'autres figures entre le kick et le stall.

Vous trouverez sur Internet une foule d'idées de variantes, de tournois, etc. Laissez libre cours à votre imagination – tout ce qui fait plaisir est permis.

On peut aussi très bien jongler avec les trois balles. Ces balles spéciales ont l'avantage de ne pas rouler quand elles tombent par terre.

Et maintenant, à vous de jouer!

Nous vous souhaitons beaucoup de plaisir et de réussite!

L'équipe Tchibo



www.fr.tchibo.ch/notices

Entretien

- Pétrissez les balles avant la première utilisation.
- Tenez les balles à l'écart de l'humidité. Si une balle est mouillée, laissez-la sécher à l'air, puis pétrissez-la. Ne la mettez pas sur un radiateur et n'utilisez pas non plus de sèche-cheveux.
- Les balles peuvent être lavées en machine à 40 °C max. (cycle lavage à la main) et essorées. Utilisez un filet de lavage.

cs

Vážení zákazníci,

tyto nové kopací a žonglovací míče vám poskytují skvělou příležitost si...
... venku i na cestách
... sami nebo s přáteli
... hravým způsobem procvičit pohyblivost, koordinaci a reakce
... nebo si tak můžete jednoduše zkrátit dlouhou chvíli.

Základní myšlenkou je udržet míč co nejdéle ve vzduchu s použitím kterékoliv části těla (mimo rukou) – aniž by se dotknul země. To může člověk zkoušet buď sám, nebo s několika kamarády, kteří si budou míč postupně přihrávat – mohou jej například zachytit nohou a předat dalšímu spoluhráči.

Ve volném stylu se často před předáním zařazuje nějaký „trik“ s míčem. Při provádění takového triku se rozlišuje mezi variantou „kick“ (jak se míč vykopne do vzduchu), a variantou „stall“ nebo „delay“ (jak se míč opět zachytí).

Tři nejdůležitější triky „kick“:
• Inside kick: kop vnitřním nártem
• Outside kick: kop vnějším nártem
• Toe kick: přímý nárt

Tři nejdůležitější triky stall/delay:
• Toe stall/delay: zachycení míče nártem
• Inside stall/delay: zachycení míče vnitřním nártem
• Outside stall/delay: zachycení míče vnějším nártem
• Clipper stall/delay: zachycení míče chodidlem překříženým za stojnou nohou

V závislosti na míře šikovnosti může hráč zařadit mezi „kick“ a „stall“ ještě další pohyby.

Na internetu naleznete řadu nápadů pro herní varianty, turnaje apod. Také můžete popustit uzdu své fantazii – můžete dělat cokoliv, co vás baví.

Se třemi míči můžete také skvěle žonglovat. Výhodou těchto speciálních míčů je, že když některý spadne na zem, neodkutálí se pryč.

A teď už zbývá jen – cvičit, cvičit, cvičit!

Přejeme vám spoustu radosti a úspěchů!

Váš tým Tchibo



www.tchibo.cz/navody

Ošetřování

- Míče před prvním použitím prohněťte.
- Uchovávejte míče mimo dosah vlhkosti. Pokud by přece jen navlhly, nechte je uschnout na vzduchu. Nepokládejte je na topení, nepoužívejte vysoušeč vlasů. Usušené míče pak ještě jednou prohněťte.
- Míče lze při max. 40 °C prát v pračce (program ruční praní) i ždímat. Používejte sítku na prádlo.

