

# Flow-Ball Deluxe

## Lungentrainer

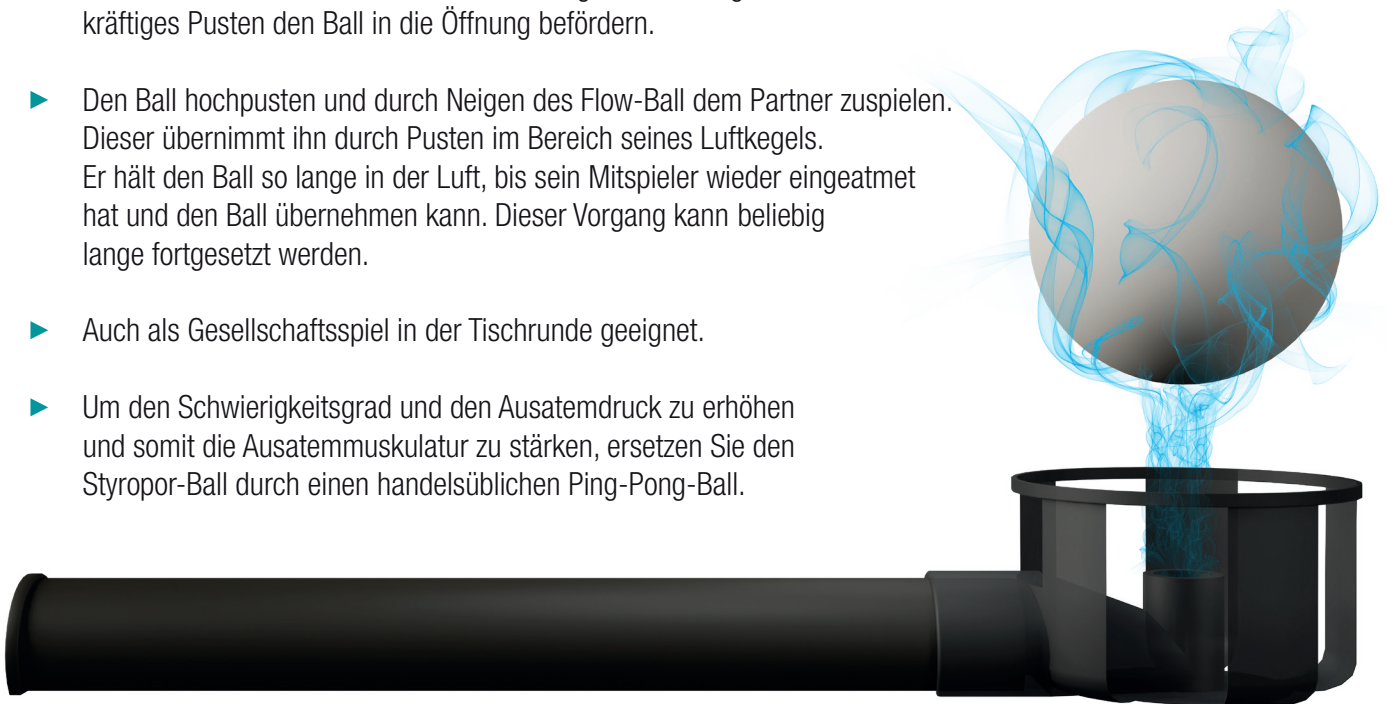
- ▶ zum Üben einer konstanten Ausatemphase
- ▶ ermöglicht spielerisch expiratorische Atemübungen

## Unterhaltungs- und Geschicklichkeitsspiel

nicht nur für Musiker und Kinder

### Einige Spielmöglichkeiten mit dem Flow-Ball

- ▶ Den Ball hochpusten und möglichst lange in der Luft halten
- ▶ Den Ball beliebig oft hochpusten und im Pfeifenkorb wieder auffangen
- ▶ Den Ball hochpusten, sich dabei ein oder mehrere Male um die eigene Achse drehen.
- ▶ Den Flow-Ball leicht nach unten oder oben neigen, so dass sich der Ball beliebig schnell um die eigene Achse dreht.
- ▶ Ein Gefäß auf den Tisch stellen und aus einiger Entfernung durch kräftiges Pusten den Ball in die Öffnung befördern.
- ▶ Den Ball hochpusten und durch Neigen des Flow-Ball dem Partner zuspielen. Dieser übernimmt ihn durch Pusten im Bereich seines Luftkegels. Er hält den Ball so lange in der Luft, bis sein Mitspieler wieder eingatmet hat und den Ball übernehmen kann. Dieser Vorgang kann beliebig lange fortgesetzt werden.
- ▶ Auch als Gesellschaftsspiel in der Tischrunde geeignet.
- ▶ Um den Schwierigkeitsgrad und den Ausatemdruck zu erhöhen und somit die Ausatemmuskulatur zu stärken, ersetzen Sie den Styropor-Ball durch einen handelsüblichen Ping-Pong-Ball.



# Flow-Ball Deluxe

## Lung trainer

- ▶ for practicing a constant exhalation phase
- ▶ enables playful expiratory breathing exercises.

## Entertainment and skill game

not only for musicians and children

### Some possibilities of playing with the flow ball

- ▶ Blow the ball up and keep it in the air as long as possible.
- ▶ Blow the ball up as many times as you like and catch it again in the whistle basket.
- ▶ Blow the ball up, spinning around its own axis one or more times.
- ▶ Tilt the flow ball slightly up or down so that the ball spins around its own axis as fast as you like.
- ▶ Place a jar on the table and from some distance blow hard to get the ball into the opening.
- ▶ Blow the ball up and pass it to the partner by tilting the flow ball. The partner takes it over by blowing in the area of his air cone. He keeps the ball in the air until his partner has breathed in again and can take over the ball. This process can be continued for as long as desired.
- ▶ Also suitable as a party game at the table.
- ▶ To increase the level of difficulty and the exhalation pressure and thus strengthen the exhalation muscles, replace the styrofoam ball with a commercially available ping-pong ball.

