

# 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 zuspülen. 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.

