

Conseils de gonflage

	Discipline sport.	Directives du règlement	Recommandation
	Football Américain (NCCA 2018)	<ul style="list-style-type: none"> Longueur: 28–30 cm Pourtour (en longueur): 70.5–72.5 cm Poids: 390–450 g Pression: 0.6–0.8 bar 	0.6–0.8 bar
	Basketball (FIBA 2020)	<ul style="list-style-type: none"> Rebond: 1.2 m jusqu'à 1.4 m pour une chute dès 1.8 m Hommes: Pourtour: 750 mm–770 mm (taille 7), poids: 580–620 g Dames: Pourtour: 715–730 mm (taille 6), poids: 510–550 g 	0.49–0.63 bar
	Beachvolleyball (FIVB 2018)	<ul style="list-style-type: none"> Pourtour: 650–680 mm Poids: 260–280 g Pression: 0.17–0.22 bar 	0.17–0.22 bar
	Balle au poing (IFA 04/2016)	<ul style="list-style-type: none"> Pourtour: 650–680 mm Hommes: Poids: 350–370 g Dames: Poids: 320–340 g Pression: 0.55–0.7 bar 	0.55–0.70 bar
	Football (FIFA 03/2016)	<ul style="list-style-type: none"> Pourtour: 685 jusqu'à 700 mm Poids: 410 g–450 g Pression: 0.6–1.1 bar 	0.7–0.9 bar
	Futsal (FIFA 03/2016)	<ul style="list-style-type: none"> Pourtour: 620–640 mm Poids: 400–440 g Rebond: 0.50–0.65 m pour une chute dès 2 m Pression: 0.4–0.6 bar 	0.4–0.6 bar
	Handball (IHF 2016)	<ul style="list-style-type: none"> Hommes et adolescents de plus de 16 ans Pourtour: 580–600 mm (taille 3), poids: 425–475 g Dames, adolescents 12–16 ans, adolescentes de 14+ ans Pourtour: 540–560 mm (taille 2), poids: 325–375 g Adolescents 8–12 ans, adolescentes 8–14 ans Pourtour: 500–520 mm (taille 1), poids: 290–330 g Minis (moins de 8 ans) Pourtour: 460–490 mm (taille 0) 	0.3–0.5 bar
	Balle au panier (IKF 2014)	<ul style="list-style-type: none"> Pourtour: 680–720 mm Poids: 500–550 g Rebond: 1.10–1.30 m pour une chute dès 1.8 m 	7–10 lbs 0.5–0.7 kg/cm ²
	Rugby (IRB 2020)	<ul style="list-style-type: none"> Longueur: 280–300 mm Pourtour (en longueur): 740–770 mm Pourtour (en travers): 580–620 mm, poids 410–460 g Pression: 0.6–0.7 bar 	0.6–0.7 bar
	Volleyball (FIVB 2018)	<ul style="list-style-type: none"> Pourtour: 650 bis 670 mm (taille 5) Poids: 260 g–280 g Pression: 0.29–0.32 bar 	0.29–0.32 bar

- **Lubrifier les pointes des valves avant le pompage des ballons avec de l'huile de machine à coudre, de la glycérine ou du silicone.**
- **Gonfler toujours les ballons avec une aiguille à valve et contrôler la pression avec un manomètre.**
- Ne jamais entreposer les ballons dans un endroit proche d'une source de chaleur, en plein soleil ou dans un endroit humide. Stockage idéal à température ambiante
- Traiter uniquement les ballons en cuir qui n'ont pas été imprégnés chimiquement avec de la graisse pour cuir.
- Entreposer les ballons dans un endroit sec et bien aéré (Armoire avec porte grillagée ou étagère à ballons).
- Lagern Sie die Bälle an einem gut durchlüfteten Ort (Geräteschränke mit Gitter oder Ballregale).
- Des ballons humides sont rapidement inutilisables.