

IT

LEGGERE ATTENTAMENTE PRIMA DI OGNI UTILIZZO DELL' ATTREZZO
Precauzioni e Istruzioni per l'uso.
 Questa documentazione costituisce la guida indispensabile per una utilizzazione corretta e sicura dell'attrezzo **Soccer System Ø cm. 22**, perché contiene le informazioni necessarie affinché il prodotto possa essere impiegato con piena soddisfazione dell'utilizzatore e nel rispetto delle norme di sicurezza per le persone durante tutto il periodo di vita utile del prodotto stesso e/o delle sue parti.

USI PREVISTI - LIMITI ED ESCLUSIONI 1

- Questo prodotto è stato progettato e realizzato per essere utilizzato in vari settori, quali lo sport e la ginnastica. Non deve essere utilizzato per scopi diversi rispetto a quelli precisati da **Ledragomma**.
- Non è un giocattolo.**
- Non effettuare esercizi con bilancieri, manubri o qualsiasi tipo di pesi sull'attrezzo.**

CONTENUTO DELLA CONFEEZIONE

- La confezione del KIT Nr. 1 contiene:
 - 12 pz palla Soccer System Ø 22 cm (2 x gr. 200, 2 x gr. 300, 2 x gr. 400, 2 x gr. 600, 2 x gr. 800 e 2 x gr. 1000)
 - 1 Hand-Pump 19 cm – 140 CC + 1 DVD guida agli esercizi.
- La confezione del KIT Nr. 2 contiene:
 - 10 pz palla Soccer System Ø 22 cm (2 x gr. 320, 2 x gr. 370, 2 x gr. 420, 2 x gr. 470 e 2 x gr. 520)
 - 1 Hand Pump 19 cm – 140 CC + 1 DVD guida agli esercizi.

GONFIAGGIO/SGONFIAGGIO

- Per gonfiare/sgonfiare il prodotto si devono adoperare gli aghi a punta arrotondata in dotazione in molti gonfiatori a mano (ad es. l'Hand Pump 19 cm -140 CC o 32 cm-300 CC). Non gonfiare con la bocca.

MODALITÀ E PROCEDURA DA SEGUIRE PER IL PRIMO UTILIZZO

- Per il primo utilizzo procedere secondo le seguenti istruzioni:
 - Il prodotto è dotato di valvola interna adatta al gonfiaggio/sgonfiaggio.
 - Insidre l'ago del gonfiatore a mano prima di inserirlo nella valvola e gonfiare lentamente il prodotto, effettuando delle pause.
 - Non superare mai il diametro massimo prescritto evidenziato sul prodotto stesso ed sulla confezione.

ISTRUZIONI ED AVVERTENZE PER I SUCCESSIVI GONFIAGGI 1

- Per i successivi gonfiaggi non si deve mai superare il diametro massimo prescritto.

PRECAUZIONI DA ADOPTARE PRIMA DI OGNI UTILIZZO 1

- Si deve controllare, prima di ogni utilizzo, la superficie del prodotto e si deve evitane l'uso come sostegno del corpo se lo stesso presenta tagli, abrasioni, forature o danneggiamenti di qualsiasi natura. In questi ultimi casi la sicurezza del prodotto risulta compromessa in quanto potrebbe lacerarsi istantaneamente provocando la caduta a terra della persona sostenuta.
- Prima di ogni utilizzo, pulire il prodotto passandolo con acqua e sapone diluito e rimuovere le macchie più ostinate con alcool diluito.

TEMPERATURA DA RISPETTARE 1

- Attenzione: il prodotto va tenuto a temperatura ambiente (circa 18 - 20° C). In caso di temperature particolarmente rigide, procedere al gonfiaggio dell'attrezzo solo dopo avergli permesso di raggiungere la temperatura ambiente.

SUPERFICIE DA UTILIZZARE 1

- L'attrezzo va utilizzato su superfici morbide. Non utilizzare mai il prodotto in presenza di oggetti appuntiti o taglienti né in prossimità di fonti di calore; non lasciare il prodotto inutilizzato alla diretta esposizione dei raggi solari.

AVVERTENZE PER LE RIPARAZIONI 1

- Nel caso in cui siano presenti fori o tagli, non tentare di ripararli. In quanto le riparazioni "tai-da-te" inficiano l'integrità del prodotto con conseguenti gravi rischi per la sicurezza e la salute dell'utilizzatore.

RINTRACCIABILITÀ

- Sul prodotto troverete un codice composto da 4 cifre che indica il mese e l'anno di produzione dell'articolo. Per cortesia, citate questo codice in caso di reclamo, servì per identificare la ditta ed il lotto dei materiali utilizzati.

LIMITAZIONE DI RESPONSABILITÀ

- Ledragomma S.r.l. declina ogni responsabilità per eventuali danni a persone, animali o cose o all'ambiente derivanti da un utilizzo dei prodotti non conforme alle prescrizioni d'uso e manutenzione contenute nel presente foglietto di istruzioni ed avvertenze che accompagna il prodotto.

SMALTIMENTO

- Il dispositivo dovrà essere smaltito nel rispetto della normativa vigente.

NOTE

- Colori e decorazioni possono variare secondo fabbricazione.

Prodotto da: Ledragomma Srl - Zona Industriale - Via G.De Simon - 33010 Osoppo (Ud) - Italy
 Tel.+39 0432/986049 - Fax +39 0432/986255 - info@ledragomma.com - info@ledragommapec.com - www.tonkey.it

IT

PROPOSTA DI LAVORO PER I PORTIERI SULLA PROPRIOCIETTIVITÀ DEGLI ARTI SUPERIORI
 Per sviluppare un lavoro di stimolo proprioicettivo sugli arti superiori, abbiamo pensato di utilizzare dei palloni di uguale colore e misura ma di diverso peso.

Prima di esporre una proposta lavorativa dobbiamo capire cos'è e che valore può avere la proprioicettività degli arti superiori per il portiere. Nello specifico, essa permette di arrivare a contatto con la palla al momento giusto e nel corretto modo. Il modo corretto non riguarda solo il fattore "precisione" ma comprende anche la "giusta velocità" di azione e la "giusta dose di forza" da opporre alla palla.

Tale fattore diventa determinante sia nella presa, che nelle deviazioni. I palloni di peso diverso obbligano l'estremo difensore a tre adattamenti specifici differenti. Il primo si manifesta durante la trasmissione della palla. I palloni leggeri infatti, sulle distanze ravvicinate, a parità di forza di lancio, arrivano prima rispetto ai palloni pesanti. Questo fattore obbliga il nostro atleta ad eseguire movimeni precedenti il contatto con la palla con differenti velocità, a seconda del peso del pallone lanciato.Tale adattamento interno stimola moltissimo la scelta del corretto tempo di intervento (timing). Il secondo fattore di stimolo riguarda la modulazione del corretto grado di forza da opporre alla palla. Sappiamo infatti che due forze uguali ma contrarie si annullano ed è su questo concetto che si basano alcuni principi legati al gesto tecnico della presa. In questo senso usare palloni diversi, significa "abituarne" gli arti superiori a gestire continue variazioni di forze diverse. Tale adattamento interno stimola la "sensibilità" dei proprioceptor articolari (soprattutto gli organi tendinei di Golgi) e di pressione. Volendo essere maggiormente precisi e completi potremmo dire che esistono delle situazioni in cui la forza da opporre deve essere maggiore rispetto a quella espressa dalla palla in movimento, in quanto solo in questo modo essa può cambiare la propria traiettoria. Quel surplus di forza genera le deviazioni e richiede comunque una capacità di gestione della "giusta velocità e direzione" e della "giusta forza" che rappresenta il terzo punto su cui bisogna lavorare in termini di stimolo della proprioicettività.

L'USO DEI PALLONI DI PESO DIVERSO NELLA SPECIFICITA' DEL GESTO TECNICO
 Dopo avere "messo in relazione" i palloni di peso diverso con lo stimolo e lo sviluppo delle capacità proprioicettive degli arti superiori, abbiamo pensato a come "collegare" il potenziale utilizzo di tali attrezzi, ai gesti tecnici espressi dal portiere in situazione di gara. A tale proposito abbiamo deciso di proporre dei palloni con differenze di peso più vicine al pallone ufficiale, che si aggira attorno ai 420, 430 grammi.

I Soccer System avranno perciò un peso di gr. 320 – 370 – 420 – 470 – 520 ed un Ø di 22 cm.

In questo modo si possono sviluppare delle esercitazioni maggiormente "similari" al contesto reale di gioco, tenendo presente però alcune caratteristiche del pallone di gomma che lo rendono comunque diverso per traiettoria e velocità, rispetto al pallone da calcio ufficiale. La gomma infatti ha la caratteristica di avere maggiore elasticità rispetto al cuoio e questo genera al momento del contatto con il piede calciante, alcune particolarità interessanti. La prima riguarda il tempo di contatto tra il piede e la sfera stessa.

Si tratta di un tempo di contatto più lungo rispetto a quello manifestato con il pallone di cuoio, che permette alla palla di accumulare una maggiore forza elastica di ritorno nella fase successiva di stacco dal piede e conseguente accelerazione. Un po' come quando vengono "tirati" gli elastici di una fionda, i quali accumulano forza che restituiscono nella fase successiva di "lancio". Il pallone di gomma, risulta maggiormente sensibile rispetto a quello regolare, al movimento "interno alla palla" dell'aria in esso contenuta. Il brusco contatto piede-palla tende a "deformare" momentaneamente la sfera causando un particolare movimento di aria "interno" al pallone che rende la traiettoria dello stesso imprevedibile e del tutto diversa rispetto al pallone in cuoio.

Ad esempio: i palloni calciati a rientrare, partono dritti per poi allargarsi successivamente verso il palo. Ciò avviene quando termina la fase di accelerazione della sfera, amplificata anche dall'effetto elastico dovuto al materiale utilizzato (gomma). I palloni calciati ad uscire tendono invece ad allontanarsi dalla porta in partenza, per poi rientrare verso la stessa mano mano che perdono velocità.

DE

VOR JEDER GERÄTEANWENDUNG AUFMERKSAM LESEN
Vorsichtsmaßnahmen und Anleitungen zum Gebrauch.
 Diese Beschreibung ist eine **unentbehrliche Anleitung** für eine richtige und sichere Benützung des **Soccer System Ø cm. 22**, weil sie die **notwendigen Informationen** enthält, wenn das Produkt nach der Anleitung gebraucht wird, haben die Benützer die vollste Zufriedenheit unter den bezüglichen **Regeln der Sicherheit** für die Personen, während der ganzen Lebensdauer des Produkts und/oder seine Teile.

VORGESEHENE ANWENDUNGEN - ANWENDUNGSBEGRENZUNGEN UND AUSSCHLUSS 1

- Dieses Produkt wurde für den Einsatz in verschiedenen Bereichen, wie Sport und Gymnastik. Es darf nicht für andere, als die von Ledragomma festgelegten Zwecke verwendet werden.
- Es ist kein Spielzeug.
- Führen Sie keine Übungen mit Gewichtstangen, Lenkstangen oder anderen Gewichten am Gerät aus.

PACKUNGSINHALT

- Die Verpackung KIT Nr. 1 enthält:
 - 12 Bälle Soccer System Ø 22 cm (2 x gr. 200, 2 x gr. 300, 2 x gr. 400, 2 x gr. 600, 2 x gr. 800 und 2 x gr. 1000)
 - 1 Hand-Pump 19 cm – 140 CC + 1 DVD Übungsanleitung.
- Die Verpackung KIT Nr. 2 enthält:
 - 10 Bälle Soccer System Ø 22 cm (2 x gr. 320, 2 x gr. 370, 2 x gr. 420, 2 x gr. 470 und 2 x gr. 520)
 - 1 Hand Pump 19 cm – 140 CC + 1 DVD Übungsanleitung.

AUFPUMPEN/LUFT AUSSLASSEN

- Zum Aufpumpen/Luft ausslassen müssen Nadeln mit abgerundeter Spitze verwendet werden, die in vielen Handpumpengeräten mitgeliefert werden (z.B. Hand Pump 19 cm -140 CC oder 32 cm -300 CC). Das Gerät nicht mit dem Mund aufblasen.

MODALITÄT UND VERFAHREN FÜR DIE ERSTE ANWENDUNG

- Wenn using the product for the first time, follow these instructions:
 - Das Produkt ist ausgestattet mit einer Innenventil zum Aufpumpen und Luft ausslassen.
 - Die Nadel der Handpumpe, bevor sie in das Ventil gesteckt wird, befeuchten und das Produkt langsam, mit Pausen, aufpumpen.
 - Überschreiten Sie niemals den vorgeschriebenen Durchmesser, der auf dem Produkt bzw. auf der Packung angegeben ist.

ANLEITUNGS UND HINWEISE FÜR NACHFOLGENDE AUFPUMPFVERFAHREN 1

- Bei nachfolgenden Aufpumpverfahren darf der maximal vorgeschriebene Durchmesser niemals überschritten werden.

VORSICHTSMASSNAHMEN VOR JEDEM GEBRAUCH 1

- Vor jedem Gebrauch sind die Oberflächen des Produkts zu überprüfen. Sollten Schnitte, Abschürfungen, Löcher oder Beschädigungen jeder Art festgestellt werden, ist der Gebrauch als Körpersätze zu vermeiden. In diesen Fällen ist die Produktsicherheit nicht mehr gewährleistet, das Gerät könnte zerreißen und die gestützte Person zu Boden fallen.
- Das Produkt vor jedem Gebrauch mit Wasser und milder Seife reinigen. Hartnäckige Flecken mit verdünntem Alkohol entfernen.

EINZUHALTENDE TEMPERATUR 1

- Achtung: das Produkt bei Umgebungstemperatur aufbewahren (circa 18 - 20° C). Bei besonders strengen Temperaturen, das Produkt erst aufpumpen, nachdem es die Umgebungstemperatur erreicht hat.

ZU VERWENDENDE OBERFLÄCHEN 1

- Das Gerät ist auf weichen Oberflächen zu verwenden. Verwenden Sie das Produkt niemals in Anwesenheit von spitzen oder scharfen Gegenständen oder in der Nähe von Hitzequellen. Das Produkt nicht unbenutzt der direkten Sonneneinstrahlung aussetzen.

REPARATURHINWEISE 1

- Vermeiden Sie nicht Löcher oder Schnitte am Gerät selbst zu reparieren. Dadurch könnte seine Integrität mit schweren Folgen für die Sicherheit und die Gesundheit des Benutzers beeinträchtigt werden.

RÜCKVERFOLGBARKEIT

- An der Ware befindet sich eine Artikelnummer bestehend aus 4 Ziffern, mit denen das Herstellungsdatum (Monat und Jahr) angegeben wird. Wir bitten Sie, bei Reklamationen diesen Kodex angeben, er dient uns, um das Datum zu identifizieren und welcher Anteil des Materials verwendet wurde.

HAFTUNGSBEGRENZUNG

- Ledragomma S.r.l. lehnt jede Verantwortung für eventuelle Schäden an Personen, Tieren, Sachen oder an der Umwelt ab, die auf einen Gerätegebrauch zurückzuführen sind, der nicht mit den auf diesem dem Produkt beigefügten Anleitungs- und Hinweistafel beschriebenen Gebrauchs- und Wartungsvorschriften übereinstimmt.

ENTSORGUNG

- Das Gerät ist nach den geltenden Gesetzesvorgaben zu entsorgen.

ANMERKUNGEN

- Farben und Dekorationen können je nach Herstellung variieren.

Hergestellt bei: Ledragomma Srl - Zona Industriale - Via G.De Simon - 33010 Osoppo (Ud) - Italy
 Tel.+39 0432/986049 - Fax +39 0432/986255 - info@ledragomma.com - info@ledragommapec.com - www.tonkey.it

EN

WORK PROPOSAL FOR GOALKEEPER ABOUT THE PROPRIOCEPTIVITY OF THE SUPERIOR LIMBS
 To develop a work stimulus of the arms we thought to utilise soccer balls of same colour and size but of different weights. Before the work proposal we must understand the value of proprioceptivity for the superior limbs of the goal keeper. Specifically, it permits proper contact with the soccer ball in the right time and way. The right way does not regard just the "precision" factor, but includes the correct speed of action and the "correct force" to the ball. This factor determines the grip as well as the deviations. The balls of different weights oblige the last defender to use three different and specific adaptations. The first is seen during the throws. In fact, a light ball over a short distance, and at the same force, arrives before a heavy ball. This factor obliges our athlete to perform movements preceding contact with the ball at different speed, according to the weight of the ball thrown. This internal adaptation stimulates the correct choice of intervention (timing). The second stimulating factor regards the modulation in the correct degree of force to block the ball. In fact, we know that two equal and opposite forces cancel each other and it is this concept that some principles are tied to the technical act of catching the ball. In the sense, using different balls, means to train the arms to manage continuous variations of different forces. This internal adaptation stimulates the "sensitivity", of the articular proprioceptors (above all the "Golgi" tendons) and pressure. Precisely, there are situa-

ES

LEER CON ATENCIÓN ANTES DE UTILIZAR EL DISPOSITIVO
Precauciones e Instrucciones de uso.
 Esta documentación es una **guía indispensable** para el uso correcto y seguro del **Soccer System Ø cm. 22**, dado que contiene la **información necesaria** para que el producto pueda utilizarse bajo plena satisfacción por parte del usuario y en el pleno respeto de las **normas de seguridad** para las personas durante toda la vida útil del producto y/o de sus partes.

USOS PREVISTOS – LÍMITES Y EXCLUSIONES 1

- Este producto ha sido proyectado y realizado para su uso en diferentes sectores, tales como deporte y gimnasia. No debe emplearse para objetivos diferentes de aquellos establecidos por **Ledragomma**.
- No es un juguete.**
- No realizar ejercicios con balancines, manubrios o cualquier tipo de pesos en el dispositivo.**

CONTENIDO DEL ENVASE

- La caja del KIT nr. 1 contiene:
 - 12 pelotas Soccer System Ø 22 cm (2 x gr. 200, 2 x gr. 300, 2 x gr. 400, 2 x gr. 600, 2 x gr. 800 y 2 x gr. 1000)
 - 1 Hand-Pump 19 cm – 140 CC + 1 DVD guía de ejercicios.
- La caja del KIT nr. 2 contiene:
 - 10 pelotas Soccer System Ø 22 cm (2 x gr. 320, 2 x gr. 370, 2 x gr. 420, 2 x gr. 470 y 2 x gr. 520)
 - 1 Hand Pump 19 cm – 140 CC + 1 DVD guía de ejercicios.

INFLADO/DESINFLADO

- Para inflar/desinflar el producto se deben utilizar las agujas de punta redonda en dotación en muchos infladores manuales (por Ej.: Hand Pump 19 cm -140 CC o 32 cm-300 CC). No inflar con la boca.

MODO Y PROCEDIMIENTO PARA EJECUTAR EL PRIMER USO

- Para el primer uso proceder como indican las siguientes instrucciones:
 - El producto posee una válvula interna para el inflado/desinflado.
 - Humedecer la aguja del inflador manual antes de introducirlo en la válvula e inflar lentamente el producto con pausas intermedias.
 - Nunca superar el diámetro máximo preligado en el producto y/o en el envase.

INSTRUCCIONES Y ADVERTENCIAS PARA LOS INFLADOS SIGUIENTES 1

- Para inflar posteriormente no se debe superar el diámetro máximo indicado.

PRECAUCIONES A ADOPTAR CADA VEZ QUE SE UTILIZA EL PRODUCTO 1

- Antes de utilizar el producto, controlar la superficie del mismo y evitar utilizarlo como soporte para el cuerpo si presenta cortes, abrasiones, perforaciones o daños de cualquier naturaleza. En estos casos, la seguridad del producto se ve comprometida ya que podría dañarse de forma instantánea generando la caída al suelo de la persona que sostiene.
- Antes de utilizar, limpiar el producto pasando agua y jabón diluido y quitar las manchas más resistentes con alcohol diluido.

TEMPERATURA A RESPETAR 1

- Atención: El producto debe conservarse a temperatura ambiente (alrededor de 18 - 20° C). En caso de temperaturas extremas, inflar el dispositivo sólo después de que alcanza la temperatura ambiente.

SUPERFICIAS A UTILIZAR 1

- El aparato se utiliza sobre superficies blandas. Nunca utilizar el producto en presencia de objetos en punta o cortantes ni cerca de fuentes de calor; no dejar el producto inutilizado expuesto directamente a los rayos solares.

ADVERTENCIAS SOBRE LAS REPARACIONES 1

- En el caso que haya orificios o cortes no intentar repararlos, ya que las reparaciones caseras alteran la integridad del producto generando los consabidos riesgos graves para la seguridad y la salud del usuario.

IDENTIFICACIÓN

- Sobre el producto encontrará un código compuesto por 4 cifras que indica el mes y el año de fabricación del artículo. Por favor, indique este código en caso de reclamación, servirá para identificar la fecha y el lote de los materiales utilizados.

LIMITACIONES DE RESPONSABILIDAD

- Ledragomma S.r.l. declina cualquier responsabilidad por eventuales daños a personas, animales o cosas o al medioambiente, derivados del uso de los productos no en conformidad con las indicaciones de uso y mantenimiento contenidas en el presente folleto de instrucciones y advertencias que acompañan al producto.

ELIMINACIÖN

- El dispositivo se debe eliminar de acuerdo con la ley vigente.

NOTAS

- Los colores y motivos decorativos pueden variar dependiendo de la fabricación.

Fabricado por: Ledragomma Srl - Zona Industriale - Via G.De Simon - 33010 Osoppo (Ud) - Italy
 Tel.+39 0432/986049 - Fax +39 0432/986255 - info@ledragomma.com - info@ledragommapec.com - www.tonkey.it

tions in which the opposing force must be greater than the ball in movement, only in this way the ball may change it's direction. That surplus force generates deviations and requires a capacity of "correct speed and direction" and "correct force" which represents the third point that needs work in terms of the proprioceptivity stimulation."

THE USE OF BALLS OF DIFFERENT WEIGHTS IN THE SPECIFICS OF THE TECHNICAL MOVEMENT
 After having "made a connection" of soccer balls of different weight with the stimulus and the development of the abilities of the superior limbs, we thought about how to "connect" the potential use of such equipment, to the technical movements expressed by the goalie at the time of the match. In this respect, we decided to propose soccer balls with a difference in weight closer to the official soccer ball, that is around 420, 430 grams.

The "Soccer System" will therefore have a weight of gr. 320 - 370 - 420 - 470 - 520 and a 0 of 22 cm.

In this way, you can develop some exercises more "similar" to the real context of the game, keeping in mind nevertheless, some characteristics of the rubber ball that renders it however different from direction and speed, compared to the official soccer ball. In fact, the rubber has the characteristics of having greater elasticity with respect to leather and this generates at the moment of contact with the kicker's foot, some interesting details.

The first regards to the time of contact between the foot and the ball itself. It deals with a longer contact time with respect to that manifested with the leather soccer ball that allows the ball to accumulate a greater elastic force of return in the later phase of detachment from the foot and consequent acceleration. It's bit like when you "pull" the elastic rubber bands of a sling at which they accumulate strength that return in the next step of launching.

The rubber soccer ball is more sensitive in comparison to the regular one, to the movement "inside the ball" of the air it contains. The rough foot-ball contact tends to "deform" the ball at the moment causing a particular movement of air "inside" the ball that renders the direction of it unpredictable and completely different from the leather ball. For example: the kicked balls that return, take off straight to then widen subsequently towards the goalpost. This happens when the acceleration phase of the soccer ball ends, also amplified from the elastic effect due to the material used (rubber). Instead, the soccer balls kicked out tend to move away from the goal post at the start, then to return towards the same little bit by little losing speed. The ball kicked upwards remains more in the air " lengthening" its direction but falling on the goalie's shoulders in a precise and sudden way.

Obviously the lighter the soccer ball is, the greater the variation of the trajectory that it derives from.

With respect to this, we believe you should use lighter soccer balls to carry out goal shots from the short distance that obliges the goalie to a quick save. The ideal distance suggested for such exercises varies from six to eight metres. Inside this space, the ball maintains "the elastic effect" due to the material with which it is made, not suffering the influence of friction from the air and from the deformation of the ball.The consequent goal shots are therefore rapid, and the ball's mass at contact with the goalie is mainly conditioned by the speed rather than the weight of the ball.Therefore the use of lighter soccer balls may be suggested for closer goal shots that ask for quick motor responses.Soccer balls that have a weight closer to that of an official competition one, are valid if suggested on goal shots from a superior distance (15-20 metres).

With reference to this, leather soccer balls would be fully utilized, in order to increase the variables of direction and therefore the following motor responses. An increase from the variables of trajectory permits the athlete to improve not only his capabilities of adaptations, but also strengthening the memorization of the "generalized motor programme" in his parameters of speed and range of the movement.A last remark concerns heavier soccer balls with respect to competition soccer balls.These more than others (especially if kept slightly deflated) amplify the time of contact between the foot and the ball.Besides being heavy enough, they are able to overcome the friction with the air with greater ease. Our idea is to propose forcing the goalie to intervene on the soccer ball, without using the dive, but concentrating only on the "reading" of the kicker's foot and limb as well as the posture of he who kicks, in order to guess the type of goal shot. The amplification of the time of contact between the foot and the soccer ball should

