

# МЯЧ

Можно сказать, что мяч является наиважнейшим

предметом экипировки

К выбору его, тоже следует подходить тщательно

мячи подразделяются  
размерам.



# Размеры мяча

Мяч длинна окружности  
которого варьируется от  
749 см

до 780 см и вес от 567 г  
до 650г

(размер 7) применяется  
для игры

мужских команд, для  
игры

женских команд  
применяется

мяч несколько меньшего  
размера

и наконец для игры в



**Мяч должен иметь сферическую форму и быть установленного оттенка оранжевого цвета с традиционным рисунком из восьми вставок и черных швов.**

<b>Размер</b>	<b>Длина окружности, мм</b>	<b>Масса, г</b>
Размер 7	750—780	567—650
Размер 6	720—740	500—540
Размер 5	690—710	470—500
Размер 3	560—580	300—330



# Фирмы изготовители:

**Spalding**



**Wilson**



**Molten**



**Demix**



**Rawlings**



**Torres**



**Nike**



**Adidas**



# Как правильно выбрать мяч?

- Попросите накачать мяч, как следует. Правильно накаченный мяч, отпущенный с высоты 1,80 м должен отскочить от пола на высоту 1,20-1,40, отмеренную от верха мяча. Другой способ поднимите мяч до уровня вашей головы и отпустите, он должен отскочить от пола, до
- При выборе мяча, если он уже накачан, проверьте, насколько хорошо. Если он спущен, то велика вероятность того, что в дальнейшем он будет постоянно сдуваться. Лучше попросите другой.







И еще, важно!

Никогда не пинаяте, и  
никогда не садитесь на  
мяч!

От этого он потеряет форму, и вы почувствуете, что значит играть и тренироваться кривым мячом.