

BIEN CHOISIR SON BALLON DE FOOTBALL



Comment choisir son ballon de football ? Quelle est la bonne taille de ballon selon l'âge ? Quelle matière de ballon choisir ? De nombreux critères sont à prendre en compte pour choisir une balle de foot : le niveau de jeu, l'âge et la qualité souhaitée. Que vous soyez un club de football, une collectivité, un établissement scolaire ou un particulier ce guide vous permettra de choisir le ballon adapté à votre pratique. Découvrez dans ce guide des informations utiles pour le choix et l'achat d'un ballon de football.

AU SOMMAIRE :

- Bien choisir la taille de son ballon de football
- Nos conseils pour adapter le ballon à la surface de jeu
- Un ballon de football pour chaque pratique
- Bien gonfler et entretenir son ballon de football

Bien choisir la taille de son ballon de football

TAILLE	CIRCONFÉRENCE	POIDS	CATÉGORIE	ÂGE	GONFLAGE
3	57 à 60 cm	280 / 320 g	Primaires	- de 7 ans	de 0,6 à 0,8 bars
4	62 à 66 cm	300 / 395 g	Primaires, collèges, clubs, juniors	7 à 13 ans	de 0,6 à 0,9 bars
5	68 à 71 cm	396 / 453 g	Collèges, lycées, clubs, séniors	+ de 14 ans	de 0,6 à 1 bars

Certains ballons pour clubs de football comme le ballon **Casal Sport Goal** sont déclinés sur plusieurs couleurs différentes (1 par taille) afin de les reconnaître rapidement dans votre stock et ainsi faciliter votre choix.

Nos conseils pour adapter le ballon à la surface de jeu



Terrains naturels et surfaces humides

L'ensemble des ballons conviennent, mais privilégier les finitions polyuréthane assurant une parfaite étanchéité. Le ballon en PVC est à éviter sur terrain humide, trop lisse il est difficile d'avoir un contrôle et un toucher optimal du ballon.



Terrains synthétiques, dur et stabilisés

On vous conseillera un ballon plus résistant avec un revêtement extérieur spécifique assurant la longévité du ballon.

[Exemple : le ballon Uhlsport Hardground Ligue 2](#)

Un ballon de football pour chaque pratique



L'apprentissage

En école de football et pour les débutants, il est préconisé d'opter pour un ballon cousu machine. Composé de matières synthétiques et assemblé avec du fil fin, il est adapté à l'apprentissage et la découverte du football. Pour les plus petits, le ballon en caoutchouc ou PVC est également conseillé, pour une pratique loisir, sur tout type de surface.



L'entraînement

Le ballon cousu main en PVC ou polyuréthane sera à privilégier. Etant constitué de matériaux synthétiques adaptés, il offre une qualité de toucher et de rebond optimal. Egalement résistant et robuste, il permet une pratique par tout type de temps. Il est donc adapté à une utilisation intensive et conseillé pour la pratique en club.



La compétition

Souple, résistant et garantissant une qualité de jeu sans égal, le ballon technologie Thermal Bounding est idéal. Il est assemblé par thermocollage (construction du ballon sans coutures) pour une résistance et une étanchéité exceptionnelle. On pourra aussi opter pour un ballon cousu mains présentant un revêtement extérieur en polyuréthane offrant également des performances élevées.

Bien gonfler et entretenir son ballon de football



Gonfler un ballon à la bonne pression permet d'avoir un bon rebond ainsi qu'un toucher de balle ni trop mou ni trop dur. La pression de gonflage doit impérativement être respectée car en cas de surgonflage, le ballon risque de subir une déformation irréversible, voir d'éclater !

Pour connaître la pression recommandée pour votre ballon de football, il faudra regarder au niveau de la valve. Vous devrez ensuite le gonfler avec une [pompe adaptée \(avec ou sans manomètre\)](#) ou un [compresseur à ballon](#). Enfin, pour anticiper toutes les situations, n'oubliez pas une [bombe répare ballons](#) pour prolonger la durée de vie de votre ballon.

Pour éviter de casser ou abîmer la valve du ballon, ne pas oublier d'humidifier vos aiguilles.