

# LED-Poi gyakorlati útmutató



Használat előtt feltétlenül olvassa el!



## Kedves Vásárlónk!

### A poi történetéről

A poi szó a maorik nyelvéből származik, és labdát jelent.

A kb. ezer éves múltra visszatekintő művészi játék Új-Zélandról ered. A maori nők kezük mozgékonyágát próbálták megőrizni vele, a férfiak a harchoz és a vadászathoz szükséges koordinációs készséget és kitartást fejlesztették vele. Közben énekeltek vagy a faluról szóló történeteket is meséltek.

A játékos mindkét kezében egy-egy poit tart, amelyek mozgásával és pörgetésével művészi hatású alakzatokat hoz létre a levegőben, és mindig újabb és újabb koreográfiává kapcsolja össze őket.

Mára a poi sok országban elterjedt, kifinomult koreográfiára épülő művészeti formaként honosodott meg, illetve a koncentrációs és koordinációs készség játékos fejlesztésére használják.

### Poi figurák

A poi figurák száma szinte végtelen. A kezdők viszonylag gyorsan elsajátíthatják a test előtt, valamint a test mindkét oldalán végzett párhuzamos pörgetést. A pörgetés végezhető azonos vagy ellentétes irányban, azonos vagy eltérő sebességgel. Ezenkívül vannak egyszerű szimmetrikus keresztvező figurák, amelyek szintén gyorsan begyakorolhatók.

Kissé több gyakorlás és kintartás szükséges a test mögött, a talajjal vagy mennyezettel párhuzamosan végzett nehezebb pörgetésekhez, az aszimmetrikus pörgetésekhez és az egyes figurák összekapcsolásához.

A túldoldalón három alapfigurát ismertetünk. A szakkereskedésekben vagy az interneten is nagyon sok információ található további gyakorlatokról. Természetesen fantáziáját is segítségül hívhatja.

## A Tchibo csapata

## Biztonsági előírások

Figyelmesen olvassa el a biztonsági előírásokat, és az esetleges sérülések és károk elkerülése érdekében csak az útmutatóban leírt módon használja a terméket. Őrizze meg az útmutatót, hogy szükség esetén később ismét át tudja olvasni. Amennyiben megválna a terméktől, az útmutatót is adja oda az új tulajdonosnak.

### FIGYELEM:

- Nem alkalmas 36 hónapos kor alatti gyermekek számára. Hosszú zsinór. Megfojtás veszélye áll fenn. A gyermekeket tartsa távol a csomagolóanyagoktól is. Többek között fulladásveszély áll fenn!
- A termék használata 5 éves kor feletti gyerekek számára ajánlott.
- A poi szerkezetét megváltoztatni tilos. Különösen tilos a termékre szerelni kemény, nehéz, hegyes, éles vagy éles peremű tárgyakat. A poi nem használható tűzpoiként vagy tűzijátékkal együtt!
- Azonnal ártalmatlanítsa az elhasznált elemeket. Az elemek lenyelése életveszélyes lehet. Egy elem lenyelése 2 órán belül súlyos, belső marási sérüléseket okozhat, és akár halálos kimenetelű lehet. Ezért mind az új, mind a használt elemeket, valamint a terméket olyan helyen tárolja, ahol kisgyermekek nem férhetnek hozzá. Egy elem lenyelésének, vagy más módon szervezetbe kerülésének gyanúja esetén azonnal forduljon orvoshoz.

• Az elemeket/akkumulátorokat kizárólag felnőttek helyezhetik be vagy cserélhetik ki. Ha akkumulátorokat (újratölthető elemet) használ, azokat csak felnőtt felügyelete mellett és egy arra alkalmas töltőkészülékkel lehet feltölteni. A töltéshez az akkumulátorokat ki kell venni a termékből.

• Figyelem! A lítium elemek helytelen behelyezés esetén felrobbanhatnak. Az elemek behelyezésekor ügyeljen a helyes polaritásra (+/-). Csak ugyanolyan vagy egyenértékű elemtípust használjon (lásd „Műszaki adatok”).

• Az elemeket feltölteni, szétszedni, tűzbe dobni vagy rövidre zárni tilos. Vegye ki az elemeket a készülékből, ha azok elhasználódtak, illetve ha hosszabb ideig nem használja a terméket. Így elkerülhetőek azok a károk, amelyeket az elemből kifolyt sav okozhat.

• Mindig cserélje ki az összes elemet. Ne használjon egyszerre régi és új, valamint különböző típusú, márkájú vagy kapacitású elemeket.

• Ha az elemből kifolyt a sav, kerülje, hogy az bőrrel, szemmel vagy nyálkahártyával érintkezzen. Adott esetben az érintett testfelületet azonnal mossa le tiszta vízzel, és haladéktalanul forduljon orvoshoz.

• A különösen hosszú élettartamuk miatt nem lesz szükség a világító dióda cseréjére. Nem szabad és nem lehet kicserélni.

• A világító dióda be van építve a termék fejébe, ha felnyitja a termék megsérül.

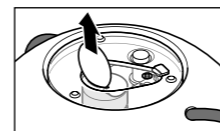
• Óvja a terméket csepegő és spriccelő víztől. Ne tegye ki esőnek.

## Vegye figyelembe ...

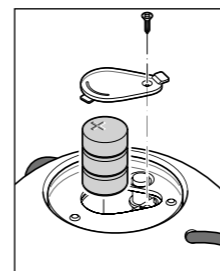
- A gyakorlás során viseljen sportos, kényelmes ruházatot és cipőt.
- Válasszon megfelelő helyet a gyakorláshoz, - legjobb a szabadban - ahol elegendő szabad tér van Ön körül. Próbáljon sima talajt keresni, hogy biztosan és stabilan álljon.
- Gyakorlás közben ügyeljen arra, hogy ne legyen a közelben más személy, különösen kisgyermek (vagy háziállat).

## Előkészítés

### Elemek behelyezése / cseréje



A kiszállításkor az elemek már be vannak helyezve a termékbe. Húzza ki a szigetelőszalagot az elemtartóból. (1. kép).

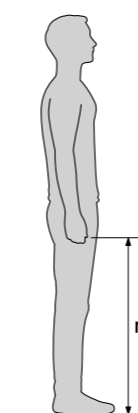


Csavarozza ki az elemtartó fedelén található csavart és vegye le a fedelet.

• Helyezze be az elemeket a pozitív pólussal felfelé (2. kép).

• Helyezze vissza az elemtartó fedelét, és szorosan csavarozza vissza a csavart.

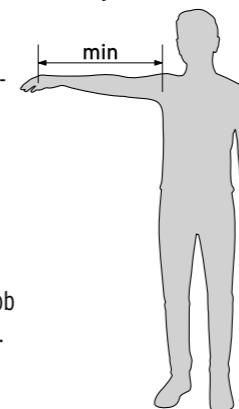
### A zsinórok hosszának beállítása



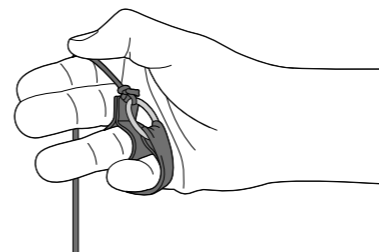
Max. hossz: álljon egyenesen, lazán leengedett karral.

Szorítsa ökölbe a kezét, és mérje le a távolságot az öklétől a talajig.

Min. hossz: tenyerét lefelé fordítva nyújtsa ki az egyik karját vízszintesen. Mérje le a távolságot az ujjtől a hónaljig. Módosítsa a zsinór hosszát úgy, hogy lazítsa meg a hurkon lévő csomót, húzza át a zsinórt a kívánt hosszúságban, majd csomózza meg szorosan. Tipp: Bizonyos figurák csak rövidebb zsinórral végezhetőek megfelelően.



### A poi tartása a kézben



• Helyezze be 3 ujját a hurokba, majd húzza ki a középső ujját. Így biztosan tarthatja kezében a hurkot. Kezdetben legegyszerűbb, ha a tenyerét rázárja a hurokra, és mutatóujjával vezeti a zsinórt.

• Először minden gyakorlatot csak egy poival végezzen, hogy ráérezzen a mozgásra. Majd a másik poit is vegye kezébe.

• Kezdetben inkább lassan pörgesse a poit, hogy jobban érezze a mozgást, és megfelelően tudja irányítani.

### Színváltás



▷ Nyomja meg a be-/kikapcsoló gombot ...

... többször röviden a poi bekapcsolásához, a színek vagy a gyors és lassú villogás közötti váltáshoz.

... hosszán, a poi kikapcsolásához (3. kép).

## Tisztítás

▷ Szükség esetén törölje le a terméket egy enyhén nedves ruhával.

## Műszaki adatok

|                         |  |
|-------------------------|--|
| Modell:                 | 629 381  |
| Izzó:                   | világító dióda (LED)   |
| Elem:                   | 3x LR44/1,5 V / poi  |
| Környezeti hőmérséklet: | +10 és +40 °C között   |
| Made exclusively for:   | Tchibo GmbH, Überseering 18, 22297 Hamburg, Germany, www.tchibo.hu |

## Hulladékkezelés

A termék, a csomagolása és a mellékelt elemek értékes, újrahasznosítható anyagokból készültek. Az újrahasznosítás csökkenti a hulladék mennyiségét és kíméli a környezetet.

A **csomagolóanyagok** eltávolításakor ügyeljen a szelektív hulladékgyűjtésre. Papír, karton és könnyű csomagolóanyagok eltávolításához használja a helyi gyűjtőhelyeket.

Ezzel a jellel ellátott **készülékek** nem kerülhetnek a háztartási hulladékba!

Önt törvény kötelezi arra, hogy régi, nem használatos készülékét a háztartási hulladéktól különválasztva ártalmatlanítsa. Az elektromos készülékek veszélyes anyagokat tartalmaznak, amelyek a nem megfelelő tárolás és ártalmatlanítás esetén károsíthatják a környezetet és az egészséget. Régi készülékeket díjmentesen átvevő gyűjtőhelyekkel kapcsolatban az illetékes települési vagy városi hivataltól kaphat felvilágosítást.

**Az elem és az akkumulátor** nem háztartási hulladék! Önt törvény kötelezi arra, hogy az elhasznált elemeket és akkumulátorokat az illetékes települési, illetve városi hivatalok gyűjtőhelyein vagy a forgalmazó szakkereskedésekben adja le.

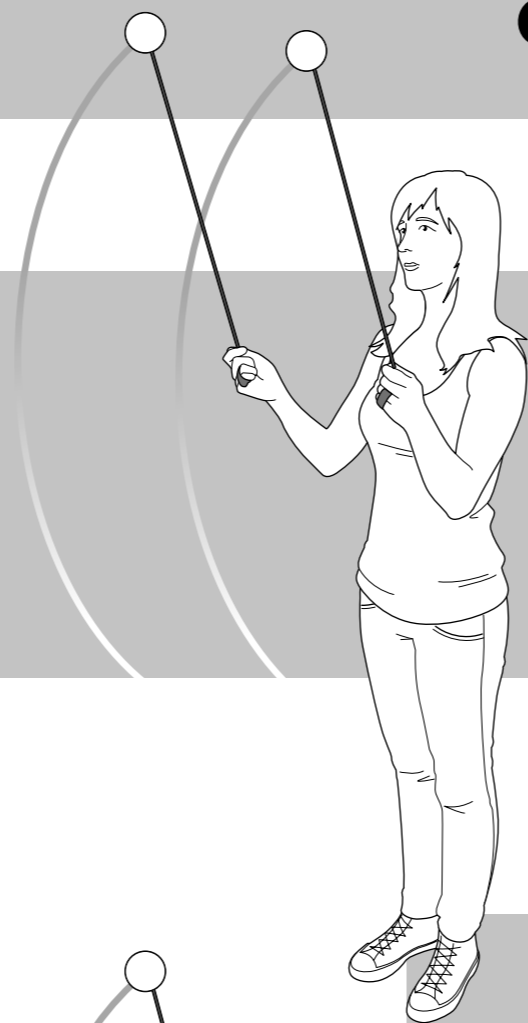
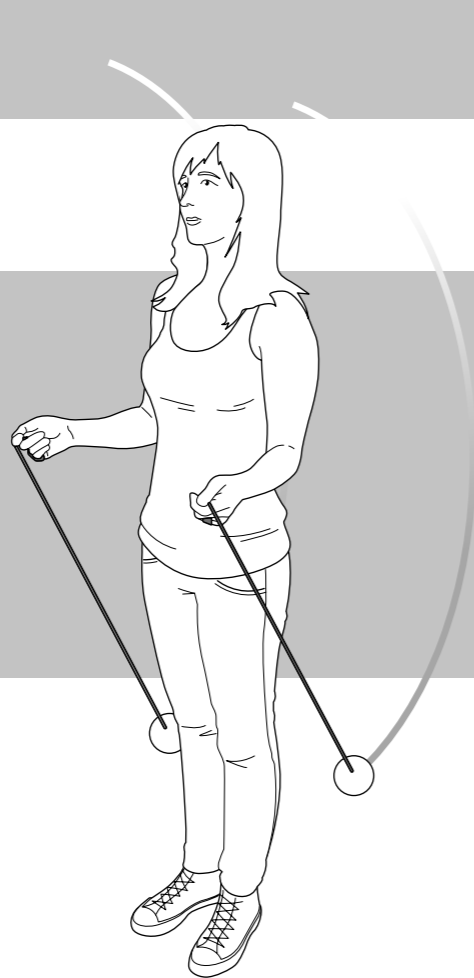
## Alapgyakorlatok

### A két poi egyidejű pörgetése:

Egymással párhuzamosan pörgesse előre mindkét poi a teste mellett. Képzelve el, hogy 2 fal között áll, amelyeket nem érinhetnek meg a poi. A poi körpályája ne törjön meg se oldalra, se előre, se hátra.

Ha ezt már jól tudja, pörgesse a poi hátrafelé.

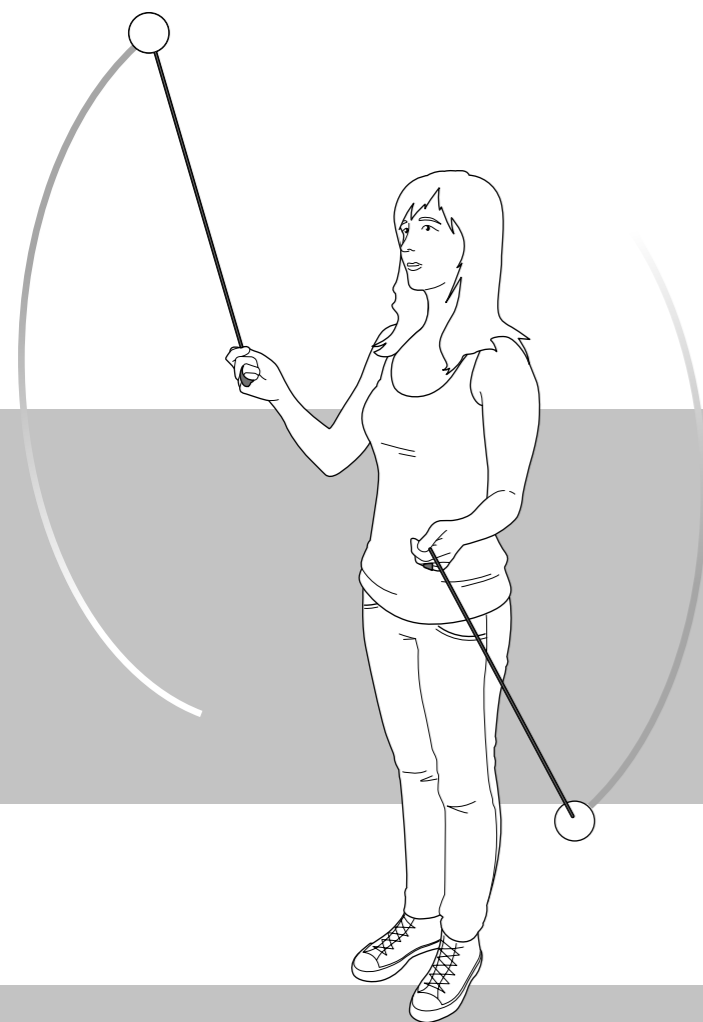
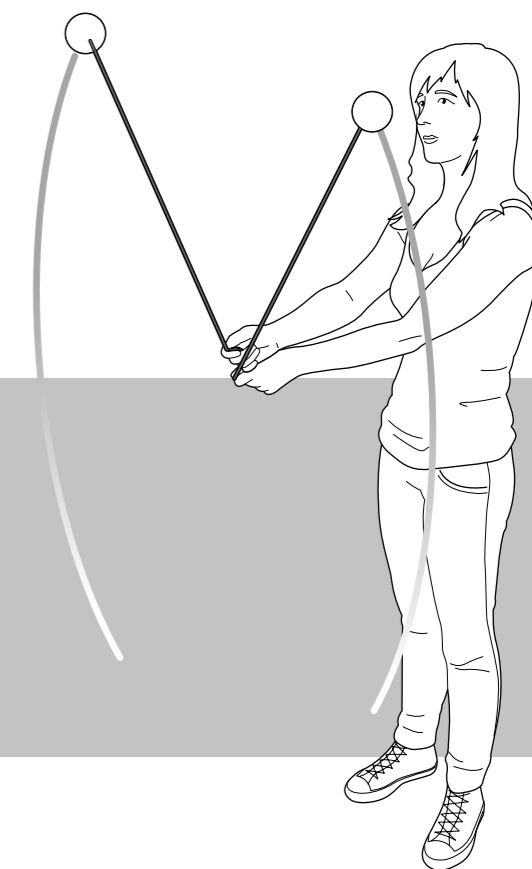
Ha elsajátította ezeket a gyakorlatokat, ferde irányú körpályával is próbálkozhat.



**i** Az interneten sok további gyakorlat és videó található, amelyek bemutatják a gyakorlatok kivitelezését. Egyes gyakorlatok elsajátításához nagy türelemre van szükség.

A sikernek azonban annál jobban fog örülni! Egyes nagyvárosokban, workshopokon, tanfolyamokon vagy találkozókön is tanulhatnak a játékosok egymástól.

Különböző forgástípusok használhatók, hogy törés nélkül váltson át az előre történő mozgásból a hátra történő mozgásba. Fontos, hogy két mozdulattal tegyen 180°-os fordulatot; közben a poi megtartják mozgásirányukat! Az első 90°-os fordulatot a poi lefelé történő mozgása közben kell tennie. A poi legmélyebb tartózkodási pontján kezdje a második 90°-os fordulatot, és változtassa meg a karmozgás irányát.

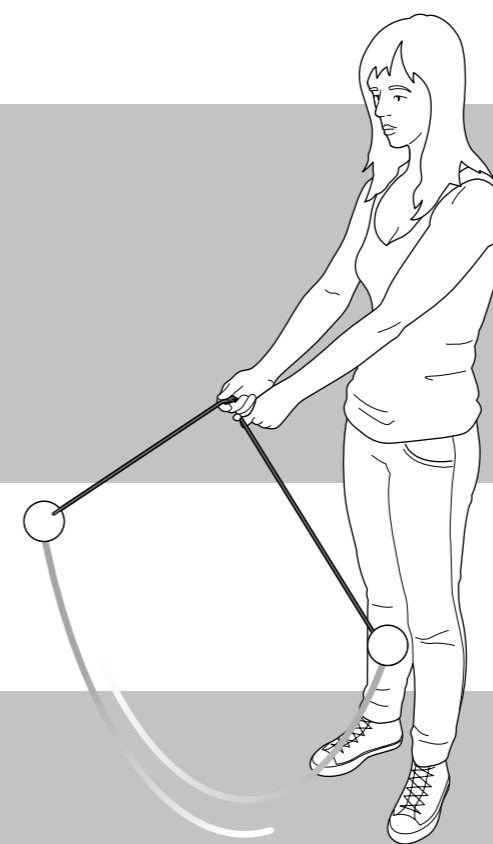


### A két poi eltérő pörgetése:

Egymással párhuzamosan pörgesse előre mindkét poi a teste mellett.

Az egyik poi pörgetését rövid ideig gyorsítsa fel, amíg pontosan 180°-os eltéréssel nem mozog a másikhoz képest. Esetleg számolással segítheti a mozgást, hogy egyenletes legyen a ritmus: pl. 1-re a jobb poi van fent, 2-re a bal.

Ha ezt már jól tudja, pörgesse az egyik poi-t előre, a másikat hátrafelé.



### Mindkét poi test előtti pörgetése:

Egymással párhuzamosan pörgesse előre mindkét poi a teste mellett. Lassan vigye mindkét poi-t előre a teste elé.

A két poi elkezdi keresztezni egymást, miközben lent és fent találkoznak úgy, hogy lehetőleg nem ütköznek össze. Ehhez az egyik poinak egy pillanattal előbb kell megérkeznie lent, illetve fent. Kissé tartsa mélyebben azt a kezét, amelyben ezt a poi-t fogja.

A két poinak egyenes és párhuzamos síkban pontosan Ön előtt kell pörögni egymással szemben, összeütközés nélkül!