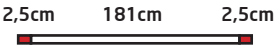
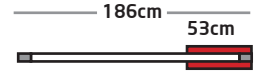
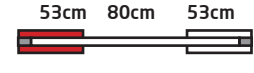
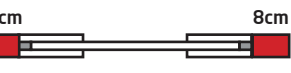
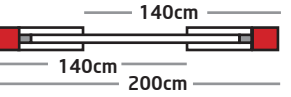
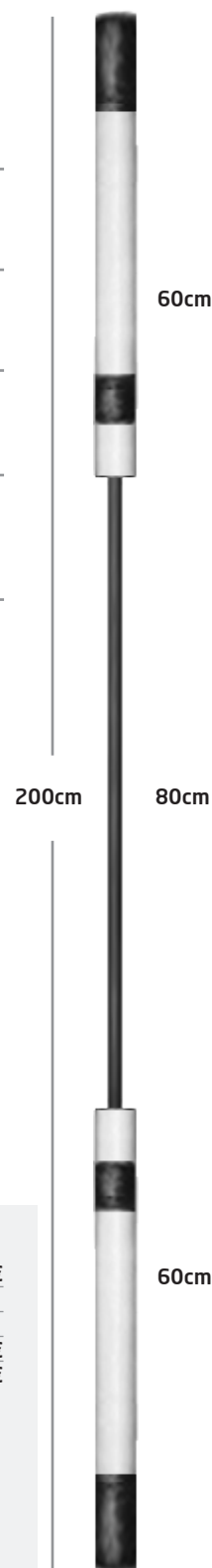


# Q-Tip

### Arbeitsschritte

1.  An beiden Enden eines 181cm langen GFK-Rundstabs wird jeweils ein 2,5 x 1,6cm großes Stück Isomatte geklebt (diese kann man aus den großen Manschetten schneiden).
2.  An ein Ende klebt man mit doppelseitigem Klebeband ein 53cm langes Schlagflächen-Polster-Rohr (ID 15mm, WD 25mm). Vorher das Polsterrohr der Länge nach in zwei U-Profile teilen.
3.  An das andere Ende klebt man mit doppelseitigem Klebeband ein 53cm langes Schlagflächen-Polster-Rohr (ID 15mm, WD 25mm). Vorher das Polsterrohr der Länge nach in zwei U-Profile teilen.
4.  Auf beide Enden klebt man mit doppelseitigem Klebeband je einen Schaumstoffquader (12 x 7,5 x 7,5cm). Vorher aus den Quadern grobe Zylinder mit einem Durchmesser von 6,5cm schneiden
5.  Die Schaumstoffklötze werden mit Klebeband (je 4 Streifen à 30cm) an dem Polsterrohr befestigt und dabei so gestaucht, dass 140cm zum Beginn der anderen Schlagfläche liegen.



### Material-Liste

GFK-Rundstab oder -Rohr, 181cm, Durchmesser 16mm  
 2x weicher Schaumstoffquader, 12 x 7,5 x 7,5cm, RG 35 (Stechspitze)  
 Schlagflächen-Polsterrohr, 2x53cm, ID 15mm, WD 15mm  
 Klebeband, ca. 12m  
 doppelseitiges Klebeband, ca. 2,5m

### POMPFENSHOP-Preise

Bestellnr.	Menge	Preis
M-0020/12	1x	18,00 €
M-0030/12	2x 3,- €	6,00 €
M-0054/13	106cm	6,00 €
M-0031/12	50m	12,00 €
M-0064/19	25m	18,00 €

\* Isomatten sind im Pompfenshop schon mit Klebefolie bezogen. Beim Selberbauen werden die Isomatten mit doppelseitigem Klebeband befestigt.  
 D = Durchmesser, ID = Innendurchmesser, WD = Wanddicke, RG = Raumgewicht

Alle Preise sind inkl. MwSt. - zzgl. Versandkosten  
 pompfenshop.de



Lester Balz  
 lester@jawaka.net

Hofeweg 5  
 D-02828 Görlitz

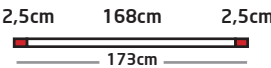
Volksbank Raiffeisenbank Niederschlesien eG  
 IBAN: DE52 8559 1000 4531 4368 01  
 BIC: GENODEF1GR1

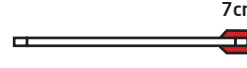
03581 4277160  
 Juggger.de  
 Pompfenshop.de

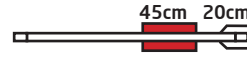
Für Schäden, die durch den Gebrauch oder den Bau von Pumpfen entstehen, wird keine Haftung übernommen.  
 Beim Bau von Pumpfen werden Materialien mit gesundheitsschädlichen Inhaltsstoffen verwendet.


# Stab

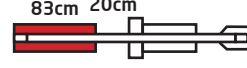
### Arbeitsschritte


1. 

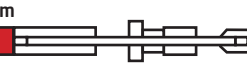
An die zwei Enden eines 168cm langen GFK-Rundstabs mit dem Durchmesser von 16mm wird je ein 2,5cm langes Stück Isomatte an den Stab geklebt.
2. 


Eine Seite eines 7cm langen Griff-Polsterrohr 45 Grad abschneiden. An einem Ende klebt man über die Länge von 7cm mit doppelseitigem Klebeband Griff-Polsterrohr (ID 15mm, WD 9mm).
3. 

Mit doppelseitigem Klebeband wird die Blockfläche (ID 15mm, WD 9mm) auf einer Länge von 45cm um den Kern geklebt, beginnend bei 20cm vom Griff-Ende entfernt.
4. 

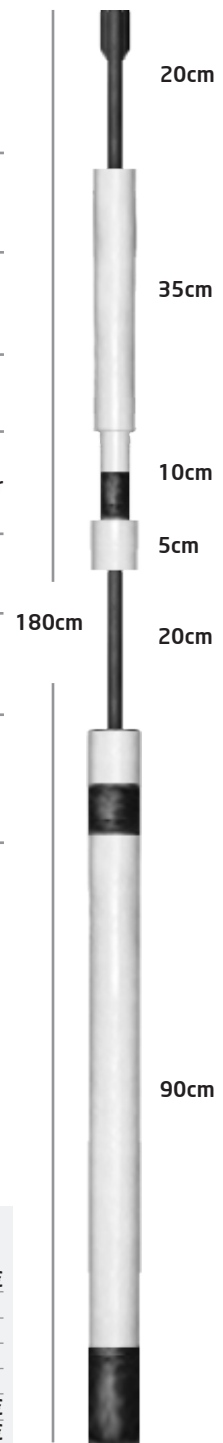
Mit doppelseitigem Klebeband wird die 5cm breite und 1cm dicke Griff-Manschette um den Kern geklebt.
5. 

Mit doppelseitigem Klebeband wird über die Länge von 83cm Schlagflächen-Polsterrohr (ID 15mm, WD 25mm) geklebt. Vorher das Polsterrohr der Länge nach in zwei U-Profile teilen.
6. 

Hinter der Griff-Manschette werden 10cm von der Blockfläche mit Klebeband komprimiert.
7. 

Mit doppelseitigem Klebeband klebt man einen Schaumstoffquader (12 x 7,5 x 7,5cm) auf das Ende der Schlagfläche. Aus dem Quader zuerst einen groben Zylinder mit einem Durchmesser von 6,5cm schneiden.
8. 

Den Schaumstoffklotz mit Klebeband (je 4 Streifen à 30cm) an die Schlagfläche kleben und dabei so stauchen, dass die Gesamtlänge 180 cm beträgt und die Reichweite von Griff-Manschette bis zum Ende 110cm beträgt.



### Material-Liste

GFK-Rundstab oder -Rohr, 168cm, 16mm Durchmesser
Griff-Polsterrohr, 45 cm + 7cm, ID 15mm, WD 9mm
Schlagflächen-Polsterrohr, 83cm, ID 15mm, WD 15mm
Isomatte Stab-Manschette, 5 x 10cm, 1cm dick
weicher Schaumstoffquader, 12 x 7,5 x 7,5cm, RG 35 (Stechspitze)
Klebeband, ca. 7m
doppelseitiges Klebeband, ca. 3m

### POMPFENSHOP-Preise

Bestellnr.	Menge	Preis
M-0021/12	1x	18,00 €
M-0053/13	52cm	2,50 €
M-0054/13	83cm	6,00 €
M-0091/24	1x	1,00 €
M-0090/24	1x	3,00 €
M-0031/12	50m	12,00 €
M-0064/19	25m	18,00 €

\* Isomatten sind im Pompfenshop schon mit Klebefolie bezogen. Beim Selberbauen werden die Isomatten mit doppelseitigem Klebeband befestigt.  
D = Durchmesser, ID = Innendurchmesser, WD = WandDicke, RG = RaumGewicht

Alle Preise sind inkl. MwSt. - zzgl. Versandkosten pompfenshop.de



Lester Balz  
lester@jawaka.net

Hofeweg 5  
D-02828 Görlitz

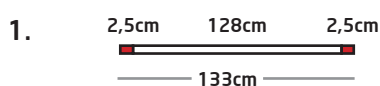
Volksbank Raiffeisenbank Niederschlesien eG  
IBAN: DE52 8559 1000 4531 4368 01  
BIC: GENODEF1GR1

03581 4277160  
Jugger.de  
Pompfenshop.de

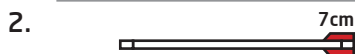
Für Schäden, die durch den Gebrauch oder den Bau von Pompfen entstehen, wird keine Haftung übernommen. Beim Bau von Pompfen werden Materialien mit gesundheitsschädlichen Inhaltsstoffen verwendet.

# Langpompfe

### Arbeitsschritte



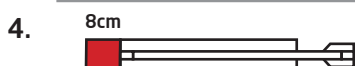
An die zwei Enden eines 128cm langen GFK-Rundstabs mit dem Durchmesser von 16mm wird je ein 2,5cm langes Stück Isomatte an den Stab geklebt (diese Stücke kann man aus den großen Manschetten schneiden).



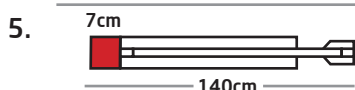
Eine Seite eines 7cm langen Griff-Polsterrohr 45 Grad abschneiden. An einem Ende klebt man über die Länge von 7cm mit doppelseitigem Klebeband Griff-Polsterrohr (ID 15mm, WD 9mm).



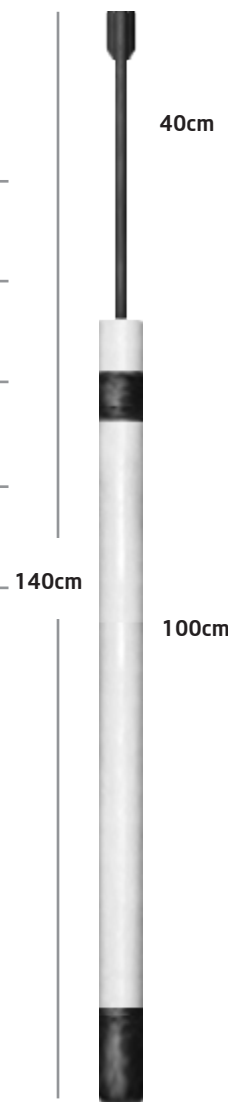
Über die Länge von 90cm klebt man mit doppelseitigem Klebeband Schlagflächen-Polsterrohr (ID 15mm, WD 25mm). Vorher das Polsterrohr der Länge nach in zwei U-Profile teilen.



Mit doppelseitigem Klebeband klebt man einen Schaumstoffquader (12 x 7,5 x 7,5cm) auf das Ende der Schlagfläche. Aus dem Quader zuerst einen groben Zylinder mit einem Durchmesser von 6,5cm schneiden.



Den Schaumstoffklotz mit Klebeband (je 4 Streifen à 30cm) an die Schlagfläche kleben und dabei so stauchen, dass die Gesamtlänge 140 cm beträgt.



### Material-Liste

GFK-Rundstab oder -Rohr, 128cm, 16mm Durchmesser
Griff-Polsterrohr, 7cm, ID 15mm, WD 9mm
Schlagflächen-Polsterrohr, 93cm, ID 15mm, WD 25mm
weicher Schaumstoffquader, 12 x 7,5 x 7,5cm, RG 35 (Stechspitze)
Klebeband, ca. 8m
doppelseitiges Klebeband, ca. 2,2m

### POMPFENSHOP-Preise

Bestellnr.	Menge	Preis
M-0022/12	1x	18,00 €
M-0053/13	7cm	1,50 €
M-0054/13	93cm	6,00 €
M-0030/12	1x	3,00 €
M-0031/12	50m	12,00 €
M-0064/19	25m	18,00 €

\* Isomatten sind im Pompfenshop schon mit Klebefolie bezogen. Beim Selberbauen werden die Isomatten mit doppelseitigem Klebeband befestigt.  
D = Durchmesser, ID = InnenDurchmesser, WD = WandDicke, RG = RaumGewicht

Alle Preise sind inkl. MwSt. - zzgl. Versandkosten  
pompfenshop.de



Lester Balz  
lester@jawaka.net

Hofeweg 5  
D-02828 Görlitz

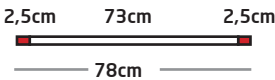
Volksbank Raiffeisenbank Niederschlesien eG  
IBAN: DE52 8559 1000 4531 4368 01  
BIC: GENODEF1GR1


03581 4277160  
Jugger.de  
Pompfenshop.de


Für Schäden, die durch den Gebrauch oder den Bau von Pumpfen entstehen, wird keine Haftung übernommen.  
Beim Bau von Pumpfen werden Materialien mit gesundheitsschädlichen Inhaltsstoffen verwendet.

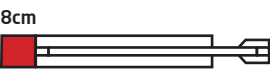
# Kurzpompe


### Arbeitsschritte

- 

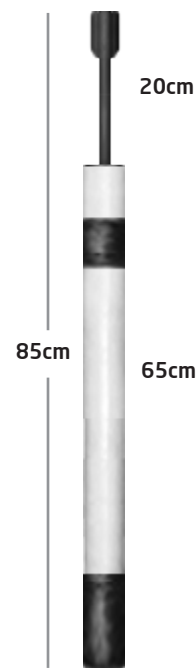
An die zwei Enden eines 73cm langen GFK-Rohres mit dem Durchmesser von 16mm wird je ein 2,5cm langes Stück Isomatte an den Stab geklebt (diese Stücke kann man aus den großen Manschetten schneiden).
- 

Eine Seite eines 7cm langen Griff-Polsterrohr 45 Grad abschneiden. An einem Ende klebt man über die Länge von 7cm mit doppelseitigem Klebeband Griff-Polsterrohr (ID 15mm, WD 9mm).
- 

Über die Länge von 58cm klebt man mit doppelseitigem Klebeband Schlagflächen-Polsterrohr (ID 15mm, WD 25mm). Vorher das Polsterrohr der Länge nach in zwei U-Profile teilen.
- 

Mit doppelseitigem Klebeband klebt man einen Schaumstoffquader (12 x 7,5 x 7,5cm) auf das Ende der Schlagfläche. Aus dem Quader zuerst einen groben Zylinder mit einem Durchmesser von 6,5cm schneiden.
- 

Den Schaumstoffklotz mit Klebeband (je 4 Streifen à 30cm) an die Schlagfläche kleben und dabei so stauchen, dass die Gesamtlänge 140 cm beträgt.



### Material-Liste

GFK-Rohr, 73cm, 16mm Durchmesser
Griff-Polsterrohr, 7cm, ID 15mm, WD 9mm
Schlagflächen-Polsterrohr, 58cm, ID 15mm, WD 25mm
weicher Schaumstoffquader, 12 x 7,5 x 7,5cm, RG 35 (Stechspitze)
Klebeband, ca. 5,5m
doppelseitiges Klebeband, ca. 1,4m

### POMPFENSHOP-Preise

Bestellnr.	Menge	Preis
M-0023/12	1x	13,00 €
M-0053/13	7cm	0,50 €
M-0054/13	58cm	5,00 €
M-0030/12	1x	3,00 €
M-0031/12	50m	12,00 €
M-0064/19	25m	18,00 €

\* Isomatten sind im Pompfenshop schon mit Klebefolie bezogen. Beim Selberbauen werden die Isomatten mit doppelseitigem Klebeband befestigt.

D = Durchmesser, ID = Innendurchmesser, WD = Wanddicke, RG = Raumgewicht

Alle Preise sind inkl. MwSt. - zzgl. Versandkosten  
pompfenshop.de



Lester Balz  
lester@jawaka.net

Hofeweg 5  
D-02828 Görlitz

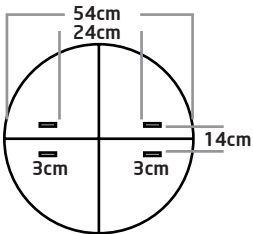
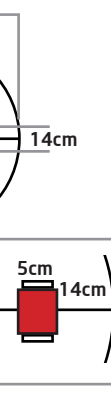
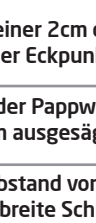
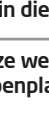
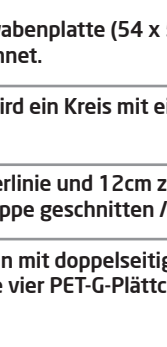
Volksbank Raiffeisenbank Niederschlesien eG  
IBAN: DE52 8559 1000 4531 4368 01  
BIC: GENODEF1GR1

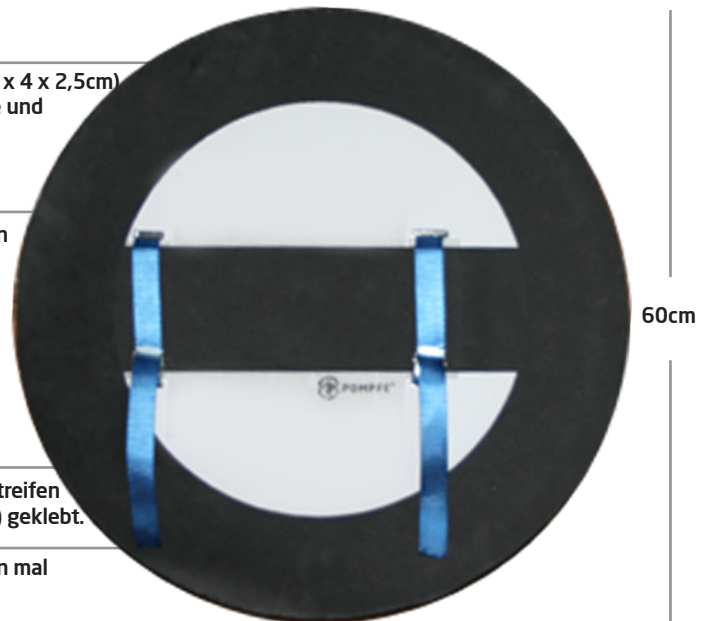
03581 4277160  
Jugger.de  
Pompfenshop.de

Für Schäden, die durch den Gebrauch oder den Bau von Pompfen entstehen, wird keine Haftung übernommen. Beim Bau von Pompfen werden Materialien mit gesundheitsschädlichen Inhaltsstoffen verwendet.

# Schild

### Arbeitsschritte

1.  Auf einer 2cm dicken Pappwabenplatte (54 x 54cm) werden die Diagonalen der Eckpunkte angezeichnet.
2. Aus der Pappwabenplatte wird ein Kreis mit einem Durchmesser von 54cm ausgesägt.
3. Im Abstand von 7cm zur Querlinie und 12cm zur Mitte werden vier 3cm breite Schlitzte in die Pappe geschnitten / gestanzt.
4.  Zwischen die Schlitzte werden mit doppelseitigem Klebeband auf beiden Seiten der Pappwabenplatte vier PET-G-Plättchen (13 x 5cm) geklebt.
5. Durch die Schlitzte werden zwei Zurrgurte gefädelt und auf einer Seite mit doppelseitigem Klebeband festgeklebt. Beide Zurrgurte haben den Verschluss auf der selben Seite.
6.  Auf die Innenseite wird zur Verstärkung ein Ring aus Isomatte (AD 60cm, ID 40cm, 0,8cm dick) nach aussen jeweils 2,5cm überstehend geklebt.
7.  Mit einem Isomatte-Streifen (190 x 4 x 2,5cm) wird die Kante zwischen Isomatte und Holz geklebt. Der Überstand wird abgeschnitten und die Kanten nivelliert.
8.  Aus Isomatte (2,5cm dick) wird ein Kreis mit einem Durchmesser von 60cm ausgeschnitten und auf die Pappwabenplatte geklebt.
9. Zwischen die Zurrgurte wird ein Streifen (12 x 40cm) Isomatte (0,8cm dick) geklebt.
10. Um die Schaumstoffkante wird ein mal Klebeband geklebt.



### Material-Liste

Pappwabenplatte, 54 x 54cm, 2cm dick
2x Zurrgurt, 50 x 2,5cm, mit Verschluss
Isomatte, Kreis, AD 60cm, 2,5cm dick*
Isomatte, Ring, AD 58cm, ID 40cm, 0,8cm dick*
Isomatte, 40 x 12cm, 0,8cm dick*
Isomatte, 190 x 4cm, 2,5cm dick*
Pattex
Klebeband, ca. 1,9m
PET-G-Platten (Turnier-Schild) 4x 14x5cm

### POMPFENSHOP-Preise

Bestellnr.	Menge	Preis
M-0061/19	1x	14,00 €
M-0049/12	2x 4,- €	8,00 €
M-0038/12	1x	32,00 €
M-0040/12	1x	20,00 €
M-0044/12	1x	10,00 €
M-0067/22	1x	6,00 €
---		
M-0031/12	50m	12,00 €
M-0063/19	1x	6,00 €

\* Isomatten sind im Pompfenshop schon mit Klebefolie bezogen. Beim Selberbauen werden die Isomatten mit doppelseitigem Klebeband befestigt.  
D = Durchmesser, ID = InnenDurchmesser, WD = WandDicke, RG = RaumGewicht

Alle Preise sind inkl. MwSt. - zzgl. Versandkosten  
pompfenshop.de



Lester Balz  
lester@jawaka.net

Hofeweg 5  
D-02828 Görlitz

Volksbank Raiffeisenbank Niederschlesien eG  
IBAN: DE52 8559 1000 4531 4368 01  
BIC: GENODEF1GR1

03581 4277160  
Jugger.de  
Pompfenshop.de

Für Schäden, die durch den Gebrauch oder den Bau von Pompfen entstehen, wird keine Haftung übernommen. Beim Bau von Pompfen werden Materialien mit gesundheitsschädlichen Inhaltsstoffen verwendet.

# Kette

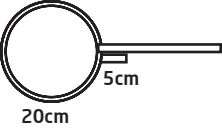
### Arbeitsschritte

1. Um ein 345cm lange Schaumstoffwulst wird eine Lage Klebeband geklebt. Wenn man das in verschiedenen Abschnitten klebt, darauf achten, das die Stücken je 7 - 10 cm überlappend geklebt werden.

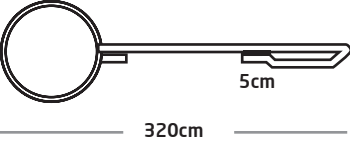
---

2. Die beklebte Wulst wird durch einen 345cm langen Polyamidschlauch gezogen.

---

3.  Ein Ende wird unter einen Kreuzungspunkt des Ballgeschirrs geführt, in eine Schlaufe gelegt und das Ende am Polyamidschlauch fest geklebt.  
20cm  
5cm

---

4.  Am anderen Ende legt man eine Schlaufe, so daß die Gesamtlänge 320cm beträgt und klebt das Ende am Polyamidschlauch fest.  
320cm  
5cm



### Material-Liste

Kettenball D=20cm und Ballgeschirr	M-0085/24	1x	40,00 €
Schaumstoff Rundschnur 13mm Ø, 345cm	M-0086/24	1x	7,50 €
Polyamidschlauch 345cm	M-0088/24	1x	10,00 €
Klebeband, ca. 360cm	M-0031/12	50m	12,00 €
doppelseitiges Klebeband, ca. 10cm	M-0064/19	25m	18,00 €

### POMPFENSHOP-Preise

Bestellnr.	Menge	Preis
M-0085/24	1x	40,00 €
M-0086/24	1x	7,50 €
M-0088/24	1x	10,00 €
M-0031/12	50m	12,00 €
M-0064/19	25m	18,00 €

D = Durchmesser, ID = Innendurchmesser, WD = Wanddicke, RG = Raumgewicht

Alle Preise sind inkl. MwSt. - zzgl. Versandkosten  
pompfenshop.de



Lester Balz  
lester@jawaka.net

Hofeweg 5  
D-02828 Görlitz

Volksbank Raiffeisenbank Niederschlesien eG  
IBAN: DE52 8559 1000 4531 4368 01  
BIC: GENODEF1GR1

03581 4277160  
Jugger.de  
Pompfenshop.de

Für Schäden, die durch den Gebrauch oder den Bau von Pompfen entstehen, wird keine Haftung übernommen.  
Beim Bau von Pompfen werden Materialien mit gesundheitsschädlichen Inhaltsstoffen verwendet.