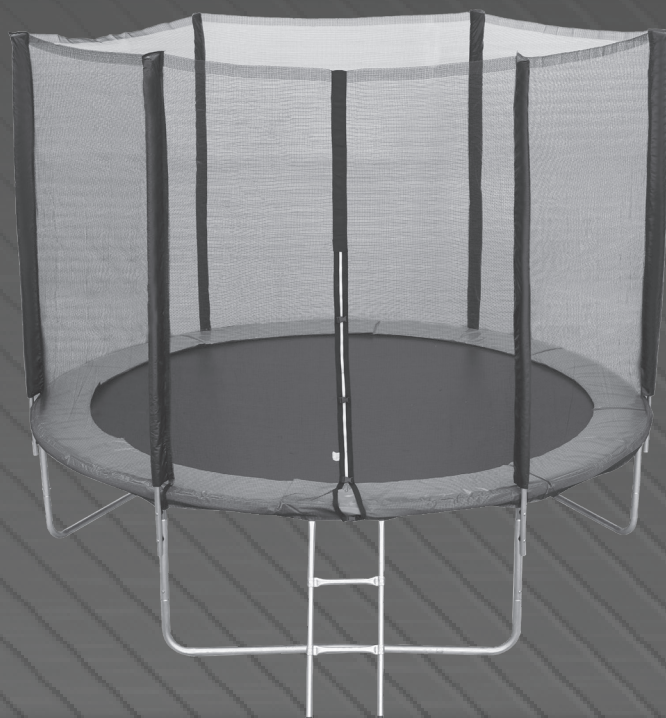


BORMANN®



BSP1086

033400

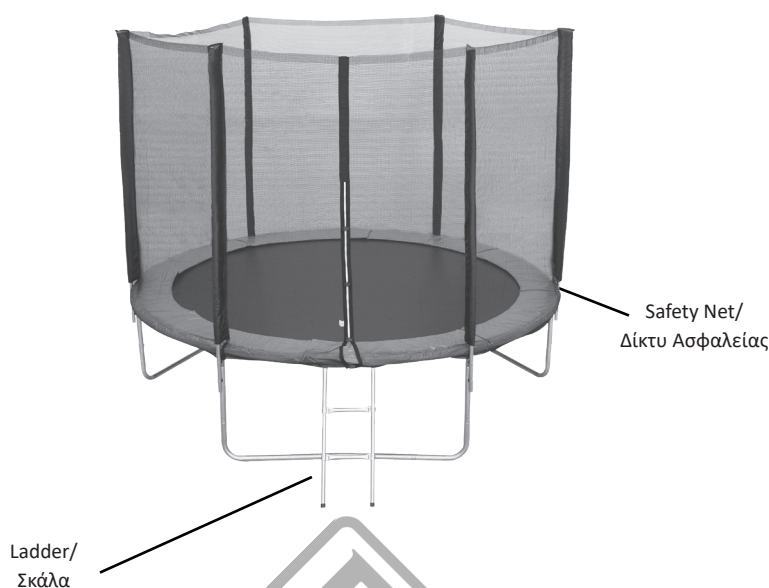
EN FR
IT EL
BG SL
RO HR

v2.2



WWW.NIKOLAOUTOOLS.GR





WARNING: Read these instructions prior to assembling and using this trampoline and trampoline enclosure. Keep this manual so you can refer to it later. This trampoline is meant **ONLY** for children between the age of 3 and 6. The maximum user weight cannot be more than 100 kg. **ADULT ASSEMBLY REQUIRED: CONTAINS SMALL PARTS, SHARP POINTS AND SHARP EDGES.**

CHOKING HAZARD: Never leave the children with no supervision. **SMALL PARTS** are contained. The trampoline **IS NOT SUITABLE** for children of less than 3 years of age.

* The manufacturer reserves the right to make minor changes to product design and technical specifications without prior notice unless these changes significantly affect the performance and safety of the products. The parts described / illustrated in the pages of the manual that you hold in your hands may also concern other models of the manufacturer's product line with similar features and may not be included in the product you just acquired.

* To ensure the safety and reliability of the product and the warranty validity, all repair, inspection or replacement work, including maintenance and special adjustments, must only be carried out by technicians of the authorized service department of the manufacturer.

* Always use the product with the supplied equipment. Operation of the product with non-provided equipment may cause malfunctions or even serious injury or death. The manufacturer and the importer shall not be liable for injuries and damages resulting from the use of non-conforming equipment.

Technical Data

Model	BSP1086
Diameter	2,44 m
Maximum user weight	100 kg
Intended use	Not suitable for children under 36 months
Other Equipment	Ladder & safety net

ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ: Διαβάστε αυτές τις οδηγίες πριν από τη συναρμολόγηση και τη χρήση του τραμπολίνου καθώς και της περίφραξης με δίχτυ ασφαλείας. Κρατήστε το εγχειρίδιο αυτό, ώστε να μπορείτε να ανατρέξετε σε αυτό αργότερα. Το τραμπολίνo προορίζεται **ΜΟΝΟ** για παιδιά ηλικίας μεταξύ των τριών (3) και έξι (6). Το μέγιστο βάρος χρήστη δεν μπορεί να είναι μεγαλύτερο από 100 kg. **ΑΠΑΙΤΕΙΤΑΙ ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ ΑΠΟ ΕΝΗΛΙΚΟΥΣ ΠΕΡΙΕΧΕΙ ΜΙΚΡΑ ΚΟΜΜΑΤΙΑ, ΑΙΧΜΗΡΑ ΣΗΜΕΙΑ ΚΑΙ ΑΙΧΜΗΡΕΣ ΑΚΡΕΣ.**

ΚΙΝΔΥΝΟΣ ΠΝΙΓΜΟΥ: Μην αφήνετε ποτέ τα παιδιά χωρίς επίβλεψη, περιέχονται **ΜΙΚΡΑ ΚΟΜΜΑΤΙΑ**. Το τραμπολίνo **ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ΚΑΤΑΛΛΗΛΟ** για παιδιά ηλικίας κάτω των 3 ετών.

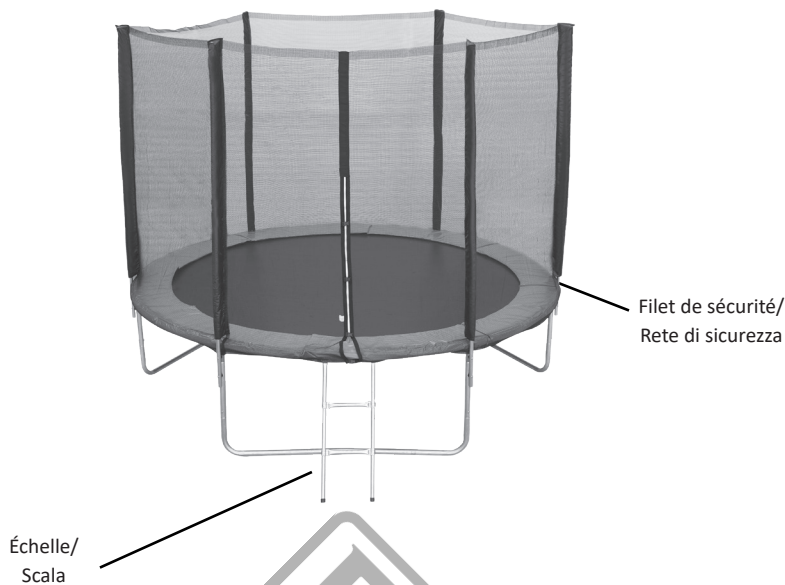
* Ο κατασκευαστής διατηρεί το δικαίωμα να πραγματοποιήσει δευτερεύουσες αλλαγές στο σχεδιασμό του προϊόντος και στα τεχνικά χαρακτηριστικά χωρίς προηγούμενη ειδοποίηση, εκτός εάν οι αλλαγές αυτές επηρεάζουν σημαντικά την απόδοση και λειτουργία ασφαλείας των προϊόντων. Τα εξαρτήματα που περιγράφονται / απεικονίζονται στις σελίδες του εγχειριδίου που κρατάτε στα χέρια σας ενδέχεται να αφορούν και σε άλλα μοντέλα της σειράς προϊόντων του κατασκευαστή, με παρόμοια χαρακτηριστικά, και ενδέχεται να μην περιλαμβάνονται στο προϊόν που μόλις αποκτήσατε.

* Για να διασφαλιστεί η ασφάλεια και η αξιοπιστία του προϊόντος καθώς και η ισχύς της εγγύησης όλες οι εργασίες επιδιόρθωσης, ελέγχου, επισκευής ή αντικατάστασης συμπεριλαμβανομένης της συντήρησης και των ειδικών ρυθμίσεων, πρέπει να εκτελούνται μόνο από τεχνικούς του εξουσιοδοτημένου τμήματος Service του κατασκευαστή.

* Χρησιμοποιείτε πάντα το προϊόν με τον παρεχόμενο εξοπλισμό. Η λειτουργία του προϊόντος με μη-προβλεπόμενο εξοπλισμό ενδέχεται να προκαλέσει βλάβη ή ακόμα και σοβαρό τραυματισμό ή θάνατο. Ο κατασκευαστής και ο εισαγωγέας ουδεμία ευθύνη φέρει για τραυματισμούς και βλάβες που προκύπτουν από την χρήση μη προβλεπόμενου εξοπλισμού.

Τεχνικά Χαρακτηριστικά

Μοντέλο	BSP1086
Διάμετρος	2,44 m
Μέγιστο βάρος χρήστη	100 kg
Προοριζόμενη χρήση	Για παιδιά άνω των 36 μηνών
Πρόσθετος εξοπλισμός	Σκάλα & δίχτυ ασφαλείας



AVERTISSEMENT: Lisez ces instructions avant d'assembler et d'utiliser ce trampoline et son enceinte. Conservez ce manuel pour pouvoir vous y référer ultérieurement. Ce trampoline est destiné **UNIQUEMENT** aux enfants âgés de 3 à 6 ans. Le poids maximum de l'utilisateur ne doit pas dépasser 100 kg. **L'ASSEMBLAGE PAR UN ADULTE EST NÉCESSAIRE: CONTIENT DE PETITES PIÈCES, DES POINTES ET DES BORDS TRANCHANTS.**

RISQUE D'ÉTOUFFEMENT: ne jamais laisser les enfants sans surveillance, le trampoline contient de **PETITES PIÈCES**. Le trampoline ne convient pas aux enfants de moins de 3 ans.

Technical Data

Modèle	BSP1086
Diamètre	2,44 m
Poids maximal de l'utilisateur	100 kg
Utilisation prévue	Ne convient pas aux enfants de moins de 36 mois
Autre équipement	Échelle et filet de sécurité

* Le fabricant se réserve le droit d'apporter des modifications mineures à la conception et aux spécifications techniques des produits sans préavis, à moins que ces modifications n'affectent de manière significative les performances et la sécurité des produits. Les pièces décrites / illustrées dans les pages du manuel que vous tenez entre vos mains peuvent également concerner d'autres modèles de la gamme de produits du fabricant ayant des caractéristiques similaires et peuvent ne pas être incluses dans le produit que vous venez d'acquérir.

* Pour garantir la sécurité et la fiabilité du produit et la validité de la garantie, tous les travaux de réparation, d'inspection ou de remplacement, y compris l'entretien et les réglages spéciaux, doivent être effectués uniquement par des techniciens du service après-vente agréé du fabricant.

* Utilisez toujours le produit avec l'équipement fourni. L'utilisation du produit avec un équipement non fourni peut entraîner des dysfonctionnements, voire des blessures graves ou la mort. Le fabricant et l'importateur ne sont pas responsables des blessures et des dommages résultant de l'utilisation d'un équipement non conforme.

AVVERTENZA: leggere queste istruzioni prima di montare e utilizzare questo trampolino e la relativa copertura. Conservare questo manuale per poterlo consultare in seguito. Questo trampolino è destinato **SOLO** a bambini di età compresa tra i 3 e i 6 anni. Il peso massimo dell'utente non può superare i 100 kg. **È RICHIESTO L'ASSEMBLAGGIO DA PARTE DI UN ADULTO: CONTIENE PICCOLE PARTI, PUNTE TAGLIANTI E SPIGOLI VIVI.**

PERICOLO DI INGESTIONE: non lasciare mai i bambini senza supervisione, sono contenute piccole parti. Il trampolino non è adatto a bambini di età inferiore a 3 anni.

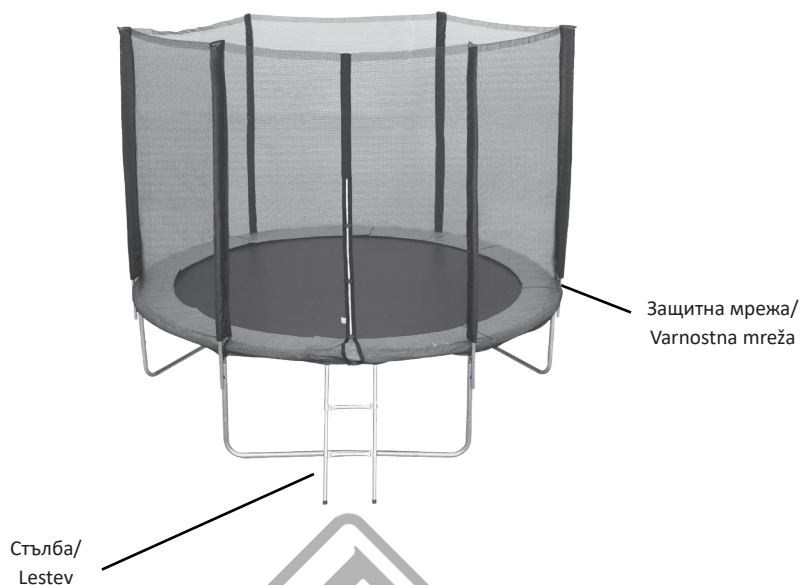
Dati tecnici

Modello	BSP1086
Diametro	2,44 m
Peso massimo dell'utente	100 kg
Uso previsto	Non adatto a bambini di età inferiore a 36 mesi
Altre attrezzature	Scala e rete di sicurezza

* Il produttore si riserva il diritto di apportare modifiche minori al design e alle specifiche tecniche del prodotto senza preavviso, a meno che tali modifiche non influiscano significativamente sulle prestazioni e sulla sicurezza dei prodotti. Le parti descritte/illustrate nelle pagine del manuale che avete tra le mani possono riguardare anche altri modelli della linea di prodotti del produttore con caratteristiche simili e potrebbero non essere incluse nel prodotto appena acquistato.

* Per garantire la sicurezza e l'affidabilità del prodotto e la validità della garanzia, tutti gli interventi di riparazione, ispezione o sostituzione, compresa la manutenzione e le regolazioni speciali, devono essere eseguiti esclusivamente da tecnici del servizio di assistenza autorizzato dal produttore.

* Utilizzare sempre il prodotto con l'attrezzatura fornita. L'utilizzo del prodotto con apparecchiature non in dotazione può causare malfunzionamenti o addirittura lesioni gravi o morte. Il produttore e l'importatore non sono responsabili per lesioni e danni derivanti dall'uso di apparecchiature non conformi.



ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ: Прочетете тези инструкции, преди да сглобите и използвате този батут и заграждение за батут. Съхранявайте това ръководство, за да можете да се обръщате към него по-късно. Този батут е предназначен САМО за деца на възраст между 3 и 6 години. Максималното тегло на потребителя не може да бъде повече от 100 kg. **ИЗИСКВА СЕ СГЛОБЯВАНЕ ОТ ВЪЗРАСТНИ: СЪДЪРЖА МАЛКИ ЧАСТИ, ОСТРИ ТОЧКИ И ОСТРИ РЪБОВЕ.**

Опасност от задушаване: Никога не оставяйте децата без надзор, съдържат се **МАЛКИ ЧАСТИ**. Батутът **НЕ Е ПОДХОДЯЩ** за деца на възраст под 3 години.

Технически Данни

Модел	BSP1086
Диаметър	2,44 m
Максимално тегло на потребителя	100 kg
Предвидена употреба	Не е подходящ за деца на възраст под 36 месеца
Друго оборудване	Стълба и предпазна мрежа

* Производителят си запазва правото да прави незначителни промени в дизайна и техническите спецификации на продуктите без предварително уведомление, освен ако тези промени не засягат значително работата и безопасността на продуктите. Частите, описани/илюстрирани на страниците на ръководството, което държите в ръцете си, може да се отнасят и за други модели от продуктова линия на производителя с подобни характеристики и може да не са включени в току-що придобития от вас продукт.

* За да се гарантира безопасността и надеждността на продукта и валидността на гаранцията, всички работи по ремонт, проверка или замяна, включително поддръжка и специални настройки, трябва да се извършват само от техници от оторизирания сервизен отдел на производителя.

* винаги използвайте продукта с доставеното оборудване. Работата на продукта с оборудване, което не е доставено, може да доведе до неизправности или дори до сериозни наранявания или смърт. Производителят и вносителят не носят отговорност за наранявания и щети, възникнали в резултат на използването на несъответстващо на изискванията оборудване.

OPOZORILO: Pred sestavljanjem in uporabo tega trampolina in ograde za trampolin preberite ta navodila. Ta navodila shranite, da jih boste lahko pozneje uporabili. Ta trampolin je namenjen SAMO otrokom, starim od 3 do 6 let. Največja teža uporabnika ne sme presegati 100 kg. **POTREBNA JE MONTAŽA ODRASLE OSEBE: VSEBUJE MAJHNE DELE, OSTRE TOČKE IN OSTRE ROBOVE.**

NEVARNOST ZA zadušitev: Nikoli ne puščajte otrok brez nadzora, vsebujejo **MALI DELI**. Trampolin **NI UPORABEN** za otroke, mlajše od 3 let.

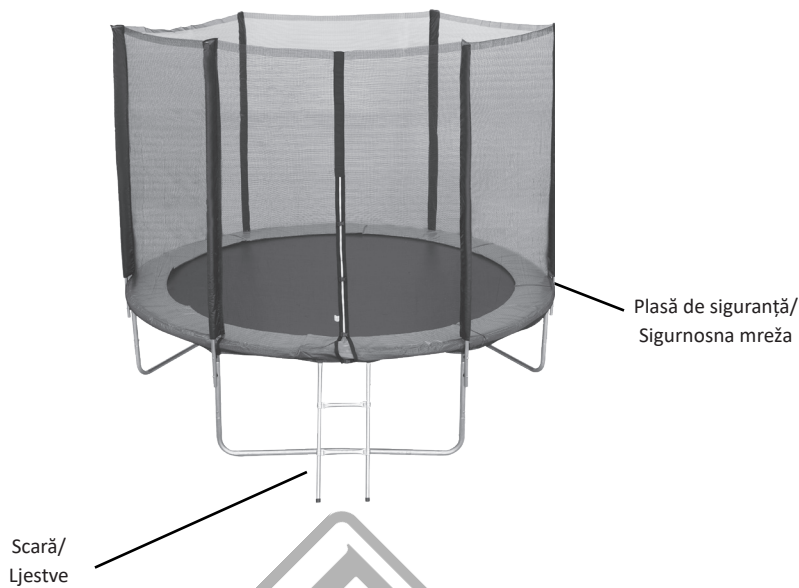
Tehnični podatki

Model	BSP1086
Premer	2,44 m
Največja teža uporabnika	100 kg
Predvidena uporaba	Ni primerno za otroke, mlajše od 36 mesecev
Druge oprema	Lestev in varnostna mreža

* Proizvajalec si pridržuje pravico do manjših sprememb zasnovane in tehničnih specifikacij izdelka brez predhodnega obvestila, razen če te spremembe bistveno vplivajo na delovanje in varnost izdelkov. Deli, opisani/prikazani na straneh priročnika, ki ga držite v rokah, se lahko nanašajo tudi na druge modele proizvajalčeve linije izdelkov s podobnimi lastnostmi in morda niso vključeni v izdelek, ki ste ga pravkar pridobili.

* Da bi zagotovili varnost in zanesljivost izdelka ter veljavnost garancije, smejo vsa popravila, preglede ali zamenjave, vključno z vzdrževanjem in posebnimi nastavitvami, opravljati le tehniki pooblaščenega servisnega oddelka proizvajalca.

* Izdelek vedno uporabljajte s priloženo opremo. Uporaba izdelka z opremo, ki ni priložena, lahko povzroči nepravilno delovanje ali celo hude telesne poškodbe ali smrt. Proizvajalec in uvoznik ne odgovarjata za poškodbe in škodo, ki so posledica uporabe neustrezne opreme.



AVERTISMENT: Citiți aceste instrucțiuni înainte de asamblarea și utilizarea acestei trambuline și a incintei trambulinei. Păstrați acest manual pentru a-l putea consulta ulterior. Această trambulină este destinată NUMAI copiilor cu vârsta cuprinsă între 3 și 6 ani. Greutatea maximă a utilizatorului nu poate fi mai mare de 100 kg. **ESTE NECESARĂ ASAMBLAREA DE CĂTRE UN ADULT: CONȚINE PIESE MICI, VÂRFURI ASCUȚITE ȘI MUCHII ASCUȚITE.**

PERICOL DE ASFECTAȚIE: Nu lăsați niciodată copiii fără supraveghere, sunt conținute **PIESE MICI**. Trambulina **NU ESTE APTĂ** pentru copii cu vârsta mai mică de 3 ani.

Date tehnice

Model	BSP1086
Diametru	2,44 m
Greutatea maximă a utilizatorului	100 kg
Utilizare preconizată	Nu este potrivit pentru copiii sub 36 de luni
Alte echipamente	Scară și plasă de siguranță

* Producătorul își rezervă dreptul de a aduce modificări minore la designul și specificațiile tehnice ale produsului fără notificare prealabilă, cu excepția cazului în care aceste modificări afectează în mod semnificativ performanța și siguranța produselor. Piese descrise / ilustrate în paginile manualului pe care îl țineți în mâini pot viza și alte modele din linia de produse ale producătorului cu caracteristici similare și pot să nu fie incluse în produsul pe care tocmai l-ați achiziționat.

* Pentru a asigura siguranța și fiabilitatea produsului, precum și valabilitatea garanției, toate lucrările de reparații, inspecții sau înlocuiri, inclusiv întreținerea și reglajele speciale, trebuie să fie efectuate numai de către tehnicienii ai departamentului de service autorizat al producătorului.

* Utilizați întotdeauna produsul cu echipamentul furnizat. Utilizarea produsului cu echipamente care nu sunt furnizate poate cauza defecțiuni sau chiar vătămări grave sau chiar moartea. Producătorul și importatorul nu sunt răspunzători pentru vătămările și daunele rezultate din utilizarea unui echipament neconform.

UPOZORENJE: Pročitajte ove upute prije sastavljanja i korištenja ovog kućišta trampolina i trampolina. Zadržite ovaj priručnik kako biste ga kasnije mogli pogledati. Ovaj trampolin namijenjen je SAMO djeci u dobi od 3 do 6 godina. Maksimalna korisnička težina ne može biti veća od 100 kg. **POTREBNA MONTAŽA ZA ODRASLE: SADRŽI MALE DIJELOVE, OŠTRE TOČKE I OŠTRE RUBOVE.**

OPASNOST OD GUŠENJA: Nikada ne ostavljajte djecu bez nadzora, **MALI DIJELOVI** su sadržani. Trampolin **NIJE PRIKLADAN** za djecu mlađu od 3 godine.

Tehnički Podaci

Model	BSP1086
Promjer	2,44 m
Maksimalna korisnička težina	100 kg
Namjena	Nije prikladno za djecu mlađu od 36 mjeseci
Ostala oprema	Ljestve i sigurnosna mreža

* Proizvođač zadržava pravo na manje izmjene u dizajnu proizvoda i tehničkim specifikacijama bez prethodne najave, osim ako te promjene značajno utječu na performanse i sigurnost proizvoda. Dijelovi opisani / ilustrirani na stranicama priručnika koje držite u rukama također se mogu odnositi na druge modele proizvođačeve linije proizvoda sa sličnim značajkama i možda neće biti uključeni u proizvod koji ste upravo nabavili.

* Kako bi se osigurala sigurnost i pouzdanost proizvoda i valjanost jamstva, sve popravke, inspeksijske ili zamjenske radove, uključujući održavanje i posebne prilagodbe, smiju obavljati samo tehničari ovlaštenog servisnog odjela proizvođača.

* Uvijek koristite proizvod s isporučenom opremom. Rad proizvoda s neiskorištenom opremom može uzrokovati kvarove ili čak ozbiljne ozljede ili smrt. Proizvođač i uvoznik nisu odgovorni za ozljede i štete nastale uporabom nesukladne opreme.

EN Trampoline Assembly: Please see page 12 (EN) for the relevant assembly instructions.

GR συναρμολόγηση Τραμπολίνου: Ανατρέξτε στη σελίδα 19 (GR) για τις σχετικές οδηγίες συναρμολόγησης.

FR Assemblage du trampoline: Voir page 26 (FR) pour les instructions de montage correspondantes.

IT Montaggio del trampolino: Per le istruzioni di montaggio, vedere pagina 33 (IT).

BG Сглобяване на батута: Моля, вижте страница 40 (BG) за съответните инструкции за монтаж.

SL Sestava trampolina: Za ustrezna navodila za montažo glejte stran 47 (SL).

RO Adunarea trambulinei: Vă rugăm să consultați pagina 54 (RO) pentru instrucțiunile de asamblare relevante.

HR Sklop trampolina: Pogledajte stranicu 61 (HR) za odgovarajuće upute za montažu.

1



2



3



4



5



6



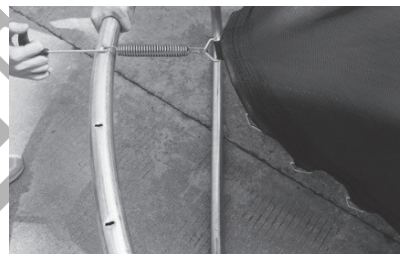
7



8



9



10



11



12



13



14



EN Safety Enclosure Assembly: Please see page 13 (EN) for the relevant assembly instructions.

GR Συναρμολόγηση Περίφραξης Ασφαλείας: Δείτε την σελίδα 20 (GR) για τις σχετικές οδηγίες συναρμολόγησης.

FR Assemblage de l'enceinte de sécurité: Voir page 27 (FR) pour les instructions de montage correspondantes.

IT Montaggio dell'involucro di sicurezza: Per le istruzioni di montaggio, vedere pagina 34 (IT).

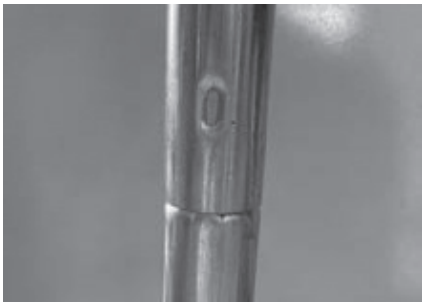
BG Сглобяване на предпазния кожух: Моля, вижте страница 41 (BG) за съответните инструкции за монтаж.

SL Sestava varnostnega ohišja: Za ustrezna navodila za montažo glejte stran 48 (SL).

RO Ansamblul carcasei de siguranță: Vă rugăm să consultați pagina 55 (RO) pentru instrucțiunile de asamblare relevante.

HR Sklop sigurnosnog kućišta: Pogledajte stranicu 62 (HR) za odgovarajuće upute za montažu.

I.



II.



III.



IV.



V.



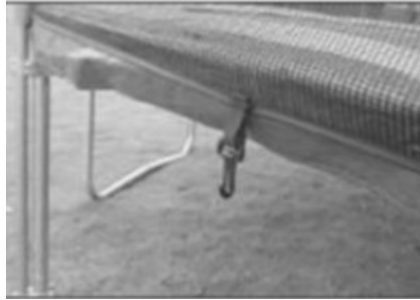
VI.



VII.



VIII.



IX.



X.



XI.



XII.



INTRODUCTION

WARNING: The use of the trampoline is taken at your own risk! The operator is responsible for the good condition of the trampoline!

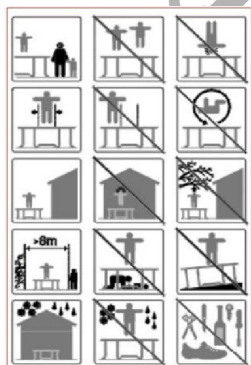
Before beginning to use this trampoline, you must read this manual. Just like any other type of physical recreational activities, participants can be injured. To reduce the risk of injury follow the appropriate safety rules and tips.

1. This manual is a part of the product. Keep this manual for future reference. In case of giving the product to another person, always give this manual as well.
2. Misuse and abuse of this trampoline is dangerous and can cause serious injury or death!
3. Trampolines are rebounding devices which propel the performer to unaccustomed heights through a variety of movements. So always be cautious when playing on a trampoline.
4. Always inspect the trampoline before each use. Make sure all parts are present.
5. Proper assembly, care and maintenance, safety tips, warnings, and proper techniques in jumping and bouncing are included in this manual. All users and supervisors must read and familiarize themselves with these instructions. Beware of physical limitations and only perform jumps and bounces corresponding to your own abilities.

Before starting training seek doctor advice if trampoline jumping is suitable for you.

Initially, you should get accustomed to the feel and bounce of the trampoline. The focus must be on your body position and you should practice each fundamental bounce until you can do each skill with bounce before moving on to more difficult and advanced bounces. Do not bounce recklessly on the trampoline, emphasis must be given on good control and mastering of various bounce techniques.

No more than one person is allowed on the trampoline! Multiple jumpers increase the risk of injury resulting from min-air collisions.



No more than one person is allowed on the trampoline! Multiple jumpers increase the risk of injury resulting from min-air collisions.



Do not perform somersaults (flops) as this will increase the chances of landing on your head or neck. Paralysis or even death can result.



1. TRAMPOLINE GUIDELINES

1. GENERAL INSTRUCTIONS

1.1 PURPOSE

The product is intended for domestic use only and it not suitable for professional or medical uses. The maximum body weight is 100 kg. Overloading the trampoline above the recommended weight will cause damage to the trampoline.

1.2. DANGER FOR CHILDREN

This trampoline is a toy. Do not let unsupervised children near this product. Follow the necessary safety precautions and supervise all trampoline activities. The packaging material is not suitable for children, dispose the packaging materials properly. There is danger of suffocation. Trampolines over 51 cm (20 inches) in height are not recommended for children under 3 years of age. Children cannot recognize potential dangers from this product. Keep children away from this product. Store the product away from children and pets.

1.3. ATTENTION – PRODUCT DAMAGES

Do not alter the product. Use only original spare parts. Repairs should only be performed by qualified technicians. Improper repairs can compromise the safety of the trampoline. Use this product only as described in this manual. Protect the product against humidity and high temperatures.

Note: always check the suitability in order to use of this product, for example checking for parts that can be damaged.

1.4. ADVICE FOR THE ASSEMBLY

- The assembly of the product must be done carefully by at least two capable adults. If there is any doubt, ask a technically qualified person.
- Before you start assembling the trampoline, read all the instructions in this manual.
- Remove all packaging materials and lay down all parts on a free space. This gives you an overview and simplifies the assembly procedure.
- Check with the parts list that no parts are missing. Dispose the packaging material when the assembly is complete.
- When using tools or doing technical work, there is always a risk of injury. Assemble the product carefully.
- Create a secure environment. Do not let tools around the work space.
- Store the packaging material properly. Foils and plastic bags are dangerous for children (danger of suffocation).

- After installing the product, make sure that all screws, bolts and nuts are correctly installed and tightened and that all joints are tightly fixed.
- A clearance space of at least 9 m is necessary around the trampoline. An appropriated clearance must be kept between the trampoline and possible dangerous sources, such as electric cables, tree branched, playing devices, swimming pools and fences.
- The trampoline must be set up properly before use.
- Never set up the trampoline in rainy, windy or stormy conditions, especially lightning conditions. It is recommended to unassemble and store the trampoline in bad weather conditions.
- The metal frame of the trampoline will conduct electricity or lightnings. Extension cords and other electrical equipment must be kept away.
- The trampoline must always be used in a well-lit area.
- Do not place any objects under the trampoline.
- Other leisure devices should be kept away from the trampoline.
- When assembling or disassembling, use protective gloves.

1.5. ADDITIONAL TIPS

- For additional stability you can place sand bags on the trampoline legs. This will prevent the trampoline from tipping over.
- Do not use during pregnancy.
- Do not use when suffering from high blood pressure.
- Jump with bare feet. Wearing shoes will damage the jumping mat.
- Do not smoke when using the trampoline.
- Do not leave any objects on the trampoline.
- Do not use the trampoline under the influence of alcohol or drugs.
- Place trampoline on level ground, preferably on grass. Locating the trampoline on hard surface will add stress to the frame and overtime will cause damage. Placing the trampoline on an uneven surface may result the trampoline to tip over.
- Do not expose the trampoline to open flames.
- Secure the trampoline against unauthorized use.
- Do not use if the trampoline is wet.
- Trampoline should be tied down with anchors during windy conditions or dismantled and stored away.

ADDITIONAL NOTES

WARNING

1. Ensure that the safety enclosure net zipper is 100% closed and all three entrance hooks are re-hooked before jumping.
2. Do not intentionally jump into the safety net; it is designed to stop persons from falling off the trampoline. Intentional jumping into the safety net may cause the trampoline to tip over, or may damage the net.

2. SAFETY INSTRUCTIONS FOR TRAMPOLINES

WARNING

Supervision by an adult is required. Not suitable for children under 3 years old. There is a choking hazard, because of small parts, sharp points and edges. Only one user at a time, there is a danger of collision. No somersaults or other difficult jumps. Trampoline is only for outdoor use. Do not carry any items before boarding. Take off your shoes. Do not use if the jumping mat is wet. Always jump in the middle of the jumping mat. Exit carefully. Rest after 20mins of use. Do not eat while jumping.

- Do not bury the trampoline in the ground.
- All users need a supervisor, regardless age and experience of the users.
- The safety instructions of the trampoline should always be followed.
- Somersaults must be avoided. Incorrect landing on the trampoline can lead to injuries, paralysis or even death.
- Only one person should use the trampoline at a time. Multiple users on the trampoline will increase the risk of collision.
- The trampoline has to be examined for damaged, wearing or defective parts before use, as it can impair the overall safety of the trampoline. The damaged wearing or defective parts should be replaced immediately. In the meantime the trampoline must be restricted from access.
- Clothes with hooks or detachable parts are not suggested on the trampoline.
- The trampoline must be set up only on a flat ground and non-slippery surfaces.
- In strong wind situations, the trampoline must be moved to a protected place, disassembled, or fastened to the ground with cords and herrings. At least three anchorages are necessary. It is not enough to anchor the pennants in the ground as they can tear out of the patch cords.
- Try to avoid moving the assembled trampoline, because it could bend during transportation. If it is necessary to move the trampoline, consider the following: at least four people must be evenly spaced around the frame to lift the trampoline off the ground. The trampoline must be carried horizontally, and if the frame shifts position use four people to draw the trampoline in shape.
- Trampoline are jumping devices, enabling the user to jump to unusual heights as well as into a multiplicity of body movements. Incorrect landing, hitting the frame or covering pads can lead to injury.

- Users should be familiar with the manual. This manual contains assembly instructions and recommendations for servicing and maintenance of the trampoline, in order to ensure a safe and fun use of the trampoline.
- The owner has the responsibility to supervise and guarantee that all users of the trampoline are informed sufficient space around it as a safety precaution.
- Never use it near water and keep sufficient space around it as a safety precaution.
- Beware of moving parts, which could catch your arms and legs. Do not stick any foreign objects into the trampoline.
- Do not allow anyone or any object to go under the trampoline whilst someone is jumping on the mat. The jumping mat is flexible and the downwards force can cause serious injury to a person.
- Implement all safety rules and make yourselves familiar with the information in the user manual.
- The trampoline can be only used, if the jumping mat is clean and dry. Worn or damaged jumping mats should immediately be replaced.
- Dangerous objects should be removed from the area.
- Avoid unauthorized and unsupervised use of the trampoline.
- Do not use the trampoline under the influence of alcohol or drugs (incl. medicines).
- Learn the fundamental jumping techniques thoroughly, before trying difficult jumps. For more information, see section-fundamental bounce techniques.
- Climb on the trampoline. Do not jump on it directly. Do not use the trampoline as jump board for other articles. For more information, see section-accident categories: mounting and dismounting.
- For further information or exercise documents, you can turn to a trained trampoline teacher.
- In winter, the snow load and the very low temperature can damage the trampoline. It is recommended to remove the snow and store the mat and the enclosure indoor. Always check the trampoline before each use.
- Self-locking nuts and bolts must be replaced after 1 year.
- The safety net should also be replaced after 1 year.

Possible accident causes

Somersaults:

Somersaults must be avoided. Incorrect landing on the trampoline can lead to injuries, particularly to the back, neck or head, including paralysis or even death. The user can also be injured by landing on the trampoline in an uncontrolled manner.

Multiple users:

The risk of injuries is raised if several persons jump on the trampoline simultaneously and lose control of their bounces. The jumper can collide with each other, land improperly or fall off the trampoline. Usually, the smallest or lightest person can be injured.

Ascending and descending:

Always ascend and descend carefully. Do not pull yourselves at the protection mat, do not march on the springs and do not jump on the trampoline from any higher place such as ladder, roof or terrace. Do not jump off the trampoline regardless the nature of the ground around the trampoline. Small children possible need help with ascending and descending the trampoline. Do not stand on the protection mat. When descending the trampoline move to rim of the bounce mat, bend forward and hold on the frame. Then step on the ground or ladder.

Frame and springs:

When bouncing on the trampoline keep to the center of the bounce mat in order to reduce the risk to be injured by landing on the frame or the springs. The springs and the frame must always be completely covered by the protection mat. Avoid stepping on the protection mat as it is not designed to be stepped on.

Loss of control:

Losing control of the bounce can result in injuries by an improper landing on the bounce mat, the frame or the springs or by falling off the trampoline. A controlled bounce is characterized by the fact that the person lands on the same place as he or she had jumped off. Learn the fundamental jumping techniques thoroughly before trying difficult jumps. The risk of injury is increased by fatigue of the person jumping or by affecting a bounce which is beyond the persons bouncing ability. Control can be regained by pulling the knees completely towards the body while landing.

Drugs and alcohol:

The risk of injury is increased under the influence of drugs and alcohol, as these substances will impair the reaction time, the judgment, the stereoscopic vision, the overall coordination and motor function of a person.

Foreign objects:

Do not use the trampoline if there are pets, other persons or objects beneath the trampoline. Do not hold any objects while jumping on the trampoline and do not place any objects on the trampoline while a person is jumping. Remove all branches, cables etc. which are above the trampoline.

Poor maintenance:

Poor maintenance of the trampoline raises the risk of injury. Check the trampoline for torn or worn bounce mats and protection mats, a bent frame or missing parts, loose or broken springs and the overall stability of the trampoline. Check the trampoline before each use and replace all missing parts immediately. The trampoline must not be used before it is completely repaired.

Poor weather conditions:

Only use the trampoline in good weather conditions. A wet bouncing mat is slippery. The person jumping can lose control when jumping in strong winds conditions.

Unlimited access to the trampoline:

Please store the ladder at a secure place when the trampoline is out of use in order to prevent children from an unsupervised access to the trampoline.

Accident prevention:

The user's role with accident prevention:

Basic knowledge of the trampoline is indispensable for security. All users of the trampoline must have been familiarized with the basic bounce and landing techniques before passing over to more sophisticated bounces. The user effects a controlled bounce when he jumps off and lands at the same place. For further details see paragraph "Basic bouncing techniques". For further information please contact a skilled trampoline coach.

The supervisor's role:

The supervising person must know all safety instructions and is responsible for their observance. If no appropriate supervision is possible the trampoline has to be dismantled and to be stored at a secure place. It has to be covered by a tarpaulin which is secured by a chain and a lock. The supervising person has to make sure that the users observe the safety instructions and the information sign is placed on the trampoline.

3. IMPORTANT INSTRUCTION FOR USE

The trampoline must only be used supervised, regardless of the bouncing abilities and the age of the user. The person jumping has to master all basic bouncing techniques (see paragraph "basic bouncing techniques"). The emphasis must be put on a controlled bouncing. The person jumping must not try to outdo another person. Do not bounce too long. Fatigue can increase the risk of injury. The user should wear appropriate clothing such as T-shirts, trunks and trainers with soft soles or jump barefoot.

We recommend that beginners wear long trunks and tops with long sleeves in order to prevent abrasions.

Please refer to the paragraph "ascending and descending" in paragraph "accident prevention". Do not exert difficult bounces without being supervised by a skilled trampoline coach. Begin with easy bounce putting an emphasis on the bouncing technique rather than on the bouncing height. Never jump on the trampoline alone and unattended. See paragraph "basic bouncing techniques".

4. ASSEMBLING THE TRAMPOLINE

A clearance space of at least 9 m is necessary above the trampoline. An appropriated clearance must be kept between the trampoline and possible sources of danger, such as electric cables, tree branches, playing devices, swimming pools and fences. The trampoline must not be placed on hard surface such as asphalt, concrete etc. Please make sure that:

- The trampoline has been placed on an even, solid and non-skid surface.
- The place is well lit.
- No disturbing objects are next to the trampoline.

5. MAINTENANCE

In order to maintain the safety standard of the trampoline it has to be checked regularly. Defective parts such as connecting devices have to be replaced immediately. The trampoline must not be used before it has been completely repaired.

The trampolines are galvanized. Despite the galvanization there might be rust-streaked place at the connector points or under the protection covers. In order to avoid rust please lubricate the frame holes and the connecting devices regularly with petroleum jelly or another appropriate lubricant. This will increase the durability of the frame.

Regular maintenance is required. To neglect a regular maintenance can endanger the user. Observe the following instructions. It is particularly important that you follow the beginning of each season and periodically during the use season, the maintenance instructions.

- Check all nuts and bolts for tightness and tighten if necessary after this.
- Check that the ends of all springs are still intact and cannot come loose during use.
- Check all covering for bolts and sharp edges. Replace them if necessary.
- Do not make any changes on the trampoline. Use only original spare parts. Repairs should be performed only by qualified persons. Improper repairs may put the safety of the trampoline in danger. Use this product only as described in this manual.
- A poorly maintained trampoline increases the risk of injury. Check for torn or worn mats and cover mats, frame bent or missing parts, loose or broken springs, and overall stability of the trampoline. Before each use, the trampoline should be inspected. Worn or damaged parts must be replaced immediately. The trampoline must not be used until full recovery.
- If self-locking nuts or bolts are used, make sure that they are suitable only for single use and must be replaced.

6. CLEANING

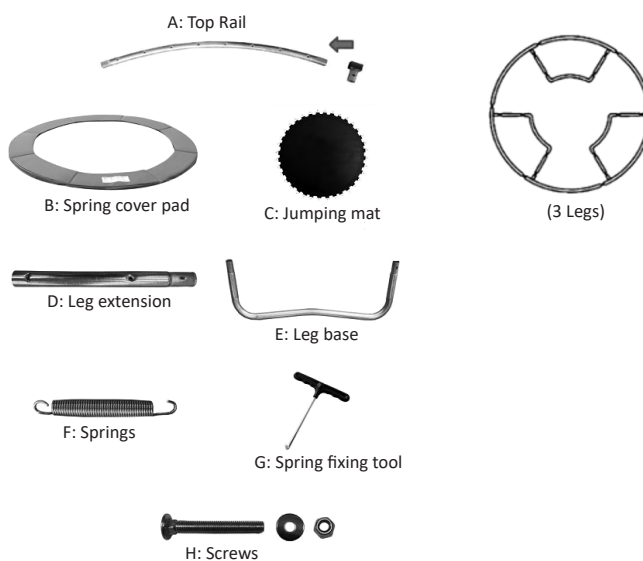
Wipe the trampoline with a soft cloth. Do not use an abrasive or other chemical detergent.

7. PACKING

This trampoline is protected against transport damaged by an appropriate package. Most of the packing material is recyclable. This product should be disposed of in an appropriate way.

8. TRAMPOLINE PARTS LIST

ITEM	Model	8FT (Number)
A	Top Rail	6
B	Spring Cover Pad	1
C	Jumping Mat	1
D	Leg Extension	0
E	Leg Base	3
F	Springs	36
G	Spring Fixing Tool	1
H	Screw	0



9. TRAMPOLINE ASSEMBLY

Please refer to TRAMPOLINE PARTS LIST for identification of parts (chapter 8).

WARNING:

Two adults in good physical condition are required for the following assembly. For your safety, you should wear proper shoes and clothing. Failure to follow these instructions and warnings may result in injury.

NOTE:

Picture may vary slightly with different trampoline models.

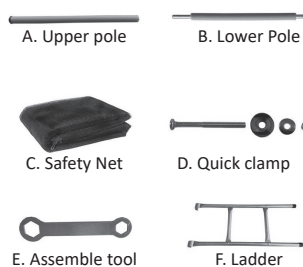
TRAMPOLINE ASSEMBLY PROCEDURE

(follow the figures in page 6)

- Lay out all the trampoline parts in groups, shown above.
- Attach the leg extensions to a leg base and secure together with the screws. Repeat for all leg supports.
- Attach all the top rails to form a large circle. Joining the last link may require two people. The second person should hold the opposite side, while you bring both ends of the circle together.
- Attach the all leg supports you assembled in STEP 2 to the top frame.
- Attach the leg support to the top frame and tightly secure together with the screws.
- At this stage the trampoline should be like the picture in Fig. 6.
- With stitching portion facing down lay jumping mat inside frame and attach a spring into one of the triangle rings on the mat. Then attached the other end of the spring to the frame.
- Repeat STEP 7 directly across from where you attach the first spring. Then attach two more springs half distance between the first two springs, directly across from each other. This will ensure that equal tension is distributed between the springs.
- Repeat process for the remaining springs. Use the spring tool, as shown above. Warning: During spring assembly, be careful where you place your hands other parts of your body as connector points.
- Springs under heavy tension may require adjacent springs to be attached at every four or five holes. So the spring tension is distributed equally.
- Attach the remaining springs until all springs are attached onto the frame.
- Lay the cover pads on the outer edge so the springs are covered.
- Attach all the cover pad's strings onto the springs.
- Proceed to Testing the Trampoline section of this manual before jumping on the trampoline.

10. SAFETY ENCLOSURE PARTS LIST

ITEM	Model	8FT (Number)
A	Upper Pole	6
B	Lower Pole	6
C	Safety Net	1
D	Quick Clamp	12
E	Assemble Tool	1
F	Ladder	1



11. SAFETY ENCLOSURE ASSEMBLY

- I. Insert the lower pole into the upper pole, repeat for all poles.
- II. Place the safety enclosure mesh on trampoline tidily, as shown above, ready for the next step.
- III. Slide the enclosure poles you assembled into the safety enclosure mesh poles jacket (Fig.II, page 7)
- IV. Repeat STEP 3 for all the enclosure poles, make sure you insert the poles firmly into the jacket.
- V. You may need another person to hold the enclosure pole in place while you clamp the pole to leg supports in the next step.
- VI. Use the quick clamp to secure the enclosure pole to the hole of the leg extension and the hole of T bar.
- VII. Repeat STEP 5 to STEP 6 for the remaining poles.
- VIII. Safety enclosure hooks when released should look like the figure VIII, page 7.
- IX. Attach the hooks to the nearest triangle ring of the mat, if you find it difficult to attach the hooks to the triangle rings follow the instructions of Fig X.
- X. Attach the hooks to the ring portion of the spring.
- XI. Zip the entrance close, and fasten all the entrance hooks. Supervisors must re-zip and re-hook all the entrance hooks securely before jumping begins.
- XII. Your trampoline now looks like the one in Fig. XII. Proceed to testing the trampoline section of this manual before jumping on the trampoline. **For disassembly, please follow the assembly instructions in reverse order.**

12. TESTING THE TRAMPOLINE

After assembling the trampoline, it is important that you perform the following safety checks:

Trampoline safety checks:

1. Check with a screwdriver, to ensure that all screws are tightened.
2. Check under the trampoline to make sure that all springs of the frame are hooked up to the jumping mat.
3. Move the trampoline around and check the stability of the frame. The floor must be level.
4. Using your two hands put your body weight on one section of the trampoline and release to check that the floor is even.
5. Make sure that the springs and the frame are completely covered by cover mats and the cover mat is secured with belts securely.

Enclosure net safety checks:

1. Hold onto pole net jacked and check that all the enclosure poles are sturdy by shaking it.
2. Check the enclosure net and jacket for any tearing in the stitching or material.
3. Check the enclosure net zipper and entrance hooks function properly.
4. Check suspended below that trampoline in the triangular-eyelets.
5. Check whether all hooks are in the triangular-eyelets of the trampoline.

Once all the checks are performed, the final overall stability of the trampoline must be assessed by an adult.

13. FUNDAMENTAL BOUNCES TECHNIQUES

(CORRECT USE OF TRAMPOLINE)

Since the danger of injury is very high for inexperienced jumpers, it is important that they learn the basic jumping techniques.

THE BASE BOUNCE

1. Start from a standing position, feet shoulder width apart with head and eyes on the mat.
2. Swing your arms forward and up and around in a circular motion.
3. Bring feet together while in mid-air and point toes downward.
4. Keeping feet should width apart when landing on mat.



THE BRAKING MANOEUVRE

1. Occasionally control may be lost if the jump and bounce are wild. Performing the braking manoeuvre will allow the user to regain control of the jump and balance.
2. Start with a basic bounce.
3. When landing bend knees sharply and this will allow to stop jumping.



THE HANDS AND KNEES BOUNCE

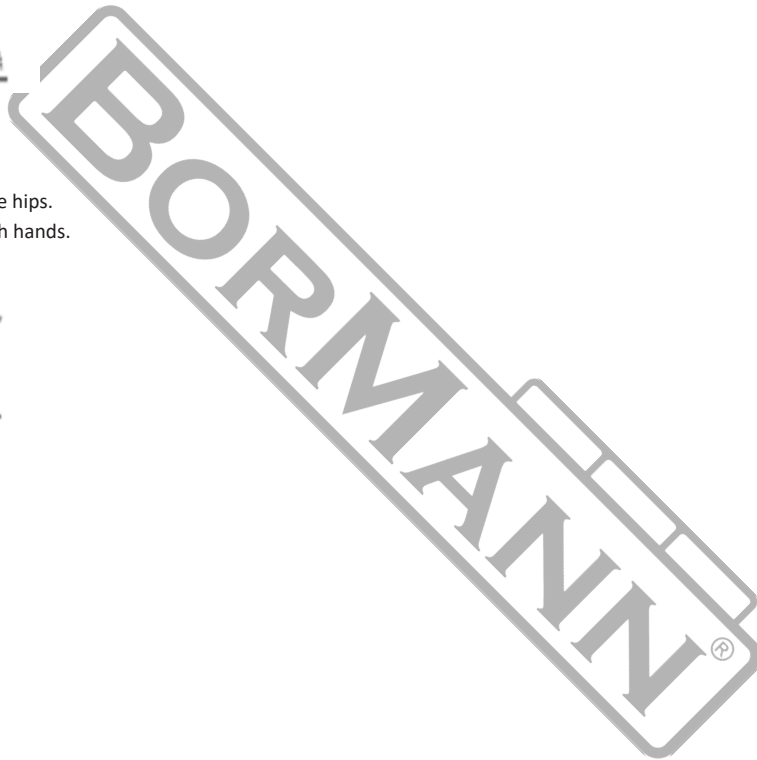
1. Start with a low controlled basic bounce.
2. Land on hands and knees keeping the back straight.
3. Emphasis should be directed at a good four-point landing and not on jumping height.

**KNEE BOUNCE**

1. Start with a low controlled basic bounce.
2. Land on knees keeping back straight. Body erects and uses arms to maintain balance.
3. Bounce back to the basic bounce position by swinging arms up.

**SEAT BOUNCE**

1. Land in a flat sitting position.
2. Hands should be on mat beside hips.
3. Return to erect by pushing with hands.



ΕΙΣΑΓΩΓΗ

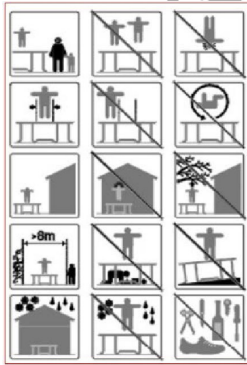
ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ: Χρησιμοποιείτε το τραμπολίνο με δική σας ευθύνη! Ο χρήστης είναι υπεύθυνος για την καλή κατάσταση του τραμπολίνου.

Πριν αρχίσετε να χρησιμοποιείτε το τραμπολίνο, πρέπει να διαβάσετε όλες τις πληροφορίες που εμπεριέχονται στο εγχειρίδιο χρήσης. Ακριβώς όπως σε κάθε άλλο είδος σωματικών δραστηριοτήτων αναψυχής, οι χρήστες μπορεί να τραυματιστούν. Για να μειώσετε τον κίνδυνο τραυματισμού βεβαιωθείτε ότι ακολουθείτε τους κατάλληλους κανόνες ασφαλείας και συμβουλές.

1. Αυτό το εγχειρίδιο αποτελεί μέρος του προϊόντος. Επομένως, κρατήστε αυτό το εγχειρίδιο για μελλοντική αναφορά. Σε περίπτωση που θέλετε να παραχωρήσετε το προϊόν σε άλλον χρήστη, παρακαλούμε να παραχωρείτε μαζί με το προϊόν και το εγχειρίδιο αυτό.
2. Κακή χρήση ή/και κατάχρηση του τραμπολίνου είναι επικίνδυνη και μπορεί να προκαλέσει σοβαρό τραυματισμό ή ΘΑΝΑΤΟ!
3. Τα τραμπολίνο είναι διατάξεις αναπήδησης οι οποίες ωθούν τον χρήστη σε ασυνήθη ύψη δια μέσου μιας πληθώρας κινήσεων. Να είστε πάντοτε προσεκτικοί όταν χρησιμοποιείτε ένα τραμπολίνο.
4. Πάντοτε επιθεωρείτε το τραμπολίνο πριν από κάθε χρήση. Βεβαιωθείτε ότι δεν λείπει κάποιο εξάρτημα.
5. Η σωστή συναρμολόγηση, η φροντίδα και η συντήρηση του προϊόντος, οι συμβουλές ασφαλείας, οι προειδοποιήσεις και οι κατάλληλες τεχνικές άλματος και αναπήδησης περιλαμβάνονται σε αυτό το εγχειρίδιο. Όλοι οι χρήστες και οι επόπτες τους πρέπει να διαβάσουν και να εξοικειωθούν με αυτές τις οδηγίες. Όσοι επιλέξουν να χρησιμοποιήσουν το τραμπολίνο πρέπει να γνωρίζουν τους φυσικούς τους περιορισμούς και να εκτελούν μόνο άλματα και αναπήδησεις που αντιστοιχούν στις ικανότητές τους.

Πριν αρχίσετε την εξάσκηση ή το παιχνίδι συμβουλευτείτε ιατρό προκειμένου να σας διαβεβαιώσει ότι η ενασχόληση με το τραμπολίνο (άλματα κ.λπ.) είναι αρμόζουσα για εσάς.

Αρχικά, θα πρέπει να συνηθίσετε στην αίσθηση και στην αναπήδηση στο τραμπολίνο. Προσέξτε ιδιαίτερως τη θέση του σώματός σας. Θα πρέπει να κάνετε εξάσκηση σε κάθε βασική/βασικό αναπήδηση/άλμα μέχρι να μπορείτε να κάνετε το κάθε άλμα πριν προχωρήσετε σε περισσότερο δύσκολα άλματα και αναπήδησεις. Μην αναπηδάτε απερίσκεπτα στο τραμπολίνο, πρέπει να δοθεί έμφαση στον καλό έλεγχο και την πλήρη εκμάθηση διαφόρων τεχνικών αναπήδησης.



Δεν επιτρέπονται περισσότερα από ΕΝΑ ΑΤΟΜΟ στο τραμπολίνο! Η χρήση από πολλαπλούς χρήστες αυξάνει τον κίνδυνο τραυματισμού που προκύπτουν από συγκρούσεις στον αέρα (κατά το άλμα).

Μην κάνετε ακροβατικές φιγούρες (τούμπες) καθώς αυτό αυξάνει την πιθανότητα να προσγειωθείτε με το κεφάλι ή τον λαιμό, με ενδεχόμενο κίνδυνο τραυματισμού, παράλυσης, ή ακόμη και ΘΑΝΑΤΟΥ.



1. ΓΕΝΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΧΡΗΣΗΣ ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ

1. ΓΕΝΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ

1.1 ΣΚΟΠΟΣ

Το προϊόν προορίζεται για οικιακή χρήση μόνο και δεν είναι κατάλληλο για επαγγελματική ή ιατρική χρήση. Το μέγιστο βάρος σώματος φαίνεται στα τεχνικά χαρακτηριστικά (100 kg). Η υπερφόρτωση του τραμπολίνου πέραν του συνιστώμενου βάρους χρήστη θα προκαλέσει ανεπανόρθωτη ζημία στο τραμπολίνο.

1.2. ΚΙΝΔΥΝΟΣ ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ

Το τραμπολίνο αυτό είναι ένα παιχνίδι. Μην αφήνετε παιδιά χωρίς επιτήρηση κοντά στο προϊόν αυτό. Λάβετε τα απαραίτητα μέτρα ασφαλείας και επιτηρήστε όλες τις δραστηριότητες γύρω από το τραμπολίνο. Λάβετε υπόψη σας ότι το υλικό συσκευασίας δεν είναι κατάλληλο για παιδιά και βεβαιωθείτε ότι τα υλικά συσκευασίας απορρίπτονται όπως αρμόζει. Υπάρχει κίνδυνος πνιγμού. Τραμπολίνο άνω των 51 cm (20 ιντσών) σε ύψος δεν συνιστώνται για παιδιά ηλικίας κάτω των 3 (τριών) ετών. Τα παιδιά δεν μπορούν να αναγνωρίσουν δυνητικούς κινδύνους από το προϊόν αυτό. Κρατήστε τα παιδιά μακριά από το προϊόν αυτό. Το προϊόν πρέπει να αποθηκεύεται μακριά από παιδιά και κατοικίδια ζώα.

1.3. ΠΡΟΣΟΧΗ - ΖΗΜΙΕΣ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ

Μην μετατρέπετε το προϊόν. Χρησιμοποιείτε μόνο γνήσια ανταλλακτικά. Οι επισκευές πρέπει να πραγματοποιούνται μόνο από ειδικευμένους τεχνικούς. Ακατάλληλες επισκευές μπορούν να θέσουν σε κίνδυνο την ακεραιότητα του τραμπολίνου σας καθώς και την προσωπική σας υγεία και ασφάλεια. Χρησιμοποιήστε αυτό το προϊόν μόνο όπως περιγράφεται σε αυτό το εγχειρίδιο. Προστατέψτε το προϊόν από την υγρασία και τις υψηλές θερμοκρασίες. Σημείωση: ελέγχετε πάντα την καταλληλότητα χρήσης αυτού του προϊόντος, για παράδειγμα, ελέγξτε τα εξαρτήματα που μπορεί ενδεχομένως να υποστούν ζημιά.

1.4. ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ

- Η συναρμολόγηση του προϊόντος πρέπει να διεξάγεται προσεκτικά από τουλάχιστον δύο αρτιμελείς ενήλικες. Εάν έχετε οποιαδήποτε αμφιβολία, ρωτήστε έναν εξειδικευμένο τεχνικό.
- Πριν αρχίσετε την συναρμολόγηση του τραμπολίνου, διαβάστε όλες τις οδηγίες του εγχειριδίου χρήσης.
- Αφαιρέστε όλα τα υλικά από την συσκευασία και τοποθετήστε όλα τα εξαρτήματα στο έδαφος σε έναν ελεύθερο χώρο. Αυτό σας δίνει μια εποπτική εικόνα και απλοποιεί την διαδικασία.
- Ελέγξτε την λίστα εξαρτημάτων, βεβαιωθείτε ότι δεν λείπει κάποιο εξάρτημα. Πετάξτε το υλικό συσκευασίας όταν η συναρμολόγηση ολοκληρωθεί.

- Προσέξτε και έχετε υπόψη σας ότι όταν χρησιμοποιείτε τα εργαλεία ή κάνετε τεχνικές εργασίες, υπάρχει πάντα κίνδυνος τραυματισμού.
- Δημιουργήστε περιβάλλον εργασίας χωρίς κινδύνους: Παραδείγματος χάριν, μην αφήνετε τα εργαλεία ατάκτως ερριμμένα στον εργασιακό χώρο.
- Αποθηκεύστε το υλικό συσκευασίας με τρόπο ώστε να μην δημιουργεί κίνδυνο. Μεμβράνες και πλαστικές σακούλες είναι επικίνδυνα για παιδιά (κίνδυνος πνιγμού).
- Μετά την εγκατάσταση του προϊόντος ελέγξτε τις οδηγίες χρήσης και βεβαιωθείτε, κατά πόσον βίδες και παξιμάδια είναι ορθώς εγκατεστημένα και συσφιγμένα και ότι όλοι οι σύνδεσμοι είναι γερά στερεωμένοι.
- Καθαρός χώρος χωρίς εμπόδια σε απόσταση τουλάχιστον 9 μέτρων περί του τραμπολίνου είναι απαραίτητη, μακριά από πιθανές πηγές κινδύνων, όπως ηλεκτρικά καλώδια, δέντρα, παιχνίδια, πισίνες και φράχτες.
- Το τραμπολίνo πρέπει να στηθεί και να ρυθμιστεί σωστά πριν από τη χρήση.
- Ποτέ μην συναρμολογείτε το τραμπολίνo σε συνθήκες βροχής, έντονου αέρα ή καταιγίδας, και ιδιαίτερως παρουσία κεραυνών. Συνιστάται ιδιαίτέρως το τραμπολίνo να απομακρύνεται και να αποθηκεύεται σε περίπτωση κακοκαιρίας.
- Το μεταλλικό πλαίσιο του τραμπολίνo μπορεί να άγει ηλεκτρισμό, καλώδια επέκτασης και ηλεκτρολογικός εξοπλισμός δεν επιτρέπεται να έρχονται σε επαφή με το τραμπολίνo.
- Το τραμπολίνo πρέπει πάντα να χρησιμοποιείται σε καλά φωτισμένη περιοχή.
- Μην τοποθετείτε αντικείμενα κάτω από το τραμπολίνo.
- Μην τοποθετείτε το τραμπολίνo στον χώρο χρήσης άλλων συσκευών αναψυχής/ελεύθερου χρόνου (παιχνίδια κλπ).
- Κατά την συναρμολόγηση ή αποσυναρμολόγηση, χρησιμοποιείτε γάντια προκειμένου να προστατεύσετε τα χέρια σας.

1.5. ΕΠΙΠΡΟΣΘΕΤΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ

- Για επιπρόσθετη σταθερότητα μπορείτε να τοποθετήσετε σακούλες άμμου στα πόδια του τραμπολίνo. Αυτό θα εμποδίσει το τραμπολίνo από το να αναποδογυρίσει σε περίπτωση που υποστεί πλάγιες δυνάμεις.
- Μην το χρησιμοποιείτε αν είστε έγκυος.
- Μην το χρησιμοποιείτε αν πάσχετε από υψηλή πίεση αίματος.
- Κάνετε άλματα με γυμνά πόδια. Μην φοράτε παπούτσια, διότι θα καταστρέψουν το πανί αναπήδησης.
- Μην καπνίζετε.
- Μην βάζετε τσιγάρα, κατοικίδια, κοφτερά αντικείμενα, ή άλλα αντικείμενα πάνω στο τραμπολίνo.
- Μην χρησιμοποιείτε το τραμπολίνo υπο την επήρεια αλκοόλ ή φαρμάκων.
- Μην κάθεστε ή στηρίζετε στην προστατευτική επένδυση κάλυψης, δεδομένου ότι πρέπει να είναι ευκίνητη και να μπορεί να κινηθεί με το πανί αναπήδησης. Μην αφήνετε τα μικρά παιδιά να ανεβαίνουν στο τραμπολίνo τραβώντας την κάλυψη.
- Τοποθετήστε το τραμπολίνo σε επίπεδο έδαφος, κατά προτίμηση σε γρασιδί. Η τοποθέτηση του τραμπολίνo σε σκληρή επιφάνεια θα προσθέσει πίεση στο πλαίσιο και με την πάροδο του χρόνου θα προκαλέσει ζημία. Η τοποθέτηση του τραμπολίνo σε ανισόπεδη επιφάνεια μπορεί να προκαλέσει την ανατροπή του τραμπολίνo.
- Μην εκτίθετε το τραμπολίνo σε απευθείας επαφή με ανοικτή φλόγα.
- Ασφαλίστε το τραμπολίνo έναντι μη εξουσιοδοτημένης χρήσης.
- Μην χρησιμοποιείτε το τραμπολίνo εάν είναι βρεγμένο.
- Το τραμπολίνo θα πρέπει να δεθεί στο έδαφος με άγκιστρα σε ανεμώδεις καιρικές συνθήκες ή να αποσυναρμολογηθεί και να αποθηκευτεί.

ΠΡΟΣΘΕΤΟ ΣΗΜΕΙΩΜΑ

ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ

1. Παρακαλούμε βεβαιωθείτε ότι το φερμουάρ του δικτύου ασφαλείας είναι 100% κλειστό και όλα (και τα τρία) τα άγκιστρα εισόδου έχουν επαναγκιστρωθεί πριν επιχειρήσετε άλματα.
2. Μην κάνετε σκόπιμα άλματα στο δίκτυ ασφαλείας, καθώς είναι σχεδιασμένο μόνο για να σταματήσει χρήστες από τυχόν πτώση από το τραμπολίνo. Το εσκεμμένο άλμα στο δίκτυ ασφαλείας μπορεί να ανατρέψει το τραμπολίνo ή μπορεί να βλάψει το δίκτυ.

2. ΟΔΗΓΙΕΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΓΙΑ ΤΟ ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ

ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ

Απαιτείται επίβλεψη από ενήλικα. Το τραμπολίνo ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ΚΑΤΑΛΛΗΛΟ για παιδιά κάτω των 3 ετών. Υπάρχει κίνδυνος πνιγμού, λόγω μικρών εξαρτημάτων, αιχμηρών σημείων και άκρων.

Μόνο ένα άτομο επιτρέπεται ανά χρήση, καθώς υπάρχει κίνδυνος σύγκρουσης. Μην κάνετε τούμπες ή άλλα δύσκολα άλματα. Το τραμπολίνo προορίζεται μόνο για εξωτερική χρήση. Αδειάστε τις όποιες τσάντες, σακίδια, πριν κάνετε χρήση του τραμπολίνo, αν και θα ήταν προτιμότερο να τις αποχωριστείτε εντελώς. Βγάλτε τα παπούτσια σας, ή χρησιμοποιήστε παπούτσια γυμναστικής με λεπτήσόλα εάν είναι δυνατόν. Μην χρησιμοποιείτε το τραμπολίνo αν τυχόν δεν είναι απολύτως στεγνό. Πάντα να κάνετε άλματα στο κέντρο του τραμπολίνo. Μην εξέρχεστε του τραμπολίνo με άλμα. Ξεκουραστείτε μετά από 20 λεπτά χρήσης. Μην τρώτε κατά την διάρκεια διεξαγωγής αλμάτων.

- Το τραμπολίνo δεν προορίζεται για να θάβεται στο έδαφος.
- Όλοι οι χρήστες του τραμπολίνo χρειάζονται επόπτη, ανεξαρτήτως ηλικίας και εμπειρίας.
- Οι οδηγίες ασφαλείας του τραμπολίνo θα πρέπει πάντοτε να λαμβάνονται υπόψη και να τηρούνται.
- Αποφεύγετε τις τούμπες, λανθασμένη προσγείωση στο τραμπολίνo μπορεί να προκαλέσει τραυματισμούς, ιδιαίτερως στην πλάτη, τον αυχένα ή/και το κεφάλι. Τυχόν τραυματισμός μπορεί να οδηγήσει ακόμη και σε παράλυση ή ΘΑΝΑΤΟ.
- Επιτρέπεται ΕΝΑ ΜΟΝΟ (1) άτομο την φορά να χρησιμοποιεί το τραμπολίνo. Πολλαπλοί χρήστες στο τραμπολίνo αυξάνουν τον κίνδυνο σύγκρουσης.
- Το τραμπολίνo θα πρέπει να εξετάζεται για ζημιές, φθορές ή και ελαττωματικά εξαρτήματα πριν από κάθε χρήση, καθώς η ύπαρξη αυτών μπορεί να επηρεάσει την καλή και ασφαλή λειτουργία του τραμπολίνo. Τα κατεστραμμένα, φθαρμένα ή ελαττωματικά τμήματα/εξαρτήματα θα πρέπει να αντικαθίστανται αμέσως. Το τραμπολίνo δεν θα πρέπει να είναι προσβάσιμο, τουλάχιστον έως ότου επιδιορθωθούν τα απαιτούμενα.
- Μην φοράτε ρούχα με άγκιστρα ειδικά τμήματα του τραμπολίνo μπορεί να αποκολληθούν κατά την διεξαγωγή αλμάτων.
- Το τραμπολίνo πρέπει να μοντάρεται μονό σε επίπεδο έδαφος, μη ολισθήρο.
- Ισχυροί άνεμοι μπορούν να παρασύρουν το τραμπολίνo. Εάν προβλέπονται ισχυροί άνεμοι, το τραμπολίνo πρέπει να μετακινηθεί σε ένα προστατευμένο μέρος, και να αποσυναρμολογηθεί, ή να στερεωθεί στο έδαφος με καλώδια και πασσαλάκια. Απαιτούνται τουλάχιστον τρεις αγκυρώσεις. Δεν επαρκεί να αγκυρωθούν σύρματα στο έδαφος.

- Προσπαθήστε να αποφύγετε την μετακίνηση του συναρμολογημένου τραμπολίνου, επειδή θα μπορούσε να λυγίσει κατά τη διάρκεια της μεταφοράς.
- Εάν είναι απαραίτητο να μετακινήσετε το τραμπολίνου, παρακαλούμε να λάβετε υπόψη τα εξής: τουλάχιστον τέσσερα άτομα πρέπει να είναι ομοιόμορφα κατανομημένα γύρω από το πλαίσιο για να ανυψώσουν το τραμπολίνου από το έδαφος.
- Το τραμπολίνου πρέπει να μεταφέρεται οριζόντια, και αν το πλαίσιο μετατοπίζεται χρησιμοποιήστε τέσσερα άτομα για να επανακτήσει το τραμπολίνου το σχήμα του.
- Τα τραμπολίνου είναι συσκευές αναπήδησης / πραγματοποίησης αλμάτων, οι οποίες δίνουν την δυνατότητα στον χρήστη να κάνει άλματα σε ασυνήθιστα ύψη όπως επίσης να διεξάγει πληθώρα σωματικών κινήσεων. Η αναπήδηση σε ένα τραμπολίνου, το χτύπημα σε ένα πλαίσιο, στην επένδυση κάλυψης ή λανθασμένη "προσγείωση" επάνω στο τραμπολίνου μπορούν να οδηγήσουν σε τραυματισμό.
- Οι χρήστες πρέπει να είναι εξοικειωμένοι με το εγχειρίδιο χρήσης. Το εγχειρίδιο χρήσης περιέχει οδηγίες συναρμολόγησης, επιλεγμένα μέτρα πρόληψης όπως και συστάσεις για την επιδιόρθωση και την συντήρηση του τραμπολίνου, προκειμένου να διασφαλίζεται η ασφαλής και διασκεδαστική χρήση του.
- Είναι ευθύνη του ιδιοκτήτη ή του επιβλέποντος να εγγυηθεί ότι όλοι οι χρήστες του τραμπολίνου είναι επαρκώς πληροφορημένοι για τον απαιτούμενο επαρκή περιβάλλοντα χώρο, ως πρόληψη ασφάλειας.
- Μην κάνετε ποτέ χρήση κοντά σε νερό.
- Προσοχή σε κινούμενα μέρη. Προσέξτε χέρια και πόδια.
- Μην τοποθετείτε ξένα αντικείμενα στο τραμπολίνου.
- Μην επιτρέπετε κανέναν, ή οποιοδήποτε αντικείμενο κάτω από το τραμπολίνου ενώ κάποιος κάνει άλματα σε αυτό. Το πανί αναπήδησης είναι εύκαμπτο και η προς τα κάτω προκύπτουσα δύναμη που προκαλείται από τον άλτη μπορεί να τραυματίσει σοβαρά ένα άτομο.
- Εφαρμόστε κανόνες ασφαλείας και εξοικειωθείτε με τις πληροφορίες στο εγχειρίδιο χρήσης.
- Το τραμπολίνου μπορεί μόνο να χρησιμοποιηθεί εάν το πανί αναπήδησης είναι καθαρό και στεγνό. Φθαρμένο ή κατεστραμμένο πανί αναπήδησης θα πρέπει να αντικαταθίσταται αμέσως.
- Οποιοδήποτε αντικείμενο που συνιστά κίνδυνο θα πρέπει να απομακρύνεται από την περιοχή του τραμπολίνου.
- Μην χρησιμοποιείτε το τραμπολίνου υπό την επήρεια αλκοόλ ή και φαρμάκων.
- Μάθετε τις βασικές τεχνικές αλμάτων/αναπήδησης διεξοδικά, πριν επιχειρήσετε δυσκολότερα άλματα. Δείτε το αντίστοιχο εδάφιο βασικών τεχνικών αναπήδησης.
- Σκαρφαλώστε στο τραμπολίνου. ΜΗΝ εισέρχεστε στο τραμπολίνου με απευθείας άλμα. Μην χρησιμοποιείτε το τραμπολίνου σαν βάση άλματος προκειμένου να φθάσετε άλλα αντικείμενα. Δείτε τις σχετικές πληροφορίες στο αντίστοιχο κεφάλαιο.
- Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με το θέμα της εκγύμνασης απευθυνθείτε σε δάσκαλο τραμπολίνου.
- Τον χειμώνα, το φορτίο χιονιού και η πολύ χαμηλή θερμοκρασία μπορούν να καταστρέψουν το τραμπολίνου. Συνιστάται να αφαιρέσετε το χιόνι και αποθηκεύσετε το πανί αναπήδησης και την περίφραξη (δίχτυ) σε εσωτερικό χώρο. Πάντα ελέγχετε το τραμπολίνου πριν από κάθε χρήση.
- Αυτοασφαλιζόμενες βίδες και παξιμάδια πρέπει να αντικαθίστανται μετά από 1 έτος.
- Το δίκτυ ασφαλείας θα πρέπει να αντικαθίσταται επίσης μετά από 1 έτος.

Πιθανές αιτίες ατυχήματος

Οι τούμπες να αποφεύγονται. Λανθασμένη προσγείωση ή λόγω απώλειας ελέγχου στο τραμπολίνου μπορεί να προκαλέσει τραυματισμούς, ιδίως στην πλάτη, στον αυχένα ή στο κεφάλι, συμπεριλαμβανομένων παράλυσης ή θάνατο.

Πολλαπλοί χρήστες:

Ο κίνδυνος τραυματισμών αυξάνεται εάν πολλά άτομα αναπηδούν στο τραμπολίνου ταυτόχρονα και χάνουν τον έλεγχο των αλμάτων τους. Οι άλτες μπορεί να συγκρουστούν μεταξύ τους, να προσγειωθούν εσφαλμένα ή να πέσουν από το τραμπολίνου. Συνήθως, το μικρότερο ή ελαφρύτερο άτομο τραυματίζεται παρά ένα ψηλότερο ή βαρύτερο άτομο.

Επιβίβαση/Αποβίβαση στο/από το τραμπολίνου

Πάντα να ανεβαίνετε και να κατεβαίνετε από το τραμπολίνου προσεκτικά. Μην τραβιέστε από το προστατευτικό κάλυμμα, μην πατάτε τα ελατήρια και μην πηδάτε στο τραμπολίνου από υψηλότερο σημείο, όπως μια σκάλα, οροφή ή βεράντα. Μην εξέρχεστε με άλμα εκτός του τραμπολίνου, χωρίς να λαμβάνετε υπόψη σας τη φύση του εδάφους γύρω από το τραμπολίνου. Τα μικρά παιδιά μπορεί να χρειάζονται βοήθεια για την άνοδο και την κάθοδο από το τραμπολίνου. Μην στέκεστε στο κάλυμμα προστασίας. Κατά την κάθοδο/έξοδο από το τραμπολίνου σκύψτε προς τα έξω και κρατηθείτε από το πλαίσιο. Στη συνέχεια, βήμα στο έδαφος ή σκάλα.

Πλαίσιο και ελατήρια:

Όταν κάνετε άλματα στο τραμπολίνου παραμένετε στο κέντρο του πανιού αναπήδησης, προκειμένου να μειωθεί ο κίνδυνος τραυματισμού κατά την προσγείωση στο πλαίσιο ή τα ελατήρια. Τα ελατήρια και το πλαίσιο πρέπει πάντα να καλύπτονται πλήρως από το προστατευτικό στρώμα. Αποφύγετε το πάτημα στο προστατευτικό στρώμα καθώς δεν είναι σχεδιασμένο για τον σκοπό αυτό.

Απώλεια ελέγχου:

Η απώλεια του ελέγχου αναπήδησης εντός του τραμπολίνου μπορεί να οδηγήσει σε τραυματισμούς από μια ακατάλληλη προσγείωση στο πανί αναπήδησης, το πλαίσιο ή τα ελατήρια ή από την πτώση από το τραμπολίνου. Μια ελεγχόμενη αναπήδηση χαρακτηρίζεται από το γεγονός ότι το άτομο προσγειώνεται στο ίδιο σημείο από το οποίο έχει πραγματοποιήσει το άλμα. Μάθετε τις θεμελιώδεις τεχνικές άλματος λεπτομερώς πριν δοκιμάσετε δυσκολότερα άλματα. Ο κίνδυνος τραυματισμού αυξάνεται από την κούραση του ατόμου που κάνει άλματα ή με την πραγματοποίηση άλματος που είναι πέρα από τις δυνατότητες του ατόμου. Ο έλεγχος μπορεί να ανακτηθεί τραβώντας τα γόνατα εντελώς προς το σώμα κατά την προσγείωση.

Φάρμακα και αλκοόλ:

Ο κίνδυνος τραυματισμού αυξάνεται υπό την επήρεια των φαρμάκων και του αλκοόλ, καθώς αυτές οι ουσίες θα επιδεινώσουν τους χρόνους αντίδρασης, την κρίση, την όραση, και τον συνολικό προσανατολισμό και λειτουργία ενός ατόμου.

Ξένα αντικείμενα:

Μην χρησιμοποιείτε το τραμπολίνου εάν υπάρχουν κατοικίδια ζώα, άλλα άτομα ή αντικείμενα κάτω από το τραμπολίνου. Μην κρατάτε αντικείμενα ενώ πηδάτε στο τραμπολίνου και μην τοποθετείτε άλλα αντικείμενα στο τραμπολίνου ενώ ένα άτομο κάνει θαύματα. Αφαιρέστε όλα τα κλαδιά, τα καλώδια κ.λπ. τα οποία βρίσκονται πάνω από το τραμπολίνου.

Κακή συντήρηση:

Κακή συντήρηση του τραμπολίνου αυξάνει τον κίνδυνο τραυματισμού. Ελέγξτε το τραμπολίνo για σκισμένα ή φθαρμένα πανιά αναπήδησης και προστατευτικά καλύμματα, πλαίσιο το οποίο έχει καμφθεί ή έχει τμήματα που λείπουν, χαλαρά ή σπασμένα ελατήρια και την όλη σταθερότητα του τραμπολίνου. Ελέγξτε το τραμπολίνo πριν από κάθε χρήση και αντικαταστήστε όλα τα τμήματα που λείπουν αμέσως. Το τραμπολίνo δεν πρέπει να χρησιμοποιείται προτού επισκευαστεί πλήρως.

Κακές καιρικές συνθήκες:

Χρησιμοποιήστε το τραμπολίνo μόνο με καλές καιρικές συνθήκες. Ένα υγρό πανί αναπήδησης είναι ολισθηρό. Το άτομο που κάνει άλματα στο τραμπολίνo μπορεί να χάσει τον έλεγχο αν επικρατούν ισχυροί άνεμοι.

Απεριόριστη πρόσβαση στο τραμπολίνo:

Παρακαλούμε αποθηκεύστε την σκάλα σε ασφαλή θέση όταν το τραμπολίνo δεν χρησιμοποιείται προκειμένου να αποτρέψετε τα παιδιά να έχουν πρόσβαση χωρίς επιτήρηση στο τραμπολίνo.

Αποφυγή ατυχημάτων:

Ο ρόλος του χρήστη στην αποφυγή ατυχημάτων

Βασικές γνώσεις για το τραμπολίνo είναι απαραίτητες για την ασφάλεια. Όλοι οι χρήστες του τραμπολίνου πρέπει να έχουν εξοικειωθεί με τις βασικές τεχνικές άλματος και προσγειώσης πριν κάνουν οτιδήποτε περισσότερο περίπλοκο. Ο χρήστης πραγματοποιεί ένα ελεγχόμενο άλμα όταν κάνει άλμα και προσγειώνεται στο ίδιο σημείο. Για περισσότερες λεπτομέρειες δείτε την παράγραφο "Βασικές Τεχνικές Αλμάτων". Για ακόμη καλύτερη πληροφόρηση επικοινωνήστε με έναν εξειδικευμένο γυμναστή στο τραμπολίνo.

Ο ρόλος του επιβλέποντος/επόπτη:

Ο επόπτης πρέπει να γνωρίζει όλες τις οδηγίες ασφαλείας και είναι υπεύθυνος για την τήρησή τους. Εάν δεν είναι δυνατή η κατάλληλη επιτήρηση, το τραμπολίνo θα πρέπει να αποσυναρμολογηθεί και να αποθηκευθεί σε ασφαλές μέρος. Θα πρέπει να καλυφθεί με μουσαμά, να ασφαλιστεί με αλυσίδα και κλειδαριά. Ο επόπτης θα πρέπει να επιβεβαιωθεί ότι οι χρήστες έχουν υπόψη τις οδηγίες ασφαλείας και ότι το σήμα πληροφόρησης είναι τοποθετημένο στο τραμπολίνo.

3. ΣΗΜΑΝΤΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΧΡΗΣΗΣ

Το τραμπολίνo πρέπει να χρησιμοποιείται υπό επίβλεψη, ανεξαρτήτως των ικανοτήτων του αλτή καθώς και της ηλικίας του. Το άτομο που θα κάνει χρήση του τραμπολίνου θα πρέπει να τελειοποιήσει όλες τις βασικές τεχνικές αλμάτων (δείτε την παράγραφο "βασικές τεχνικές αλμάτων"). Η έμφαση θα πρέπει να δοθεί σε έναν ελεγχόμενο τρόπο διεξαγωγής αλμάτων. Το άτομο που θα κάνει άλματα πρέπει να μην προσπαθεί να "ξεπεράσει" κάποιον άλλο. Μην κάνετε άλματα για πολύ ώρα. Η κόπωση μπορεί να αυξήσει τον κίνδυνο τραυματισμού. Ο χρήστης θα πρέπει να φορά κατάλληλο ρουχισμό όπως T-shirts, φόρμες και αθλητικά ρούχα, μαλακές σόλες ή να κάνει άλματα ξυπόλητος.

Συνιστούμε οι αρχάριοι να φοράνε μακριά παντελόνια/φόρμες και μακρυμάνικες μπλούζες προκειμένου να αποφευχθούν οι γρατζουνιές.

Αναφερθείτε στην παράγραφο "επιβίβαση και αποβίβαση" και στην παράγραφο "Αποφυγή Ατυχημάτων". Μην διακινδυνεύετε δύσκολα άλματα χωρίς επίβλεψη από ειδικό προπονητή. Ξεκινήστε με ένα απλό άλμα με έμφαση στην τεχνική αλμάτων παρά στο ύψος άλματος. Ποτέ μην κάνετε άλματα στο τραμπολίνo μόνοι σας και χωρίς επιτήρηση. Δείτε την παράγραφο "Βασικές Τεχνικές Αλμάτων".

4. ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ ΤΟΥ ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ (ΓΕΝΙΚΑ)

Ένας χώρος καθαρός από εμπόδια τουλάχιστον 9 m είναι απαραίτητος πάνω από το τραμπολίνo. Πρέπει να διατηρείται κατάλληλη απόσταση μεταξύ του τραμπολίνου και των πιθανών πηγών κινδύνου, όπως ηλεκτρικά καλώδια, κλαδιά δέντρων, συσκευές παιχνιδιού, πισίνες και φράκτες. Το τραμπολίνo δεν πρέπει να τοποθετείται σε σκληρή επιφάνεια, όπως άσφαλτο, σκυρόδεμα, κ.λπ. Βεβαιωθείτε ότι:

- Το τραμπολίνo έχει τοποθετηθεί σε μια ομοιόμορφη, στερεά και μη ολισθηρή επιφάνεια.
- Το μέρος είναι καλά φωτισμένο.
- Δεν υπάρχουν αντικείμενα που ενοχλούν δίπλα στο τραμπολίνo.

5. ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ

Για να διατηρηθεί το επίπεδο ασφαλείας στο τραμπολίνo, πρέπει να ελέγχεται τακτικά. Τα ελαττωματικά εξαρτήματα, όπως οι συσκευές σύνδεσης, πρέπει να αντικατασταθούν αμέσως. Το τραμπολίνo δεν πρέπει να χρησιμοποιείται πριν επισκευαστεί πλήρως.

Τα τραμπολίνo είναι γαλβανισμένα. Παρά τον γαλβανισμό μπορεί να υπάρχει σκουριά στα σημεία σύνδεσης ή κάτω από τα καλύμματα προστασίας. Για να αποφύγετε τη σκουριά, λιπάνετε τις οπές του πλαισίου και τις συσκευές σύνδεσης τακτικά με βαζελίνη ή άλλο κατάλληλο λιπαντικό. Αυτό θα αυξήσει τη διάρκεια ζωής του πλαισίου.

Απαιτείται τακτική συντήρηση. Η παραμέληση της τακτικής συντήρησης μπορεί να θέσει σε κίνδυνο τον χρήστη. Τηρείτε τις ακόλουθες οδηγίες. Είναι ιδιαίτερα σημαντικό να ακολουθείτε στην αρχή κάθε σεζόν και περιοδικά κατά τη διάρκεια της περιόδου χρήσης, τις οδηγίες συντήρησης.

- Ελέγξτε όλα τα παξιμάδια και τις βίδες για ορθή σύσφιξη και εάν χρειαστεί προβείτε σε σύσφιξη.
- Ελέγξτε αν τα άκρα των ελατηρίων είναι ακόμη ανέπαφα και ότι δεν μπορούν να βγούν εκτός θέσης κατά την χρήση.
- Ελέγξτε όλη την κάλυψη για μπουλόνια (βίδες) και αιχμηρά άκρα. Αντικαταστήστε τα εάν είναι απαραίτητο.
- Μην κάνετε τροποποιήσεις στο τραμπολίνo. Χρησιμοποιήστε μόνο γνήσια ανταλλακτικά. Οι αντικαταστάσεις θα πρέπει να εκτελούνται μόνο από εξειδικευμένους τεχνικούς. Ακατάλληλες επισκευές μπορεί επηρεάσουν την ασφαλή χρήση του τραμπολίνου. Χρησιμοποιείτε το τραμπολίνo μόνο όπως περιγράφεται στο εγχειρίδιο χρήσης.
- Κακώς συντηρημένο τραμπολίνo αυξάνει τον κίνδυνο τραυματισμού. Παρακαλούμε ελέγξτε για σκισμένα ή φθαρμένα καλύμματα, κάμψη πλαισίου, τμήματα που λείπουν, μη συσφιγμένες συνδέσεις, σπασμένα ελατήρια. Πριν από κάθε χρήση, το τραμπολίνo θα πρέπει να επιθεωρείται. Το τραμπολίνo δεν πρέπει να χρησιμοποιείται έως ότου επισκευαστεί πλήρως.
- Αν χρησιμοποιούνται αυτασφαλιζόμενες βίδες και παξιμάδια, βεβαιωθείτε ότι είναι κατάλληλες μόνο για μια χρήση και πρέπει να αντικαθίστανται.

6. ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ

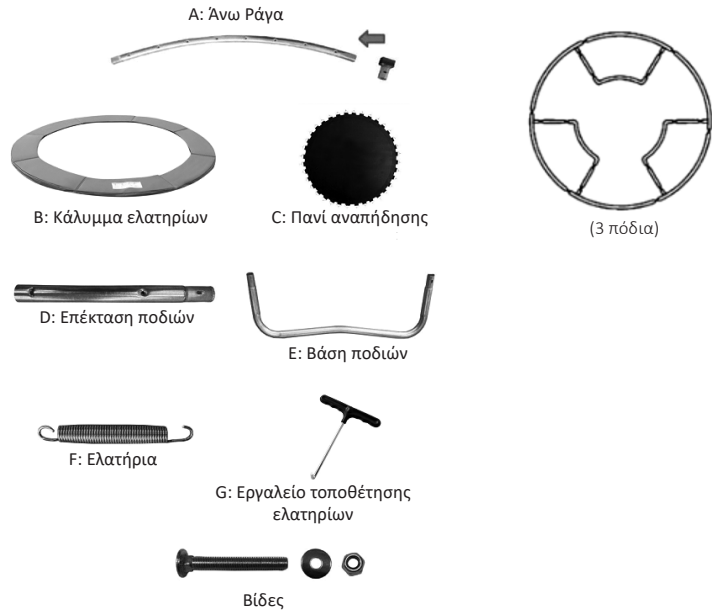
Καθαρίστε το τραμπολίνο με μαλακό πανί. Μην χρησιμοποιείτε λειαντικό ή άλλο χημικό μέσο.

7. ΣΥΣΚΕΥΑΣΙΑ

Το τραμπολίνο προστατεύεται από καταστροφή κατά τη μεταφορά με την κατάλληλη συσκευασία. Το μεγαλύτερο μέρος της συσκευασίας είναι ανακυκλώσιμη. Παρακαλούμε απορρίψτε τη με τον πλέον κατάλληλο τρόπο.

8. ΛΙΣΤΑ ΕΞΑΡΤΗΜΑΤΩΝ ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ

Τεμάχιο	Είδος	8FT (αριθμός)
A	Άνω Ράγα	6
B	Κάλυμμα Ελατηρίου	1
C	Πανί Αναπήδησης	1
D	Επέκταση Ποδιών	0
E	Βάση Ποδιών	3
F	Ελατήρια	36
G	Εργαλείο επισκευής ελατηρίων	1
H	Βίδες	0



9. ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ

Δείτε την λίστα εξαρτημάτων για το τραμπολίνο για την ταυτοποίηση των εξαρτημάτων (Κεφ. 8, αριστερή στήλη).

ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ:

Απαιτούνται δύο ενήλικες σε καλή σωματική κατάσταση για να συναρμολογήσουν το τραμπολίνο. Για την ασφάλειά σας, φορέστε κατάλληλα παπούτσια και ρουχισμό. Η μη συμμόρφωση με τις οδηγίες και τις προειδοποιήσεις μπορεί να οδηγήσει σε τραυματισμό.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ:

Οι φωτογραφίες μπορεί να διαφέρουν ελαφρώς αναλόγως του μοντέλου τραμπολίνου.

ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗΣ ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ

(ακολουθήστε τα σχήματα της σελ. 6 του παρόντος εγχειριδίου)

- Ομαδοποιήστε όλα τα εξαρτήματα του τραμπολίνου, όπως στο Σχ.1.
- Τοποθετήστε τις επεκτάσεις ποδιών στην βάση ποδιών και στερεώστε τις με βίδες. Επαναλάβετε για όλες τις στηρίξεις ποδιών [Σχ. 2].
- Ενώστε μεταξύ τους όλες τις άνω ράγες ώστε να σχηματίσετε έναν μεγάλο κύκλο. Η ένωση του τελευταίου συνδέσμου μπορεί να απαιτήσει 2 άτομα. Το δεύτερο άτομο θα πρέπει να κρατά το αντίθερο άκρο, όταν προσπαθείτε να φέρετε τα δύο άκρα του κύκλου μαζί [Σχ. 3] .
- Τοποθετήστε όλες τις βάσεις ποδιών που συναρμολογήσατε στο βήμα 2 στο άνω πλαίσιο.
- Τοποθετήστε την βάση ποδιών στο άνω πλαίσιο στο άνω πλαίσιο και συνδέστε με συσφιγγοντας με τις βίδες.
- Στο στάδιο αυτό το τραμπολίνο θα πρέπει να είναι όπως στην φωτογραφία στο Σχ. 6.
- Με το τμήμα ραφής προσανατολισμένο προς τα κάτω απλώστε το πανί αναπήδησης εντός του πλαισίου και τοποθετήστε ένα ελατήριο σε έναν από τους τριγωνικούς δακτυλίους στο πανί τοποθέτησης.
- Επαναλάβετε το βήμα 7 στην απέναντι πλευρά από εκείνη που τοποθετήσατε το πρώτο ελατήριο. Τοποθετήστε τότε δύο ακόμη ελατήρια στην μισή απόσταση μεταξύ των δύο πρώτων ελατηρίων, ακριβώς απέναντι το ένα από το άλλο. Αυτό θα διασφαλίσει διανομή ισοκαταμεμημένης τάνυσης μεταξύ των ελατηρίων.
- Χρησιμοποιήστε το εργαλείο ελατηρίων, όπως φαίνεται στο Σχ. 9. ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ: Κατά την συναρμολόγηση του ελατηρίου, να είστε προσεκτικοί πού βάζετε τα χέρια σας ή άλλα σημεία του σώματός σας.
- Ελατήρια υπό υψηλή τάνυση μπορεί να χρειαστούν παρακαίμενα άλλα ελατήρια προς τοποθέτηση σε κάθε τέσσερις ή πέντε οπές ώστε η τάση των ελατηρίων να κατανέμεται ισοδύναμα.
- Τοποθετήστε τα εναπομείναντα ελατήρια.
- Στρώστε τα καλύμματα με τα μαξιμαλαράκια στο εξωτερικό άκρο ώστε τα ελατήρια να καλύπτονται.
- Τοποθετήστε τα νήματα του καλύμματος πάνω στα ελατήρια.
- Προχωρήστε στο κεφάλαιο που αφορά τις αρχικές δοκιμές για το τραμπολίνο πριν το χρησιμοποιήσετε.

10. ΛΙΣΤΑ ΕΞΑΡΤΗΜΑΤΩΝ ΔΙΧΤΥΟΥ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ

Τεμάχιο	Είδος	8FT (Αριθμός)
A	Άνω Στήλος	6
B	Κάτω Στήλος	6
C	Δίκτυ Ασφάλειας	1
D	Σφιγκτήρας	12
E	Εργαλείο Συναρμολόγησης	1
F	Σκάλα	1



11. ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ ΔΙΧΤΥΟΥ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ

(Δείτε τις αντίστοιχες φωτογραφίες στην σελίδα 7)

- I. Τοποθετήστε τον κάτω πόλο στον πάνω πόλο, επαναλάβετε για όλους τους πόλους.
- II. Τοποθετήστε το πλέγμα του περιβλήματος ασφαλείας στο τραμπολίνο τακτοποιημένα, όπως φαίνεται παραπάνω, έτοιμο για το επόμενο βήμα.
- III. Σύρετε τους στύλους περίφραξης που συναρμολογήσατε μέσα στο περίβλημα των στύλων του πλέγματος περίφραξης ασφαλείας (Εικ. II, σελίδα 7)
- IV. Επαναλάβετε το ΒΗΜΑ 3 για όλους τους στύλους περίφραξης, βεβαιωθείτε ότι έχετε τοποθετήσει τους στύλους σταθερά στο περίβλημα.
- V. Ενδέχεται να χρειαστείτε ένα άλλο άτομο για να κρατήσει τον πόλο περίφραξης στη θέση του, ενώ στερεώνετε τον πόλο στα στηρίγματα των ποδιών στο επόμενο βήμα.
- VI. Χρησιμοποιήστε τον γρήγορο σφιγκτήρα για να στερεώσετε τον πόλο περίφραξης στην οπή της προέκτασης ποδιού και στην οπή της μπάρας T.
- VII. Επαναλάβετε τα ΒΗΜΑΤΑ V έως VI για τους υπόλοιπους πόλους.
- VIII. Τα άγκιστρα του περιβλήματος ασφαλείας όταν απελευθερωθούν θα πρέπει να μοιάζουν με το σχήμα VIII, σελίδα 7.
- IX. Συνδέστε τα άγκιστρα στον πλησιέστερο τριγωνικό δακτύλιο του χαλιού, εάν δυσκολεύεστε να συνδέσετε τα άγκιστρα στους τριγωνικούς δακτυλίους ακολουθήστε τις οδηγίες της εικόνας X.
- X. Συνδέστε τα άγκιστρα στο τμήμα δακτυλίου του ελατηρίου.
- XI. Κλείστε το φερμουάρ της εισόδου και στερεώστε όλα τα άγκιστρα εισόδου. Οι επώπτες πρέπει να ξανακλείσουν το φερμουάρ και να ξανακρεμάσουν όλα τα άγκιστρα εισόδου με ασφάλεια πριν αρχίσει το άλμα.
- XII. Το τραμπολίνο σας μοιάζει τώρα με αυτό της Εικ. XII. Προχωρήστε στην ενότητα "Δοκιμή του τραμπολίνου" του παρόντος εγχειριδίου πριν πηδήξετε στο τραμπολίνο. Για την αποσυναρμολόγηση, ακολουθήστε τις οδηγίες συναρμολόγησης με αντίστροφη σειρά.

12. ΕΛΕΓΧΟΣ ΣΤΕΡΕΟΤΗΤΑΣ & ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ

Μετά τη συναρμολόγηση του τραμπολίνου, είναι σημαντικό να εκτελέσετε τους ακόλουθους ελέγχους ασφαλείας:

Έλεγχοι ασφαλείας για το τραμπολίνο:

1. Ελέγξτε με ένα κατσαβίδι, για να βεβαιωθείτε ότι όλες οι βίδες είναι σφιγμένες.
2. Ελέγξτε κάτω από το τραμπολίνο για να βεβαιωθείτε ότι όλα τα ελατήρια του πλαισίου είναι συνδεδεμένα με το πανί αναπήδησης.
3. Μετακινήστε το τραμπολίνο γύρω γύρω και ελέγξτε τη σταθερότητα του πλαισίου. Το πάτωμα πρέπει να είναι επίπεδο.
4. Χρησιμοποιώντας τα δύο χέρια σας βάλτε το σωματικό σας βάρος σε ένα τμήμα του τραμπολίνου και ελέγξτε ότι το πάτωμα είναι επίπεδο.
5. Βεβαιωθείτε ότι τα ελατήρια και το πλαίσιο καλύπτονται πλήρως από μαξιλαράκια κάλυψης και ότι το κάλυμμα είναι στερεωμένο ασφαλώς με ζώνες.

Έλεγχοι ασφαλείας του δικτύου περίφραξης:

1. Κρατηθείτε επάνω στο ανυψωμένο δίκτυο και ελέγξτε ότι όλοι οι στήλοι της περίφραξης είναι στερεωμένοι καλά κουνώντας το.
2. Ελέγξτε το δίκτυο και το περίβλημα για οποιοδήποτε σχίσμα στις ραφές ή το υλικό.
3. Ελέγξτε το φερμουάρ του δικτύου περίφραξης και ότι οι γάντζοι εισόδου στο τραμπολίνο λειτουργούν ορθώς.
4. Ελέγξτε αν τα μποντούζια είναι ορθώς τοποθετημένα.
5. Ελέγξτε ότι όλοι οι γάντζοι βρίσκονται στους τριγωνικούς δακτυλίους του τραμπολίνου.

Για λόγους ασφαλείας η τελική εκτίμηση, μετά την περάτωση όλων ελέγχων ως άνω, σταθερότητας του τραμπολίνου θα πρέπει να διεξάγεται πάντοτε από ενήλικο άτομο.

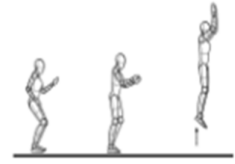
Μην αμελείτε ποτέ να ακολουθείτε τους κανόνες ασφαλείας σε κάθε περίπτωση.

13. ΒΑΣΙΚΕΣ ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΑΛΜΑΤΩΝ (ΟΡΘΗ ΧΡΗΣΗ ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ)

Ο κίνδυνος τραυματισμού είναι ιδιαίτερος αυξημένος από μη έμπειρους χρήστες τραμπολίνο. Είναι ιδιαίτερος σημαντικό για λόγους ασφαλείας να εφαρμόζονται ορθώς οι ακόλουθες βασικές τεχνικές άλματος, ως εξής:

ΤΟ ΒΑΣΙΚΟ ΑΛΜΑ

1. Ξεκινήστε από όρθια θέση, με τα πόδια σας σε απόσταση μεταξύ τους, κοιτώντας προς τα κάτω.
2. Κουνήστε τα χέρια σας προς τα εμπρός και σε κυκλική κίνηση προς τα επάνω και κάνετε άλμα προς τα επάνω.
3. Φέρετε τα πόδια σας το ένα δίπλα στο άλλο (κολλητά) ενώ είστε στον αέρα και τα δάκτυλά σας σε κατεύθυνση προς τα κάτω.
4. Κρατήστε τα πόδια σας σε απόσταση καθώς προσγειώνεστε στο τραμπολίνο.



ΜΑΝΟΥΒΡΑ ΜΕ ΛΥΓΙΣΜΟ ΓΟΝΑΤΩΝ

1. Περιοδικώς, ενδεχομένως, μπορεί να χάσετε τον έλεγχο του άλματος, αναπηδώντας ανεξέλεγκτα.
2. Ξεκινήστε με ένα βασικό άλμα.
3. Καθώς προσγειώνεστε λυγίστε τα γόνατά σας απότομα. Αυτό θα σας επιτρέψει να σταματήσετε το άλμα.



ΑΛΜΑ ΜΕ ΧΕΡΙΑ ΚΑΙ ΓΟΝΑΤΑ

1. Ξεκινήστε με ένα βασικό άλμα.
2. Προσγειωθείτε στα χέρια και τα γόνατά σας κρατώντας την πλάτη σας ίσια. Σηκωθείτε και χρησιμοποιήστε τα χέρια σας ώστε να διατηρήσετε ισορροπία.
3. Η έμφαση θα πρέπει να δίνεται σε μια καλή προσγείωση στα τέσσερα άκρα (πόδια και χέρια) και όχι στο ύψος άλματος.



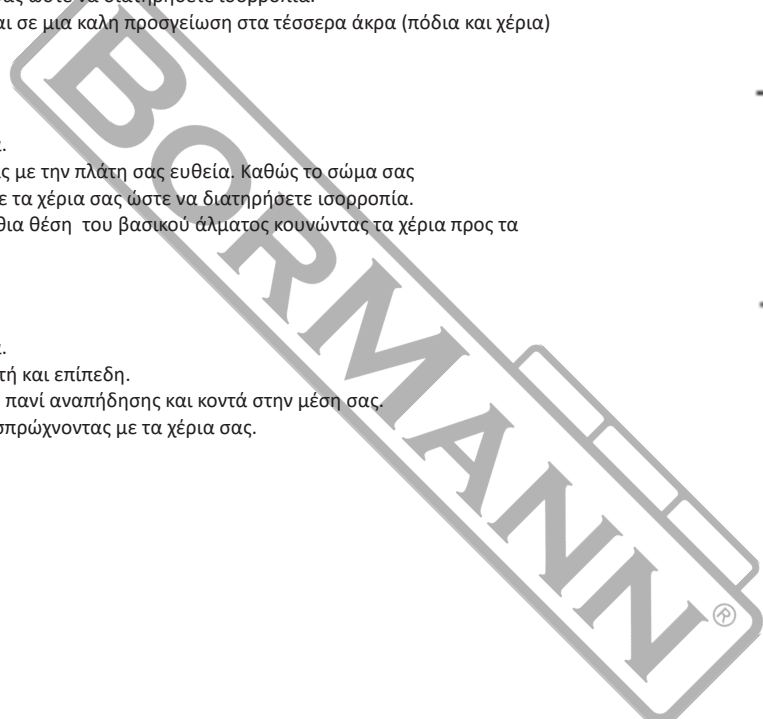
ΑΛΜΑ ΜΕ ΤΑ ΓΟΝΑΤΑ

1. Ξεκινήστε με ένα βασικό άλμα.
2. Προσγειωθείτε στα γόνατά σας με την πλάτη σας ευθεία. Καθώς το σώμα σας ανασηκώνεται χρησιμοποιήστε τα χέρια σας ώστε να διατηρήσετε ισορροπία.
3. Αναπηδήστε και πάλι στην όρθια θέση του βασικού άλματος κουνώντας τα χέρια προς τα πάνω.



ΚΑΘΙΣΤΟ ΑΛΜΑ

1. Ξεκινήστε με ένα βασικό άλμα.
2. Προσγειωθείτε σε θέση καθιστή και επίπεδη.
3. Τοποθετήστε τα χέρια σας στο πανί αναπήδησης και κοντά στην μέση σας.
4. Επιστρέψτε στην όρθια θέση σπρώχνοντας με τα χέρια σας.



INTRODUCTION

AVERTISSEMENT: L'utilisation du trampoline se fait à vos risques et périls ! L'opérateur est responsable du bon état du trampoline!

Avant de commencer à utiliser ce trampoline, vous devez lire ce manuel. Comme pour tout autre type d'activité physique récréative, les participants peuvent se blesser. Pour réduire le risque de blessure, suivez les règles et les conseils de sécurité appropriés.

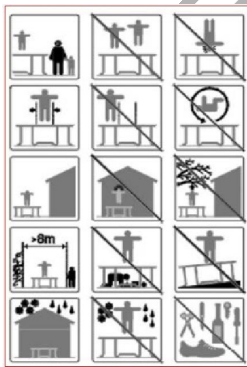
1. Ce manuel fait partie intégrante du produit. Conservez ce manuel pour toute référence ultérieure. En cas de cession du produit à une autre personne, remettez-lui également ce manuel.
2. Une mauvaise utilisation de ce trampoline est dangereuse et peut entraîner des blessures graves, voire mortelles!
3. Les trampolines sont des dispositifs de rebondissement qui propulsent l'utilisateur à des hauteurs inaccoutumées grâce à une variété de mouvements. Il faut donc toujours être prudent lorsque l'on utilise un trampoline jouer sur un trampoline.
4. Inspectez toujours le trampoline avant chaque utilisation. Assurez-vous que toutes les pièces sont présentes.
5. L'assemblage, l'entretien et la maintenance, les conseils de sécurité, les avertissements et les techniques appropriées pour sauter et rebondir sont inclus dans ce manuel. Tous les utilisateurs et les superviseurs doivent lire et se familiariser avec ces instructions. Soyez conscient de vos limites physiques et n'effectuez que des sauts et des rebonds correspondant à vos propres capacités.

Avant de commencer l'entraînement, demandez l'avis d'un médecin pour savoir si le saut sur trampoline vous convient.

Au début, vous devez vous habituer à la sensation et au rebond du trampoline. L'accent doit être mis sur la position du corps et vous devez pratiquer chaque rebond fondamental jusqu'à ce que vous puissiez réaliser chaque compétence avec le rebond avant de passer à des rebonds plus difficiles et plus avancés.

L'accent doit être mis sur un bon contrôle et la maîtrise des différentes techniques de rebond.

Pas plus d'une personne n'est autorisée sur le trampoline ! La présence de plusieurs sauteurs augmente le risque de blessures dues aux collisions entre les minis et les airs.



Pas plus d'une personne n'est autorisée sur le trampoline ! La présence de plusieurs sauteurs augmente le risque de blessures dues aux collisions entre les minis et les airs.

N'effectuez pas de sauts périlleux (flops), car vous risquez d'atterrir sur la tête ou le cou. Cela peut entraîner une paralysie, voire la mort.



1. LIGNES DIRECTRICES POUR LES TRAMPOLINES

1. INSTRUCTIONS GÉNÉRALES

1.1 OBJECTIF

Le produit est destiné à un usage domestique uniquement et ne convient pas à un usage professionnel ou médical. Le poids maximum du corps est de 100 kg. La surcharge du trampoline au-delà du poids recommandé endommagera le trampoline.

1.2. DANGER POUR LES ENFANTS

Ce trampoline est un jouet. Ne laissez pas des enfants sans surveillance s'approcher de ce produit. Respectez les mesures de sécurité nécessaires et surveillez toutes les activités sur le trampoline. Le matériau d'emballage n'est pas adapté aux enfants, jetez-le correctement. Il existe un risque de suffocation. Les trampolines d'une hauteur supérieure à 51 cm (20 pouces) ne sont pas recommandés pour les enfants de moins de 3 ans. Les enfants ne peuvent pas reconnaître les dangers potentiels de ce produit. Tenez les enfants à l'écart de ce produit. Conservez le produit à l'écart des enfants et des animaux domestiques.

1.3. ATTENTION - DOMMAGES PRODUITS

Ne pas modifier le produit. N'utilisez que des pièces de rechange d'origine. Les réparations ne doivent être effectuées que par des techniciens qualifiés. De mauvaises réparations peuvent compromettre la sécurité du trampoline. N'utilisez ce produit que de la manière décrite dans ce manuel. Protégez le produit contre l'humidité et les températures élevées.

Remarque: Vérifiez toujours que ce produit est adapté à l'utilisation, par exemple en vérifiant qu'il n'y a pas de pièces susceptibles d'être endommagées.

1.4. CONSEILS POUR L'ASSEMBLÉE

- L'assemblage du produit doit être effectué avec soin par au moins deux adultes compétents. En cas de doute, demandez à une personne techniquement qualifiée.
- Avant de commencer à assembler le trampoline, lisez toutes les instructions de ce manuel.
- Retirez tous les matériaux d'emballage et posez toutes les pièces sur un espace libre. Cela vous donne une vue d'ensemble et simplifie la procédure d'assemblage.
- Vérifier à l'aide de la liste des pièces qu'il ne manque aucune pièce. Éliminez le matériel d'emballage une fois l'assemblage terminé.
- L'utilisation d'outils et les travaux techniques présentent toujours un risque de blessure. Assemblez le produit avec soin.
- Créez un environnement sûr. Ne laissez pas d'outils dans l'espace de travail.
- Conservez le matériel d'emballage de manière appropriée. Les feuilles d'aluminium et les sacs en plastique sont dangereux pour les enfants (risque de suffocation).

- Après l'installation du produit, assurez-vous que toutes les vis, tous les boulons et tous les écrous sont correctement installés et serrés et que tous les joints sont bien fixés.
- Un espace libre d'au moins 9 m est nécessaire autour du trampoline. Un espace approprié doit être maintenu entre le trampoline et les sources de danger possibles, telles que les câbles électriques, les branches d'arbres, les dispositifs de jeu, les piscines et les clôtures.
- Le trampoline doit être installé correctement avant d'être utilisé.
- N'installez jamais le trampoline dans des conditions pluvieuses, venteuses ou orageuses, en particulier dans des conditions d'éclairage. Il est recommandé de démonter et de ranger le trampoline par mauvais temps.
- Le cadre métallique du trampoline conduit l'électricité ou la foudre. Les rallonges et autres équipements électriques doivent être tenus à l'écart.
- Le trampoline doit toujours être utilisé dans un endroit bien éclairé.
- Ne placez aucun objet sous le trampoline.
- Les autres appareils de loisirs doivent être tenus à l'écart du trampoline.
- Lors du montage ou du démontage, utilisez des gants de protection.

1.5. CONSEILS SUPPLÉMENTAIRES

- Pour plus de stabilité, vous pouvez placer des sacs de sable sur les pieds du trampoline. Cela empêchera le trampoline de basculer.
- Ne pas utiliser pendant la grossesse.
- Ne pas utiliser en cas d'hypertension artérielle.
- Sautez pieds nus. Les chaussures endommagent le tapis de saut.
- Ne fumez pas lorsque vous utilisez le trampoline.
- Ne laissez aucun objet sur le trampoline.
- N'utilisez pas le trampoline sous l'influence de l'alcool ou de drogues.
- Placez le trampoline sur un sol plat, de préférence sur de l'herbe. Placer le trampoline sur une surface dure ajoutera de la tension au cadre et l'endommagera au fil du temps. Placer le trampoline sur une surface inégale peut faire basculer le trampoline.
- N'exposez pas le trampoline à des flammes nues.
- Sécurisez le trampoline contre toute utilisation non autorisée.
- Ne pas utiliser le trampoline s'il est mouillé.
- Le trampoline doit être attaché avec des ancres en cas de vent ou démonté et rangé.

NOTES COMPLÉMENTAIRES

AVERTISSEMENT

1. Assurez-vous que la fermeture éclair du filet de sécurité est fermée à 100 % et que les trois crochets d'entrée sont réenclenchés avant de sauter.
2. Ne sautez pas intentionnellement dans le filet de sécurité; il est conçu pour empêcher les personnes de tomber du trampoline. Le fait de sauter intentionnellement dans le filet de sécurité peut faire basculer le trampoline ou endommager le filet.

2. CONSIGNES DE SÉCURITÉ POUR LES TRAMPOLINES

AVERTISSEMENT

La surveillance d'un adulte est requise. Ne convient pas aux enfants de moins de 3 ans. Il existe un risque d'étouffement en raison des petites pièces, des pointes et des bords tranchants. Un seul utilisateur à la fois, il y a un risque de collision. Pas de sauts périlleux ou autres sauts difficiles. Le trampoline est uniquement destiné à un usage extérieur. Ne transportez aucun objet avant de monter à bord. Enlevez vos chaussures. Ne pas utiliser le trampoline si le tapis de saut est mouillé. Sautez toujours au milieu du tapis de saut. Sortir avec précaution. Se reposer après 20 minutes d'utilisation. Ne pas manger pendant le saut.

- Ne pas enterrer le trampoline dans le sol.
- Tous les utilisateurs ont besoin d'un superviseur, quels que soient leur âge et leur expérience.
- Les consignes de sécurité du trampoline doivent toujours être respectées.
- Les sauts périlleux doivent être évités. Une mauvaise position sur le trampoline peut entraîner des blessures, une paralysie ou même la mort.
- Une seule personne doit utiliser le trampoline à la fois. Plusieurs utilisateurs sur le trampoline augmentent le risque de collision.
- Le trampoline doit être examiné avant son utilisation pour vérifier qu'il n'y a pas de pièces endommagées, usées ou défectueuses, car cela peut nuire à la sécurité générale du trampoline. Les pièces endommagées, usées ou défectueuses doivent être remplacées immédiatement. Entre-temps, le trampoline doit être interdit d'accès.
- Les vêtements avec des crochets ou des parties détachables ne sont pas conseillés sur le trampoline.
- Le trampoline doit être installé uniquement sur un sol plat et des surfaces non glissantes.
- En cas de vent fort, le trampoline doit être déplacé dans un endroit protégé, démonté ou fixé au sol à l'aide de cordes et de chevrons. Au moins trois ancrages sont nécessaires. Il ne suffit pas d'ancrer les fanions dans le sol, car ils peuvent s'arracher des cordes de fixation.
- Essayez d'éviter de déplacer le trampoline assemblé, car il pourrait se plier pendant le transport. S'il est nécessaire de déplacer le trampoline, tenez compte des points suivants: au moins quatre personnes doivent être réparties uniformément autour du cadre pour soulever le trampoline du sol. Le trampoline doit être transporté horizontalement, et si le cadre change de position, quatre personnes doivent être présentes pour mettre le trampoline en forme.
- Les trampolines sont des appareils de saut qui permettent à l'utilisateur de sauter à des hauteurs inhabituelles et d'effectuer une multitude de mouvements corporels. Un atterrissage incorrect, un choc avec le cadre ou la couverture des coussins peuvent entraîner des blessures.

- Les utilisateurs doivent se familiariser avec le manuel. Ce manuel contient des instructions de montage et des recommandations pour l'entretien et la maintenance de l'appareil trampoline, afin d'assurer une utilisation sûre et amusante du trampoline.
- Le propriétaire a la responsabilité de superviser et de garantir que tous les utilisateurs du trampoline sont informés de l'espace suffisant autour de celui-ci par mesure de sécurité.
- Ne l'utilisez jamais à proximité de l'eau et gardez un espace suffisant autour de l'appareil par mesure de sécurité.
- Méfiez-vous des pièces mobiles, qui pourraient vous attraper les bras et les jambes. N'introduisez pas d'objets étrangers dans le trampoline.
- Ne laissez personne ni aucun objet passer sous le trampoline lorsque quelqu'un saute sur la toile. Le tapis de saut est flexible et la force exercée vers le bas peut provoquer de graves blessures.
- Appliquez toutes les règles de sécurité et familiarisez-vous avec les informations contenues dans le manuel de l'utilisateur.
- Le trampoline ne peut être utilisé que si le tapis de saut est propre et sec. Les tapis de saut usés ou endommagés doivent être immédiatement remplacés.
- Les objets dangereux doivent être retirés de la zone.
- Évitez l'utilisation non autorisée et non supervisée du trampoline.
- N'utilisez pas le trampoline sous l'influence de l'alcool ou de drogues (médicaments).
- Apprenez bien les techniques fondamentales de saut avant d'essayer des sauts difficiles. Pour plus d'informations, voir la section techniques fondamentales de rebond.
- Montez sur le trampoline. Ne sautez pas directement dessus. Ne pas utiliser le trampoline comme tremplin pour d'autres articles. Pour plus d'informations, voir la section-catégories d'accidents : monter et descendre.
- Pour de plus amples informations ou des documents d'exercices, vous pouvez vous adresser à un professeur de trampoline qualifié.
- En hiver, la charge de neige et les températures très basses peuvent endommager le trampoline. Il est recommandé d'enlever la neige et de ranger le tapis et l'enceinte à l'intérieur. Vérifiez toujours le trampoline avant chaque utilisation.
- Les écrous et les boulons autobloquants doivent être remplacés au bout d'un an.
- Le filet de sécurité doit également être remplacé au bout d'un an.

Causes possibles d'accident

Sauts périlleux:

Les sauts périlleux doivent être évités. Une mauvaise réception sur le trampoline peut entraîner des blessures, en particulier au dos, au cou ou à la tête, pouvant aller jusqu'à la paralysie, voire la mort. L'utilisateur peut également se blesser en atterrissant sur le trampoline de manière incontrôlée.

Utilisateurs multiples:

Le risque de blessures augmente si plusieurs personnes sautent simultanément sur le trampoline et perdent le contrôle de leurs rebonds. Les sauteurs peuvent entrer en collision les uns avec les autres, atterrir de manière inappropriée ou tomber du trampoline. En général, c'est la personne la plus petite ou la plus légère qui peut se blesser.

Ascendante et descendante:

Montez et descendez toujours avec précaution. Ne vous tirez pas sur le tapis de protection, ne marchez pas sur les ressorts et ne sautez pas sur le trampoline d'un endroit plus élevé tel qu'une échelle, un toit ou une terrasse. Ne sautez pas du trampoline quelle que soit la nature du sol autour du trampoline. Les jeunes enfants peuvent avoir besoin d'aide pour monter et descendre du trampoline. Ne pas se tenir sur le tapis de protection. Lors de la descente du trampoline, se déplacer jusqu'au bord du tapis de rebondissement, se pencher vers l'avant et s'accrocher au cadre. Ensuite, poser le pied sur le sol ou sur l'échelle.

Cadre et ressorts:

Lorsque vous rebondissez sur le trampoline, restez au centre du tapis de rebond afin de réduire le risque de vous blesser en atterrissant sur le cadre ou les ressorts. Les ressorts et le cadre doivent toujours être entièrement recouverts par le tapis de protection. Évitez de marcher sur le tapis de protection car il n'est pas conçu pour être piétiné.

Perte de contrôle:

Perdre le contrôle du rebond peut entraîner des blessures en atterrissant mal sur le tapis de rebond, le cadre ou les ressorts, ou en tombant du trampoline. Un rebond contrôlé se caractérise par le fait que la personne atterrit au même endroit que celui d'où elle a sauté. Apprenez bien les techniques fondamentales de saut avant d'essayer des sauts difficiles. Le risque de blessure est accru par la fatigue de la personne qui saute ou par l'exécution d'un saut qui dépasse la capacité de rebond de la personne. Le contrôle peut être retrouvé en ramenant les genoux complètement vers le corps lors de l'atterrissage.

Drogues et alcool:

Le risque de blessure est accru sous l'influence de drogues et d'alcool, car ces substances altèrent le temps de réaction, le jugement, la vision stéréoscopique, la coordination générale et la fonction motrice d'une personne.

Objets étrangers:

N'utilisez pas le trampoline s'il y a des animaux domestiques, d'autres personnes ou des objets sous le trampoline. Ne tenez aucun objet pendant que vous sautez sur le trampoline et ne placez aucun objet sur le trampoline pendant qu'une personne saute. Enlevez toutes les branches, câbles, etc. qui se trouvent au-dessus du trampoline.

Mauvais entretien:

Un mauvais entretien du trampoline augmente le risque de blessure. Vérifiez que le trampoline n'est pas déchiré ou usé, que le cadre n'est pas déformé ou qu'il ne manque pas de pièces, que les ressorts ne sont pas lâches ou cassés et que la stabilité générale du trampoline n'est pas compromise. Vérifiez le trampoline avant chaque utilisation et remplacez immédiatement toutes les pièces manquantes. Le trampoline ne doit pas être utilisé avant d'avoir été complètement réparé.

Mauvaises conditions météorologiques:

N'utilisez le trampoline que par beau temps. Un tapis gonflable mouillé est glissant. La personne qui saute peut perdre le contrôle du trampoline en cas de vent fort.

Accès illimité au trampoline :

Veillez ranger l'échelle dans un endroit sûr lorsque le trampoline n'est pas utilisé afin d'empêcher les enfants d'accéder au trampoline sans surveillance.

Prévention des accidents:

Le rôle de l'utilisateur dans la prévention des accidents:

Une connaissance de base du trampoline est indispensable pour la sécurité. Tous les utilisateurs du trampoline doivent avoir été familiarisés avec les techniques de base de rebond et de réception avant de passer à des rebonds plus sophistiqués. L'utilisateur effectue un rebond contrôlé lorsqu'il saute et atterrit au même endroit. Pour plus de détails, voir le paragraphe "Techniques de base du rebond". Pour plus d'informations, veuillez contacter un entraîneur de trampoline qualifié.

Le rôle du superviseur:

La personne chargée de la surveillance doit connaître toutes les consignes de sécurité et est responsable de leur respect. Si aucune surveillance appropriée n'est possible, le trampoline doit être démonté et stocké dans un endroit sûr. Il doit être recouvert d'une bâche sécurisée par une chaîne et un cadenas. La personne chargée de la surveillance doit s'assurer que les utilisateurs respectent les consignes de sécurité et que le panneau d'information est placé sur le trampoline.

3. INSTRUCTIONS IMPORTANTES POUR L'UTILISATION

Le trampoline ne doit être utilisé que sous surveillance, quels que soient les capacités de rebond et l'âge de l'utilisateur. La personne qui saute doit maîtriser toutes les techniques de base du rebond (voir le paragraphe "techniques de base du rebond"). L'accent doit être mis sur un saut contrôlé. La personne qui saute ne doit pas essayer de surpasser une autre personne. Ne pas sauter trop longtemps. La fatigue peut augmenter le risque de blessure. L'utilisateur doit porter des vêtements appropriés tels que des T-shirts, des tronc et des baskets à semelles souples ou sauter pieds nus.

Nous recommandons aux débutants de porter des maillots de bain longs et des hauts à manches longues afin d'éviter les écorchures.

Veuillez vous référer au paragraphe "montée et descente" dans le paragraphe "prévention des accidents". N'exercez pas de rebonds difficiles sans être supervisé par un entraîneur de trampoline qualifié. Commencez par des sauts faciles en mettant l'accent sur la technique de saut plutôt que sur la hauteur du saut. Ne jamais sauter sur le trampoline seul et sans surveillance. Voir le paragraphe "techniques de base du rebond".

4. ASSEMBLAGE DU TRAMPOLINE

Un espace libre d'au moins 9 m est nécessaire au-dessus du trampoline. Un espace approprié doit être maintenu entre le trampoline et les sources de danger possibles, telles que les câbles électriques, les branches d'arbres, les dispositifs de jeu, les piscines et les clôtures. Le trampoline ne doit pas être placé sur une surface dure telle que l'asphalte, le béton, etc. Veillez à ce que:

- Le trampoline a été placé sur une surface plane, solide et antidérapante.
- L'endroit est bien éclairé.
- Aucun objet gênant ne se trouve à proximité du trampoline.

5. ENTRETIEN

Afin de maintenir le niveau de sécurité du trampoline, celui-ci doit être contrôlé régulièrement. Les pièces défectueuses, telles que les dispositifs de raccordement, doivent être remplacées immédiatement. Le trampoline ne doit pas être utilisé avant d'avoir été complètement réparé.

Les trampolines sont galvanisés. Malgré la galvanisation, il peut y avoir des traces de rouille aux points de connexion ou sous les couvercles de protection. Afin d'éviter la rouille, veuillez lubrifier régulièrement les trous du cadre et les dispositifs de connexion avec de la vaseline ou un autre lubrifiant approprié. Cela augmentera la durabilité du cadre.

Un entretien régulier est nécessaire. Négliger un entretien régulier peut mettre l'utilisateur en danger. Observez les instructions suivantes. Il est particulièrement important de suivre les instructions d'entretien au début de chaque saison et périodiquement pendant la saison d'utilisation.

- Vérifiez que tous les écrous et les boulons sont bien serrés et resserrez-les si nécessaire.
- Vérifier que les extrémités de tous les ressorts sont intactes et ne peuvent pas se détacher pendant l'utilisation.
- Vérifiez l'absence de boulons et d'arêtes vives sur tous les revêtements. Remplacez-les si nécessaire.
- N'apportez aucune modification au trampoline. N'utilisez que des pièces de rechange d'origine. Les réparations ne doivent être effectuées que par des personnes qualifiées. Des réparations inappropriées peuvent mettre en danger la sécurité du trampoline. N'utilisez ce produit que de la manière décrite dans ce manuel.
- Un trampoline mal entretenu augmente le risque de blessure. Vérifiez que les tapis et les couvertures ne sont pas déchirés ou usés, que le cadre n'est pas déformé ou qu'il manque des pièces, que les ressorts ne sont pas lâches ou cassés et que le trampoline est globalement stable. Avant chaque utilisation, le trampoline doit être inspecté. Les pièces usées ou endommagées doivent être remplacées immédiatement. Le trampoline ne doit pas être utilisé tant qu'il n'est pas complètement rétabli.
- Si des écrous ou des boulons autobloquants sont utilisés, assurez-vous qu'ils ne conviennent qu'à un usage unique et qu'ils doivent être remplacés.

6. NETTOYAGE

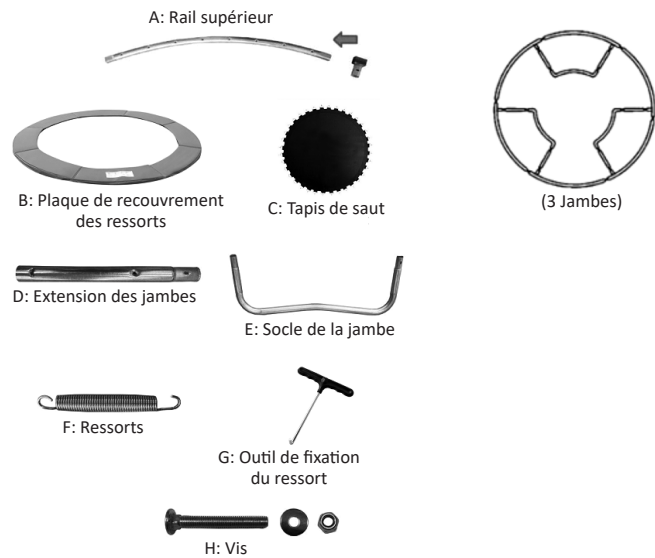
Essuyez le trampoline avec un chiffon doux. Ne pas utiliser de détergent abrasif ou chimique.

7. EMBALLAGE

Ce trampoline est protégé contre les dommages dus au transport par un emballage approprié. La plupart des matériaux d'emballage sont recyclables. Ce produit doit être éliminé de manière appropriée.

8. LISTE DES PIÈCES DU TRAMPOLINE

ARTICLE	Modèle	8FT (Nombre)
A	Rail supérieur	6
B	Coussin de protection des ressorts	1
C	Tapis de saut	1
D	Extension des jambes	0
E	Pieds	3
F	Ressorts	36
G	Outil de fixation des ressorts	1
H	Vis	0



9. ASSEMBLAGE DU TRAMPOLINE

Pour l'identification des pièces, veuillez vous référer à la liste des pièces TRAMPOLINE (chapitre 8).

AVERTISSEMENT:

Deux adultes en bonne condition physique sont nécessaires pour l'assemblage suivant. Pour votre sécurité, vous devez porter des chaussures et des vêtements appropriés. Le non-respect de ces instructions et avertissements peut entraîner des blessures.

NOTE:

L'image peut varier légèrement selon les modèles de trampolines.

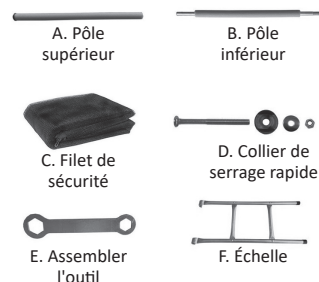
PROCÉDURE D'ASSEMBLAGE DU TRAMPOLINE

(suivre les chiffres de la page 6)

1. Disposez tous les éléments du trampoline en groupes, comme indiqué ci-dessus.
2. Fixer les extensions de jambes à une base de jambe et les fixer ensemble avec les vis. Répéter l'opération pour tous les supports de jambes.
3. Attachez toutes les traverses supérieures pour former un grand cercle. L'assemblage du dernier maillon peut nécessiter deux personnes. La deuxième personne doit tenir le côté opposé, tandis que vous apportez le dernier maillon les deux extrémités du cercle ensemble.
4. Fixez tous les supports de jambe que vous avez assemblés à l'ÉTAPE 2 au cadre supérieur.
5. Fixez le support de jambe au cadre supérieur et fixez-le fermement à l'aide des vis.
6. A ce stade, le trampoline doit ressembler à l'image de la figure 6.
7. Avec la partie cousue vers le bas, placez le tapis de saut à l'intérieur du cadre et fixez un ressort dans l'un des anneaux triangulaires du tapis. Fixer ensuite l'autre extrémité du ressort au cadre.
8. Répétez l'ÉTAPE 7 directement en face de l'endroit où vous avez fixé le premier ressort. Ensuite, fixez deux autres ressorts à mi-chemin entre les deux premiers, directement en face l'un de l'autre. Cela permettra de répartir une tension égale entre les ressorts.
9. Répéter l'opération pour les autres ressorts. Utiliser l'outil à ressort, comme indiqué ci-dessus. Avertissement: Lors de l'assemblage des ressorts, faites attention à l'endroit où vous placez vos mains d'autres parties de votre corps comme points de connexion.
10. Les ressorts soumis à une forte tension peuvent nécessiter la fixation de ressorts adjacents tous les quatre ou cinq trous. La tension du ressort est ainsi répartie de manière égale.
11. Fixer les autres ressorts jusqu'à ce que tous les ressorts soient fixés au cadre.
12. Poser les coussins de protection sur le bord extérieur de manière à couvrir les ressorts.
13. Attachez toutes les cordes du tampon de couverture aux ressorts.
14. Passez à la section Test du trampoline de ce manuel avant de sauter sur le trampoline.

10. LISTE DES PIÈCES DE L'ENCEINTE DE SÉCURITÉ

ARTICLE	Modèle	8FT (Nombre)
A	Pôle supérieur	6
B	Pôle inférieur	6
C	Filet de sécurité	1
D	Pince rapide	12
E	Outil Asseble	1
F	Échelle	1



11. ASSEMBLAGE DE L'ENCEINTE DE SÉCURITÉ

- I. Insérer le poteau inférieur dans le poteau supérieur, répéter l'opération pour tous les poteaux.
- II. Placez le filet de la clôture de sécurité sur le trampoline de manière ordonnée, comme indiqué ci-dessus, prêt pour l'étape suivante.
- III. Faites glisser les poteaux de l'enceinte que vous avez assemblés dans l'enveloppe des poteaux de l'enceinte de sécurité (Fig.II, page 7).
- IV. Répétez l'ÉTAPE 3 pour tous les poteaux de l'enceinte, en veillant à les insérer fermement dans la gaine.
- V. Vous aurez peut-être besoin d'une autre personne pour maintenir le poteau de l'enceinte en place pendant que vous fixez le poteau aux supports de jambes à l'étape suivante.
- VI. Utilisez la pince rapide pour fixer le poteau de l'enceinte au trou de la rallonge de jambe et au trou de la barre en T.
- VII. Répétez les étapes 5 et 6 pour les autres poteaux.
- VIII. Les crochets de l'enceinte de sécurité, une fois libérés, doivent ressembler à la figure VIII, page 7.
- IX. Attachez les crochets à l'anneau triangulaire le plus proche du tapis. Si vous avez des difficultés à attacher les crochets aux anneaux triangulaires, suivez les instructions de la figure X.
- X. Fixer les crochets à l'anneau du ressort.
- XI. Fermez la fermeture éclair de l'entrée et attachez tous les crochets d'entrée. Les surveillants doivent refermer la fermeture éclair et accrocher à nouveau tous les crochets d'entrée en toute sécurité avant le début du saut.
- XII. Votre trampoline ressemble maintenant à celui de la Fig. XII. Passez à la section test du trampoline de ce manuel avant de sauter sur le trampoline. **Pour le démontage, veuillez suivre les instructions ci-dessous dans l'ordre inverse.**

12. TESTER LE TRAMPOLINE

Après avoir assemblé le trampoline, il est important d'effectuer les contrôles de sécurité suivants:

Contrôles de sécurité du trampoline:

1. Vérifiez à l'aide d'un tournevis que toutes les vis sont bien serrées.
2. Vérifiez sous le trampoline que tous les ressorts du cadre sont bien accrochés à la toile de saut.
3. Déplacez le trampoline et vérifiez la stabilité du cadre. Le sol doit être plat.
4. En utilisant vos deux mains, mettez le poids de votre corps sur une partie du trampoline et relâchez pour vérifier que le sol est plat.
5. Assurez-vous que les ressorts et le cadre sont entièrement recouverts de tapis de couverture et que le tapis de couverture est solidement fixé à l'aide de ceintures.

Contrôles de sécurité du filet d'enceinte:

1. Tenez le filet de l'enclos à l'aide d'un cric et vérifiez la solidité de tous les poteaux de l'enclos en le secouant.
2. Vérifiez que le filet et la veste de l'enceinte ne présentent pas de déchirures au niveau des coutures ou du matériau.
3. Vérifier le bon fonctionnement de la fermeture éclair du filet et des crochets d'entrée.
4. La vérification est suspendue sous le trampoline dans les oeillets triangulaires.
5. Vérifier que tous les crochets sont dans les oeillets triangulaires du trampoline.

Une fois toutes les vérifications effectuées, la stabilité finale du trampoline doit être évaluée par un adulte.

13. TECHNIQUES FONDAMENTALES DE REBOND

(UTILISATION CORRECTE DU TRAMPOLINE)

Le risque de blessure étant très élevé pour les sauteurs inexpérimentés, il est important qu'ils apprennent les techniques de base du saut.

LE REBOND DE BASE

1. Commencez en position debout, les pieds écartés de la largeur des épaules, la tête et les yeux sur le tapis.
2. Balancez vos bras vers l'avant, vers le haut et autour d'un mouvement circulaire.
3. Rapprocher les pieds en l'air et pointer les orteils vers le bas.
4. Garder les pieds écartés de la même largeur lors de l'atterrissage sur le tapis.



LA MANOEUVRE DE FREINAGE

1. Il peut arriver que le contrôle soit perdu si le saut et le rebond sont sauvages. L'exécution de la manoeuvre de freinage permettra à l'utilisateur de reprendre le contrôle du saut et du rebond l'équilibre.
2. Commencez par un rebond de base.
3. Lors de l'atterrissage, pliez les genoux brusquement, ce qui vous permettra d'arrêter de sauter.



LE REBOND DES MAINS ET DES GENOUX

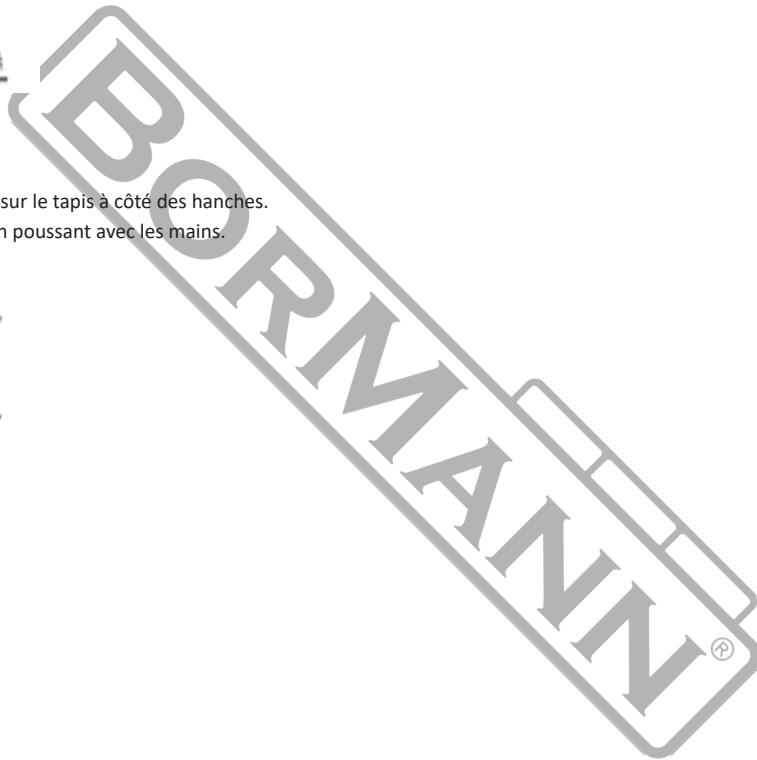
1. Commencez par un rebond basique et contrôlé.
2. Larder sur les mains et les genoux en gardant le dos droit.
3. L'accent doit être mis sur une bonne réception en quatre points et non sur la hauteur du saut.

**BOUNCE DU GENOU**

1. Commencez par un rebond basique et contrôlé.
2. Se mettre à genoux en gardant le dos droit. Le corps se redresse et utilise les bras pour maintenir l'équilibre.
3. Rebondir en position de base en balançant les bras vers le haut.

**BOUNCE DU SIÈGE**

1. Se mettre en position assise.
2. Les mains doivent être posées sur le tapis à côté des hanches.
3. Revenir en position verticale en poussant avec les mains.



INTRODUZIONE

ATTENZIONE: L'uso del trampolino è a proprio rischio e pericolo! L'operatore è responsabile delle buone condizioni del trampolino!

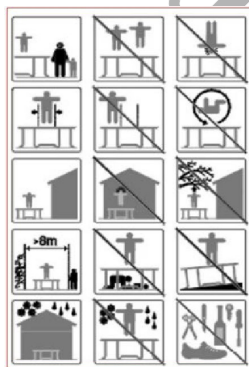
Prima di iniziare a usare questo trampolino, è necessario leggere questo manuale. Come per qualsiasi altro tipo di attività fisica ricreativa, i partecipanti possono subire lesioni. Per ridurre il rischio di lesioni, seguire le regole e i consigli di sicurezza appropriati.

1. Il presente manuale è parte integrante del prodotto. Conservare il manuale per riferimenti futuri. In caso di cessione del prodotto a terzi, consegnare sempre anche questo manuale.
2. L'uso improprio e l'abuso di questo trampolino è pericoloso e può causare lesioni gravi o morte!
3. I trampolini sono dispositivi di rimbalzo che spingono l'esecutore ad altezze non abituali attraverso una varietà di movimenti. Quindi, siate sempre prudenti quando giocare su un trampolino.
4. Ispezionare sempre il trampolino prima di ogni utilizzo. Assicurarsi che tutte le parti siano presenti.
5. Il presente manuale contiene istruzioni per il montaggio, la cura e la manutenzione, consigli di sicurezza, avvertenze e tecniche corrette di salto e rimbalzo. Tutti gli utenti e i supervisori devono leggere e familiarizzare con queste istruzioni. Prestare attenzione ai limiti fisici ed eseguire solo salti e rimbalzi corrispondenti alle proprie capacità.

Prima di iniziare l'allenamento, chiedete al medico se il salto dal trampolino è adatto a voi.

Inizialmente è necessario abituarsi alla sensazione e al rimbalzo del trampolino. L'attenzione deve essere rivolta alla posizione del corpo e si deve praticare ogni rimbalzo fondamentale finché non si riesce a eseguire ogni abilità con il rimbalzo prima di passare a rimbalzi più difficili e avanzati. Non si deve rimbalzare in modo avventato sul trampolino, l'accento deve essere posto sul buon controllo e sulla padronanza delle varie tecniche di rimbalzo.

Non è ammessa più di una persona sul trampolino! La presenza di più persone sul trampolino aumenta il rischio di lesioni dovute a collisioni con l'aria.



Non è ammessa più di una persona sul trampolino! La presenza di più persone sul trampolino aumenta il rischio di lesioni dovute a collisioni con l'aria.



Non eseguire capriole (flop) per non aumentare le probabilità di atterrare sulla testa o sul collo. Si rischia la paralisi o addirittura la morte.



1. LINEE GUIDA PER I TRAMPOLINI

1. ISTRUZIONI GENERALI

1.1 SCOPO

Il prodotto è destinato esclusivamente all'uso domestico e non è adatto per usi professionali o medici. Il peso massimo del corpo è di 100 kg. Il sovraccarico del trampolino oltre il peso consigliato può causare danni al trampolino.

1.2. PERICOLO PER I BAMBINI

Questo trampolino è un giocattolo. Non lasciare che bambini non sorvegliati si avvicinino a questo prodotto. Seguire le necessarie precauzioni di sicurezza e supervisionare tutte le attività sul trampolino. Il materiale di imballaggio non è adatto ai bambini, smaltirlo correttamente. C'è il rischio di soffocamento. I trampolini di altezza superiore a 51 cm (20 pollici) non sono consigliati ai bambini di età inferiore ai 3 anni. I bambini non sono in grado di riconoscere i potenziali pericoli di questo prodotto. Tenere i bambini lontani da questo prodotto. Conservare il prodotto lontano da bambini e animali domestici.

1.3. ATTENZIONE - DANNI DA PRODOTTO

Non alterare il prodotto. Utilizzare solo ricambi originali. Le riparazioni devono essere eseguite solo da tecnici qualificati. Riparazioni improprie possono compromettere la sicurezza del trampolino. Utilizzare il prodotto solo come descritto nel presente manuale. Proteggere il prodotto dall'umidità e dalle alte temperature.

Nota: verificare sempre l'idoneità all'uso di questo prodotto, ad esempio controllando che non vi siano parti che possono essere danneggiate.

1.4. CONSIGLI PER L'ASSEMBLEA

- Il montaggio del prodotto deve essere eseguito con cura da almeno due adulti capaci. In caso di dubbi, rivolgersi a una persona tecnicamente qualificata.
- Prima di iniziare a montare il trampolino, leggere tutte le istruzioni contenute in questo manuale.
- Rimuovere tutti i materiali di imballaggio e disporre tutti i pezzi su uno spazio libero. In questo modo si ottiene una visione d'insieme e si semplifica la procedura di montaggio.
- Verificare con l'elenco dei componenti che non ne manchino. Al termine del montaggio, smaltire il materiale di imballaggio.
- Quando si utilizzano strumenti o si eseguono lavori tecnici, esiste sempre il rischio di lesioni. Assemblare il prodotto con attenzione.
- Creare un ambiente sicuro. Non lasciate che gli attrezzi si aggirino nello spazio di lavoro.
- Conservare correttamente il materiale di imballaggio. I fogli e i sacchetti di plastica sono pericolosi per i bambini (pericolo di soffocamento).

- Dopo l'installazione del prodotto, accertarsi che tutte le viti, i bulloni e i dadi siano installati e serrati correttamente e che tutti i giunti siano ben fissati.
- È necessario uno spazio libero di almeno 9 m intorno al trampolino. È necessario mantenere una distanza adeguata tra il trampolino e possibili fonti di pericolo, come cavi elettrici, rami di alberi, dispositivi di gioco, piscine e recinzioni.
- Il trampolino deve essere montato correttamente prima dell'uso.
- Non montare mai il trampolino in condizioni di pioggia, vento o tempesta, soprattutto in condizioni di illuminazione. Si consiglia di smontare e riporre il trampolino in caso di maltempo.
- La struttura metallica del trampolino conduce elettricità o fulmini. Le prolunghie e le altre apparecchiature elettriche devono essere tenute lontane.
- Il trampolino deve essere sempre utilizzato in un'area ben illuminata.
- Non collocare oggetti sotto il trampolino.
- Altri dispositivi per il tempo libero devono essere tenuti lontani dal trampolino.
- Durante il montaggio e lo smontaggio, utilizzare guanti di protezione.

1.5. SUGGERIMENTI AGGIUNTIVI

- Per una maggiore stabilità è possibile posizionare dei sacchetti di sabbia sulle gambe del trampolino. In questo modo si evita che il trampolino si ribalti.
- Non utilizzare in gravidanza.
- Non utilizzare in caso di ipertensione arteriosa.
- Saltare a piedi nudi. Le scarpe danneggiano il tappeto da salto.
- Non fumare quando si utilizza il trampolino.
- Non lasciare oggetti sul trampolino.
- Non utilizzare il trampolino sotto l'effetto di alcol o droghe.
- Posizionare il trampolino su un terreno pianeggiante, preferibilmente sull'erba. Se il trampolino viene posizionato su una superficie dura, il telaio viene sollecitato e con il tempo si danneggia. Il posizionamento del trampolino su una superficie irregolare può provocare il ribaltamento del trampolino.
- Non esporre il trampolino a fiamme libere.
- Assicurare il trampolino contro l'uso non autorizzato.
- Non utilizzare se il trampolino è bagnato.
- In caso di vento, il trampolino deve essere legato con ancoraggi o smontato e riposto.

NOTE AGGIUNTIVE

ATTENZIONE

1. Assicurarsi che la cerniera della rete di protezione sia chiusa al 100% e che tutti e tre i ganci di ingresso siano riagganciati prima di saltare.
2. Non saltare intenzionalmente nella rete di sicurezza, che è progettata per impedire alle persone di cadere dal trampolino. Il salto intenzionale nella rete di sicurezza può causare il ribaltamento del trampolino o danneggiare la rete.

2. ISTRUZIONI DI SICUREZZA PER I TRAMPOLINI

ATTENZIONE

È necessaria la supervisione di un adulto. Non adatto a bambini di età inferiore ai 3 anni. Esiste il rischio di soffocamento a causa di piccole parti, punte e spigoli vivi. Solo un utente alla volta, c'è il pericolo di collisione. Non sono consentite capriole o altri salti difficili. Il trampolino è solo per uso esterno. Non trasportare oggetti prima di salire a bordo. Togliersi le scarpe. Non utilizzare se il tappeto da salto è bagnato. Saltare sempre al centro del tappeto elastico. Uscire con cautela. Riposarsi dopo 20 minuti di utilizzo. Non mangiare mentre si salta.

- Non interrare il trampolino nel terreno.
- Tutti gli utenti hanno bisogno di un supervisore, indipendentemente dall'età e dall'esperienza degli utenti.
- Le istruzioni di sicurezza del trampolino devono essere sempre seguite.
- Le capriole devono essere evitate. Un'errata collocazione del trampolino può provocare lesioni, paralisi o addirittura la morte.
- Il trampolino deve essere utilizzato da una sola persona alla volta. Più utenti sul trampolino aumentano il rischio di collisione.
- Prima dell'uso, il trampolino deve essere esaminato per verificare che non vi siano parti danneggiate, usurate o difettose, in quanto possono compromettere la sicurezza complessiva del trampolino. Le parti danneggiate, usurate o difettose devono essere sostituite immediatamente. Nel frattempo, l'accesso al trampolino deve essere limitato.
- Sul trampolino non sono consigliati abiti con ganci o parti staccabili.
- Il trampolino deve essere montato solo su un terreno piano e su superfici non scivolose.
- In caso di vento forte, il trampolino deve essere spostato in un luogo protetto, smontato o fissato al suolo con corde e aringhe. Sono necessari almeno tre ancoraggi. Non è sufficiente ancorare i gagliardetti al terreno, perché potrebbero strapparsi dalle corde della toppa.
- Cercate di evitare di spostare il trampolino assemblato, perché potrebbe piegarsi durante il trasporto. Se è necessario spostare il trampolino, considerare quanto segue: per sollevare il trampolino da terra è necessario che almeno quattro persone siano equidistanti intorno al telaio. Il trampolino deve essere trasportato in orizzontale e, se il telaio si sposta di posizione, è necessario utilizzare quattro persone per rimettere in forma il trampolino.
- I trampolini sono dispositivi per il salto, che consentono all'utente di saltare ad altezze insolite e di compiere una molteplicità di movimenti del corpo. Un atterraggio scorretto, l'urto contro la struttura o la copertura dei tappetini possono causare lesioni.

- Gli utenti devono conoscere il manuale. Questo manuale contiene istruzioni per il montaggio e raccomandazioni per l'assistenza e la manutenzione dell'apparecchio per garantire un utilizzo sicuro e divertente del trampolino.
- Il proprietario ha la responsabilità di sorvegliare e garantire che tutti gli utenti del trampolino siano informati di uno spazio sufficiente intorno ad esso come precauzione di sicurezza.
- Non utilizzarlo mai vicino all'acqua e mantenere uno spazio sufficiente intorno ad esso come precauzione di sicurezza.
- Attenzione alle parti in movimento, che potrebbero impigliare braccia e gambe. Non inserire oggetti estranei nel trampolino.
- Non permettere a nessuno o a qualsiasi oggetto di passare sotto il trampolino mentre qualcuno sta saltando sul tappeto. Il tappeto da salto è flessibile e la forza verso il basso può causare gravi lesioni a una persona.
- Applicare tutte le norme di sicurezza e familiarizzare con le informazioni contenute nel manuale d'uso.
- Il trampolino può essere utilizzato solo se il tappetino è pulito e asciutto. I tappetini usurati o danneggiati devono essere immediatamente sostituiti.
- Gli oggetti pericolosi devono essere rimossi dall'area.
- Evitare l'uso non autorizzato e non sorvegliato del trampolino.
- Non utilizzare il trampolino sotto l'effetto di alcolici o droghe (farmaci).
- Imparare a fondo le tecniche di salto fondamentali, prima di cimentarsi in salti difficili. Per ulteriori informazioni, consultare la sezione Tecniche fondamentali di salto.
- Salite sul trampolino. Non saltarci sopra direttamente. Non utilizzare il trampolino come trampolino per altri articoli. Per ulteriori informazioni, consultare la sezione Categorie di incidenti: montaggio e smontaggio.
- Per ulteriori informazioni o documenti sugli esercizi, ci si può rivolgere a un insegnante di trampolino elastico esperto.
- In inverno, il carico di neve e la temperatura molto bassa possono danneggiare il trampolino. Si consiglia di rimuovere la neve e di riporre il tappeto e la copertura al coperto. Controllare sempre il trampolino prima di ogni utilizzo.
- I dadi e i bulloni autobloccanti devono essere sostituiti dopo 1 anno.
- Anche la rete di protezione deve essere sostituita dopo 1 anno.

Possibili cause di incidente

Salto mortali:

Le capriole devono essere evitate. Un atterraggio scorretto sul trampolino può causare lesioni, in particolare alla schiena, al collo o alla testa, compresa la paralisi o addirittura la morte. L'utente può subire lesioni anche atterrando sul trampolino in modo incontrollato.

Utenti multipli:

Il rischio di lesioni aumenta se più persone saltano contemporaneamente sul trampolino e perdono il controllo dei loro rimbalzi. I saltatori possono scontrarsi tra loro, atterrare in modo scorretto o cadere dal trampolino. Di solito è la persona più piccola o più leggera a potersi infortunare.

Salita e discesa:

Salite e scendete sempre con attenzione. Non tiratevi contro il tappetino di protezione, non marciate sulle molle e non saltate sul trampolino da un punto più alto come una scala, un tetto o una terrazza. Non saltate dal trampolino indipendentemente dalla natura del terreno intorno al trampolino. I bambini piccoli potrebbero aver bisogno di aiuto per salire e scendere dal trampolino. Non stare in piedi sul tappeto di protezione. Quando si scende dal trampolino, spostarsi sul bordo del tappeto elastico, piegarsi in avanti e aggrapparsi al telaio. Quindi salire a terra o su una scala.

Telaio e molle:

Quando si rimbalza sul trampolino elastico, mantenersi al centro del tappeto di rimbalzo per ridurre il rischio di farsi male atterrando sul telaio o sulle molle. Le molle e il telaio devono essere sempre completamente coperti dal tappeto di protezione. Evitare di calpestare il tappetino di protezione perché non è progettato per essere calpestato.

Perdita di controllo:

La perdita di controllo del rimbalzo può provocare lesioni a causa di un atterraggio scorretto sul tappeto di rimbalzo, sul telaio o sulle molle o di una caduta dal trampolino. Un rimbalzo controllato è caratterizzato dal fatto che la persona atterra nello stesso punto in cui è saltata. Imparare bene le tecniche fondamentali di salto prima di provare salti difficili. Il rischio di lesioni aumenta se la persona che salta è affaticata o se effettua un rimbalzo che va oltre la sua capacità di rimbalzo. Il controllo può essere recuperato tirando le ginocchia completamente verso il corpo durante l'atterraggio.

Droghe e alcol:

Il rischio di lesioni aumenta sotto l'effetto di droghe e alcol, poiché queste sostanze compromettono i tempi di reazione, la capacità di giudizio, la visione stereoscopica, la coordinazione generale e le funzioni motorie di una persona.

Oggetti estranei:

Non utilizzare il trampolino se sotto il trampolino ci sono animali domestici, altre persone o oggetti. Non tenere oggetti in mano mentre si salta sul trampolino e non collocare oggetti sul trampolino mentre una persona sta saltando. Rimuovere tutti i rami, i cavi ecc. che si trovano sopra il trampolino.

Scarsa manutenzione:

Una scarsa manutenzione del trampolino aumenta il rischio di lesioni. Controllate che il trampolino non abbia tappeti di rimbalzo e tappeti di protezione strappati o usurati, che il telaio sia piegato o che manchino delle parti, che le molle siano allentate o rotte e che la stabilità generale del trampolino non sia compromessa. Controllare il trampolino prima di ogni utilizzo e sostituire immediatamente tutte le parti mancanti. Il trampolino non deve essere utilizzato prima di essere stato completamente riparato.

Condizioni meteorologiche sfavorevoli:

Utilizzate il trampolino solo in condizioni di bel tempo. Un tappeto di rimbalzo bagnato è scivoloso. La persona che salta può perdere il controllo quando salta in condizioni di forte vento.

Accesso illimitato al trampolino:

Si prega di riporre la scala in un luogo sicuro quando il trampolino è fuori uso, per evitare che i bambini possano accedere al trampolino senza supervisione.

Prevenzione degli incidenti:

Il ruolo dell'utente nella prevenzione degli incidenti:

La conoscenza di base del trampolino è indispensabile per la sicurezza. Tutti gli utenti del trampolino devono aver familiarizzato con le tecniche di base di rimbalzo e di atterraggio prima di passare a rimbalzi più sofisticati. L'utente effettua un rimbalzo controllato quando salta e atterra nello stesso punto. Per ulteriori dettagli si veda il paragrafo "Tecniche di rimbalzo di base". Per ulteriori informazioni, rivolgersi a un allenatore di trampolini esperto.

Il ruolo del supervisore:

La persona incaricata della supervisione deve conoscere tutte le istruzioni di sicurezza ed è responsabile della loro osservanza. Se non è possibile una supervisione adeguata, il trampolino deve essere smontato e riposto in un luogo sicuro. Deve essere coperto da un telone assicurato da una catena e da un lucchetto. La persona incaricata della supervisione deve assicurarsi che gli utenti osservino le istruzioni di sicurezza e che il cartello informativo sia affisso sul trampolino.

3. IMPORTANTI ISTRUZIONI PER L'USO

Il trampolino deve essere utilizzato solo sotto supervisione, indipendentemente dalle capacità di rimbalzo e dall'età dell'utente. La persona che salta deve padroneggiare tutte le tecniche di base di rimbalzo (vedere il paragrafo "tecniche di base di rimbalzo"). L'accento deve essere posto su un rimbalzo controllato. La persona che salta non deve cercare di superare un'altra persona. Non rimbalzare troppo a lungo. La stanchezza può aumentare il rischio di lesioni. L'utente deve indossare un abbigliamento adeguato, come magliette, pantaloni e scarpe da ginnastica con suola morbida o saltare a piedi nudi.

Si consiglia ai principianti di indossare costumi lunghi e maglie con maniche lunghe per evitare abrasioni.

Consultare il paragrafo "salita e discesa" nel paragrafo "prevenzione degli infortuni". Non esercitare rimbalzi difficili senza la supervisione di un allenatore di trampolino esperto. Iniziare con rimbalzi facili ponendo l'accento sulla tecnica di rimbalzo piuttosto che sull'altezza del rimbalzo. Non saltate mai sul trampolino da soli e senza sorveglianza. Vedere il paragrafo "tecniche di base di rimbalzo".

4. MONTAGGIO DEL TRAMPOLINO

È necessario uno spazio libero di almeno 9 m sopra il trampolino. È necessario mantenere una distanza adeguata tra il trampolino e le possibili fonti di pericolo, come cavi elettrici, rami di alberi, dispositivi di gioco, piscine e recinzioni. Il trampolino non deve essere posizionato su superfici dure come asfalto, cemento, ecc. Assicurarsi che:

- Il trampolino è stato posizionato su una superficie uniforme, solida e non scivolosa.
- Il locale è ben illuminato.
- Non ci sono oggetti di disturbo accanto al trampolino.

5. MANUTENZIONE

Per mantenere lo standard di sicurezza del trampolino è necessario controllarlo regolarmente. Le parti difettose, come i dispositivi di collegamento, devono essere sostituite immediatamente. Il trampolino non deve essere utilizzato prima di essere stato completamente riparato.

I trampolini sono zincati. Nonostante la zincatura, è possibile che nei punti di collegamento o sotto le coperture di protezione si formino delle macchie di ruggine. Per evitare la ruggine, lubrificare regolarmente i fori del telaio e i dispositivi di collegamento con vaselina o altro lubrificante appropriato. Ciò aumenterà la durata del telaio.

È necessaria una manutenzione regolare. Trascurare una manutenzione regolare può mettere in pericolo l'utente. Osservare le seguenti istruzioni. È particolarmente importante seguire le istruzioni di manutenzione all'inizio di ogni stagione e periodicamente durante la stagione di utilizzo.

- Controllare il serraggio di tutti i dadi e i bulloni e, se necessario, serrarli.
- Verificare che le estremità di tutte le molle siano ancora intatte e non possano allentarsi durante l'uso.
- Controllare tutti i rivestimenti per verificare la presenza di bulloni e bordi taglienti. Se necessario, sostituirli.
- Non apportare modifiche al trampolino. Utilizzare solo ricambi originali. Le riparazioni devono essere eseguite solo da personale qualificato. Riparazioni improprie possono mettere in pericolo la sicurezza del trampolino. Utilizzare il prodotto solo come descritto nel presente manuale.
- Un trampolino con scarsa manutenzione aumenta il rischio di lesioni. Controllate che non vi siano tappetini e coperture strappati o usurati, che non vi siano parti del telaio piegate o mancanti, molle allentate o rotte e la stabilità generale del trampolino. Prima di ogni utilizzo, il trampolino deve essere ispezionato. Le parti usurate o danneggiate devono essere sostituite immediatamente. Il trampolino non deve essere utilizzato fino al completo recupero.
- Se si utilizzano dadi o bulloni autobloccanti, accertarsi che siano adatti solo per un singolo utilizzo e che debbano essere sostituiti.

6. PULIZIA

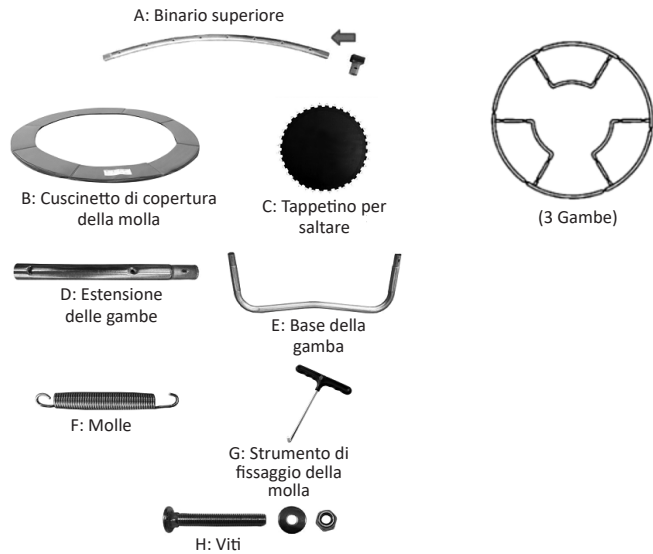
Pulire il trampolino con un panno morbido. Non utilizzare detergenti abrasivi o chimici.

7. IMBALLAGGIO

Questo trampolino è protetto contro i danni da trasporto da un imballaggio appropriato. La maggior parte del materiale di imballaggio è riciclabile. Questo prodotto deve essere smaltito in modo appropriato.

8. ELENCO PARTI DEL TRAMPOLINO

ARTICOLO	Modello	8FT (Numero)
A	Binario superiore	6
B	Cuscinetto di copertura della molla	1
C	Tappetino per il salto	1
D	Estensione delle gambe	0
E	Base della gamba	3
F	Sorgenti	36
G	Strumento di fissaggio della molla	1
H	Vite	0



9. MONTAGGIO DEL TRAMPOLINO

Per l'identificazione dei componenti, consultare l'ELENCO PARTI TRAMPOLINE (capitolo 8).

ATTENZIONE:

Per il seguente montaggio sono necessari due adulti in buone condizioni fisiche. Per la vostra sicurezza, indossate scarpe e indumenti adeguati. La mancata osservanza di queste istruzioni e avvertenze può causare lesioni.

NOTA:

L'immagine può variare leggermente con i diversi modelli di trampolino.

PROCEDURA DI MONTAGGIO DEL TRAMPOLINO

(seguire le figure a pagina 6)

1. Disporre tutte le parti del trampolino in gruppi, come mostrato sopra.
2. Collegare le estensioni delle gambe alla base delle gambe e fissarle con le viti. Ripetere l'operazione per tutti i supporti delle gambe.
3. Collegare tutti i binari superiori per formare un grande cerchio. Per unire l'ultimo anello potrebbero essere necessarie due persone. La seconda persona dovrebbe tenere il lato opposto, mentre voi portate. Entrambe le estremità del cerchio sono unite.
4. Fissare tutti i supporti delle gambe assemblati nella FASE 2 al telaio superiore.
5. Collegare il supporto delle gambe al telaio superiore e fissarlo saldamente con le viti.
6. A questo punto il trampolino dovrebbe essere come l'immagine della Fig. 6.
7. Con la parte della cucitura rivolta verso il basso, stendete il tappetino da salto all'interno del telaio e fissate una molla in uno degli anelli triangolari del tappetino. Quindi fissare l'altra estremità della molla al telaio.
8. Ripetere la FASE 7 direttamente di fronte al punto in cui è stata fissata la prima molla. Quindi fissare altre due molle a metà distanza dalle prime due, una di fronte all'altra. In questo modo si garantisce una tensione uguale tra le molle.
9. Ripetere la procedura per le altre molle. Utilizzare l'attrezzo per molle, come mostrato sopra. Attenzione: Durante l'assemblaggio delle molle, fare attenzione a dove si mettono le mani altre parti del corpo come punti di connessione.
10. Le molle in forte tensione possono richiedere il fissaggio di molle adiacenti ogni quattro o cinque fori. In questo modo la tensione della molla viene distribuita equamente.
11. Collegare le altre molle fino a quando tutte le molle sono fissate al telaio.
12. Posare i cuscinetti di copertura sul bordo esterno in modo da coprire le molle.
13. Collegare tutte le corde del cuscinetto di copertura alle molle.
14. Prima di saltare sul trampolino, passare alla sezione Prova del trampolino di questo manuale.

10. ELENCO DELLE PARTI DELLA CABINA DI SICUREZZA

ARTICOLO	Modello	8FT (Numero)
A	Polo superiore	6
B	Polo inferiore	6
C	Rete di sicurezza	1
D	Morsetto rapido	12
E	Strumento di sicurezza	1
F	Scala	1



11. GRUPPO DELLA COPERTURA DI SICUREZZA

- I. Inserire il palo inferiore nel palo superiore, ripetendo l'operazione per tutti i pali.
- II. Posizionare la rete della copertura di sicurezza sul trampolino in modo ordinato, come mostrato sopra, pronti per la fase successiva.
- III. Infilare i pali dell'involucro assemblati nella camicia dei pali della rete dell'involucro di sicurezza (Fig. II, pagina 7).
- IV. Ripetere la FASE 3 per tutti i pali della copertura, assicurandosi di inserire saldamente i pali nel rivestimento.
- V. Potrebbe essere necessaria un'altra persona per tenere il palo della copertura in posizione mentre si fissa il palo ai supporti delle gambe nella fase successiva.
- VI. Utilizzare il morsetto rapido per fissare l'asta della copertura al foro dell'estensione della gamba e al foro della barra a T.
- VII. Ripetere le FASI 5 e 6 per i poli rimanenti.
- VIII. I ganci della custodia di sicurezza, una volta rilasciati, devono avere l'aspetto della figura VIII, pagina 7.
- IX. Attaccare i ganci all'anello triangolare più vicino del tappetino; se si incontrano difficoltà nell'attaccare i ganci agli anelli triangolari, seguire le istruzioni della Fig. X.
- X. Collegare i ganci alla parte anulare della molla.
- XI. Chiudere l'ingresso con la zip e fissare tutti i ganci di ingresso. I supervisori devono richiudere e riagganciare saldamente tutti i ganci d'ingresso prima di iniziare il salto.
- XII. Il vostro trampolino ha ora l'aspetto di quello della Fig. XII. Prima di saltare sul trampolino, passare alla sezione "Prova del trampolino" del presente manuale. **Per lo smontaggio, seguire le istruzioni in ordine inverso.**

12. PROVA DEL TRAMPOLINO

Dopo aver montato il trampolino, è importante eseguire i seguenti controlli di sicurezza:

Controlli di sicurezza del trampolino:

1. Controllare con un cacciavite che tutte le viti siano serrate.
2. Controllare sotto il trampolino che tutte le molle del telaio siano agganciate al tappeto da salto.
3. Muovete il trampolino e verificate la stabilità del telaio. Il pavimento deve essere in piano.
4. Utilizzando le due mani, mettete il peso del corpo su una sezione del trampolino e rilasciate per verificare che il pavimento sia uniforme.
5. Assicurarsi che le molle e il telaio siano completamente coperti dai tappeti di copertura e che questi ultimi siano fissati saldamente con le cinghie.

Controlli di sicurezza della rete di copertura:

1. Tenere la rete di pali sollevata e controllare che tutti i pali della recinzione siano robusti scuotendola.
2. Controllare che la rete e la giacca non presentino strappi nelle cuciture o nel materiale.
3. Controllare che la cerniera della rete e i ganci d'ingresso funzionino correttamente.
4. Controllare sospeso sotto il trampolino negli occhielli triangolari.
5. Controllare che tutti i ganci siano inseriti nelle asole triangolari del trampolino.

Una volta eseguiti tutti i controlli, la stabilità complessiva finale del trampolino deve essere valutata da un adulto.

13. TECNICHE DI RIMBALZO FONDAMENTALI

(USO CORRETTO DEL TRAMPOLINO)

Poiché il pericolo di lesioni è molto alto per i saltatori inesperti, è importante che imparino le tecniche di base del salto.

IL RIMBALZO DELLA BASE

1. Si parte da una posizione eretta, con i piedi alla larghezza delle spalle e la testa e gli occhi appoggiati sul tappetino.
2. Fate oscillare le braccia in avanti, verso l'alto e intorno a voi con un movimento circolare.
3. Unire i piedi a mezz'aria e puntare le punte dei piedi verso il basso.
4. Mantenere i piedi alla giusta distanza quando si atterra sul tappetino.



LA MANOVRA DI FRENATA

1. A volte si può perdere il controllo se il salto e il rimbalzo sono selvaggi. L'esecuzione della manovra di frenata consentirà all'utente di riprendere il controllo del salto e del rimbalzo equilibrio.
2. Iniziare con un rimbalzo di base.
3. Al momento dell'atterraggio, piegare bruscamente le ginocchia per interrompere il salto.



IL RIMBALZO DELLE MANI E DELLE GINOCCHIA

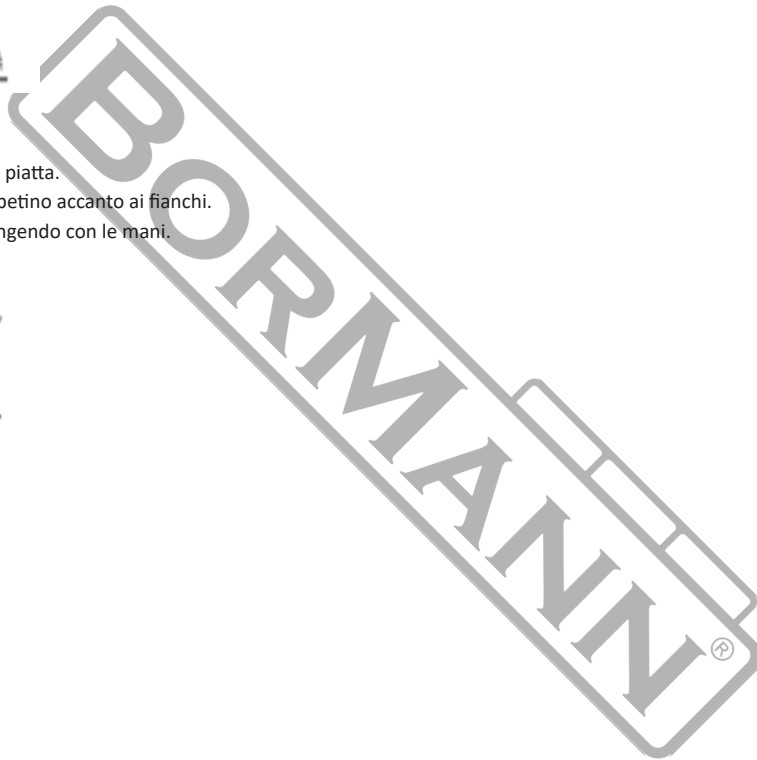
1. Iniziare con un rimbalzo di base basso e controllato.
2. Sdraiarsi sulle mani e sulle ginocchia mantenendo la schiena dritta.
3. L'enfasi deve essere posta su un buon atterraggio a quattro punti e non sull'altezza del salto.

**GINOCCHIO**

1. Iniziare con un rimbalzo di base basso e controllato.
2. Sdraiarsi sulle ginocchia mantenendo la schiena dritta. Il corpo è eretto e usa le braccia per mantenere l'equilibrio.
3. Rimbalzare alla posizione di base oscillando le braccia verso l'alto.

**SEDILE BOUNCE**

1. Atterrare in posizione seduta e piatta.
2. Le mani devono essere sul tappetino accanto ai fianchi.
3. Tornare in posizione eretta spingendo con le mani.



ВЪВЕДЕНИЕ

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ: Използването на батута се извършва на собствен риск! Операторът е отговорен за доброто състояние на батута!

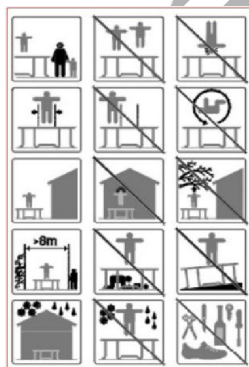
Преди да започнете да използвате този батут, трябва да прочетете това ръководство. Както при всеки друг вид физическа развлекателна дейност, участниците могат да се наранят. За да намалите риска от нараняване, следвайте съответните правила и съвети за безопасност.

1. Това ръководство е част от продукта. Съхранявайте това ръководство за бъдещи справки. В случай че давате продукта на друго лице, винаги давайте и това ръководство.
2. Неправилната употреба и злоупотребата с този батут е опасна и може да причини сериозни наранявания или смърт!
3. Батутите са съоръжения за отскачане, които издигат изпълнителя на непривична височина чрез различни движения. Затова винаги бъдете предпазливи, когато играе на батут.
4. Винаги проверявайте батута преди всяка употреба. Уверете се, че всички части са налични.
5. Правилното сглобяване, грижата и поддръжката, съветите за безопасност, предупрежденията и правилните техники за скачане и отскачане са включени в това ръководство. Всички потребители и ръководители трябва да прочетат и да се запознаят с тези инструкции. Пазете се от физическите ограничения и изпълнявайте само скокове и подскоци, съответстващи на собствените ви възможности.

Преди да започнете тренировки, потърсете съвет от лекар дали скачането на батут е подходящо за вас.

Първоначално трябва да свикнете с усещането и отскачането на батута. Фокусът трябва да бъде върху позицията на тялото ви и трябва да практикувате всяко основно отскачане, докато можете да правите всяко умение с отскачане, преди да преминете към по-трудни и напреднали отскачания. Не скачайте безразсъдно на батута, трябва да се наблегне на добрия контрол и овладяването на различните техники на скачане.

На батута не може да се качва повече от един човек! Многото скачащи увеличават риска от нараняване в резултат на сблъсък с мини-въздух.



На батута не може да се качва повече от един човек! Многото скачащи увеличават риска от нараняване в резултат на сблъсък с мини-въздух.

Не правете салта, тъй като това увеличава вероятността да се приземите върху главата или врата си. Това може да доведе до парализа или дори смърт.



1. НАСОКИ ЗА БАТУТ

1. ОБЩИ ИНСТРУКЦИИ

1.1 ЦЕЛ

Продуктът е предназначен само за домашна употреба и не е подходящ за професионална или медицинска употреба. Максималното тегло на тялото е 100 kg. Претоварването на батута над препоръчителното тегло ще доведе до повреда на батута.

1.2. ОПАСНОСТ ЗА ДЕЦАТА

Този батут е играчка. Не позволявайте на деца без надзор да се доближават до този продукт. Спазвайте необходимите предпазни мерки и наблюдавайте всички дейности на батута. Опаковъчният материал не е подходящ за деца, изхвърлете опаковъчните материали правилно.

Съществува опасност от задушаване. Батути с височина над 51 см (20 инча) не се препоръчват за деца под 3 години. Децата не могат да разпознаят потенциалните опасности от този продукт. Пазете децата далеч от този продукт. Съхранявайте продукта далеч от деца и домашни любимци.

1.3. ВНИМАНИЕ - ЩЕТИ ОТ ПРОДУКТИ

Не променяйте продукта. Използвайте само оригинални резервни части. Поправките трябва да се извършват само от квалифицирани техници. Неправилно извършените ремонти могат да застрашат безопасността на батута. Използвайте този продукт само както е описано в това ръководство. Предпазвайте продукта от влага и високи температури.

Забележка: винаги проверявайте годността за използване на този продукт, например за части, които могат да се повредят.

1.4. СЪВЕТИ ЗА СГЛОБЯВАНЕТО

- Сглобяването на продукта трябва да се извършва внимателно от поне двама възрастни, които могат да го направят. Ако има някакви съмнения, обърнете се към лице с техническа квалификация.
- Преди да започнете да сглобявате батута, прочетете всички инструкции в това ръководство.
- Отстранете всички опаковъчни материали и поставете всички части на свободно място. Това ви дава обща представа и опростява процедурата по сглобяване.
- Проверете в списъка с части дали не липсват части. Изхвърлете опаковъчния материал след приключване на монтажа.
- Когато използвате инструменти или извършвате техническа работа, винаги съществува риск от нараняване. Сглобявайте продукта внимателно.
- Създайте сигурна среда. Не оставяйте инструментите на работното място.
- Съхранявайте правилно опаковъчния материал. Фолиото и найлоновите торбички са опасни за децата (опасност от задушаване).

- След като монтирате продукта, се уверете, че всички винтове, болтове и гайки са правилно монтирани и затегнати и че всички съединения са здраво фиксирани.
- Около батута е необходимо свободно пространство от поне 9 м. Трябва да се спазва подходящо разстояние между батута и възможни опасни източници, като електрически кабели, клонови дървета, съоръжения за игра, плувни басейни и огради.
- Батутът трябва да се постави правилно преди употреба.
- Никога не поставяйте батута при дъждовни, ветровити или бурни условия, особено при осветление. Препоръчително е да разглобите и съхранявате батута при лоши метеорологични условия.
- Металната рамка на батута провежда електричество или мълнии. Удължителите и другото електрическо оборудване трябва да се държат настрана.
- Батутът винаги трябва да се използва на добре осветено място.
- Не поставяйте никакви предмети под батута.
- Други устройства за отдих трябва да се държат далеч от батута.
- При сглобяване и разглобяване използвайте защитни ръкавици.

1.5. ДОПЪЛНИТЕЛНИ СЪВЕТИ

- За допълнителна стабилност можете да поставите торбички с пясък върху краката на батута. Това ще предотврати преобръщането на батута.
- Да не се използва по време на бременност.
- Да не се използва при високо кръвно налягане.
- Скачайте с боси крака. Носенето на обувки ще повреди постелката за скачане.
- Не пушете, когато използвате батута.
- Не оставяйте никакви предмети върху батута.
- Не използвайте батута под въздействието на алкохол или наркотици.
- Поставете батута на равен терен, за предпочитане върху трева. Поставянето на батута върху твърда повърхност ще увеличи напрежението върху рамката и с течение на времето ще доведе до повреда. Поставянето на батута върху неравна повърхност може да доведе до преобръщане на батута.
- Не излагайте батута на открит огън.
- Обезопасете батута срещу неотризирана употреба.
- Не използвайте батута, ако е мокър.
- Батутът трябва да бъде завързан с анкери при ветровити условия или да бъде демонтиран и съхранен.

ДОПЪЛНИТЕЛНИ БЕЛЕЖКИ

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

1. Уверете се, че ципът на предпазната мрежа е затворен на 100% и трите куки на входа са закачени отново, преди да скочите.
2. Не скачайте умишлено в предпазната мрежа; тя е създадена, за да предпазва хората от падане от батута. Умишленото скачане в предпазната мрежа може да доведе до преобръщане на батута или да повреди мрежата.

2. ИНСТРУКЦИИ ЗА БЕЗОПАСНОСТ ЗА БАТУТИ

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

Изисква се надзор от възрастен. Не е подходящо за деца под 3 години. Съществува опасност от задущаване поради малките части, остриите точки и ръбове. Само един потребител едновременно, съществува опасност от сблъсък. Не се допускат салта или други трудни скокове. Батутът е предназначен само за употреба на открито. Не носете никакви предмети преди качване на батута. Сваляйте обувките си. Не използвайте, ако постелката за скачане е мокра. Винаги скачайте в средата на постелката за скачане. Излизайте внимателно. Почивайте след 20 минути употреба. Не яжте, докато скачате.

- Не заравяйте батута в земята.
- Всички потребители се нуждаят от ръководител, независимо от възрастта и опита им.
- Винаги трябва да се спазват инструкциите за безопасност на батута.
- Трябва да се избягват преобръщания. Неправилното поставяне на батута може да доведе до наранявания, парализа или дори смърт.
- Батутът може да се използва само от един човек едновременно. Множество потребители на батута увеличават риска от сблъсък.
- Преди употреба батутът трябва да бъде проверен за повредени, износени или дефектни части, тъй като това може да влоши цялостната безопасност на батута. Повредените, износващи се или дефектни части трябва да се заменят незабавно. Междувременно достъпът до батута трябва да бъде ограничен.
- На батута не се предлагат дрехи с кукички или подвижни части.
- Батутът трябва да се поставя само върху равна повърхност и нехлъзгави повърхности.
- При силен вятър батутът трябва да се премести на защитено място, да се разглоби или да се закрепят за земята с въжета и шнурове. Необходими са поне три закрепвания. Не е достатъчно да се закотвят пелените в земята, тъй като те могат да се изтръгнат от лепенките на въжетата.
- Опитайте се да не премествате сглобения батут, тъй като той може да се огъне по време на транспортирането. Ако е необходимо да преместите батута, вземете предвид следното: поне четирима души трябва да са равномерно разположени около рамката, за да повдигнат батута от земята. Батутът трябва да се пренася в хоризонтално положение и ако рамката смени позицията си, използвайте четирима души, за да привлечете батута във форма.
- Батутът е уред за скачане, който позволява на потребителя да скача на необичайна височина и да извършва множество движения на тялото.
- Неправилното приземяване, удрянето в рамката или покриването на подложките може да доведе до нараняване.

- Потребителите трябва да са запознати с ръководството. Това ръководство съдържа инструкции за сглобяване и препоръки за обслужване и поддръжка на батут, за да се осигури безопасно и забавно използване на батута.
- Собственикът е длъжен да контролира и гарантира, че всички ползватели на батута са информирани за достатъчно пространство около него като предпазна мярка.
- Никога не го използвайте в близост до вода и запазете достатъчно пространство около него като предпазна мярка.
- Пазете се от движещи се части, които могат да хванат ръцете и краката ви. Не поставяйте чужди предмети в батута.
- Не позволявайте на никого или на каквото и да е предмет да влиза под батута, докато някой скача върху постелката. Подложката за скачане е гъвкава и силата, която се спуска надолу, може да причини сериозни наранявания на човек.
- Спазвайте всички правила за безопасност и се запознайте с информацията в ръководството за потребителя.
- Батутът може да се използва само ако постелката за скачане е чиста и суха. Износените или повредени постелки за скачане трябва незабавно да се заменят.
- Опасните предмети трябва да бъдат отстранени от района.
- Избягвайте използването на батута без разрешение и надзор.
- Не използвайте батута под въздействието на алкохол или наркотици (лекарства).
- Научете добре основните техники за скачане, преди да опитате трудни скокове. За повече информация вижте раздел-фундаментални техники за скачане.
- Качете се на батута. Не скачайте директно върху него. Не използвайте батута като дъска за скачане за други предмети. За повече информация вижте раздел- Категории злополуки: монтиране и демонтиране.
- За допълнителна информация или документи за упражнения можете да се обърнете към обучен учител по батут.
- През зимата натоварването от сняг и много ниската температура могат да повредят батута. Препоръчва се да отстраните снега и да съхранявате постелката и заграждението на закрито. Винаги проверявайте батута преди всяка употреба.
- Самозаклучващите се гайки и болтове трябва да се сменят след 1 година.
- Предпазната мрежа също трябва да се сменя след 1 година.

Възможни причини за произшествия

Салта:

Трябва да се избягват преобръщания. Неправилното приземяване на батута може да доведе до наранявания, особено на гърба, врата или главата, включително парализа или дори смърт. Потребителят може да се нарани и при неконтролирано приземяване върху батута.

Множество потребители:

Рискът от наранявания се повишава, ако няколко души скочат едновременно на батута и загубят контрол над отскоците си. Скачащите могат да се сблъскат един с друг, да се приземят неправилно или да паднат от батута. Обикновено най-малкият или най-лекият човек може да се нарани.

Възходящи и низходящи:

Винаги се изкачвайте и спускайте внимателно. Не се придърпвайте към предпазната постелка, не стъпвайте върху пружините и не скачайте върху батута от по-високо място, например от стълба, покрив или тераса. Не скачайте от батута, независимо от естеството на земята около батута. Възможно е малките деца да се нуждаят от помощ при изкачването и слизането от батута. Не стойте върху предпазната постелка. При слизане от батута се придвижете до ръба на предпазната постелка, наведете се напред и се дръжте за рамката. След това стъпете на земята или на стълбата.

Рама и пружини:

Когато скачате на батута, се придържайте към центъра на постелката за скачане, за да намалите риска да се нараните при приземяване върху рамката или пружините. Пружините и рамката винаги трябва да бъдат напълно покрити от предпазната постелка. Избягвайте да стъпвате върху предпазната постелка, тъй като тя не е предназначена за стъпване върху нея.

Загуба на контрол:

Загубата на контрол върху скачането може да доведе до наранявания при неправилно приземяване върху постелката за скачане, рамката или пружините или при падане от батута. Контролираното скачане се характеризира с това, че човек се приземява на същото място, от което е скочил. Научете добре основните техники за скачане, преди да опитате трудни скокове. Рискът от нараняване се повишава от умората на скачащия или от въздействието на отскок, който е извън възможностите на скачащия. Контролът може да се възстанови, като при приземяването коленете се придърпат изцяло към тялото.

Наркотици и алкохол:

Рискът от нараняване се увеличава под въздействието на наркотици и алкохол, тъй като тези вещества влошават времето за реакция, преценката, стереоскопичното зрение, цялостната координация и двигателната функция на човека.

Чужди предмети:

Не използвайте батута, ако под него има домашни любимци, други хора или предмети. Не дръжте никакви предмети, докато скачате на батута, и не поставяйте никакви предмети върху батута, докато човек скача. Премахнете всички клони, кабели и др., които се намират над батута.

Лоша поддръжка:

Лошата поддръжка на батута повишава риска от нараняване. Проверявайте батута за скъсани или износени подложки за скачане и предпазни подложки, огъната рамка или липсващи части, разхлабени или счупени пружини и цялостната стабилност на батута. Проверявайте батута преди всяка употреба и незабавно подменяйте всички липсващи части. Батутът не трябва да се използва, преди да е напълно ремонтиран.

Лоши метеорологични условия:

Използвайте батута само при добри метеорологични условия. Мократа скачаща постелка е хлъзгава. Скачащият може да изгуби контрол, когато скача в условия на силен вятър.

Неограничен достъп до батута:

Моля, съхранявайте стълбата на сигурно място, когато батутът не се използва, за да предотвратите достъпа на деца до батута без надзор.

Предотвратяване на злополуки:

Ролята на потребителя при предотвратяването на злополуки:

Основните познания за батута са задължителни за сигурността. Всички ползватели на батута трябва да са се запознали с основните техники на отскачане и приземяване, преди да преминат към по-сложни отскоци. Потребителят осъществява контролирано отскачане, когато скача и се приземява на едно и също място. За повече подробности вижте параграф "Основни техники на отскачане". За допълнителна информация се обърнете към квалифициран треньор по скокове на батут.

Ролята на ръководителя:

Лицето, упражняващо надзор, трябва да знае всички инструкции за безопасност и носи отговорност за тяхното спазване. Ако няма възможност за подходящ надзор, батутът трябва да се демонтира и да се съхранява на сигурно място. Батутът трябва да бъде покрит с брезент, който се закрепва с верига и ключалка. Лицето, упражняващо надзор, трябва да се увери, че ползвателите спазват инструкциите за безопасност и че на батута е поставена информационна табела.

3. ВАЖНА ИНСТРУКЦИЯ ЗА УПОТРЕБА

Батутът трябва да се използва само под надзор, независимо от възможностите за скачане и възрастта на потребителя. Лицето, което скача, трябва да владее всички основни техники за скачане (вж. параграф "Основни техники за скачане"). Трябва да се наблегне на контролираното скачане. Скачащият не трябва да се опитва да надскочи друг човек. Не скачайте прекалено дълго. Умората може да увеличи риска от нараняване. Ползвателят трябва да носи подходящо облекло, като тениски, гащета и маратонки с меки подметки, или да скача бос.

Препоръчваме на начинаещите да носят дълги бански и горница с дълги ръкави, за да се предпазят от ожулвания.

Моля, вижте параграф "Изкачване и слизане" в параграф "Предотвратяване на злополуки". Не упражнявайте трудни отскоци, без да сте под надзора на квалифициран треньор по батут. Започнете с леки отскоци, като наблягате на техниката на отскачане, а не на височината на отскока. Никога не скачайте на батута сами и без надзор. Вижте параграф "основни техники на скачане".

4. СГЛОБЯВАНЕ НА БАТУТА

Над батута е необходимо свободно пространство от поне 9 м. Трябва да се спазва подходящо разстояние между батута и възможни източници на опасност, като електрически кабели, клони на дървета, съоръжения за игра, плувни басейни и огради. Батутът не трябва да се поставя върху твърда повърхност като асфалт, бетон и др. Моля, уверете се, че:

- Батутът е поставен върху равна, твърда и нехлъзгава повърхност.
- Мястото е добре осветено.
- В близост до батута не се поставят никакви безпокоителни предмети.

5. ПОДДЪРЖАНЕ

За да се поддържа стандартът за безопасност на батута, той трябва да се проверява редовно. Дефектиралите части, като например свързващите устройства, трябва да се заменят незабавно. Батутът не трябва да се използва, преди да е напълно ремонтиран.

Батутите са цинковани. Въпреки цинкуването може да има места с ръждиви петна в точките на свързване или под защитните капаци. За да избегнете появата на ръжда, моля, смазвайте редовно отворите на рамката и свързващите устройства с вазелин или друг подходящ смазочен материал. Това ще увеличи издръжливостта на рамката.

Необходима е редовна поддръжка. Пренебрегването на редовната поддръжка може да застраши потребителя. Спазвайте следните инструкции. Особено важно е да спазвате в началото на всеки сезон и периодично по време на сезона на използване, инструкциите за поддръжка.

- Проверете затягането на всички гайки и болтове и ги затегнете, ако е необходимо след това.
- Проверете дали краищата на всички пружини са непокътнати и не могат да се разхлабят по време на работа.
- Проверете всички покрития за болтове и остри ръбове. Ако е необходимо, ги сменете.
- Не извършвайте никакви промени по батута. Използвайте само оригинални резервни части. Поправките трябва да се извършват само от квалифицирани лица. Неправилно извършените ремонти могат да застрашат безопасността на батута. Използвайте този продукт само както е описано в това ръководство.
- Недобре поддържаният батут увеличава риска от нараняване. Проверявайте за скъсани или износени постелки и покривала, огънати или липсващи части на рамката, разхлабени или счупени пружини и цялостна стабилност на батута. Преди всяка употреба батутът трябва да се проверява. Износените или повредените части трябва да се заменят незабавно. Батутът не трябва да се използва до пълното му възстановяване.
- Ако се използват самозаклучващи се гайки или болтове, уверете се, че те са подходящи само за еднократна употреба и трябва да бъдат заменени.

6. ПОЧИСТВАНЕ

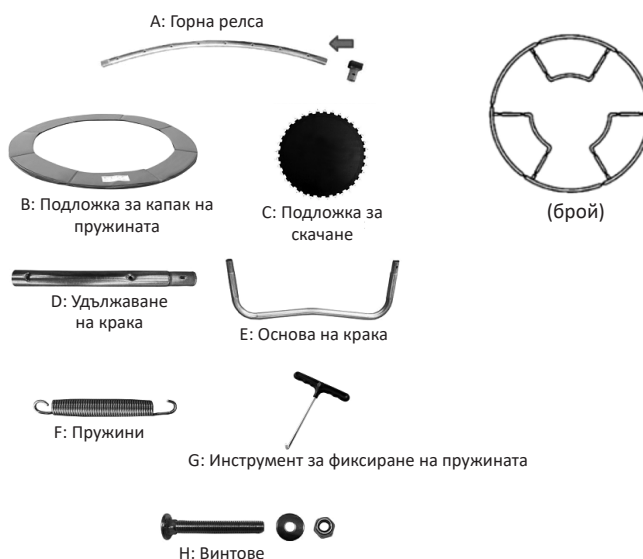
Избършете батута с мека кърпа. Не използвайте абразивни или други химически препарати.

7. ОПАКОВАНЕ

Този батут е защитен от повреди при транспортиране чрез подходяща опаковка. По-голямата част от опаковъчния материал може да се рециклира. Този продукт трябва да бъде изхвърлен по подходящ начин.

8. СПИСЪК НА ЧАСТИТЕ НА БАТУТА

АРТИКУЛ	Модел	8FT (брой)
A	Горна релса	6
B	Подложка за покритие на пружината	1
C	Мат за скачане	1
D	Удължаване на краката	0
E	Основа за крака	3
F	Пружини	36
G	Инструмент за фиксиране на пружини	1
H	Винт	0



9. МОНТАЖ НА БАТУТ

За идентифициране на частите вижте СПИСЪКА НА ЧАСТИТЕ НА ТРАМПОЛИНА (глава 8).

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ:

За следното сглобяване са необходими двама възрастни в добро физическо състояние. За ваша безопасност трябва да носите подходящи обувки и облекло. Неспазването на тези инструкции и предупреждения може да доведе до нараняване.

ЗАБЕЛЕЖКА:

Картинката може да се различава леко при различните модели батута.

ПРОЦЕДУРА ЗА СГЛОБЯВАНЕ НА БАТУТ

(следвайте фигурите от страница 6)

- Разположете всички части на батута на групи, както е показано по-горе.
- Прикрепете удължителите на краката към основата на краката и ги затегнете с винтовете. Повторете това за всички опори за крака.
- Прикрепете всички горни релси, за да образуват голям кръг. Свързването на последната връзка може да изисква двама души. Вторият човек трябва да държи противоположната страна, докато вие привеждате двата края на кръга заедно.
- Прикрепете всички опори за крака, които сглобихте в СТЪПКА 2, към горната рамка.
- Прикрепете опората за крака към горната рамка и я затегнете здраво с винтовете.
- На този етап батутът трябва да изглежда като на снимката на фиг. 6.
- С частта на шева, обърната надолу, поставете подложка за скачане в рамката и прикрепете пружина към един от триъгълните пръстени на подложката. След това прикрепете другия край на пружината към рамката.
- Повторете СТЪПКА 7 точно срещу мястото, където сте закрепили първата пружина. След това прикрепете още две пружини на половината разстояние между първите две пружини, точно една срещу друга. Това ще гарантира, че напрежението между пружините е равномерно разпределено.
- Повторете процедурата за останалите пружини. Използвайте инструмента за пружини, както е показано по-горе. Предупреждение: По време на сглобяването на пружините внимавайте къде поставяте ръцете си други части на тялото ви като свързващи точки.
- Пружините, които са подложени на голямо напрежение, може да изискват съседни пружини да се закрепват на всеки четири или пет отвора. Така напрежението на пружината се разпределя равномерно.
- Прикрепете останалите пружини, докато всички пружини бъдат закрепени към рамката.
- Поставете подложките на капака върху външния ръб, така че пружините да бъдат покрити.
- Прикрепете всички нишки на покриващата подложка към пружините.
- Преминете към раздела "Тестване на батута" в това ръководство, преди да скочите на батута.

10. СПИСЪК НА ЧАСТИТЕ НА ПРЕДПАЗНИЯ КОЖУХ

АРТИКУЛ	Модел	8FT (брой)
A	Горен полюс	6
B	Долен полюс	6
C	Защитна мрежа	1
D	Бърза скоба	12
E	Изправен инструмент	1
F	Стълба	1



11. МОНТАЖ НА ПРЕДПАЗЕН КОЖУХ

- I. Поставете долния стълб в горния стълб, повторете за всички стълбове.
- II. Поставете предпазната мрежа върху батута, както е показано по-горе, и бъдете готови за следващата стъпка.
- III. Плъзнете сглобените стълбове на корпуса в сака на мрежестите стълбове на корпуса за безопасност (фиг.II, страница 7).
- IV. Повторете СТЪПКА 3 за всички стълбове на заграждението, като се уверите, че сте поставили стълбовете здраво в кожата.
- V. Може да се наложи друг човек да държи стълба на заграждението на място, докато го закрепвате към опорите на краката в следващата стъпка.
- VI. Използвайте бързата скоба, за да закрепите стълба на заграждението към отвора на удължителя на крака и към отвора на Т-образния прът.
- VII. Повторете СТЪПКА 5 до СТЪПКА 6 за останалите полюси.
- VIII. Куките на предпазния кожух при освобождаване трябва да изглеждат както на фигура VIII, страница 7.
- IX. Прикрепете куките към най-близкия триъгълен пръстен на постелката, ако ви е трудно да прикрепите куките към триъгълните пръстени, следвайте инструкциите на фигура X.
- X. Прикрепете куките към пръстеновидната част на пружината.
- XI. Затворете входа с цип и закрепете всички кукички на входа. Преди да започне скачането, ръководителите трябва отново да закопчат и закрепят здраво всички куки на входа.
- XII. Сега вашият батут изглежда като този на фигура XII. Преминете към раздела за тестване на батута в това ръководство, преди да скочите на батута. За разглобяване, моля, следвайте инструкциите за разглобяване в обратен ред.

12. ТЕСТВАНЕ НА БАТУТА

След сглобяването на батута е важно да извършите следните проверки за безопасност:

Проверки за безопасност на батута:

1. Проверете с отвертка дали всички винтове са затегнати.
2. Проверете под батута дали всички пружини на рамката са закачени за постелката за скачане.
3. Преместете батута и проверете стабилността на рамката. Подът трябва да е равен.
4. С помощта на двете си ръце поставете тежестта на тялото си върху една част от батута и отпуснете, за да проверите дали подът е равен.
5. Уверете се, че пружините и рамката са напълно покрити с покриващи постелки и че покриващата постелка е здраво закрепена с колани.

Проверки за безопасност на мрежата на заграждението:

1. Задръжте мрежата за стълбове и проверете дали всички стълбове на заграждението са здрави, като я разклатите.
2. Проверете мрежата на заграждението и якето за разкъсване на шевовете или материала.
3. Проверете дали ципът на мрежата на заграждението и куките на входа функционират правилно.
4. Проверете дали е окачен под батута в триъгълните отвори.
5. Проверете дали всички куки са поставени в триъгълните отвори на батута.

След като бъдат извършени всички проверки, възрастният трябва да оцени окончателната цялостна стабилност на батута.

13. ОСНОВНИ ТЕХНИКИ ЗА ОТСКОЦИ

(ПРАВИЛНО ИЗПОЛЗВАНЕ НА БАТУТ)

Тъй като опасността от нараняване е много голяма за неопитните скачачи, е важно те да научат основните техники за скачане.

БАЗОВИЯТ ОТСКОК

1. Започнете от стоеж, краката са на ширината на раменете, а главата и очите са върху постелката.
2. Размахвайте ръцете си напред, нагоре и наоколо с кръгови движения.
3. Съберете краката си във въздуха и насочете пръстите надолу.
4. При приземяване на постелката краката трябва да са на една ширина.



МАНЕВРАТА ЗА СПИРАНЕ

1. Понякога контролът може да бъде загубен, ако скокът и отскокът са диви. Извършването на маневрата за спиране ще позволи на потребителя да възстанови контрола върху скока и баланс.
2. Започнете с основен скок.
3. При приземяване свийте рязко коленете и това ще ви позволи да спрете да скачате.



СКАЧАНИЕ НА КОЛЕНЕ И РЪЦЕ

1. Започнете с ниско контролиран основен отскок.
2. Застанете на ръце и колене, като държите гърба изправен.
3. Акцентът трябва да бъде поставен върху доброто четириточково приземяване, а не върху височината на скока.

**КЛЕКЪТ НА КОЛЕНЕТЕ**

1. Започнете с ниско контролиран основен отскок.
2. Свинска мас на колене с изправен гръб. Тялото е изправено и използва ръцете, за да поддържа равновесие.
3. Върнете се в основната позиция за отскок, като размахвате ръце нагоре.

**СЕДАЛКОВА БУНА**

1. Приземете се в хоризонтално седнало положение.
2. Ръцете трябва да са на постелката до бедрата.
3. Върнете се в изправено положение, като натискате с ръце.



UVOD

OPOZORILO: trampolin uporabljate na lastno odgovornost! Upravljavec je odgovoren za dobro stanje trampolina!

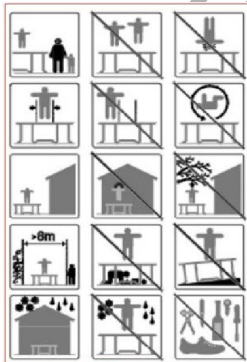
Preden začnete uporabljati ta trampolin, morate prebrati ta priročnik. Tako kot pri vseh drugih vrstah fizične rekreacije se lahko udeleženci poškodujejo. Da bi zmanjšali tveganje za poškodbe, upoštevajte ustrezna varnostna pravila in nasvete.

1. Ta priročnik je del izdelka. Ta priročnik shranite za prihodnje sklicevanje. Če izdelek predate drugi osebi, ji vedno izročite tudi ta priročnik.
2. Nepravilna uporaba in zloraba tega trampolina je nevarna in lahko povzroči hude poškodbe ali smrt!
3. Trampolini so naprave za odbijanje, ki izvajalca z različnimi gibi poženejo na nenavadno višino. Zato bodite vedno previdni, ko igranje na trampolinu.
4. Pred vsako uporabo trampolin vedno preglejte. Prepričajte se, da so vsi deli prisotni.
5. V tem priročniku so vključeni pravilna montaža, nega in vzdrževanje, varnostni nasveti, opozorila ter pravilne tehnike skakanja in odbijanja. Vsi uporabniki in nadzorniki morajo ta navodila prebrati in se z njimi seznaniti. Pazite na fizične omejitve in izvajajte le skoke in odboje, ki ustrezajo vašim sposobnostim.

Pred začetkom vadbe se posvetujte z zdravnikom, ali je skakanje na trampolinu primerno za vas.

Sprva se morate navaditi na občutek in odbijanje trampolina. Osredotočiti se morate na položaj telesa, vaditi pa morate vsak temeljni odboj, dokler ne znate opraviti vsake spretnosti z odbojem, preden preidete na težje in naprednejše odboje. Na trampolinu se ne odbijajte nepremišljeno, poudarek je treba dati dobremu nadzoru in obvladovanju različnih tehnik odbijanja.

Na trampolinu je dovoljena le ena oseba! Več skakalcev poveča tveganje za poškodbe zaradi trkov z miniranjem.



Na trampolinu je dovoljena le ena oseba! Več skakalcev poveča tveganje za poškodbe zaradi trkov z miniranjem.

Ne izvajajte salte, saj se poveča možnost, da boste pristali na glavi ali vratu. To lahko povzroči paralizo ali celo smrt.

**1. SMERNICE ZA TRAMPOLINE****1. SPLOŠNA NAVODILA****1.1 NAMEN**

Izdelek je namenjen samo za domačo uporabo in ni primeren za profesionalno ali medicinsko uporabo. Največja dovoljena telesna teža je 100 kg. Preobremenitev trampolina nad priporočeno težo bo povzročila poškodbe trampolina.

1.2. NEVARNOST ZA OTROKE

Ta trampolin je igrača. Otrokom brez nadzora ne dovolite, da se približajo temu izdelku. Upoštevajte potrebne varnostne ukrepe in nadzorujte vse dejavnosti na trampolinu. Embalažni material ni primeren za otroke, embalažni material ustrezno odvrzite. Obstaja nevarnost zadušitve. Trampolini, višji od 51 cm (20 palcev), niso priporočljivi za otroke, mlajše od 3 let. Otroci ne morejo prepoznati morebitnih nevarnosti, ki jih prinaša ta izdelek. Otrokom preprečite dostop do tega izdelka. Izdelek shranjujte stran od otrok in hišnih ljubljencev.

1.3. POZORNOST - ŠKODA ZARADI IZDELKA

Izdelka ne spreminjajte. Uporabljajte samo originalne nadomestne dele. Popravila lahko izvajajo le usposobljeni tehniki. Nepravilna popravila lahko ogrozijo varnost trampolina. Ta izdelek uporabljajte samo tako, kot je opisano v tem priročniku. Izdelek zaščitite pred vlago in visokimi temperaturami.

Opomba: vedno preverite ustreznost tega izdelka za uporabo, na primer preverite, ali so deli, ki se lahko poškodujejo.

1.4. NASVETI ZA MONTAŽO

- Izdelek morata skrbno sestaviti vsaj dve sposobni odrasli osebi. Če ste v dvomih, se posvetujte s tehnično usposobljeno osebo.
- Preden začnete sestavljati trampolin, preberite vsa navodila v tem priročniku.
- Odstranite ves embalažni material in vse dele položite na prosto mesto. Tako boste imeli pregled in poenostavili postopek sestavljanja.
- Na seznamu delov preverite, ali noben del ne manjka. Po končani montaži odstranite embalažni material.
- Pri uporabi orodij ali tehničnem delu vedno obstaja nevarnost poškodb. Izdelek sestavljajte previdno.
- Ustvarite varno okolje. Orodja ne puščajte na delovnem mestu.
- Pakirni material pravilno shranite. Folijske in plastične vrečke so nevarne za otroke (nevarnost zadušitve).

- Po namestitvi izdelka se prepričajte, da so vsi vijaki, sorniki in matice pravilno nameščeni in zategnjeni ter da so vsi spoji trdno pritrjeni.
- Okoli trampolina je potreben najmanj 9-metrski varnostni prostor. Med trampolinom in morebitnimi nevarnimi viri, kot so električni kabli, veje dreves, igralne naprave, bazeni in ograje, mora biti ustrezen odmik.
- Pred uporabo je treba trampolin pravilno nastaviti.
- Nikoli ne postavljajte trampolina v deževnih, vetrovnih ali nevihtnih razmerah, zlasti ne v pogojih osvetlitve. V slabih vremenskih razmerah je priporočljivo trampolin razstaviti in shraniti.
- Kovinski okvir trampolina prevaja elektriko ali strele. Podaljševalne vrvice in drugo električno opremo je treba držati stran.
- Trampolin morate vedno uporabljati na dobro osvetljenem območju.
- Pod trampolin ne postavljajte nobenih predmetov.
- Druge naprave za prosti čas morajo biti oddaljene od trampolina.
- Pri sestavljanju ali razstavljanju uporabljajte zaščitne rokavice.

1.5. DODATNI NASVETI

- Za dodatno stabilnost lahko na noge trampolina namestite vrečke s peskom. To bo preprečilo, da bi se trampolin prevrnil.
- Ne uporabljajte med nosečnostjo.
- Ne uporabljajte pri visokem krvnem tlaku.
- Skačite z bosimi nogami. Če nosite čevlje, boste poškodovali skakalno podlogo.
- Med uporabo trampolina ne kadite.
- Na trampolinu ne puščajte nobenih predmetov.
- Trampolina ne uporabljajte pod vplivom alkohola ali drog.
- Postavite trampolin na ravna tla, po možnosti na travo. Postavitev trampolina na trdo podlago bo povečala obremenitev okvirja in sčasoma povzročila poškodbe. Postavitev trampolina na neravno površino lahko povzroči, da se trampolin prevrne.
- Trampolina ne izpostavljajte odprtemu ognju.
- Trampolin zavarujte pred nepooblaščenno uporabo.
- Ne uporabljajte, če je trampolin moker.
- V vetrovnih razmerah je treba trampolin privezati s sidri ali pa ga razstaviti in shraniti.

DODATNE OPOMBE

OPOZORILO

1. Pred skokom se prepričajte, da je zadruga varnostne ograjene mreže 100-odstotno zaprta in da so vsi trije vstopni kavli ponovno zatakneni.
2. V varnostno mrežo ne skačite namerno; namenjena je za preprečevanje padcev s trampolina. Namerno skakanje v varnostno mrežo lahko povzroči prevrnitev trampolina ali poškoduje mrežo.

2. VARNOSTNA NAVODILA ZA TRAMPOLINE

OPOZORILO

Potreben je nadzor odrasle osebe. Ni primerno za otroke, mlajše od 3 let. Zaradi majhnih delov, ostrih konic in robov obstaja nevarnost zadušitve. Naenkrat lahko uporablja samo en uporabnik, obstaja nevarnost trka. Brez salte in drugih zahtevnih skokov. Trampolin je namenjen samo za zunanjo uporabo. Pred vstopom na trampolin ne prenašajte nobenih predmetov. Snemite čevlje. Ne uporabljajte, če je skakalna podloga mokra. Vedno skačite na sredini skakalne podlage. Izstopite previdno. Po 20 minutah uporabe počivajte. Med skakanjem ne jejte.

- Trampolina ne zakopljite v zemljo.
- Vsi uporabniki potrebujejo nadzornika, ne glede na starost in izkušnje uporabnikov.
- Vedno je treba upoštevati varnostna navodila trampolina.
- Izogibati se je treba saltam. Nepravilno nameščanje na trampolinu lahko povzroči poškodbe, paralizo ali celo smrt.
- Trampolin lahko hkrati uporablja le ena oseba. Več uporabnikov na trampolinu poveča tveganje trka.
- Pred uporabo je treba preveriti, ali so deli trampolina poškodovani, obrabljeni ali okvarjeni, saj lahko to poslabša splošno varnost trampolina.
- Poškodovane obrabljive ali okvarjene dele je treba takoj zamenjati. Medtem je treba dostop do trampolina omejiti.
- Na trampolinu ni dovoljeno nositi oblačil s kljukami ali snemljivimi deli.
- Trampolin lahko postavite le na ravnih tleh in neдрсеčih površinah.
- V primeru močnega vetra je treba trampolin prestaviti na zaščiteno mesto, ga razstaviti ali pritrčiti na tla z vrvmi in trakovi. Potrebna so vsaj tri sidrišča. Ni dovolj, da se polkna zasidrajo v zemljo, saj se lahko iztrgajo iz vrvic za obliže.
- Sestavljenega trampolina ne premikajte, saj se lahko med prevozom upogne. Če je treba trampolin premakniti, upoštevajte naslednje: vsaj štiri osebe morajo biti enakomerno razporejene okoli okvirja, da lahko trampolin dvignejo s tal. Trampolin je treba prenašati vodoravno, in če okvir spremeni položaj, uporabite štiri osebe, da trampolin potegnete v obliko.
- Trampolini so naprave za skakanje, ki uporabniku omogočajo skoke na nenavadne višine in številne telesne gibe. Nepravilen pristanek, udarjanje ob okvir ali prekrivanje blazin lahko privede do poškodb.

- Uporabniki morajo biti seznanjeni s priročnikom. Ta priročnik vsebuje navodila za montažo ter priporočila za servisiranje in vzdrževanje da bi zagotovili varno in zabavno uporabo trampolina.
- Lastnik je dolžan nadzorovati in zagotoviti, da so vsi uporabniki trampolina seznanjeni z zadostnim prostorom okoli njega kot varnostnim ukrepom.
- Nikoli ga ne uporabljajte v bližini vode in zaradi varnosti poskrbite za dovolj prostora okoli njega.
- Pazite na premikajoče se dele, ki lahko ujamejo vaše roke in noge. V trampolin ne vstavljajte nobenih tujih predmetov.
- Ne dovolite, da bi kdo ali kakršen koli predmet segel pod trampolin, medtem ko nekdo skače na blazini. Podloga za skakanje je prožna in sila, ki deluje navzdol, lahko povzroči hude poškodbe.
- Upoštevajte vsa varnostna pravila in se seznanite z informacijami v uporabniškem priročniku.
- Trampolin lahko uporabljate le, če je podloga za skakanje čista in suha. Obrabljene ali poškodovane skakalne preproge je treba takoj zamenjati.
- Z območja je treba odstraniti nevarne predmete.
- Z ogibajte se nepooblaščenim uporabi trampolina brez nadzora.
- Trampolina ne uporabljajte pod vplivom alkohola ali drog (zdravil).
- Preden se lotite zahtevnih skokov, se temeljito naučite temeljnih tehnik skakanja. Za več informacij glejte poglavje Temeljne tehnike skokov.
- Plezajte na trampolin. Ne skačite neposredno nanj. Trampolina ne uporabljajte kot odskočno desko za druge predmete. Za več informacij glejte poglavje - kategorije nezgod: montaža in demontaža.
- Za dodatne informacije ali vadbene dokumente se lahko obrnete na usposobljenega učitelja trampolina.
- Pozimi lahko obremenitev s snegom in zelo nizka temperatura poškodujeta trampolin. Priporočljivo je, da odstranite sneg ter podlogo in ogrado shranite v zaprtih prostorih. Pred vsako uporabo trampolin vedno preverite.
- Samorezilne matice in vijake je treba zamenjati po enem letu.
- Po enem letu je treba zamenjati tudi varnostno mrežo.

Možni vzroki nesreč

Salte:

Izogibati se je treba saltam. Nepravilno pristajanje na trampolinu lahko povzroči poškodbe, zlasti hrbta, vratu ali glave, vključno s paralizno ali celo smrtjo. Uporabnik se lahko poškoduje tudi zaradi nenadzorovanega pristanka na trampolinu.

Več uporabnikov:

Tveganje za poškodbe se poveča, če na trampolin hkrati skoči več oseb in izgubijo nadzor nad svojimi odskoki. Skakalci lahko trčijo drug v drugega, nepravilno pristanejo ali padejo s trampolina. Običajno se lahko poškoduje najmanjša ali najlažja oseba.

Vzpenjanje in spuščanje:

Vedno se previdno vzpenjajte in spuščajte. Ne vlečete se za zaščitno podlogo, ne hodite po vzmetnicah in ne skačite na trampolin z višjega mesta, kot so lestev, streha ali terasa. Ne skačite s trampolina ne glede na naravo tal v okolici trampolina. Majhni otroci bodo morda potrebovali pomoč pri vzpenjanju in spuščanju s trampolina. Ne stojte na zaščitni podlogi. Pri spuščanju s trampolina se premaknite do roba zaščitne podloge, se nagnite naprej in se držite za okvir. Nato stopite na tla ali lestev.

Okvir in vzmeti:

Pri skakanju na trampolinu se držite v sredini podloge za skakanje, da bi zmanjšali nevarnost poškodb zaradi pristanka na okvir ali vzmeti. Vzmeti in okvir morata biti vedno v celoti pokrita z zaščitno podlogo. Ne stopajte na zaščitno podlogo, saj ni namenjena stopanju.

Izguba nadzora:

Če izgubite nadzor nad odskokom, se lahko poškodujete zaradi nepravilnega pristanka na odskočni blazini, okvirju ali vzmetnicah ali zaradi padca s trampolina. Za nadzorovan odboj je značilno, da oseba pristane na istem mestu, s katerega je skočila. Preden se lotite zahtevnih skokov, se temeljito naučite temeljnih tehnik skakanja. Tveganje za poškodbe se poveča zaradi utrujenosti osebe, ki skače, ali zaradi vpliva na odskok, ki presega sposobnosti osebe za odskok. Nadzor lahko ponovno pridobite tako, da med pristankom kolena popolnoma pritegnete k telesu.

Droge in alkohol:

Pod vplivom drog in alkohola je tveganje za poškodbe večje, saj te snovi poslabšajo reakcijski čas, presojo, stereoskopski vid ter splošno koordinacijo in motorične funkcije osebe.

Tuji predmeti:

Trampolina ne uporabljajte, če so pod trampolinom domače živali, druge osebe ali predmeti. Med skakanjem na trampolinu ne držite nobenih predmetov in med skakanjem ne postavljajte nobenih predmetov na trampolin. Odstranite vse veje, kable itd., ki so nad trampolinom.

Slabo vzdrževanje:

Slabo vzdrževanje trampolina povečuje tveganje za poškodbe. Na trampolinu preverite, ali so podrte ali obrabljene odbojne in zaščitne podloge, nagnjen okvir ali manjkajoči deli, ohlapne ali zlomljene vzmeti ter splošno stabilnost trampolina. Pred vsako uporabo trampolin preverite in takoj zamenjajte vse manjkajoče dele. Trampolina ne smete uporabljati, dokler ni v celoti popravljen.

Slabe vremenske razmere:

Trampolin uporabljajte le v dobrih vremenskih razmerah. Mokra skakalna preproga je spolzka. Skakalec lahko pri skakanju v razmerah močnega vetra izgubi nadzor.

Neomejen dostop do trampolina:

Ko trampolina ne uporabljate, lestev shranite na varnem mestu, da bi otrokom preprečili nenadzorovan dostop do trampolina.

Preprečevanje nesreč:

Vloga uporabnika pri preprečevanju nesreč:

Osnovno znanje o trampolinu je nujno potrebno za varnost. Vsi uporabniki trampolina morajo biti seznanjeni z osnovnimi tehnikami oddivanja in pristajanja, preden preidejo na zahtevnejše oddivanje. Uporabnik povzroči nadzorovan odboj, ko odskoči in pristane na istem mestu. Za več podrobnosti glejte odstavek "Osnovne tehnike odskakovanja". Za dodatne informacije se obrnite na usposobljenega trenerja na trampolinu.

Vloga nadzornika:

Nadzorna oseba mora poznati vsa varnostna navodila in je odgovorna za njihovo upoštevanje. Če ustrezen nadzor ni mogoč, je treba trampolin razstaviti in ga shraniti na varnem mestu. Pokriti ga je treba s ponjavo, ki je zavarovana z verigo in ključavnico. Nadzorna oseba mora poskrbeti, da uporabniki upoštevajo varnostna navodila, na trampolinu pa mora biti nameščena informativna tabla.

3. POMEMBNA NAVODILA ZA UPORABO

Trampolin lahko uporabljate le pod nadzorom, ne glede na sposobnost skakanja in starost uporabnika. Skakalec mora obvladati vse osnovne tehnike skakanja (glejte odstavek "osnovne tehnike skakanja"). Poudarek mora biti na nadzorovanem skakanju. Skakalec ne sme poskušati prehiteti druge osebe. Ne skačite predolgo. Utrujenost lahko poveča tveganje za poškodbe. Uporabnik mora nositi primerna oblačila, kot so majice, kopalke in športne copate z mehкими podplati, ali pa skakati bos.

Začetnikom priporočamo, da nosijo dolge kopalke in majice z dolgimi rokavi, da bi preprečili odrgnine.

Oglejte si odstavek "vzpenjanje in spuščanje" v odstavku "preprečevanje nesreč". Ne izvajajte težkih odbojev, ne da bi vas pri tem nadzoroval usposobljen trener na trampolinu. Začnite z lahкими odskoki, pri katerih je poudarek na tehniki odskakovanja in ne na višini odskoka. Nikoli ne skačite na trampolinu sami in brez nadzora. Glejte odstavek "osnovne tehnike skakanja".

4. SESTAVLJANJE TRAMPOLINA

Nad trampolinom je potreben najmanj 9-metrski varnostni prostor. Med trampolinom in morebitnimi viri nevarnosti, kot so električni kabli, veje dreves, igralne naprave, bazeni in ograje, mora biti ustrezen odmik. Trampolina ne smete postaviti na trdo površino, kot so asfalt, beton itd. Prepričajte se, da:

- Trampolin je postavljen na ravno, trdno in ne drsečo površino.
- Prostor je dobro osvetljen.
- Ob trampolinu ni motečih predmetov.

5. VZDRŽEVANJE

Da bi ohranili varnostni standard trampolina, ga je treba redno preverjati. Okvarjene dele, kot so priključne naprave, je treba takoj zamenjati. Trampolin se ne sme uporabljati, dokler ni v celoti popravljen.

Trampolini so pocinkani. Kljub pocinkanosti lahko na priključnih mestih ali pod zaščitnimi pokrovi nastajajo rjaste liše. Da bi se izognili rji, redno mažite luknje okvirja in priključne naprave z vazelinom ali drugim ustreznim mazivom. To bo povečalo trajnost okvirja.

Potrebno je redno vzdrževanje. Zanemarjanje rednega vzdrževanja lahko ogrozi uporabnika. Upoštevajte naslednja navodila. Še posebej pomembno je, da na začetku vsake sezone in občasno med sezono uporabe upoštevate navodila za vzdrževanje.

- Preverite, ali so vse matice in vijaki zategnjeni, in jih po potrebi zategnite.
- Preverite, ali so konci vseh vzmeti še vedno nepoškodovani in se med uporabo ne morejo sprostiti.
- Na vseh prevlekah preverite, ali so vijaki in ostri robovi. Po potrebi jih zamenjajte.
- Na trampolinu ne izvajajte nobenih sprememb. Uporabljajte samo originalne nadomestne dele. Popravila lahko izvajajo le usposobljene osebe. Nepravilna popravila lahko ogrozijo varnost trampolina. Ta izdelek uporabljajte samo tako, kot je opisano v tem priročniku.
- Slabo vzdrževan trampolin povečuje tveganje za poškodbe. Preverite, ali so podrti ali obrabljeni podloge in prevleke, upognjeni ali manjkajoči deli okvirja, ohlapne ali zlomljene vzmeti ter splošno stabilnost trampolina. Pred vsako uporabo je treba trampolin pregledati. Obrabljene ali poškodovane dele je treba takoj zamenjati. Trampolin se ne sme uporabljati, dokler se ne obnovi.
- Če uporabljate samozaporne matice ali vijake, se prepričajte, da so primerni le za enkratno uporabo in jih je treba zamenjati.

6. ČIŠČENJE

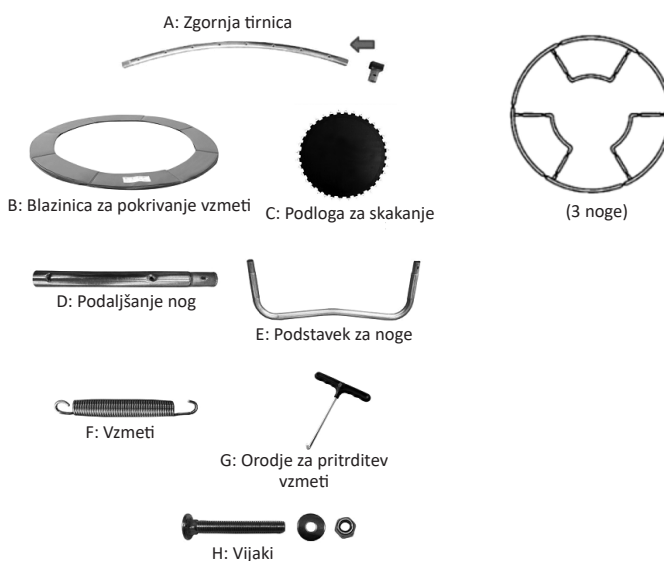
Trampolin obrišite z mehko krpo. Ne uporabljajte abrazivnih ali drugih kemičnih čistilnih sredstev.

7. EMBALAŽA

Ta trampolin je z ustrežno embalažo zaščiteno pred poškodbami pri prevozu. Večino embalažnega materiala je mogoče reciklirati. Ta izdelek je treba odstraniti na ustrezen način.

8. SEZNAM DELOV TRAMPOLINA

TOČKA	Model	8FT (število)
A	Zgornja tirnica	6
B	Podloga za pokrivanje vzmeti	1
C	Podloga za skakanje	1
D	Podaljšanje nog	0
E	Podstavek za noge	3
F	Vzmeti	36
G	Orodje za pritrjevanje vzmeti	1
H	Vijak	0



9. MONTAŽA TRAMPOLINA

Za identifikacijo delov glejte SEZNAM DELOV TRAMPOLINE (poglavje 8).

OPOZORILO:

Za naslednje sestavljanje sta potrebna dva odrasla človeka v dobri fizični kondiciji. Za vašo varnost morate nositi primerno obutev in oblačila. Neupoštevanje teh navodil in opozoril lahko povzroči poškodbe.

OPOMBA:

Slika se lahko pri različnih modelih trampolinov nekoliko razlikuje.

POSTOPEK MONTAŽE TRAMPOLINA

(upoštevajte podatke na strani 6)

- Vse dele trampolina razporedite v skupine, kot je prikazano zgoraj.
- Podaljške za noge pritrдите na podlago za noge in jih pritrđite z vijaki. Ponovite za vse podpore za noge.
- Vse zgornje tirnice pritrđite tako, da tvorijo velik krog. Za spajanje zadnjega člena bosta morda potrebna dva človeka. Druga oseba naj drži nasprotno stran, medtem ko vi prinesete oba konca kroga združite.
- Na zgornji okvir pritrđite vse podpore za noge, ki ste jih sestavili v KORAKU 2.
- Oporo za noge pritrđite na zgornji okvir in jo tesno pritrđite z vijaki.
- Na tej stopnji mora biti trampolin podoben sliki na sliki 6.
- S šivanim delom obrnjenim navzdol položite podlogo za skoke v okvir in pritrđite vzmet v enega od trikotnih obročev na podlogi. Nato pritrđite drugi konec vzmeti na okvir.
- Korak 7 ponovite neposredno nasproti mesta, kjer ste pritrđili prvo vzmet. Nato pritrđite še dve vzmeti na polovični razdalji med prvima dvema vzmetema, neposredno nasproti ene in druge. S tem boste zagotovili, da bo med vzmetmi enakomerno razporejena napetost.
- Postopek ponovite za preostale vzmeti. Uporabite orodje za vzmeti, kot je prikazano zgoraj. Opozorilo: Med sestavljanjem vzmeti pazite, kam polagate roke druge dele telesa kot povezovalne točke.
- Vzmeti, ki so močno napete, lahko zahtevajo pritrđitev sosednjih vzmeti na vsakih štiri ali pet lukenj. Tako je napetost vzmeti enakomerno porazdeljena.
- Pritrđite preostale vzmeti, dokler niso vse vzmeti pritrđene na okvir.
- Pokrivne blazinice položite na zunanji rob, tako da so vzmeti pokrite.
- Na vzmeti pritrđite vse vrvice pokrivne blazinice.
- Pred skakanjem na trampolinu preberite poglavje Testiranje trampolina v tem priročniku.

10. SEZNAM DELOV VARNOSTNEGA OHIŠJA

TOČKA	Model	8FT (število)
A	Zgornji pol	6
B	Spodnji drog	6
C	Varnostna mreža	1
D	Hitra objemka	12
E	Primerno orodje	1
F	Lestev	1



11. MONTAŽA VARNOSTNEGA OHIŠJA

- I. Spodnjo palico vstavite v zgornjo palico in to ponovite za vse palice.
- II. Mrežo varnostne ograje postavite na trampolin, kot je prikazano zgoraj, in jo pripravite za naslednji korak.
- III. Sestavljene palice ohišja vstavite v plašč mrežnih palic varnostnega ohišja (Slika II, stran 7).
- IV. Korak 3 ponovite za vse palice ohišja in se prepričajte, da ste palice trdno vstavili v plašč.
- V. Morda boste potrebovali drugo osebo, ki bo držala drog ograde na mestu, medtem ko boste v naslednjem koraku drog pritrdili na opornike za noge.
- VI. S hitro objemko pritrdite drog ograjenega prostora na luknjo podaljška noge in na luknjo T-stebrička.
- VII. Za preostale droge ponovite KROK 5 do KROK 6.
- VIII. Kljuke varnostnega ohišja morajo biti po sprostitvi videti kot na sliki VIII, stran 7.
- IX. Pritrdite kaveljčke na najbližji trikotni obroč podloge; če vam je težko pritrditi kaveljčke na trikotne obroče, upoštevajte navodila na sliki X.
- X. Kljuke pritrdite na obročni del vzmeti.
- XI. Zapnite zadrgo in zapnite vse kavlje na vhodu. Pred začetkom skokov morajo nadzorniki ponovno zapreti zadrgo in varno pripeti vse vstopne kavlje.
- XII. Vaš trampolin je zdaj videti kot na sliki XII. Preden skočite na trampolin, nadaljujte s testiranjem trampolina v tem priročniku. **Pri razstavljanju upoštevajte navodila v obratnem vrstnem redu.**

12. TESTIRANJE TRAMPOLINA

Po sestavljanju trampolina je pomembno, da opravite naslednje varnostne preglede:

Varnostni pregledi trampolina:

1. Z izvijačem preverite, ali so vsi vijaki zategnjeni.
2. Pod trampolinom preverite, ali so vse vzmeti okvirja priklopljene na podlogo za skakanje.
3. Premaknite trampolin in preverite stabilnost okvirja. Tla morajo biti ravna.
4. Z obema rokama se s telesno težo postavite na en del trampolina in spustite, da preverite, ali so tla ravna.
5. Prepričajte se, da so vzmeti in okvir v celoti pokriti s pokrivnimi podlogami in da so pokrivne podloge varno pritrjene s pasovi.

Varnostni pregledi ograjne mreže:

1. Držite se za mrežo z drogi in s stresanjem preverite, ali so vsi drogi ograjenega prostora trdni.
2. Preverite, ali sta mreža in jopič ograjenega prostora raztrgana na šivih ali materialu.
3. Preverite, ali zadrge in kavlji za vstop v ograjeno mrežo pravilno delujeta.
4. Preverite, ali je pod trampolinom v trikotnih očescih.
5. Preverite, ali so vsi kavlji v trikotnih ušesih trampolina.

Ko so opravljeni vsi pregledi, mora odrasla oseba oceniti končno splošno stabilnost trampolina.

13. TEMELJNE TEHNIKE ODBIJANJA

(PRAVILNA UPORABA TRAMPOLINA)

Ker je nevarnost poškodb pri neizkušeni skakalci zelo velika, je pomembno, da se naučijo osnovnih tehnik skakanja.

OSNOVNI ODSKOK

1. Začni v stoječem položaju, stopala so v širini ramen, glava in oči sta na blazini.
2. S krožnimi gibi mahajte z rokami naprej, navzgor in okoli.
3. V zraku združite stopala in obrnite prste nog navzdol.
4. Pri pristajanju na blazini naj bodo stopala v širini narazen.



ZAVORNI MANEVR

1. Občasno se lahko izgubi nadzor, če sta skok in odboj divja. Če uporabnik izvede zaviralni manever, bo lahko ponovno vzpostavil nadzor nad skokom in odskokom ravnotežje.
2. Začnite z osnovnim odbojem.
3. Ob pristanku močno upognite kolena, kar vam bo omogočilo, da prenehate skakati.



POSKAKOVANJE PO ROKAH IN KOLENIH

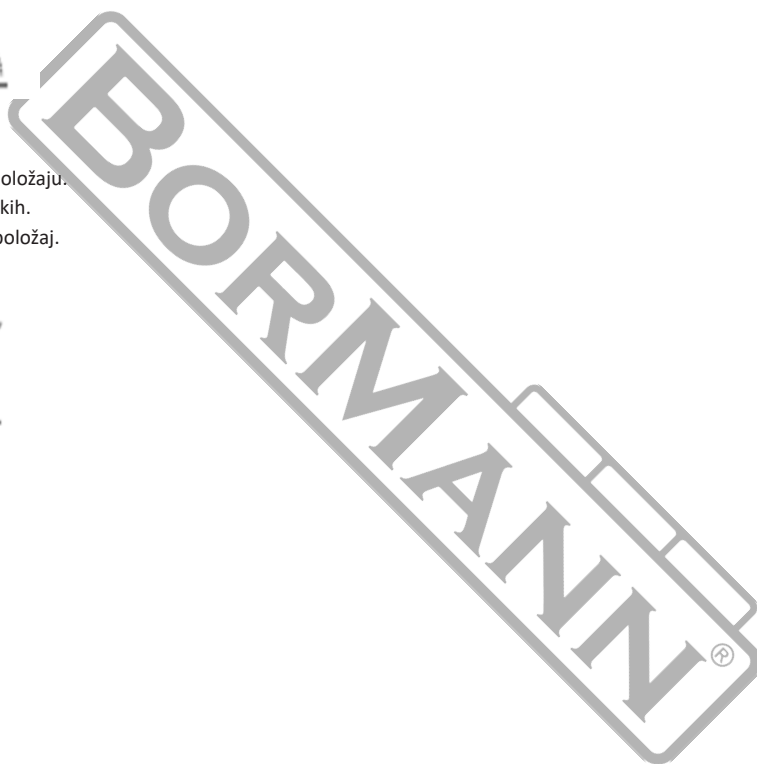
1. Začnite z nizkim nadzorovanim osnovnim odbojem.
2. Na kolenih in z rokami se ujemite z ravnim hrbtom.
3. Poudarek mora biti na dobrem štiritočkovnem pristanku in ne na višini skoka.

**IZKORAKANJE NA KOLENA**

1. Začnite z nizkim nadzorovanim osnovnim odbojem.
2. Slanina na kolenih, hrbet naj bo raven. Telo je vzravnano in z rokami ohranja ravnotežje.
3. Z zamahom rok navzgor se vrnite v osnovni položaj za odskok.

**SEDEŽNA ŠKOLJKA**

1. Pristanite v ravnem sedečem položaju.
2. Roke naj bodo na blazini ob bokih.
3. Z rokami se vrnite v pokončni položaj.



INTRODUCERE

AVERTISMENT: Utilizarea trambulinei se face pe propriul risc! Operatorul este responsabil pentru buna stare a trambulinei!

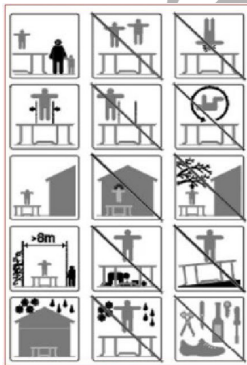
Înainte de a începe să utilizați această trambulină, trebuie să citiți acest manual. La fel ca orice alt tip de activități fizice recreative, participanții se pot accidenta. Pentru a reduce riscul de rănire, urmați regulile și sfaturile de siguranță corespunzătoare.

1. Acest manual face parte integrantă din produs. Păstrați acest manual pentru referințe viitoare. În cazul în care dați produsul unei alte persoane, dați întotdeauna și acest manual.
2. Utilizarea greșită și abuzivă a acestei trambuline este periculoasă și poate provoca răni grave sau chiar moartea!
3. Trambulinele sunt dispozitive de ricoșeu care îl propulsează pe artist la înălțimi neobișnuite printr-o varietate de mișcări. Așadar, fiți întotdeauna precauți atunci când jucându-se pe o trambulină.
4. Inspectați întotdeauna trambulina înainte de fiecare utilizare. Asigurați-vă că toate piesele sunt prezente.
5. În acest manual sunt incluse asamblarea corectă, îngrijirea și întreținerea, sfaturi de siguranță, avertismente și tehnici adecvate pentru sărituri și sărituri. Toți utilizatorii și supraveghetorii trebuie să citească și să se familiarizeze cu aceste instrucțiuni. Fiți atenți la limitările fizice și efectuați numai salturi și sărituri corespunzătoare propriilor capacități.

Înainte de a începe antrenamentul, cereți sfatul medicului dacă saltul pe trambulină este potrivit pentru dumneavoastră.

Inițial, ar trebui să vă obișnuiți cu senzația și săritura trambulinei. Accentul trebuie să fie pus pe poziția corpului și ar trebui să exersați fiecare săritură fundamentală până când puteți face fiecare abilitate cu săritură înainte de a trece la sărituri mai dificile și mai avansate. Nu săriți nesăbuit pe trambulină, accentul trebuie pus pe un bun control și pe stăpânirea diferitelor tehnici de săritură.

Nu este permisă mai mult de o persoană pe trambulină! Persoanele care sar mai multe persoane cresc riscul de rănire ca urmare a coliziunilor cu miniaer.



Nu este permisă mai mult de o persoană pe trambulină! Persoanele care sar mai multe persoane cresc riscul de rănire ca urmare a coliziunilor cu miniaer.



Nu efectuați salturi în salturi (flop), deoarece acest lucru va crește șansele de a vă lovi cu capul sau gâtul. Se poate ajunge la paralizie sau chiar la moarte.



1. ORIENTĂRI TRAMBULINĂ

1. INSTRUCȚIUNI GENERALE

1.1 SCOP

Produsul este destinat exclusiv uzului casnic și nu este potrivit pentru uz profesional sau medical. Greutatea maximă a corpului este de 100 kg. Supraîncărcarea trambulinei peste greutatea recomandată va provoca deteriorarea trambulinei.

1.2. ATENȚIE - DAUNE PRODUSE

Această trambulină este o jucărie. Nu lăsați copiii nesupravegheați în apropierea acestui produs. Respectați măsurile de siguranță necesare și supravegheați toate activitățile pe trambulină. Materialul de ambalare nu este potrivit pentru copii, aruncați materialele de ambalare în mod corespunzător. Există pericol de sufocare. Trambulinele cu o înălțime mai mare de 51 cm (20 inci) nu sunt recomandate copiilor sub 3 ani. Copiii nu pot recunoaște pericolele potențiale ale acestui produs. Țineți copiii departe de acest produs. Depozitați produsul departe de copii și animale de companie.

1.3. ATENȚIE - DAUNE PRODUSE

Nu modificați produsul. Utilizați numai piese de schimb originale. Reparațiile trebuie efectuate numai de către tehnicieni calificați. Reparațiile necorespunzătoare pot compromite siguranța trambulinei. Utilizați acest produs numai așa cum este descris în acest manual. Protejați produsul împotriva umidității și a temperaturilor ridicate.

Notă: verificați întotdeauna dacă acest produs este adecvat pentru a fi utilizat, de exemplu, dacă există piese care pot fi deteriorate.

1.4. SFATURI PENTRU ADUNARE

- Asamblarea produsului trebuie să fie făcută cu atenție de cel puțin doi adulți capabili. În cazul în care există îndoieli, adresați-vă unei persoane calificate din punct de vedere tehnic.
- Înainte de a începe asamblarea trambulinei, citiți toate instrucțiunile din acest manual.
- Îndepărtați toate materialele de ambalare și așezați toate piesele pe un spațiu liber. Acest lucru vă oferă o imagine de ansamblu și simplifică procedura de asamblare.
- Verificați cu ajutorul listei de piese dacă nu lipsesc piese. Aruncați materialul de ambalare atunci când asamblarea este finalizată.
- Atunci când se utilizează unelte sau se efectuează lucrări tehnice, există întotdeauna un risc de rănire. Asamblați produsul cu atenție.
- Creați un mediu sigur. Nu lăsați scule în jurul spațiului de lucru.
- Depozitați corespunzător materialul de ambalare. Folia și pungile de plastic sunt periculoase pentru copii (pericol de sufocare).

- După instalarea produsului, asigurați-vă că toate șuruburile, bolțurile și piulițele sunt corect instalate și strânse și că toate îmbinările sunt bine fixate.
- Este necesar un spațiu liber de cel puțin 9 m în jurul trambulinei. Trebuie păstrată o distanță corespunzătoare între trambulină și posibilele surse de pericol, cum ar fi cabluri electrice, crengi de copaci, dispozitive de joc, piscine și garduri.
- Trambulina trebuie să fie instalată în mod corespunzător înainte de utilizare.
- Nu instalați niciodată trambulina în condiții de ploaie, vânt sau furtună, în special în condiții de iluminare. Se recomandă să dezasamblați și să depozitați trambulina în condiții meteorologice nefavorabile.
- Cadrul metalic al trambulinei va conduce electricitatea sau fulgerele. Cablurile de extensie și alte echipamente electrice trebuie ținute la distanță.
- Trambulina trebuie să fie folosită întotdeauna într-o zonă bine luminată.
- Nu așezați niciun obiect sub trambulină.
- Alte dispozitive de agrement trebuie ținute la distanță de trambulină.
- La asamblare sau dezasamblare, folosiți mănuși de protecție.

1.5. SFATURI SUPLIMENTARE

- Pentru o stabilitate suplimentară, puteți plasa saci de nisip pe picioarele trambulinei. Acest lucru va împiedica răsturnarea trambulinei.
- Nu se utilizează în timpul sarcinii.
- Nu utilizați în cazul în care suferiți de hipertensiune arterială.
- Săriți cu picioarele goale. Purtarea de pantofi va deteriora covorul de sărituri.
- Nu fumați atunci când utilizați trambulina.
- Nu lăsați niciun obiect pe trambulină.
- Nu utilizați trambulina sub influența alcoolului sau a drogurilor.
- Așezați trambulina pe un teren plan, de preferință pe iarbă. Amplasarea trambulinei pe o suprafață dură va adăuga stres la cadru și, în timp, va cauza daune. Amplasarea trambulinei pe o suprafață neuniformă poate duce la răsturnarea trambulinei.
- Nu expuneți trambulina la flăcări deschise.
- Asigurați trambulina împotriva utilizării neautorizate.
- Nu utilizați dacă trambulina este umedă.
- Trambulina trebuie să fie legată cu ancore în condiții de vânt sau demontată și depozitată.

NOTE SUPLIMENTARE

AVERTISMENT

1. Asigurați-vă că fermoarul plasei de siguranță este 100% închis și că toate cele trei cârlige de intrare sunt agățate din nou înainte de a sări.
2. Nu săriți intenționat în plasa de siguranță; aceasta este concepută pentru a împiedica persoanele să cadă de pe trambulină. Dacă săriți intenționat în plasa de siguranță, trambulina se poate răsturna sau poate deteriora plasa.

2. INSTRUCȚIUNI DE SIGURANȚĂ PENTRU TRAMBULINE

AVERTISMENT

Este necesară supravegherea de către un adult. Nu este potrivit pentru copii sub 3 ani. Există pericol de sufocare, din cauza pieselor mici, a vârfurilor și marginilor ascuțite. Doar un singur utilizator la un moment dat, există pericol de coliziune. Fără sărituri cu capul în jos sau alte sărituri dificile. Trambulina este numai pentru utilizare în aer liber. Nu transportați niciun obiect înainte de a vă urca la bord. Scoateți-vă pantofii. Nu utilizați dacă covorul de sărituri este ud. Săriți întotdeauna în mijlocul covorului de sărituri. Leșiți cu atenție. Odihniți-vă după 20 de minute de utilizare. Nu mâncați în timp ce săriți.

- Nu îngropați trambulina în pământ.
- Toți utilizatorii au nevoie de un supraveghetor, indiferent de vârstă și experiența acestora.
- Instrucțiunile de siguranță ale trambulinei trebuie respectate întotdeauna.
- Trebuie evitate să se evite săriturile. Încărcarea incorectă pe trambulină poate duce la răniri, paralizie sau chiar moarte.
- Trambulina trebuie folosită de o singură persoană în același timp. Utilizatorii multipli pe trambulină vor crește riscul de coliziune.
- Trambulina trebuie să fie examinată înainte de utilizare pentru a se verifica dacă există piese deteriorate, uzate sau defecte, deoarece acestea pot afecta siguranța generală a trambulinei. Piese deteriorate, de uzură sau defecte trebuie înlocuite imediat. Între timp, trambulina trebuie să fie restricționat accesul la ea.
- Hainele cu cârlige sau părți detașabile nu sunt sugerate pe trambulină.
- Trambulina trebuie montată numai pe un teren plat și pe suprafețe nealunecoase.
- În situații de vânt puternic, trambulina trebuie mutată într-un loc protejat, dezasamblată sau fixată la sol cu corzi și heringi. Sunt necesare cel puțin trei ancorări. Nu este suficient să anorați fanioanele în pământ, deoarece acestea se pot rupe din corzile de petice.
- Încercați să evitați să mutați trambulina asamblată, deoarece aceasta s-ar putea îndoi în timpul transportului. Dacă este necesar să mutați trambulina, luați în considerare următoarele: cel puțin patru persoane trebuie să fie distanțate uniform în jurul cadrului pentru a ridica trambulina de la sol.
- Trambulina trebuie transportată pe orizontală, iar dacă cadrul își schimbă poziția folosiți patru persoane pentru a trage trambulina în formă.
- Trambulina este un dispozitiv de sărituri, care permite utilizatorului să sară la înălțimi neobișnuite, precum și să facă o multitudine de mișcări ale corpului. Aterizarea incorectă, lovirea cadrului sau acoperirea tampoanelor poate duce la rănire.

- Utilizatorii trebuie să fie familiarizați cu manualul. Acest manual conține instrucțiuni de asamblare și recomandări pentru repararea și întreținerea trambulinei, pentru a asigura o utilizare sigură și distractivă a trambulinei.
- Proprietarul are responsabilitatea de a supraveghea și de a garanta că toți utilizatorii trambulinei sunt informați că există suficient spațiu în jurul acesteia ca măsură de siguranță.
- Nu îl utilizați niciodată în apropierea apei și păstrați suficient spațiu în jurul acestuia ca măsură de siguranță.
- Aveți grijă la piesele în mișcare, care vă pot prinde brațele și picioarele. Nu introduceți obiecte străine în trambulină.
- Nu permiteți nimănui sau oricărui obiect să treacă sub trambulină în timp ce cineva sare pe saltea. Covoarașul de sărituri este flexibil, iar forța de coborâre poate provoca răni grave unei persoane.
- Puneți în aplicare toate regulile de siguranță și familiarizați-vă cu informațiile din manualul de utilizare.
- Trambulina poate fi folosită numai dacă covorul de sărituri este curat și uscat. Covoarașele de sărituri uzate sau deteriorate trebuie înlocuite imediat.
- Obiectele periculoase trebuie îndepărtate din zonă.
- Evitați utilizarea neautorizată și nesupravegheată a trambulinei.
- Nu folosiți trambulina sub influența alcoolului sau a drogurilor (inch medicamente).
- Învățați cu atenție tehnicile fundamentale de sărituri, înainte de a încerca sărituri dificile. Pentru mai multe informații, consultați secțiunea-tehnici fundamentale de săritură.
- Urcați-vă pe trambulină. Nu săriți direct pe ea. Nu folosiți trambulina ca planșă de sărituri pentru alte articole. Pentru mai multe informații, consultați secțiunea-categorii de accidente: montare și demontare.
- Pentru informații suplimentare sau documente de exerciții, puteți apela la un profesor de trambulină calificat.
- În timpul iernii, încărcătura de zăpadă și temperatura foarte scăzută pot deteriora trambulina. Se recomandă îndepărtarea zăpezii și depozitarea covorului și a incintei în interior. Verificați întotdeauna trambulina înainte de fiecare utilizare.
- Șuruburile și piulițele cu autoblocare trebuie înlocuite după 1 an.
- Plasa de siguranță ar trebui, de asemenea, să fie înlocuită după 1 an.

Posibile cauze ale accidentelor

Sărituri:

Trebuie evitate să se evite săriturile. Aterizarea încorectă pe trambulină poate duce la leziuni, în special la nivelul spatelui, gâtului sau capului, inclusiv paralizie sau chiar moarte. De asemenea, utilizatorul poate fi rănit dacă aterizează pe trambulină într-un mod necontrolat.

Utilizatori multipli:

Riscul de rănire crește dacă mai multe persoane sar simultan pe trambulină și pierd controlul săriturilor lor. Săritorii se pot ciocni între ei, pot ateriza necorespunzător sau pot cădea de pe trambulină. De obicei, cea mai mică sau cea mai ușoară persoană poate fi rănită.

Ascendant și descendent:

Urcați și coborâți întotdeauna cu atenție. Nu vă trageți de covorul de protecție, nu mărșăluți pe arcuri și nu săriți pe trambulină dintr-un loc mai înalt, cum ar fi o scară, un acoperiș sau o terasă. Nu săriți de pe trambulină indiferent de natura solului din jurul trambulinei. Este posibil ca copiii mici să aibă nevoie de ajutor la urcarea și coborârea de pe trambulină. Nu stați pe covorul de protecție. La coborârea de pe trambulină deplasați-vă la marginea covorului de sărituri, aplecați-vă în față și țineți-vă de cadru. Apoi pășiți pe sol sau pe scară.

Cadru și arcuri:

Atunci când săriți pe trambulină, păstrați-vă în centrul covorului de sărituri pentru a reduce riscul de a vă răni prin aterizarea pe cadru sau pe arcuri. Arcurile și cadrul trebuie să fie întotdeauna acoperite complet de covorul de protecție. Evitați să călcați pe covoarașul de protecție, deoarece acesta nu este conceput pentru a fi călcat.

Pierderea controlului:

Pierderea controlului asupra săriturii poate duce la rănire prin aterizare necorespunzătoare pe covorul de sărituri, pe cadru sau pe arcuri sau prin căderea de pe trambulină. O săritură controlată se caracterizează prin faptul că persoana aterizează pe același loc de unde a sărit. Învățați temeinic tehnicile fundamentale de săritură înainte de a încerca sărituri dificile. Riscul de accidentare este crescut de oboseala persoanei care sare sau de afectarea unei sărituri care depășește capacitatea de săritură a persoanei. Controlul poate fi recăpătat prin tragerea genunchilor complet spre corp în timpul aterizării.

Droguri și alcool:

Riscul de rănire este crescut sub influența drogurilor și a alcoolului, deoarece aceste substanțe vor afecta timpul de reacție, judecata, vederea stereoscopică, coordonarea generală și funcția motorie a unei persoane.

Obiecte străine:

Nu utilizați trambulina dacă sub ea se află animale de companie, alte persoane sau obiecte. Nu țineți niciun obiect în timp ce săriți pe trambulină și nu așezați niciun obiect pe trambulină în timp ce o persoană sare. Îndepărtați toate crengile, cablurile etc. care se află deasupra trambulinei.

Întreținere deficitară:

Întreținerea necorespunzătoare a trambulinei crește riscul de rănire. Verificați trambulina pentru a vedea dacă nu sunt rupte sau uzate covoarașele de sărituri și covoarașele de protecție, dacă cadrul este îndoit sau dacă lipsesc piese, dacă arcuri sunt slăbite sau rupte și dacă stabilitatea generală a trambulinei. Verificați trambulina înainte de fiecare utilizare și înlocuiți imediat toate piesele lipsă. Trambulina nu trebuie să fie utilizată înainte de a fi reparată complet.

Condiții meteorologice nefavorabile:

Utilizați trambulina numai în condiții meteorologice bune. Un covor de sărituri umed este alunecos. Persoana care sare poate pierde controlul atunci când sare în condiții de vânt puternic.

Acces nelimitat la trambulină:

Vă rugăm să depozitați scara într-un loc sigur atunci când trambulina nu este utilizată, pentru a împiedica accesul copiilor nesupravegheați la trambulină.

Prevenirea accidentelor:

Rolul utilizatorului în prevenirea accidentelor:

Cunoștințele de bază ale trambulinei sunt indispensabile pentru securitate. Toți utilizatorii de trambulină trebuie să se fi familiarizat cu tehnicile de bază de săritură și aterizare înainte de a trece la sărituri mai sofisticate. Utilizatorul efectuează o săritură controlată atunci când sare și aterizează în același loc. Pentru mai multe detalii, a se vedea paragraful "Tehnici de bază de săritură". Pentru informații suplimentare, vă rugăm să contactați un antrenor de trambulină calificat.

Rolul supraveghetorului:

Persoana care supraveghează trebuie să cunoască toate instrucțiunile de siguranță și este responsabilă pentru respectarea acestora. În cazul în care nu este posibilă o supraveghere adecvată, trambulina trebuie demontată și depozitată într-un loc sigur. Aceasta trebuie să fie acoperită cu o prelată care este asigurată cu un lanț și un lacăt. Persoana care supraveghează trebuie să se asigure că utilizatorii respectă instrucțiunile de siguranță și că semnul de informare este amplasat pe trambulină.

3. INSTRUCȚIUNI IMPORTANTE DE UTILIZARE

Trambulina trebuie folosită numai sub supraveghere, indiferent de abilitățile de săritură și de vârsta utilizatorului. Persoana care sare trebuie să stăpânească toate tehnicile de bază de săritură (a se vedea paragraful "tehnici de bază de săritură"). Accentul trebuie pus pe o săritură controlată. Persoana care sare nu trebuie să încerce să depășească o altă persoană. Nu săriți prea mult timp. Oboseala poate crește riscul de accidentare. Utilizatorul trebuie să poarte îmbrăcăminte adecvată, cum ar fi tricouri, trunchiuri și adidași cu talpă moale sau să sară desculț.

Recomandăm ca începătorii să poarte costume lungi și bluze cu mâneci lungi pentru a preveni abraziunile.

Vă rugăm să consultați paragraful "urcarea și coborârea" din paragraful "prevenirea accidentelor". Nu exercitați sărituri dificile fără a fi supravegheați de un antrenor de trambulină calificat. Începeți cu sărituri ușoare punând accentul pe tehnica de săritură mai degrabă decât pe înălțimea de săritură. Nu săriți niciodată pe trambulină singur și nesupravegheat. A se vedea paragraful "tehnici de bază de sărituri".

4. ASAMBLAREA TRAMBULINEI

Este necesar un spațiu liber de cel puțin 9 m deasupra trambulinei. Trebuie păstrată o distanță corespunzătoare între trambulină și posibilele surse de pericol, cum ar fi cabluri electrice, ramuri de copaci, dispozitive de joc, piscine și garduri. Trambulina nu trebuie amplasată pe suprafețe dure, cum ar fi asfalt, beton etc. Vă rugăm să vă asigurați că:

- Trambulina a fost așezată pe o suprafață plană, solidă și antiderapantă.
- Locul este bine luminat.
- Niciun obiect deranjant nu se află lângă trambulină.

5. ÎNTREȚINERE

Pentru a menține standardul de siguranță al trambulinei, aceasta trebuie să fie verificată în mod regulat. Piese defecte, cum ar fi dispozitivele de conectare, trebuie înlocuite imediat. Trambulina nu trebuie să fie utilizată înainte de a fi reparată complet.

Trambulinele sunt galvanizate. În ciuda galvanizării, este posibil să existe locuri cu urme de rugină la punctele de conectare sau sub capacele de protecție. Pentru a evita rugină, vă rugăm să lubrifiați regulat găurile cadrului și dispozitivele de conectare cu vaselină sau cu un alt lubrifiant adecvat. Acest lucru va crește durabilitatea cadrului.

Este necesară o întreținere periodică. Neglijarea unei întrețineri regulate poate pune în pericol utilizatorul. Respectați următoarele instrucțiuni. Este deosebit de important să respectați la începutul fiecărui sezon și periodic, în timpul sezonului de utilizare, instrucțiunile de întreținere.

- Verificați dacă toate piulițele și șuruburile sunt bine strânse și, după aceea, strângeți-le dacă este necesar.
- Verificați dacă capetele tuturor arcurilor sunt încă intacte și nu se pot desprinde în timpul utilizării.
- Verificați dacă există șuruburi și margini ascuțite în toate elementele de acoperire. Înlocuiți-le dacă este necesar.
- Nu faceți nicio modificare pe trambulină. Utilizați numai piese de schimb originale. Reparațiile trebuie efectuate numai de către persoane calificate. Reparațiile necorespunzătoare pot pune în pericol siguranța trambulinei. Utilizați acest produs numai așa cum este descris în acest manual.
- O trambulină prost întreținută crește riscul de rănire. Verificați dacă nu sunt rupte sau uzate covorașele și covorașele de acoperire, dacă există piese îndoite sau lipsă la cadru, dacă sunt arcuri slăbite sau rupte și dacă există stabilitate generală a trambulinei. Înainte de fiecare utilizare, trambulina trebuie inspectată. Piese uzate sau deteriorate trebuie înlocuite imediat. Trambulina nu trebuie utilizată până la recuperarea completă.
- În cazul în care se utilizează piulițe sau șuruburi cu autoblocare, asigurați-vă că acestea sunt adecvate doar pentru o singură utilizare și trebuie înlocuite.

6. CURĂȚARE

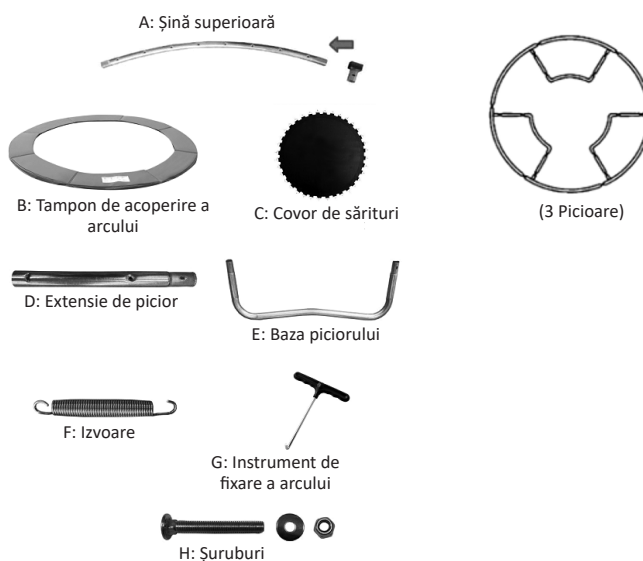
Ștergeți trambulina cu o cârpă moale. Nu folosiți un detergent abraziv sau alt detergent chimic.

7. AMBALARE

Această trambulină este protejată împotriva deteriorării la transport printr-un ambalaj adecvat. Cea mai mare parte a materialului de ambalare este reciclabil. Acest produs ar trebui să fie eliminat într-un mod corespunzător.

8. LISTA PIESELOR DE TRAMBULINĂ

ARTICOL	Model	8FT (număr)
A	Șină superioară	6
B	Primăvara acoperă Pad	1
C	Sărituri Mat	1
D	Extensie de picior	0
E	Baza piciorului	3
F	Arcurile	36
G	Instrument de fixare a arcului	1
H	Șurub	0



9. ASAMBLARE TRAMBULINĂ

Vă rugăm să consultați LISTA DE PIESE TRAMPOLINE pentru identificarea pieselor (capitolul 8).

AVERTISMENT:

Pentru următoarea adunare sunt necesari doi adulți în bună condiție fizică. Pentru siguranța dumneavoastră, trebuie să purtați încălțăminte și îmbrăcăminte corespunzătoare. Nerespectarea acestor instrucțiuni și avertismente poate duce la rănire.

NOTĂ:

Imaginea poate varia ușor în funcție de diferitele modele de trambuline.

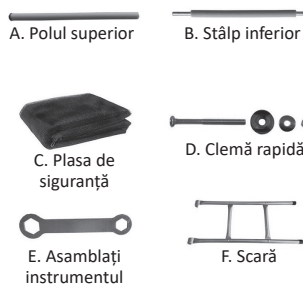
PROCEDURA DE ASAMBLARE A TRAMBULINEI

(urmați cifrele de la pagina 6)

1. Așezați toate părțile trambulinei în grupuri, așa cum se arată mai sus.
2. Atașați extensiile picioarelor la o bază de picior și fixați-le împreună cu ajutorul șuruburilor. Repetați pentru toate suporturile pentru picioare.
3. Atașați toate șinele de sus pentru a forma un cerc mare. Îmbinarea ultimei verigi poate necesita două persoane. A doua persoană trebuie să țină partea opusă, în timp ce dvs. aduceți ambele capete ale cercului împreună.
4. Atașați toate suporturile pentru picioare pe care le-ați asamblat la PASUL 2 la cadrul superior.
5. Atașați suportul pentru picioare la cadrul superior și fixați-l bine cu ajutorul șuruburilor.
6. În acest stadiu, trambulina ar trebui să fie ca în imaginea din figura 6.
7. Cu partea cusută în jos, așezați covorașul de sărituri în interiorul cadrului și atașați un arc în unul dintre inelele triunghiulare de pe covoraș. Apoi atașați celălalt capăt a arcului la cadru.
8. Repetați PASUL 7 direct vizavi de locul unde ați atașat primul arc. Apoi atașați alte două arcuri la jumătate de distanță între primele două arcuri, direct vizavi unul de celălalt. Acest lucru va asigura că tensiunea egală este distribuită între arcuri.
9. Se repetă procesul pentru celelalte arcuri. Utilizați unealta pentru arcuri, așa cum se arată mai sus. Atenție: În timpul asamblării arcurilor, aveți grijă unde vă puneți mâinile alte părți ale corpului ca puncte de legătură.
10. Arcurile supuse unei tensiuni mari pot necesita fixarea arcurilor adiacente la fiecare patru sau cinci găuri. Astfel, tensiunea arcului este distribuită în mod egal.
11. Atașați arcurile rămase până când toate arcurile sunt fixate pe cadru.
12. Așezați plăcuțele de acoperire pe marginea exterioară, astfel încât arcurile să fie acoperite.
13. Atașați toate corzile plăcuței de acoperire la arcuri.
14. Treceți la secțiunea Testarea trambulinei din acest manual înainte de a sări pe trambulină.

10. LISTA DE PIESE PENTRU INCINTA DE SIGURANȚĂ

ARTICOL	Model	8FT (număr)
A	Polul superior	6
B	Polul inferior	6
C	Plasa de siguranță	1
D	Clemă rapidă	12
E	Instrument adecvat	1
F	Scară	1



11. ANSAMBLUL CARCASEI DE SIGURANȚĂ

- I. Introduceți stâlpul inferior în stâlpul superior, repetați pentru toți stâlpii.
- II. Așezați plasa de siguranță pe trambulină în ordine, așa cum se arată mai sus, gata pentru următorul pas.
- III. Glisați stâlpii carcasei pe care i-ați asamblat în jacheta stâlpilor de plasă a carcasei de siguranță (Fig.II, pagina 7)
- IV. Repetați PASUL 3 pentru toți stâlpii împrejurătorului, asigurându-vă că introduceți bine stâlpii în jachetă.
- V. Este posibil să aveți nevoie de o altă persoană pentru a ține stâlpul de împrejmuire în timp ce fixați stâlpul pe suporturile picioarelor în etapa următoare.
- VI. Folosiți clema rapidă pentru a fixa stâlpul de închidere la orificiul extensiei piciorului și la orificiul barei T.
- VII. Repetați PASUL 5 până la PASUL 6 pentru stâlpii rămași.
- VIII. Cârligele carcasei de siguranță, atunci când sunt eliberate, trebuie să arate ca în figura VIII, pagina 7.
- IX. Atașați cârligele la cel mai apropiat inel triunghiular al covorașului; dacă vi se pare dificil să atașați cârligele la inelele triunghiulare, urmați instrucțiunile din figura X.
- X. Atașați cârligele la partea inelară a arcului.
- XI. Închideți fermoarul de la intrare și fixați toate cârligele de la intrare. Supraveghetorii trebuie să închidă din nou fermoarul și să agațe bine toate cârligele de intrare înainte de a începe săriturile.
- XII. Trambulina dvs. arată acum ca cea din figura XII. Treceți la secțiunea de testare a trambulinei din acest manual înainte de a sări pe trambulină. Pentru dezasamblare, vă rugăm să urmați instrucțiunile în ordine inversă.

12. TESTAREA TRAMBULINEI

După asamblarea trambulinei, este important să efectuați următoarele verificări de siguranță:

Verificări de siguranță pentru trambulină:

1. Verificați cu o șurubelniță pentru a vă asigura că toate șuruburile sunt strânse.
2. Verificați sub trambulină pentru a vă asigura că toate arcurile cadrului sunt prinse de covorul de sărituri.
3. Deplasați trambulina și verificați stabilitatea cadrului. Podeaua trebuie să fie nivelată.
4. Folosind cele două mâini, puneți greutatea corpului pe o secțiune a trambulinei și eliberați pentru a verifica dacă podeaua este egală.
5. Asigurați-vă că arcurile și cadrul sunt complet acoperite de covorașele de acoperire, iar covorașul de acoperire este fixat bine cu curele.

Verificări de siguranță a plasei de închidere:

1. Țineți-vă de stâlpul de plasă cu cric și verificați dacă toți stâlpii incintei sunt rezistenți prin scuturare.
2. Verificați dacă plasa de protecție și jacheta nu prezintă rupturi la nivelul cusăturilor sau al materialului.
3. Verificați dacă fermoarul plasei de închidere și cârligele de intrare funcționează corect.
4. Verificați suspendat sub trambulina aceea suspendată în ochiurile triunghiulare.
5. Verificați dacă toate cârligele se află în ochiurile triunghiulare ale trambulinei.

După efectuarea tuturor verificărilor, stabilitatea generală finală a trambulinei trebuie să fie evaluată de un adult.

13. TEHNICI FUNDAMENTALE DE RICOȘEU

(UTILIZAREA CORECTĂ A TRAMBULINEI)

Deoarece pericolul de accidentare este foarte mare pentru săritorii neexperimentați, este important ca aceștia să învețe tehnicile de bază ale săriturilor.

SĂRITURA DE BAZĂ

1. Începeți din poziția în picioare, cu picioarele depărtate la lățimea umerilor, cu capul și ochii pe covor.
2. Leagăna-ți brațele în față, în sus și în jurul tău, într-o mișcare circulară.
3. Apropiată picioarele în timp ce vă aflați în aer și îndreptați degetele de la picioare în jos.
4. Păstrarea picioarelor la o lățime egală atunci când aterizați pe covor.



MANEVRA DE FRÂNARE

1. Ocazional, controlul poate fi pierdut dacă saltul și săritura sunt sălbatic. Efectuarea manevrei de frânare va permite utilizatorului să recâștige controlul saltului și echilibrului.
2. Începeți cu o săritură de bază.
3. La aterizare îndoiiți genunchii brusc și acest lucru va permite oprirea săriturii.



SĂRITURA ÎN MĂINI ȘI GENUNCHI

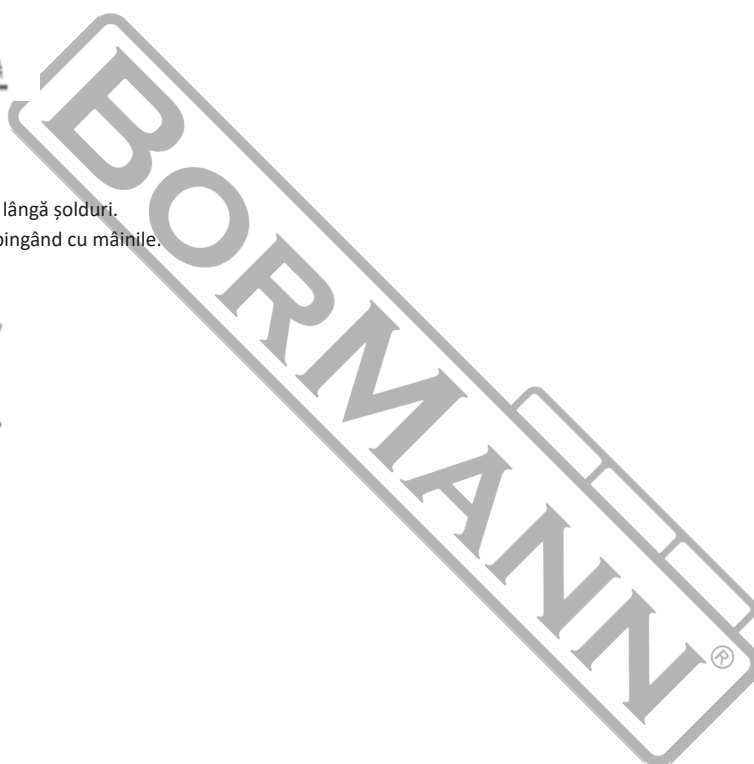
1. Începeți cu o săritură de bază joasă și controlată.
2. Întindeți-vă pe mâini și genunchi, păstrând spatele drept.
3. Accentul ar trebui să fie pus pe o aterizare bună în patru puncte și nu pe înălțimea de săritură.

**GENUNCHI SĂRITURĂ**

1. Începeți cu o săritură de bază joasă și controlată.
2. Untură în genunchi, păstrând spatele drept. Corpul se ține drept și folosește brațele pentru a-și menține echilibrul.
3. Reveniți la poziția de bază de săritură prin legănarea brațelor în sus.

**SĂRITURĂ A SCAUNULUI**

1. Aterizați în poziție așezată.
2. Măinile trebuie să fie pe covor lângă șolduri.
3. Reveniți la poziția verticală împingând cu mâinile.



UVOD

UPOZORENJE: Korištenje trampolina odvija se na vlastitu odgovornost! Operater je odgovoran za dobro stanje trampolina!

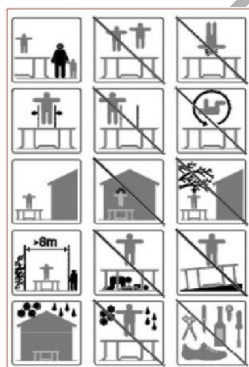
Prije nego što počnete koristiti ovaj trampolin, morate pročitati ovaj priručnik. Kao i svaka druga vrsta fizičkih rekreativnih aktivnosti, sudionici mogu biti ozlijeđeni. Da biste smanjili rizik od ozljeda, pridržavajte se odgovarajućih sigurnosnih pravila i savjeta.

1. Ovaj priručnik je dio proizvoda. Zadržite ovaj priručnik za buduću upotrebu. U slučaju davanja proizvoda drugoj osobi, uvijek dajte i ovaj priručnik.
2. Zlouporaba i zloupotreba ovog trampolina je opasna i može uzrokovati ozbiljne ozljede ili smrt!
3. Trampolini su povratni uređaji koji kroz različite pokrete pokreću izvođača na nenaviknute visine. Zato uvijek budite oprezni kada igrate na trampolinu.
4. Uvijek pregledajte trampolin prije svake uporabe. Provjerite jesu li svi dijelovi prisutni.
5. Pravilna montaža, njega i održavanje, sigurnosni savjeti, upozorenja i pravilne tehnike skakanja i skakanja uključeni su u ovaj priručnik. Svi korisnici i nadzornici moraju pročitati i upoznati se s ovim uputama. Čuvajte se fizičkih ograničenja i izvodite samo skokove i skokove koji odgovaraju vlastitim sposobnostima.

Prije početka treninga potražite savjet liječnika ako vam je prikladno skakanje trampolina.

U početku biste se trebali naviknuti na osjećaj i odbijanje trampolina. Fokus mora biti na vašem položaju tijela i trebali biste vježbati svaki temeljni odskok dok ne možete napraviti svaku vještinu s odskokom prije nego što prijedete na teže i naprednije odskoke. Ne skačite nepromišljeno na trampolinu, naglasak se mora staviti na dobru kontrolu i svladavanje različitih tehnika odbijanja.

Na trampolinu nije dozvoljeno više od jedne osobe! Višestruki skakači povećavaju rizik od ozljeda koje su posljedica sudara s min-zrakom.



Na trampolinu nije dozvoljeno više od jedne osobe! Višestruki skakači povećavaju rizik od ozljeda koje su posljedica sudara s min-zrakom.

Nemojte izvoditi salto (flops) jer će to povećati šanse za slijetanje na glavu ili vrat. Paraliza ili čak smrt mogu rezultirati.

**1. SMJERNICE ZA TRAMPOLIN****1. OPĆE UPUTE****1.1 SVRHA**

Proizvod je namijenjen samo za kućnu uporabu i nije prikladan za profesionalnu ili medicinsku uporabu. Maksimalna tjelesna težina je 100 kg. Preopterećenje trampolina iznad preporučene težine uzrokovat će oštećenje trampolina.

1.2. OPASNOST ZA DJECU

Ovaj trampolin je igračka. Ne dopustite djeci bez nadzora u blizini ovog proizvoda. Pridržavajte se potrebnih sigurnosnih mjera opreza i nadzirite sve aktivnosti trampolina. Materijal za pakiranje nije prikladan za djecu, pravilno odložite materijale za pakiranje. Postoji opasnost od gušenja. Trampolini visine preko 51 cm ne preporučuju se djeci mlađoj od 3 godine. Djeca ne mogu prepoznati potencijalne opasnosti od ovog proizvoda. Držite djecu podalje od ovog proizvoda. Proizvod čuvajte dalje od djece i kućnih ljubimaca.

1.3. PAŽNJA - OŠTEĆENJA PROIZVODA

Nemojte mijenjati proizvod. Koristite samo originalne rezervne dijelove. Popravke trebaju izvoditi samo kvalificirani tehničari. Nepravilni popravci mogu ugroziti sigurnost trampolina. Ovaj proizvod koristite samo onako kako je opisano u ovom priručniku. Zaštitite proizvod od vlage i visokih temperatura.

Napomena: uvijek provjerite prikladnost kako biste koristili ovaj proizvod, na primjer provjerite dijelove koji se mogu oštetiti.

1.4. SAVJETI ZA SKUPŠTINU

- Montažu proizvoda moraju pažljivo obaviti najmanje dvije sposobne odrasle osobe. Ako postoji bilo kakva sumnja, pitajte tehnički kvalificiranu osobu.
- Prije nego što počnete sastavljati trampolin, pročitajte sve upute u ovom priručniku.
- Uklonite sve materijale za pakiranje i položite sve dijelove na slobodan prostor. To vam daje pregled i pojednostavljuje postupak montaže.
- Provjerite s popisom dijelova da ne nedostaju dijelovi. Odložite materijal za pakiranje kada je montaža završena.
- Kada koristite alate ili radite tehničke radove, uvijek postoji rizik od ozljeda. Pažljivo sastavite proizvod.
- Stvorite sigurno okruženje. Ne dopustite alate oko radnog prostora.
- Materijal za pakiranje pravilno čuvajte. Folije i plastične vrećice opasne su za djecu (opasnost od gušenja).

- Nakon ugradnje proizvoda provjerite jesu li svi vijci, vijci i matice pravilno postavljeni i zategnuti te jesu li svi spojevi čvrsto učvršćeni.
- Oko trampolina potreban je prostor za razmak od najmanje 9 m. Između trampolina i mogućih opasnih izvora, kao što su električni kabeli, razgranato drvo, uređaji za igru, bazeni i ograde, mora se održavati odgovarajući razmak.
- Trampolin mora biti ispravno postavljen prije uporabe.
- Nikada ne postavljajte trampolin u kišnim, vjetrovitim ili olujnim uvjetima, posebno u uvjetima osvjetljenja. Preporučuje se rastavljanje i skladištenje trampolina u lošim vremenskim uvjetima.
- Metalni okvir trampolina provodit će električnu energiju ili munje. Produžni kabeli i druga električna oprema moraju se držati podalje.
- Trampolin se uvijek mora koristiti u dobro osvijetljenom prostoru.
- Ne stavljajte nikakve predmete ispod trampolina.
- Ostale uređaje za slobodno vrijeme treba držati podalje od trampolina.
- Prilikom sastavljanja ili rastavljanja koristite zaštitne rukavice.

1.5. DODATNI SAVJETI

- Za dodatnu stabilnost možete staviti vreće pijeska na noge trampolina. To će spriječiti prevrtanje trampolina.
- Nemojte koristiti tijekom trudnoće.
- Nemojte koristiti kada patite od visokog krvnog tlaka.
- Skočite bosim nogama. Nošenje cipela oštetit će podlogu za skakanje.
- Ne pušite kada koristite trampolin.
- Ne ostavljajte nikakve predmete na trampolinu.
- Ne koristite trampolin pod utjecajem alkohola ili droga.
- Stavite trampolin na ravno tlo, po mogućnosti na travu. Lociranje trampolina na tvrdoj površini dodat će stres okviru, a prekovremeni rad uzrokovat će štetu. Postavljanje trampolina na neravnu površinu može dovesti do prevrtanja trampolina.
- Ne izlažite trampolin otvorenom plamenu.
- Osigurajte trampolin od neovlaštene uporabe.
- Nemojte koristiti ako je trampolin mokar.
- Trampolin treba vezati sidrima tijekom vjetrovitih uvjeta ili demontirati i skladištiti.

DODATNE BILJEŠKE

UPOZORENJE

1. Provjerite je li sigurnosni zatvarač kućišta 100% zatvoren i da su sve tri ulazne kuke ponovno zakačene prije skakanja.
2. Nemojte namjerno skakati u sigurnosnu mrežu; Osmišljen je kako bi spriječio pad osoba s trampolina. Namjerno skakanje u sigurnosnu mrežu može uzrokovati prevrtanje trampolina ili oštetiti mrežu.

2. SIGURNOSNE UPUTE ZA TRAMPOLINE

UPOZORENJE

Potreban je nadzor odrasle osobe. Nije prikladno za djecu mlađu od 3 godine. Postoji opasnost od gušenja, zbog malih dijelova, oštih točaka i rubova. Samo jedan korisnik odjednom, postoji opasnost od sudara. Nema salta ili drugih teških skokova. Trampolin je samo za vanjsku upotrebu. Ne nosite nikakve predmete prije ukrcaja. Skinite cipele. Nemojte koristiti ako je podloga za skakanje mokra. Uvijek skočite u sredinu otirača za skakanje. Izađite pažljivo. Odmorite se nakon 20 minuta uporabe. Nemojte jesti dok skačete.

- Ne zakopavajte trampolin u zemlju.
- Svi korisnici trebaju nadzornika, bez obzira na dob i iskustvo korisnika.
- Uvijek se treba pridržavati sigurnosnih uputa trampolina.
- Somersaults se mora izbjegavati. Nepravilno vezivanje na trampolinu može dovesti do ozljeda, paralize ili čak smrti.
- Samo jedna osoba treba koristiti trampolin odjednom. Više korisnika na trampolinu povećat će rizik od sudara.
- Trampolin se prije uporabe mora ispitati na oštećene, istrošene ili neispravne dijelove jer može narušiti ukupnu sigurnost trampolina. Oštećene istrošene ili neispravne dijelove treba odmah zamijeniti. U međuvremenu trampolin mora biti ograničen na pristup.
- Odjeća s kukama ili odvojivim dijelovima nije predložena na trampolinu.
- Trampolin mora biti postavljen samo na ravnom tlu i neklizavim površinama.
- U situacijama jakog vjetrova, trampolin se mora premjestiti na zaštićeno mjesto, rastaviti ili pričvrstiti na tlo kabelima i haringama. Potrebna su najmanje tri sidrišta. Nije dovoljno usidriti zastavice u zemlju jer mogu istrgnuti žice za flaster.
- Pokušajte izbjeći pomicanje sastavljenog trampolina, jer bi se mogao saviti tijekom transporta. Ako je potrebno premjestiti trampolin, uzmite u obzir sljedeće: najmanje četiri osobe moraju biti ravnomjerno raspoređene oko okvira kako bi se trampolin podigao s tla. Trampolin se mora nositi vodoravno, a ako se okvir pomakne položaj, koristite četiri osobe za crtanje trampolina u obliku.
- Trampolin su uređaji za skakanje, omogućujući korisniku da skoči na neobične visine, kao i u mnoštvo pokreta tijela. Nepravilno slijetanje, udaranje okvira ili pokrovnih jastučića može dovesti do ozljeda.

- Korisnici bi trebali biti upoznati s priručnikom. Ovaj priručnik sadrži upute za montažu i preporuke za servisiranje i održavanje trampolina, kako bi se osigurala sigurna i zabavna uporaba trampolina.
- Vlasnik je odgovoran za nadzor i jamstvo da su svi korisnici trampolina obaviješteni o dovoljno prostora oko njega kao sigurnosna mjera opreza.
- Nikada ga nemojte koristiti u blizini vode i držite dovoljno prostora oko njega kao sigurnosnu mjeru opreza.
- Čuvajte se pokretnih dijelova koji bi mogli uhvatiti vaše ruke i noge. Ne lijepite strane predmete u trampolin.
- Ne dopustite nikome ili bilo kojem predmetu da ide ispod trampolina dok netko skače na prostirku. Podloga za skakanje je fleksibilna, a sila prema dolje može uzrokovati ozbiljne ozljede osobe.
- Provedite sva sigurnosna pravila i upoznajte se s informacijama u korisničkom priručniku.
- Trampolin se može koristiti samo ako je podloga za skakanje čista i suha. Istrošene ili oštećene prostirke za skakanje treba odmah zamijeniti.
- Opasne predmete treba ukloniti s tog područja.
- Izbjegavajte neovlaštenu i nenadziranu uporabu trampolina.
- Ne koristite trampolin pod utjecajem alkohola ili droga (inčnih lijekova).
- Naučite temeljne tehnike skakanja temeljito, prije nego što isprobate teške skokove. Dodatne informacije potražite u tehnikama napuštanja početne stranice u odjeljku koje su temeljne.
- Popnite se na trampolin. Ne skačite izravno na njega. Ne koristite trampolin kao dasku za skakanje za druge proizvode. Dodatne informacije potražite u kategorijama nesreća: montaža i demontaža.
- Za daljnje informacije ili dokumente za vježbanje možete se obratiti obučenom učitelju trampolina.
- Zimi opterećenje snijegom i vrlo niska temperatura mogu oštetiti trampolin. Preporučuje se uklanjanje snijega i pohranjivanje prostirke i ogradenog prostora u zatvorenom prostoru. Uvijek provjerite trampolin prije svake uporabe.
- Samoblokirajuće matice i vijci moraju se zamijeniti nakon 1 godine.
- Sigurnosnu mrežu također treba zamijeniti nakon 1 godine.

Mogući uzroci nesreće

Somersaults:

Somersaults se mora izbjegavati. Nepravilno slijetanje na trampolin može dovesti do ozljeda, osobito na leđima, vratu ili glavi, uključujući paralizu ili čak smrt. Korisnik se također može ozlijediti nekontroliranim slijetanjem na trampolin.

Više korisnika:

Rizik od ozljeda povećava se ako nekoliko osoba istovremeno skoči na trampolin i izgubi kontrolu nad svojim odskokom. Skakač se može sudariti jedan s drugim, nepravilno sletjeti ili pasti s trampolina. Obično se najmanja ili najlakša osoba može ozlijediti.

Uzlazno i silazno:

Uvijek se uzdignite i pažljivo spustite. Ne povlačite se za zaštitnu prostirku, ne marširajte na opruge i ne skačite na trampolin s bilo kojeg višeg mjesta kao što su ljestve, krov ili terasa. Ne skačite s trampolina bez obzira na prirodu tla oko trampolina. Mogućoj maloj djeci potrebna je pomoć pri usponu i spuštanju trampolina. Nemojte stajati na zaštitnoj prostirci. Kada se spuštate trampolinom, pomaknite se do ruba odskočne prostirke, savijte naprijed i držite okvir. Zatim zakoračite na tlo ili ljestve.

Okvir i opruge:

Prilikom odskakanja na trampolinu držite se središta odskočne prostirke kako biste smanjili rizik od ozljeda slijetanjem na okvir ili opruge. Opruge i okvir uvijek moraju biti potpuno pokriveni zaštitnom prostirkom. Izbjegavajte stati na zaštitnu prostirku jer nije dizajnirana za nagazivanje.

Gubitak kontrole:

Gubitak kontrole nad odbijanjem može rezultirati ozljedama nepravilnim slijetanjem na odskočnu prostirku, okvir ili opruge ili padom s trampolina. Kontrolirani odskok karakterizira činjenica da osoba slijeće na isto mjesto gdje je skočila. Temeljito naučite temeljne tehnike skakanja prije nego što isprobate teške skokove. Rizik od ozljeda povećava se umorom osobe koja skače ili utjecajem na odskok koji je izvan sposobnosti odskakanja osoba. Kontrola se može vratiti povlačenjem koljena potpuno prema tijelu tijekom slijetanja.

Droge i alkohol:

Rizik od ozljeda povećava se pod utjecajem droga i alkohola, jer će te tvari narušiti vrijeme reakcije, prosudbu, stereoskopski vid, ukupnu koordinaciju i motoričku funkciju osobe.

Strani objekti:

Ne koristite trampolin ako se ispod trampolina nalaze kućni ljubimci, druge osobe ili predmeti. Ne držite nikakve predmete dok skačete na trampolin i ne stavljajte nikakve predmete na trampolin dok osoba skače. Uklonite sve grane, kabele itd. koje se nalaze iznad trampolina.

Loše održavanje:

Loše održavanje trampolina povećava rizik od ozljeda. Provjerite ima li na trampolinu poderanih ili istrošenih odskočnih tepiha i zaštitnih prostirki, savijenog okvira ili dijelova koji nedostaju, labavih ili slomljenih opruga i ukupne stabilnosti trampolina. Prije svake uporabe provjerite trampolin i odmah zamijenite sve dijelove koji nedostaju. Trampolin se ne smije koristiti prije potpunog popravka.

Loši vremenski uvjeti:

Trampolin koristite samo u dobrim vremenskim uvjetima. Mokra odskočna prostirka je skliska. Osoba koja skače može izgubiti kontrolu pri skakanju u uvjetima jakog vjetera.

Neograničen pristup trampolinu:

Ljestve čuvajte na sigurnom mjestu kada trampolin nije u uporabi kako biste spriječili djeci pristup trampolinu bez nadzora.

Sprečavanje nesreća:

Uloga korisnika u prevenciji nesreća:

Osnovno znanje o trampolinu neophodno je za sigurnost. Svi korisnici trampolina moraju biti upoznati s osnovnim tehnikama odskoka i slijetanja prije prelaska na sofisticiranije odskoke. Korisnik utječe na kontrolirani odskok kada skoči i sleti na isto mjesto. Dodatne pojedinosti potražite u stavku "Osnovne tehnike odskakanja". Za dodatne informacije obratite se kvalificiranom treneru trampolina.

Uloga nadzornika:

Nadzorna osoba mora znati sve sigurnosne upute i odgovorna je za njihovo poštivanje. Ako nije moguć odgovarajući nadzor, trampolin se mora rastaviti i pohraniti na sigurnom mjestu. Mora biti pokrivena ceradom koja je osigurana lancem i bravom. Nadzorna osoba mora osigurati da se korisnici pridržavaju sigurnosnih uputa i da je informativni znak postavljen na trampolin.

3. VAŽNE UPUTE ZA UPORABU

Trampolin se smije koristiti samo pod nadzorom, bez obzira na sposobnosti odskakanja i dob korisnika. Osoba koja skače mora svladati sve osnovne tehnike odskakanja (vidi odlomak "osnovne tehnike odskakanja"). Naglasak se mora staviti na kontrolirano odskakanje. Osoba koja skače ne smije pokušati nadmašiti drugu osobu. Ne skačite predugo. Umor može povećati rizik od ozljeda. Korisnik bi trebao nositi odgovarajuću odjeću kao što su majice, gaćice i tenisice s mekim potplatima ili skakati bos.

Preporučujemo da početnici nose duge gaćice i vrhove s dugim rukavima kako bi se spriječile ogrebotine.

Pogledajte stavak "uzlazno i silazno" u stavku "prevencija nesreća". Ne vršite teške odskoke bez nadzora vještog trenera trampolina. Počnite s laganim odbijanjem stavljajući naglasak na tehniku odskakanja, a ne na visinu odskakanja. Nikada ne skačite na trampolin sami i bez nadzora. Vidjeti odlomak "osnovne tehnike odskakanja".

4. SASTAVLJANJE TRAMPOLINA

Iznad trampolina potreban je prostor za razmak od najmanje 9 m. Između trampolina i mogućih izvora opasnosti, kao što su električni kabeli, grane drveća, uređaji za igru, bazeni i ograde, mora se održavati odgovarajući razmak. Trampolin se ne smije postavljati na tvrdu površinu kao što je asfalt, beton itd. Provjerite sljedeće:

- Trampolin je postavljen na ravnomjernu, čvrstu i neklizajuću površinu.
- Mjesto je dobro osvijetljeno.
- Nema uznemirujućih predmeta pored trampolina.

5. ODRŽAVANJE

Kako bi se održao sigurnosni standard trampolina, potrebno ga je redovito provjeravati. Neispravni dijelovi kao što su spojni uređaji moraju se odmah zamijeniti. Trampolin se ne smije koristiti prije nego što je potpuno popravljen.

Trampolini su pocinčani. Unatoč pocinčavanju, moglo bi doći do mjesta prošaranog hrđom na konektorskim točkama ili ispod zaštitnih poklopaca. Kako biste izbjegli hrđu, redovito podmažite rupe okvira i spojne uređaje vazelinom ili drugim odgovarajućim mazivom. To će povećati trajnost okvira.

Potrebno je redovito održavanje. Zanemarivanje redovitog održavanja može ugroziti korisnika. Pridržavajte se sljedećih uputa. Posebno je važno da pratite početak svake sezone i povremeno tijekom sezone korištenja, upute za održavanje.

- Provjerite sve matice i vijke na nepropusnost i po potrebi zategnite nakon toga.
- Provjerite jesu li krajevi svih opruga još uvijek netaknuti i ne mogu se olabaviti tijekom uporabe.
- Provjerite sve pokrivače za vijke i oštre rubove. Zamijenite ih ako je potrebno.
- Nemojte vršiti nikakve promjene na trampolinu. Koristite samo originalne rezervne dijelove. Popravke trebaju izvoditi samo kvalificirane osobe. Nepravilni popravci mogu ugroziti sigurnost trampolina. Ovaj proizvod koristite samo onako kako je opisano u ovom priručniku.
- Loše održavan trampolin povećava rizik od ozljeda. Provjerite ima li poderanih ili istrošenih prostirki i pokrovnih prostirki, savijenih okvira ili dijelova koji nedostaju, labavih ili slomljenih opruga i ukupne stabilnosti trampolina. Prije svake uporabe treba pregledati trampolin. Istrošeni ili oštećeni dijelovi moraju se odmah zamijeniti. Trampolin se ne smije koristiti do potpunog oporavka.
- Ako se koriste samoblokirajuće matice ili vijci, provjerite jesu li prikladne samo za jednokratnu uporabu i moraju li se zamijeniti.

6. ČIŠĆENJE

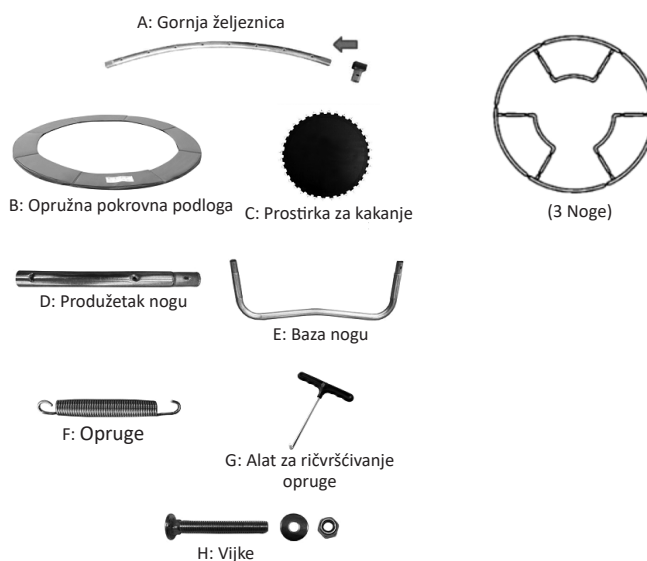
Obrišite trampolin mekom krpom. Ne koristite abrazivni ili drugi kemijski deterdžent.

7. PAKIRANJE

Ovaj trampolin zaštićen je od transporta oštećenog odgovarajućim paketom. Većina materijala za pakiranje može se reciklirati. Ovaj proizvod treba zbrinuti na odgovarajući način.

8. POPIS DIJELOVA TRAMPOLINA

STAVKA	Model	8FT (broj)
A	Gornja željeznica	6
B	Opružna pokrovnna podloga	1
C	Skakačka prostirka	1
D	Produžetak nogu	0
E	Baza nogu	3
F	Opruge	36
G	Alat za pričvršćivanje opruge	1
H	Vijak	0



9. SKLOP TRAMPOLINA

Za identifikaciju dijelova pogledajte POPIS DIJELOVA TRAMPOLINA (poglavlje 8).

UPOZORENJE:

Za sljedeću montažu potrebne su dvije odrasle osobe u dobrom fizičkom stanju. Radi vaše sigurnosti, trebali biste nositi odgovarajuće cipele i odjeću. Nepridržavanje ovih uputa i upozorenja može dovesti do ozljede.

BILJEŠKA:

Slika se može neznatno razlikovati s različitim modelima trampolina.

POSTUPAK MONTAŽE TRAMPOLINA

(slijedite brojke na stranici 6)

- Sve dijelove trampolina rasporedite u skupine, prikazane gore.
- Pričvrstite produžetke nogu na podlogu nogu i pričvrstite zajedno s vijcima. Ponovite za sve nosače nogu.
- Pričvrstite sve gornje tračnice kako biste oblikovali veliki krug. Pridruživanje posljednjoj vezi može zahtijevati dvije osobe. Druga osoba treba držati suprotnu stranu, dok spajate oba kraja kruga.
- Pričvrstite sve nosače nogu koje ste sastavili u KORAKU 2 na gornji okvir.
- Pričvrstite nosač nogu na gornji okvir i čvrsto pričvrstite zajedno s vijcima.
- U ovoj fazi trampolin bi trebao biti poput slike na Sl. 6.
- S dijelom šivanja okrenutim prema dolje položite podlogu za skakanje unutar okvira i pričvrstite oprugu u jedan od trokutastih prstenova na prostirci. Zatim pričvrstite drugi kraj opruge na okvir.
- Ponovite KORAK 7 izravno preko puta mjesta gdje pričvršćujete prvu oprugu. Zatim pričvrstite još dvije opruge na pola udaljenosti između prve dvije opruge, izravno jedna preko druge. To će osigurati jednaku napetost između opruga.
- Ponovite postupak za preostale opruge. Koristite opružni alat, kao što je gore prikazano. Upozorenje: Tijekom proljetne montaže pazite gdje stavljate ruke na druge dijelove tijela kao točke konektora.
- Opruge pod jakom napetošću mogu zahtijevati pričvršćivanje susjednih opruga na svakih četiri ili pet rupa. Tako je proljetna napetost ravnomjerno raspoređena.
- Pričvrstite preostale opruge dok se sve opruge ne pričvrste na okvir.
- Položite pokrovne jastučice na vanjski rub tako da su opruge prekrivene.
- Pričvrstite sve žice pokrovne pločice na opruge.
- Nastavite s ispitivanjem dijela trampolina ovog priručnika prije nego što skočite na trampolin.

10. POPIS DIJELOVA SIGURNOSNOG KUĆIŠTA

STAVKA	Model	8FT (broj)
A	Gornji pol	6
B	Donji pol	6
C	Sigurnosna mreža	1
D	Brza stezaljka	12
E	Alat za montažu	1
F	Ljestve	1



11. SKLOP SIGURNOSNOG KUĆIŠTA

- I. Umetnite donji pol u gornji pol, ponovite za sve polove.
- II. Postavite sigurnosnu mrežu kućišta na trampolin uredno, kao što je gore prikazano, spremno za sljedeći korak.
- III. Gurnite stupove kućišta koje ste sastavili u jaknu s mrežastim stupovima sigurnosnog kućišta (slika II, stranica 7)
- IV. Ponovite KORAK 3 za sve stupove kućišta, obavezno čvrsto umetnite stupove u jaknu.
- V. Možda će vam trebati druga osoba koja će držati stup kućišta na mjestu dok u sljedećem koraku pričvršćujete stup na nosače nogu.
- VI. Koristite brzu stezaljku za pričvršćivanje stupa kućišta na rupu produžetka noge i rupu T bara.
- VII. Ponovite korak 5 do KORAK 6 za preostale stupove.
- VIII. Kuke za sigurnosno kućište kada se oslobode trebale bi izgledati kao slika VIII, stranica 7.
- IX. Pričvrstite kuke na najbliži trokutasti prsten prostirke, ako vam je teško pričvrstiti kuke na trokutaste prstenove, slijedite upute Slike X.
- X. Pričvrstite kuke na prstenasti dio opruge.
- XI. Zatvorite ulaz i pričvrstite sve ulazne kuke. Nadzornici moraju ponovno zakopčati i ponovno zakačiti sve ulazne kuke sigurno prije početka skakanja.
- XII. Vaš trampolin sada izgleda kao onaj na Sl. XII. Nastavite s testiranjem dijela trampolina ovog priručnika prije nego što skočite na trampolin. **Za rastavljanje slijedite uvjerljive upute obrnutim redoslijedom.**

12. ISPITIVANJE TRAMPOLINA

Nakon sastavljanja trampolina važno je da izvršite sljedeće sigurnosne provjere:

Sigurnosne provjere trampolina:

1. Provjerite odvijačem kako biste bili sigurni da su svi vijci zategnuti.
2. Provjerite ispod trampolina kako biste bili sigurni da su sve opruge okvira pričvršćene na podlogu za skakanje.
3. Pomičite trampolin i provjerite stabilnost okvira. Pod mora biti ravan.
4. Pomoću dvije ruke stavite tjelesnu težinu na jedan dio trampolina i otpustite kako biste provjerili je li pod ravan.
5. Provjerite jesu li opruge i okvir potpuno prekriveni pokrovnim prostirkama i da je pokrovna prostirka sigurno pričvršćena remenima.

Sigurnosne provjere neto kućišta:

1. Držite na mreži stupa i provjerite jesu li svi stupovi kućišta čvrsti tako da je protresete.
2. Provjerite ima li u mrežici i jakni u kućištu bilo kakvih kidanja u šavovima ili materijalu.
3. Provjerite ispravno funkcioniranje patentnog zatvarača i ulaznih kuka.
4. Provjerite suspendirano ispod trampolina u trokutastim ušicama.
5. Provjerite jesu li sve kuke u trokutastim ušicama trampolina.

Nakon što se provedu sve provjere, konačnu ukupnu stabilnost trampolina mora procijeniti odrasla osoba.

13. TEMELJNE TEHNIKE ODSKOKA

(ISPRAVNA UPORABA TRAMPOLINA)

Budući da je opasnost od ozljeda vrlo visoka za neiskusne skakače, važno je da nauče osnovne tehnike skakanja.

OSNOVNI ODSKOK

1. Počnite iz stojećeg položaja, stopala širine ramena s glavom i očima na prostirci.
2. Kružnim pokretima zamahnite rukama naprijed i gore i oko.
3. Spojite noge dok ste u zraku i pokažite prste prema dolje.
4. Držanje stopala treba biti razmaknuto pri slijetanju na prostirku.



MANEVAR KOČENJA

1. Povremeno se kontrola može izgubiti ako su skok i odskok divlji. Izvođenje manevra kočenja omogućit će korisniku da povрати kontrolu nad skokom i ravnotežom.
2. Počnite s osnovnim odskokom.
3. Prilikom slijetanja savijte koljena oštro i to će omogućiti da se zaustavi skakanje.



RUKE I KOLJENA SE ODBIJAJU

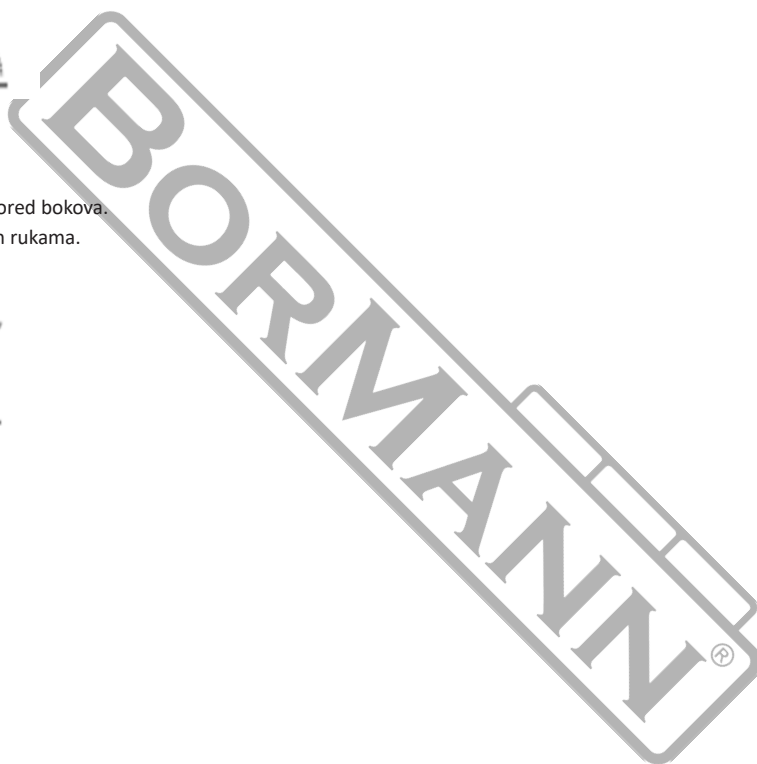
1. Počnite s nisko kontroliranim osnovnim odskokom.
2. Mast na rukama i koljenima držeći leđa ravno.
3. Naglasak treba usmjeriti na dobro slijetanje u četiri točke, a ne na visinu skakanja.

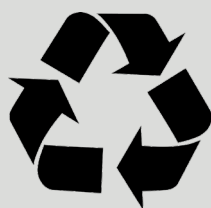
**ODSKOK KOLJENA**

1. Počnite s nisko kontroliranim osnovnim odskokom.
2. Mast na koljenima drži se ravno. Tijelo podiže i koristi ruke za održavanje ravnoteže.
3. Odskočite natrag u osnovni položaj odskoka ljuljajući ruke prema gore.

**ODSKOK SJEDALA**

1. Sletite u ravan sjedeći položaj.
2. Ruke trebaju biti na prostirci pored bokova.
3. Vratite se u uspravno guranjem rukama.





The instructions manual is also available in digital format on our website www.nikolaoutools.gr. Find it by entering the product code in the Search " 🔍 " field.

Μπορείτε να βρείτε τις οδηγίες χρήσης και σε ηλεκτρονική μορφή μέσω της ιστοσελίδας μας www.nikolaoutools.gr. Αναζητήστε τις με τον κωδικό προϊόντος στο πεδίο Αναζήτηση " 🔍 " .