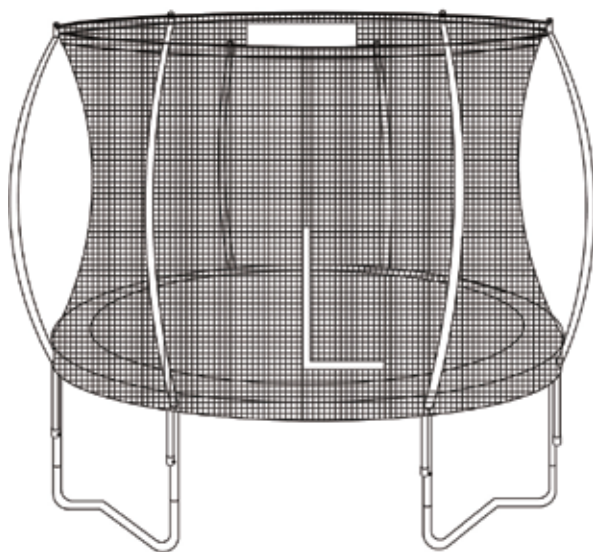


Trampolin 244CM, Federlos Springless Trampoline 244CM

330700001053



DE Bedienungsanleitung

GB User Manual

FR Manuel D'utilisation

IT Manuale D'uso

ES Manual Del Usuario

Sehr geehrte Kundin, sehr geehrter Kunde!

Der Hersteller arbeitet ständig an der Weiterentwicklung aller Typen und Modelle.

Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass deshalb jederzeit Änderungen des Lieferumfangs in Form, Ausstattung und Technik möglich sind. Aus den Angaben, Abbildungen und Beschreibung dieser Gebrauchsanweisung können daher keine Ansprüche hergeleitet werden.

Nachdruck, Vervielfältigung oder Übersetzung, auch auszugsweise, ist ohne schriftliche Genehmigung des Herstellers nicht gestattet.

Alle Rechte nach dem Gesetz über das Urheberrecht bleiben dem Hersteller ausdrücklich vorbehalten.

Änderungen vorbehalten.



ACHTUNG!

- **Maximal 100 kg**
- Nur für den Hausgebrauch.
- Nur zur Verwendung im Freien.
- Nicht für Kinder unter 36 Monaten geeignet. Kleine Teile.
- Das Trampolin ist von einem Erwachsenen gemäß der Montageanleitung zusammenzubauen und anschließend vor der ersten Benutzung zu überprüfen.
- Nur ein Benutzer. Kollisionsgefahr.
- Vor dem Springen immer die Netzöffnung schließen.
- Ohne Schuhe springen.
- Verwenden Sie die Matte nicht, wenn sie nass ist.
- Vor dem Springen Taschen und Hände leeren.
- Springe immer in die Mitte der Matte.
- Beim Springen nicht essen.
- Nicht mit einem Sprung verlassen.
- Begrenzen Sie die Zeit der kontinuierlichen Nutzung (regelmäßige Pausen).
- Nicht bei starkem Wind verwenden und das Trampolin sichern.



ANWEISUNGEN!

- Das Trampolin darf nicht eingegraben werden.
- Muss das Trampolin unbedingt an einen anderen Standort bewegt werden, ist es von mindestens vier gleichmäßig um das Trampolin verteilten Personen anzuheben und zu transportieren.
- Es wird empfohlen, das Trampolin auf ebenem Grund in mindestens 2 m Entfernung zu anderen Strukturen oder Hindernissen, wie beispielsweise Zäunen, Garagen, Häusern, überhängenden Ästen, Wäscheleinen oder Stromkabeln, aufzustellen.
- Das Trampolin darf nicht auf Beton, Asphalt oder anderen harten Oberflächen und nicht in der Nähe anderer, potenziell gefährlicher Konstruktionen aufgestellt werden (z. B. in der Nähe von Planschbecken, Schaukeln, Rutschen, Klettergerüsten).
- Vom Käufer am Originaltrampolin durchgeführte Änderungen (z. B. das Hinzufügen von Zubehör) dürfen nur laut Herstelleranweisungen vorgenommen werden.



WARNUNG!

Prüfungen und Wartung der Hauptbestandteile (Gestell, Aufhängung, Sprungtuch, Polsterung und Netz) müssen zu Beginn jeder Saison durchgeführt werden. Geschieht das nicht, könnte das Trampolin eine Gefahr darstellen.

Zudem werden die folgenden Pflichtprüfungen empfohlen:

- Alle Schrauben und Muttern auf festen Sitz prüfen und bei Bedarf anziehen.
- Sicherstellen, dass die gefederten Verbindungen (Federstifte) intakt sind und sich während der Benutzung nicht lösen können.
- Alle Abdeckungen und scharfen Kanten prüfen und bei Bedarf auswechseln.
- Bedienungs- und Wartungsanleitungen sorgsam aufbewahren.
- Trampoline für den Außengebrauch müssen mit einer Vorrichtung ausgestattet werden, die das Trampolin bei starkem Wind fixiert (z. B. Stahlstangen am Boden oder Lasten wie Sandsäcke oder Wasserbeutel) und/oder Bestandteile, die dem Wind eine Angriffsfläche bieten (Netz, Tuch) müssen entfernt werden.
- In manchen Ländern kann es durch Schneelasten und sehr niedrige Temperaturen im Winter zu Schäden am Trampolin kommen. Es wird empfohlen, Schnee vom Trampolin zu entfernen und Tuch und Netz im Haus aufzubewahren.
- Sicherstellen, dass Tuch, Polsterung und Netz keine Schäden aufweisen. Netz nach 2 Jahren Nutzung austauschen.
- Sicherstellen, dass die Klettverschlüsse während der Benutzung des trampolins richtig verschlossen sind.
- Bei starkem Wind muss das Netz entfernt und/oder das Trampolin am Boden fixiert werden.

EINLEITUNG

Lesen Sie sich vor der Verwendung des Trampolins alle Anweisungen in diesem Handbuch aufmerksam durch.

Wie auch bei allen anderen körperlichen Aktivitäten können sich Benutzer verletzen, wenn die vorgeschriebenen Sicherheitsvorkehrungen nicht eingehalten werden. Halten Sie sich an entsprechende Sicherheitsregeln und -tipps, um das Verletzungsrisiko zu senken.

- Falschbenutzung und Missbrauch des Trampolins sind gefährlich und können zu schweren Verletzungen führen!
- Trampoline sind Vorrichtungen mit Abprallfunktion. Sie befördern den Benutzer somit in ungewohnte Höhen und führen zu verschiedenen unüblichen Körperbewegungen. Bei Sport auf dem Trampolin ist also vorsichtig vorzugehen.
- Das Trampolin vor jeder Benutzung auf Abnutzungsspuren am Sprungtuch und gelockerte oder fehlende Bauteile prüfen.
- Dieses Handbuch enthält Montageanweisungen, Hinweise zu Pflege und Wartung, Sicherheitstipps, Warnhinweise und Springtechniken. Alle Benutzer und Aufsichtspersonen müssen die vorliegenden Anweisungen lesen und kennen. Alle, die das Trampolin benutzen, müssen ihre eignen körperlichen Grenzen kennen.
- Das Trampolin MUSS auf ebenem Grund stehen. Tut es das nicht, kann es zu einer Fehlfunktion und in deren Folge zu schweren Verletzungen oder gar zum Tod kommen.

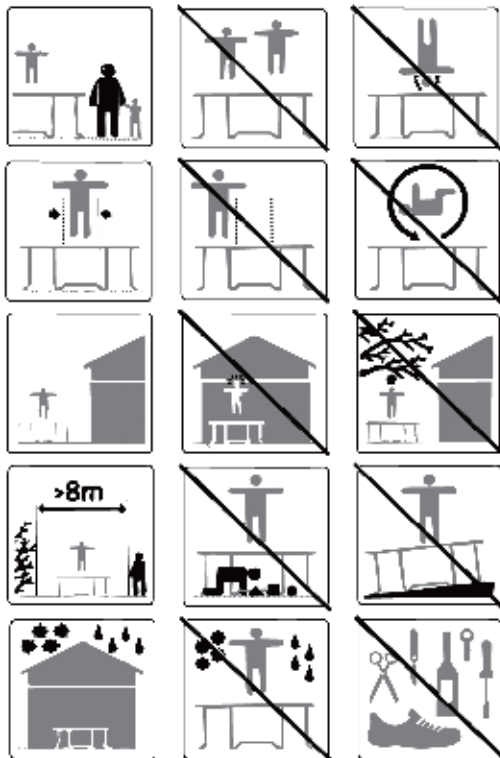
ACHTUNG!



DAS TRAMPOLIN DARF ZU JEDEM ZEITPUNKT NUR VON EINER PERSON VERWENDET WERDEN! MEHRERE BENUTZER FÜHREN ZU EINEM HÖHEREN RISIKO ERNSTHAFTER VERLETZUNGEN.



BEI EINER LANDUNG AUF DEM KOPF ODER NACKEN KANN ES ZU EINER QUERSCHNITTLÄHMUNG ODER ZUM TOD KOMMEN! WIR EMPFEHLEN, KEINE SALTI ZU MACHEN, DA DER BENUTZER SO MIT HÖHERER WAHRSCHEINLICHKEIT AUF KOPF ODER NACKEN LANDET.



* Max. Benutzergewicht: **100 kg**

* Nicht für Kinder unter 36 Monaten geeignet.

INFORMATIONEN ZUR TRAMPOLINNUTZUNG

Zunächst sollte sich der Benutzer mit dem Gefühl und der Federkraft des Trampolins vertraut machen. Dabei auf die Grundlagen der Körperposition achten und jede Art Sprung (die grundlegenden Sprünge) so lange üben, bis sie problemlos und kontrolliert durchgeführt werden können.

Zum Unterbrechen des Springens einfach die Knie beugen, bevor die Füße auf dem Tuch aufkommen. Das ist eine Grundtechnik, die gemeinsam mit den grundlegenden Sprüngen geübt werden muss. Diese Fertigkeit des „Bremsens“ muss immer dann angewandt werden, wenn die Kontrolle über eine Bewegung oder das Gleichgewicht verloren geht oder beim Üben der ersten Sprünge auf einem Trampolin. Wird dieses Bremsmanöver nicht verwendet, steigt das Verletzungsrisiko durch Landen auf dem Gestell, den Federn oder abseits des Trampolins, falls ein Sprung außer Kontrolle gerät. Ein kontrollierter Sprung ist ein solcher, bei dem man auf demselben Punkt landet, an dem man abgesprungen ist. Verliert der Benutzer während des Springens auf dem Trampolin die Kontrolle, muss er beim Landen das Bremsmanöver anwenden. So erlangt er die Kontrolle zurück und unterbricht den Sprung.

Salti (Purzelbäume): Wir empfehlen, auf diesem Trampolin KEINE Salti (weder vorwärts noch rückwärts) durchzuführen. Macht der Benutzer bei einem Salto einen Fehler, könnte er auf dem Kopf oder Nacken landen, was zu schweren Verletzungen führen kann.

Fremdkörper: Das Trampolin NICHT verwenden, wenn sich Haustiere, andere Personen oder Gegenstände darunter befinden. Hierdurch erhöht sich das Verletzungsrisiko. KEINE Gegenstände in den Händen halten oder auf das Trampolin legen, wenn es benutzt wird. Bei der Verwendung des Trampolins auch darauf achten, was sich darüber befindet. Äste, Kabel und andere Gegenstände über dem Trampolin erhöhen die Verletzungsgefahr.

Anzahl der Benutzer auf dem Trampolin: Das Trampolin darf zu jedem Zeitpunkt nur von einer Person verwendet werden. Befinden sich mehrere Personen gleichzeitig auf dem Trampolin, erhöht sich unter Umständen die Verletzungsgefahr.

Unsachgemäße Trampolinwartung: Bei einem schlecht gewarteten Trampolin steigt die Verletzungsgefahr. Das Trampolin vor jeder Verwendung auf verbogene Stahlrohre, Risse im Tuch, lockere oder defekte Federn und seine Gesamtstabilität prüfen.

Platzierung des Trampolins: Das Trampolin muss immer auf ebenem Grund aufgebaut und verwendet werden. Wird das Trampolin auf unebenem Grund verwendet, steigen die Verletzungsgefahr und/oder das Risiko, dass Schäden am Trampolin entstehen.

Witterungsverhältnisse: Bei der Verwendung des Trampolins auf die aktuellen Witterungsverhältnisse achten. Ist das Sprungtuch nass, kann der Benutzer darauf ausrutschen und sich verletzen. Bei starkem Wind können Benutzer unter Umständen die Kontrolle über ihre Sprünge verlieren.

Zugangsbeschränkung: Wird das Trampolin nicht verwendet, muss die Zugangsleiter an einem sicheren Ort aufbewahrt werden, damit unbeaufsichtigte Kinder nicht auf dem Trampolin spielen können.

TIPPS FÜR DIE VERMEIDUNG VON UNFÄLLEN

Benutzer:

Unfälle lassen sich am einfachsten dadurch vermeiden, dass kontrollierte Sprünge durchgeführt werden. KEINESFALLS kompliziertere und schwierige Manöver ausprobieren, wenn der Grundlagensprung noch nicht sicher durchgeführt werden kann. Auch Aufklärung ist ein wichtiges Element der Sicherheit. Vor Verwendung des Trampolins müssen alle Angaben zu Vorsichtsmaßnahmen gelesen, verstanden und umgesetzt werden. Bei einem kontrollierten Sprung landet der Benutzer des Trampolins wieder an der Stelle, von der er abgesprungen ist. Weitere Sicherheitstipps und Anweisungen erhalten Sie von ausgebildeten Trampolintrainern.

Aufsichtsperson:

Bei der Beaufsichtigung anderer Trampolinbenutzer muss die Aufsichtsperson alle Sicherheitsregeln und Vorschriften verstanden haben und durchsetzen. Es liegt in der Verantwortung der Aufsichtsperson, allen Benutzern fundierten Rat zu geben und ihnen die Regeln zu erklären. Ist keine geeignete Aufsichtsperson zugegen, muss das Trampolin an einem sicheren Ort aufbewahrt oder demontiert werden, um eine unerlaubte Nutzung zu verhindern, oder mit einer schweren Plane abgedeckt werden, die mit Ketten und einem Schloss befestigt und gesichert werden kann. Die Aufsichtsperson ist außerdem dafür verantwortlich sicherzustellen, dass das Sicherheitsschild am Trampolin angebracht wird und die Benutzer die darauf verzeichneten Warnhinweise und Anweisungen kennen.

SICHERHEITSHINWEISE FÜR DAS TRAMPOLIN

Benutzer:

- Das Trampolin nicht nach dem Konsum von Alkohol oder Drogen verwenden.
- Vor der Verwendung des Trampolins alle harten und scharfkantigen Gegenstände ablegen.
- Kontrolliert und vorsichtig auf das Trampolin auf- und davon absteigen. Niemals auf das Trampolin auf- oder davon abspringen und das Trampolin keinesfalls verwenden, um auf oder in ein anderes Objekt zu springen.
- Zunächst alle Grundsprünge lernen und ausführlich üben, bevor schwierigere Sprünge ausprobiert werden. Im Abschnitt zu den Grundfertigkeiten finden sich Angaben dazu, wie sich die Grundlagen erlernen lassen.
- Zum Unterbrechen des Springens die Knie bei der Landung auf dem Tuch beugen.

- Beim Springen auf dem Trampolin stets die Kontrolle behalten. Ein kontrollierter Sprung ist ein solcher, bei dem man am selben Punkt wieder landet, an dem man abgesprungen ist. Sollte der Benutzer die Kontrolle verlieren, muss er versuchen, das Springen zu unterbrechen.
- Keinesfalls längere Zeit durchgehend springen oder mehrere zu hohe Sprünge nacheinander durchführen.
- Die Augen auf das Tuch richten, um die Kontrolle zu behalten.
- Das Trampolin darf niemals von mehr als einer Person verwendet werden.
- Benutzer müssen von einer Aufsichtsperson beaufsichtigt werden.

AUFSICHTSPERSONEN

- Aufsichtspersonen müssen sich mit den Grundsprüngen und Sicherheitsregeln vertraut machen. Zur Verletzungsprävention und Senkung des Verletzungsrisikos sicherstellen, dass alle Sicherheitsregeln befolgt werden und unerfahrene Benutzer zunächst die Grundsprünge lernen, bevor sie es mit schwierigeren, fortgeschrittenen Sprüngen versuchen.
- Alle Benutzer müssen, unabhängig von Alter und Erfahrung, beaufsichtigt werden.
- Das Trampolin keinesfalls verwenden, wenn es nass, beschädigt, verunreinigt oder abgenutzt ist. Das Trampolin vor jeder Verwendung auf Abnutzungsspuren prüfen.
- Alle Gegenstände, die den Benutzer beim Springen behindern könnten, vom Trampolin fernhalten. Darauf achten, was sich über und unter dem Trampolin sowie in seiner Umgebung befindet.
- Das Trampolin muss bei Nichtverwendung entsprechend gesichert werden, damit es nicht unerlaubt verwendet wird.

ALLGEMEINE SICHERHEIT

Keinesfalls längere Zeit auf dem Trampolin springen. Durch Ermüdung steigt die Verletzungsgefahr. Kürzere Zeit springen und dann anderen die Möglichkeit geben, auch etwas Spaß zu haben. Das Trampolin darf nie von mehr als einer Person gleichzeitig verwendet werden.

Benutzer sollten T-Shirts, kurze Hosen oder Jogginghosen oder dicke Socken tragen springen. Anfängern wird geraten, langärmelige Oberteile und lange Hosen zu tragen, um sich vor Kratzern und Abschürfungen zu schützen, bis sie sicher landen und springen können. Stets ordnungsgemäß auf das Trampolin auf- und davon absteigen, um Verletzungen vorzubeugen. Zum ordnungsgemäßen Aufsteigen eine Hand auf das Gestell legen und anschließend auf das Gestell, über die Federn und auf das Tuch steigen oder rollen. Beim Auf- und Absteigen immer die Hände auf das Gestell legen. Keinesfalls direkt auf die Gestellpolsterung steigen oder sich daran festhalten. Zum ordnungsgemäßen Absteigen zum Rand des Trampolins gehen und eine Hand stützend auf das Gestell legen. Dann vom Tuch auf den Boden steigen. Kleineren Kindern muss beim Auf- und Absteigen geholfen werden.

Keinesfalls unvorsichtig auf dem Trampolin springen, da so das Verletzungsrisiko steigt. Der Schlüssel für Sicherheit und Spaß auf dem Trampolin ist Kontrolle über die verschiedenen Sprünge. Keinesfalls versuchen, andere Benutzer in der Sprunghöhe zu übertreffen! Das Trampolin keinesfalls alleine ohne Aufsichtsperson verwenden.

PLATZIERUNG DES TRAMPOLINS

Der Freiraum über dem Trampolin muss mindestens 7,3 Meter betragen. Sicherstellen, dass sich im Umkreis des Trampolins keine gefährlichen Gegenstände wie Äste, andere Freizeitausstattung (wie Schaukeln oder Pools), Stromkabel, Wände, Zäune usw. befinden. Für die sichere Benutzung des Trampolins bei der Auswahl des Trampolinstandorts auf Folgendes achten:

- Das Trampolin MUSS zur Verwendung auf ebenem Grund platziert werden.
- Der Bereich muss gut ausgeleuchtet sein.
- Sicherstellen, dass sich unter- und oberhalb sowie um das Trampolin herum keine Hindernisse befinden.

UNFALLKLASSEN

Auf- und Absteigen: Beim Aufsteigen auf das und Absteigen vom Trampolin vorsichtig vorgehen. Das Trampolin NICHT durch Festhalten an der Gestellpolsterung betreten, nicht auf die Federn steigen und nicht von einem anderen Gegenstand (wie Plattformen, Dächern oder Leitern) auf das Sprungtuch springen. Dadurch steigt das Verletzungsrisiko. Das Trampolin NICHT durch Abspringen und Landen auf dem Boden verlassen, unabhängig davon, aus welchem Material der Boden besteht. Kleine Kinder, die auf dem Trampolin spielen, benötigen unter Umständen Hilfe beim Auf- und Absteigen.

Konsum von Alkohol und Drogen: Bei der Verwendung dieses Trampolins KEINESFALLS Alkohol oder Drogen konsumieren. Dadurch steigt das Verletzungsrisiko, da diese Substanzen das Urteilsvermögen, die Reaktionszeit und die körperliche Koordination allgemein beeinträchtigen.

Mehrere Benutzer: Befinden sich mehrere Benutzer gleichzeitig auf dem Trampolin, steigt das Verletzungsrisiko. Verletzungen treten dann auf, wenn jemand vom Trampolin fällt, die Kontrolle verliert, mit anderen Benutzern zusammenstößt oder auf den Federn landet.

Meist wird dabei die leichteste Person auf dem Trampolin verletzt.

Aufkommen auf dem Federgestell: Beim Benutzen des Trampolins immer auf dem Tuch bleiben. So verringert sich das Risiko einer Verletzung durch Landen auf dem Federgestell. Die Gestellpolsterung muss das Trampoliningestell immer abdecken. KEINESFALLS direkt auf die Gestellpolsterung springen oder treten, da sie nicht darauf ausgelegt ist, das Gewicht einer Person zu tragen.

Kontrollverlust: KEINESFALLS schwierige oder andere Manöver ausprobieren, wenn sich der Benutzer dabei nicht sicher ist. Werden diese Vorgaben nicht eingehalten, steigt das Verletzungsrisiko.

MONTAGEANWEISUNGEN

Zur Montage des Trampolins wird das Federspann-Spezialwerkzeug benötigt, das im Lieferumfang des Produkts enthalten ist. Ist das Trampolin nicht im Einsatz, lässt es sich problemlos demontieren und lagern.

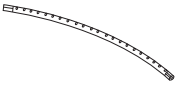
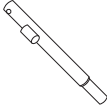
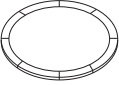
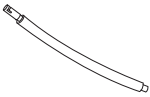
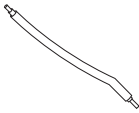
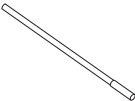
Vor der Montage des Produkts zunächst aufmerksam die Montageanleitung durchlesen.

VOR DER MONTAGE

Bauteilbeschreibungen und -nummern für die jeweilige Trampolingröße finden sich in der Tabelle unten. Diese Nummern und Beschreibungen werden in den Montageanweisungen zur besseren Übersicht verwendet. Sicherstellen, dass alle aufgeführten Teile vorhanden sind. Sollten Teile fehlen, wenden Sie sich sofort an uns und versuchen Sie nicht, mit der Montage fortzufahren. Zur Vermeidung von Verletzungen während der Montage durch Quetschungen empfehlen wir zum Schutz der Hände die Verwendung von Handschuhen.

Bauteiltabelle (nicht maßstabsgetreu)

Anhand der unten abgebildeten Zeichnungen lassen sich die verschiedenen Bauteile identifizieren. Wir empfehlen, alle Bauteile des Trampolins und Sicherheitsnetzes in Gruppen bereitzulegen. Vor der Montage sicherstellen, dass alle in der unten stehenden Tabelle aufgeführten Bauteile vollständig vorhanden sind.

1  Gestellrohre 22 Bohrungen (6 Stck.)	2  T-Verbindungsrohre (6 Stck.)	3  Senkrechte Rohre (6 Stck.)	4  W-Rohre (3 Stck.)
5  Gestellpolster (1 Stck.)	6  Sprungtuch mit elastischem Netz (1 Stck.)	7  Stahlhaken (66 Stck.) (erforderlich) sowie einige Ersatzhaken	8  Hakenmontagewerkzeuge (2 Stck.)
9  Sicherheitsnetz (1 Stck.)	10  Obere Sicherheitsnetzstangen mit Schaumstoff und Zylinder (6 Stck.)	11  Untere Sicherheitsnetzstangen mit Schaumstoff (6 Stck.)	12  PVC-Hüllen für Sicherheitsnetzstangen (6 Stck.)
13  Top Glasfaserstangen 8ft x Lange (6 Stck.) und kurze (1 Stck.)	14  Schrauben M6 x 30 mm (6 Stck.)	15  Inbusschlüssel (1 Stck.)	

**BEI DER MONTAGE HANDSCHUHE TRAGEN, UM QUETSCHUNGEN ZU VERMEIDEN.
FÜR DIE MONTAGE DES TRAMPOLINS WERDEN MINDESTENS ZWEI PERSONEN
BENÖTIGT.**

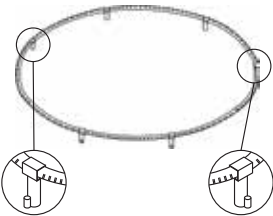
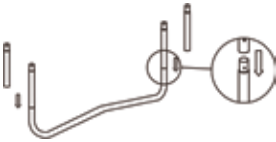
MONTAGE DES GESTELLS

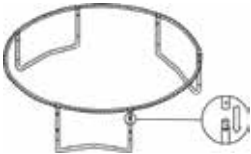
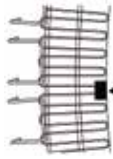
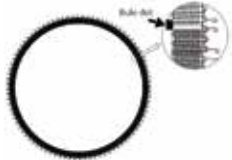
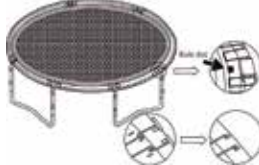
ACHTUNG!

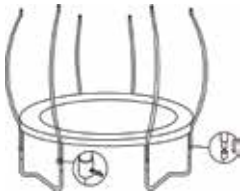
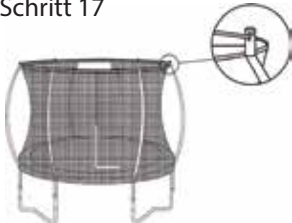
Das Trampolin an dem Ort aufstellen, an dem es verwendet werden soll! Das Trampolin nach der Montage **NICHT BEWEGEN!** Mindestens 2 Erwachsene in guter körperlicher Verfassung sind erforderlich, um das Trampolin waagrecht zu bewegen. Sicherstellen, dass der Untergrund am Montageort eben ist. Andernfalls kann es durch die Spannung der Federn zu einer Verformung des Gestells kommen.

Wir empfehlen: Das Trampolin **DARF** nur auf Gras aufgebaut werden. Beton und andere harte Böden eignen sich nicht als Untergrund.

ACHTUNG: Für die folgenden Montageschritte werden zwei bis drei Erwachsene in guter körperlicher Verfassung benötigt. Es **MÜSSEN** geschlossene Schuhe und Handschuhe getragen werden. Sicherstellen, dass sich in der Umgebung des Montagebereichs keine gefährlichen Gegenstände befinden, die zu einem Sturz oder Gleichgewichtsverlust führen könnten. Werden die hier beschriebenen Anweisungen und Warnhinweise nicht befolgt, kann es zu schweren Verletzungen kommen.

Schritt 1	Schritt 2	Schritt 3
 Alle Gestellrohre und T-Verbindungsrohre wie gezeigt im Kreis auslegen.	 Die beiden Enden der Gestellrohre unterscheiden sich voneinander: Ein Ende ist etwas kleiner als das andere. Für eine einfachere Montage zunächst das größere Ende des Gestellrohrs in das T-Verbindungsrohr stecken und anschließend das kleine Rohrende eines anderen Gestellrohrs mit dem gleichen T-Verbindungsrohr verbinden. Diesen Vorgang wiederholen, bis alle Gestell- und Verbindungsrohre miteinander verbunden sind. Hinweis! Der angeschweißte Teil des T-Verbindungsrohrs muss nach außen weisen.	 Die Beinverlängerungen wie in der Darstellung gezeigt mit den W-förmigen Beinrohren verbinden. Sicherstellen, dass der Stift einrastet.

Schritt 4 	Schritt 5 	Schritt 6  blauer Punkt
Alle Beinrohre im Inneren des kreisförmigen Gestells platzieren und dabei an den T-Verbindungsrohren ausrichten.	Das Gestell auf einer Seite anheben und das Beinrohr in das T-Verbindungsrohr schieben. Diesen Vorgang wiederholen, um die übrigen Beinrohre mit den T-Verbindungsrohren zu verbinden. Hinweis: Es werden zwei oder mehr Personen benötigt, um das Gestell auf den gegenüberliegenden Seiten anzuheben.	Bevor das Sprungtuch am Trampolin befestigt werden kann, müssen zunächst die Stahlhaken montiert werden. Jeder Haken wird mit drei Laschen des Sprungtuchs verbunden. Auf dem Sprungtuch befinden sich mehrere blaue Punkte. Einen davon auswählen, um mit der Befestigung der Haken zu beginnen. Vom Startpunkt aus nach links oder rechts vorarbeiten und die Haken durch je 3 elastische Laschen am Sprungtuchnetz schieben. Die Haken so festhalten, dass der abgerundete Teil zum Monteur und der Haken nach unten weist. Ihn dann nach unten durch die erste Lasche, nach oben durch die zweite Lasche und schließlich nach unten durch die dritte Lasche fädeln.
Schritt 7 	Schritt 8 	Schritt 9 
Anfang und Ende des Netzes überlappend aufeinander legen. Hier wird der Haken ausnahmsweise durch 6 Laschen gefädelt. Das Sprungtuch in das Gestell legen. Sicherstellen, dass das Sprungtuch mit der richtigen Seite nach oben weist und das Logo sich dort befindet, wo später der Einstieg platziert wird.	Die Stahlhaken an den Gestellrohren befestigen. Einen Stahlhaken neben dem blauen Punkt auswählen und ihn mit dem Hakenmontagewerkzeug am Gestellrohr neben dem zugehörigen T-Verbindungsrohr befestigen. Sicherstellen, dass der blaue Punkt in Richtung T-Verbindungsrohr weist. Den Vorgang wiederholen und die übrigen Stahlhaken neben den T-Verbindungsrohren montieren. Dabei die Anzahl der Stahlhaken und zugehörigen Bohrungen an den Gestellrohren abzählen.	Die übrigen Stahlhaken gleichmäßig anbringen. Für eine einfachere Montage empfehlen wir, dass einer der Erwachsenen die Stahlhaken befestigt und der andere durch Fixierung des umliegenden Gestells hilft, damit sich das Trampolin nicht verschiebt. Außerdem empfehlen wir, den Zahlenmarkierungen zu folgen, um das Sprungtuch symmetrisch und gleichmäßig anzubringen. WARNUNG: Für die sichere Montage der Haken die beiliegenden Werkzeuge verwenden und zum Schutz der Hände Handschuhe tragen. Das Trampolin steht unter starker Zugspannung. Somit wird laufend mehr Kraft benötigt, um die Stahlhaken an den Gestellrohren zu befestigen. Vorsichtig vorgehen, um nicht abzurutschen und sich die Finger nicht einzuklemmen. Es kann zu schweren Verletzungen kommen.

Schritt 10 	Schritt 11 	Schritt 12 
Die Gestellpolsterung entlang der Trampolinkante auslegen, wobei nur die Laschen über das Gestell hängen. Dann den Klettverschluss befestigen. Die Polsterung richtig ausrichten und sicherstellen, dass sich die Nähte bei den T-Verbindungsrohren befinden.	Die schwarzen Bänder unterhalb der Schutzpolsterung am Gestell festbinden, wie oben gezeigt.	Die Elastikbänder (unter der Polsterung) durch das elastische Netz fädeln und festbinden.
Schritt 13 	Schritt 14 	Schritt 15 
Die obere Sicherheitsstange mit dem dünneren Ende der unteren Sicherheitsstange verbinden und sicherstellen, dass der Stift einrastet.	Die Stange mit der zugehörigen Hülle verkleiden.	Die gebogenen Netzstangen einzeln in die beiden angeschweißten Teile der Beinrohre einführen, wie im Bild gezeigt. Die Sicherheitsstangen mit den daran befestigten Schrauben an den angeschweißten Teilen unten festschrauben. (Hierzu den Inbusschlüssel L verwenden.)
Schritt 16 	Schritt 17 	Schritt 18 
Die Glasfaserstangen einzeln oben in die Lasche des Sicherheitsnetzes einführen. Die beiden Enden der Glasfaserstangen mit den silbernen Verbindungsstücken verbinden. (Die kürzeste Stange ggf. zuletzt anbringen.)	Das Sicherheitsnetz auf das Sprungtuch legen. Auf das Sprungtuch steigen und die Glasfaserstangen im Sicherheitsnetz aufnehmen und einzeln in die schwarzen Zylinder einführen.	Die Kunststoffhaken unten am Sicherheitsnetz mit der Rückseite des elastischen Netzes verbinden.

Schritt 19

Das Trampolin kann nun verwendet werden.

ÜBUNGSPLAN

Wir empfehlen folgende Übungen, um grundlegende Schritte und Sprünge zu lernen, bevor mit komplizierteren fortgefahren wird. Vor dem Betreten und der Benutzung des Trampolins müssen zunächst alle Sicherheitshinweise gelesen und verstanden werden. Außerdem sollte die Aufsichtsperson mit dem Benutzer Körpermechanik und Trampolinregeln besprechen und sie vorführen.

Übung 1

- A. Auf- und Absteigen – Demonstrieren der richtigen Technik
- B. Grundsprung – Demonstration und Übung
- C. Bremsen (Kontrolle über den Sprung) – Demonstration und Übung. Lernen, auf Befehl zu bremsen
- D. Hände und Knie – Demonstration und Übung. Übung einer Vier-Punkt-Landung und entsprechenden Ausrichtung

Übung 2

- A. Techniken aus Übung 1 wiederholen und üben
- B. Kniesprung – Demonstration und Übung. Erlernen des Grundsprungs hinunter auf die Knie und wieder hoch, bevor halbe Drehungen nach links und rechts ausprobiert werden
- C. Sitzsprung – Demonstration und Übung. Grundlegenden Sitzsprung lernen und Kniesprung hinzufügen, Hände und Knie, wiederholen

Übung 3

- A. Fähigkeiten und Techniken aus vorherigen Übungen wiederholen und üben
- B. Fallenlassen auf den Bauch – zur Vermeidung von Verbrennungen beim Lernen dieses Sprungs müssen alle Benutzer auf dem Bauch liegen (mit Gesicht am Boden), während die Aufsichtsperson ihre Position prüft, um Stellungen zu korrigieren, die zu Verletzungen führen könnten.
- C. Zunächst mit einem Fallenlassen auf Hände und Knie beginnen und dann Körper ausstrecken, um die Bauchlage zu erreichen. Auf dem Sprungtuch landen und wieder auf die Füße zurückfedern
- D. Kombinationsübung – Fallenlassen auf Hände und Knie, auf den Bauch, wieder auf die Füße, Sitzsprung, zurück auf die Füße

Übung 4

- A. Fähigkeiten und Techniken aus vorherigen Übungen wiederholen und üben
- B. Halbe Drehung
 - i. Mit dem Fallenlassen auf den Bauch beginnen, mit den Armen nach links oder rechts abdrücken und Kopf und Schultern in die gleiche Richtung drehen.
 - ii. Während der Drehung darauf achten, dass der Rücken parallel zum Sprungtuch steht und der Kopf oben bleibt.
 - iii. Nach der Drehung in der Position des Fallenlassens auf den Bauch landen.

Nach Abschluss dieser Übung kennt der Benutzer alle grundlegenden Trampolinsprünge. Benutzer können nun ermuntert werden, eigene Choreografien auszuarbeiten, dabei aber auf Kontrolle und Technik zu achten.

Ein tolles Spiel, das Benutzer dazu motiviert, eine eigene Choreografie auszuarbeiten, ist „**BOUNCE**“. Die Teilnehmer werden von 1 bis X durchgezählt. Der erste Spieler führt einen Sprung vor. Der zweite Spieler muss diesen Sprung wiederholen und einen neuen hinzufügen. Der dritte Spieler wiederholt die Sprünge der Spieler eins und zwei und fügt einen eignen hinzu. Dieser Vorgang wird so lange wiederholt, bis jemand die Choreografie nicht mehr vollständig ausführen kann und einer der anderen Spieler „**BOUNCE**“ ruft. Der letzte Spieler, der die Choreografie noch geschafft hat, gewinnt! Auch bei diesem Spiel müssen Choreografien kontrolliert durchgeführt werden und es dürfen keine komplizierten oder extrem anspruchsvollen Sprünge ausprobiert werden, die bisher noch nicht geübt wurden.

Möchten die Benutzer ihre Trampolintechnik ausbauen, sollten sie sich an einen ausgebildeten Trainer wenden.

TRAMPOLIN-GRUNDSPRÜNGE

GRUNDSPRUNG



1. Stehende Ausgangsposition, Füße schulterbreit, Kopf gerade gehalten und Augen auf das Sprungtuch gerichtet.
2. Arme in einer Kreisbewegung nach vorne und oben schwingen.
3. Füße in der Luft zusammenführen, Zehen zeigen nach unten.
4. Beim Landen auf dem Sprungtuch müssen die Füße wieder schulterbreit auseinander stehen.

KNIESPRUNG



1. Mit einem niedrigen Grundsprung beginnen.
2. Auf den Knien landen und dabei Körper und Rücken gerade halten. Mit den Armen die Balance halten.
3. Durch Schwingen der Arme wieder in die Grundsprungstellung zurückfedern.

SITZSPRUNG



1. In einer flachen Sitzposition landen.
2. Hände neben der Hüfte auf das Sprungtuch legen.
3. Durch Abdrücken mit den Händen wieder in eine Standposition zurückkehren.

BAUCHSPRUNG



1. Mit der Position für das Fallenlassen nach vorne beginnen.
2. In Bauchlage (mit dem Gesicht nach unten) landen
3. und Arme und Hände auf dem Sprungtuch nach vorne gestreckt lassen.
4. Mit den Armen vom Sprungtuch abdrücken, um in die Standposition zurückzukehren.

180-GRAD-SPRUNG



1. Mit der Position für das Fallenlassen nach vorne beginnen.
2. Mit der linken oder rechten Hand und dem linken oder rechten Arm abdrücken (je nachdem, in welche Richtung gedreht werden soll).
3. Kopf und Schultern in die gleiche Richtung drehen, Rücken parallel zum Sprungtuch und Kopf oben halten.
4. In Bauchlage landen und durch Abdrücken mit den Händen und Armen in die Standposition zurückkehren.

Konformität

DIESES PRODUKT ENTSPRICHT:

- EN 71-1:2014+A1
- EN 71-2:2011+A1
- EN 71-3:2019
- EN 71-14:2018

Verpackung entsorgen



Entsorgen Sie die Verpackung sortenrein. Geben Sie Pappe und Karton zum Altpapier, Folien in die Wertstoffsammlung.



www.tuv.com
ID 1111224522

Dear Sir, Madam

The manufacturer is constantly improving all types and models. Please understand that changes to the delivered product in terms of form, features and technology are thus possible at any time. Therefore no claims may be derived from the information, illustrations and descriptions in this manual. Reprint, duplication or translation, also of excerpts, is not permitted without the written permission of the manufacturer.

All rights according to the law or to copyright law are expressly reserved by the manufacturer.

Subject to alterations.



WARNING!

- **Maximum 100 kg**
- Only for domestic use.
- Only intended for outdoor use.
- The trampoline shall be assembled by an adult in accordance with the assembly instructions and thereafter checked before the first use.
- Only one user. Collision hazard.
- Always close the net opening before jumping.
- Not suitable for children under 36 months. Small parts.
- Jump without shoes.
- Do not use the mat when it is wet.
- Empty pockets and hands before jumping.
- Always Jump in the middle of the mat.
- Do not eat while jumping.
- Do not exit by a jump.
- Limit the time of continuous usage (make regular stops).
- Do not use in strong wind conditions and secure the trampoline.



INSTRUCTIONS!

- The trampoline is not intended to be buried into the ground.
- If the trampoline only, if absolutely necessary, must have at least four people evenly distributed on the trampoline, and that they all lift and move the trampoline together.
- Recommend to place the trampoline on a level surface at least 2 m from any structure or obstruction such as a fence, garage, house, overhanging branches, laundry lines or electrical wires.
- Trampolines shall neither be installed over concrete, asphalt or any other hard surface nor at proximity of other conflicting installations (e.g. paddling pools, swings, slides, climbing frames).
- Modifications made by the consumer to the original trampoline (e.g. the adding of an accessory) shall be carried out according to the instructions of the manufacturer.



WARNING!

Need to carry out checks and maintenance of the main parts (frame, suspension system, mat, padding, and enclosure) at the beginning of each season and that if these checks are not carried out, the trampoline could become dangerous.

Below checks are also necessary and recommended:

- Check all nuts and bolts for tightness and tighten when required.
- Check that all spring-loaded (pit pin) joints are still intact and cannot become dislodged during play.
- Check all coverings and sharp edges and replace when required.
- Retain the maintenance instruction manual.
- Outdoor trampolines should be equipped with a device that in strong wind conditions avoid displacement due to wind (e.g. steel bars in the ground or loads like sand bag or water bags) and/or items catching wind like net and mat should be removed.
- In certain countries during winter period, 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.
- Check that mat, padding and enclosure are without defects; replace the enclosure after 2 year(s) of use.
- Make sure that the hook-and-loop fasteners are closed correctly during use of trampoline.
- At strong wind conditions, removing enclosure and / or fixing the trampoline to the ground.

INTRODUCTION

Prior to using your new trampoline, please carefully read all the information in this manual.

Just as with any other type of physical activity, participants can be injured if the correct safety procedures are not followed. To reduce the risk of injury, please follow the appropriate safety rules and tips.

- Misuse and abuse of this trampoline is dangerous and can cause serious injury!
- Trampolines, being rebounding devices, propel the performer to unaccustomed heights and into a variety of body movements that they may not be used to, so care should be taken when performing any type of exercise on a trampoline.
- Always inspect the trampoline before each use for wear to the jumping mat and any loose or missing parts.
- Assembly instructions, care and maintenance guidance, safety tips, warnings, and jumping/bouncing techniques are all included in this manual. All users and supervisors must read and familiarize themselves with these instructions. Anybody using this trampoline must be aware of their own physical limitations.
- This trampoline **MUST** be placed on a flat surface; Failure to do so may result in malfunction and could lead to serious injury or death.

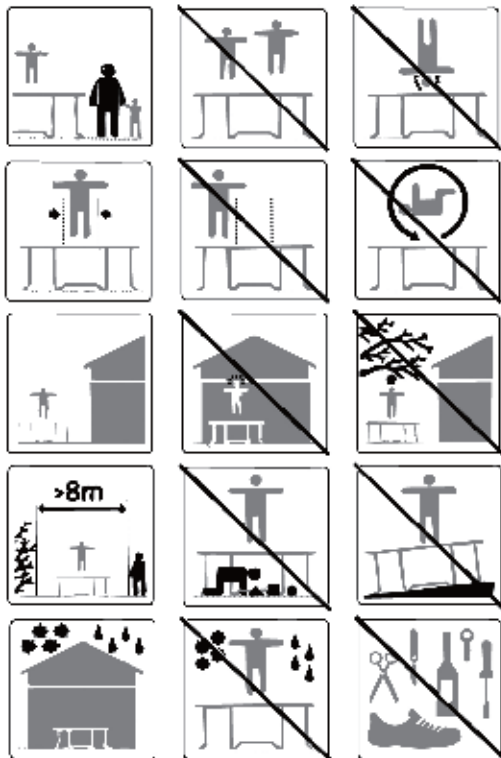
WARNING!



NO MORE THAN ONE PERSON AT A TIME ON THE TRAMPOLINE! MULTIPLE JUMPERS INCREASE THE RISK OF SERIOUS INJURY.



PARALYSIS OR DEATH CAN RESULT IF YOU LAND ON YOUR HEAD OR NECK! WE RECOMMEND YOU DO NOT PERFORM SOMERSAULTS AS THEY CAN INCREASE YOUR CHANCES OF LANDING ON YOUR HEAD OR NECK.



* Max. user weight: **100 kg**

* Not suitable for children under 36 months.

INFORMATION ON THE USE OF THE TRAMPOLINE

Initially, you should get accustomed to feel and bounce of the trampoline. The focus must be on the fundamentals of your body position and you should practice each bounce (the basic bounces) until you can perform each skill with ease and control.

To break a bounce, all you need to do is flex your knees before they come in contact with the jump mat. This is a basic technique and should be practiced while you are learning each of the basic bounces. The skill of 'braking' should be used whenever you lose balance or control of a manoeuvre, or if you are just learning how to jump on a trampoline. Failure to use the 'braking' manoeuvre will increase your risk of getting injured by landing on the frame, springs or off the trampoline completely should you lose control of your jump. A controlled jump is considered landing on the same spot that you took off from. If you do lose control when you are jumping on the trampoline, use the 'braking' manoeuvre when you land and this will allow you to regain control and stop your jump.

Somersaults (Flips): We recommend that you DO NOT PERFORM somersaults of any type (backwards or forwards) on this trampoline. If you make a mistake when trying to perform a somersault, you could land on our head or neck and cause serious injury to yourself.

Foreign objects: DO NOT use the trampoline if there are pets, other people, or any objects beneath the trampoline. This will increase the chances of an injury occurring. DO NOT hold any foreign objects in your hand and DO NOT place any objects on the trampoline while anyone is using it. Please be aware of what is overhead when you are using the trampoline. Tree limbs, wires, or other objects located over the trampoline will increase the chance of injuries occurring.

Number of people on the trampoline: No more than one person should use the trampoline at any one time. Having more than one person on the trampoline at the same time can increase the risk of injury.

Poor maintenance of trampoline: A trampoline in poor condition will increase the risk of injuries. Please inspect the trampoline before each use for bent steel tubes, torn mat, loose or broken springs, and overall stability of the trampoline.

Location of the trampoline: The trampoline must always be set up and used on a level surface. Failure to use the trampoline on a level surface can increase the chance of injury and/or damage to the trampoline.

Weather conditions: Please be aware of the weather conditions when using the trampoline. If the mat of the trampoline is wet, the jumper could slip and injure him or herself. High winds can also cause jumpers to lose control.

Limiting Access: When the trampoline is not in use, always store the access ladder in a secure place so that unsupervised children cannot play on the trampoline.

TIPS FOR PREVENTING ACCIDENTS

Jumper:

The key to avoiding accidents is to stay in control of your jumps. DO NOT move onto more complicated, more difficult manoeuvre until you have mastered the basic, fundamental bounce. Education is also key to safety and very important.

Read, understand, and practice all safety precautions and warnings prior to using the trampoline. A controlled jump is when you land and take off from the same location. For additional safety tips and instructions, contact a certified trampoline instructor.

Supervisor:

When supervising other users of the trampoline, supervisors need to understand and enforce all safety rules and guidelines. It is the responsibility of supervisor to provide knowledgeable advice and guidance to all jumpers of the trampoline. If supervision is unavailable or inadequate, the trampoline could be stored in a secure place, disassembled to prevent unauthorized use, or covered with a heavy tarpaulin that can be locked or secured with lock or chains. The supervisor is also responsible to ensure that the safety placard is placed on the trampoline and that jumpers are informed of these warnings and instructions.

TRAMPOLINE SAFETY INSTRUCTIONS

Jumpers:

- Do not use trampoline if you have consumed alcohol or any drugs.
- Remove all hard sharp objects from your person before using trampoline.
- You should climb on and off in a controlled and careful manner. Never jump onto or off the trampoline and never use the trampoline as a device to bounce onto or into another object.
- Always learn the basic bounce and master each type of bounce before trying more difficult types of bounces. Review the basic skills section to learn how to do the basics.
- To stop your bounce, flex your knees when you land on the jump mat.
- Always be in control when you are bouncing on the trampoline. A controlled jump is when you land at the same spot that you took off from. If at any time you feel out of control, try to stop your bouncing.
- Do not jump or bounce for prolonged periods of time or too high for a number of consecutive jumps.
- Keep your eyes on the mat to maintain control.
- Never have more than 1 person on the trampoline at any one time.
- Always have a supervisor watching you when you are on the trampoline.

Supervisor:

- Educate yourself with the basic jumps and safety rules. To prevent and reduce the risk of injuries, enforce all safety rules and ensure that new jumpers learn the basic bounces before trying more difficult and advanced jumps.
- All jumpers should be supervised, regardless of skill level or age.
- Never use the trampoline when it is wet, damaged, dirty, or worn. The trampoline should always be inspected for signs of wear before use.
- Keep all objects that could interfere with the jumper away from the trampoline. Be aware of what is overhead, underneath, and around the trampoline.
- To prevent unsupervised and unauthorized use, the trampoline should be secured when not in use.

General safety

Do not bounce on the trampoline for extended periods of time because fatigue can increase your chances of becoming injured. Bounce for a brief period of time and then allow others to join in on the fun! Never have more than one person bouncing on the trampoline.

Jumpers should wear t-shirt, shorts or sweats, and heavy socks. If you are just beginning, you may want to wear long sleeve shirts and pants to protect against scrapes and abrasions until you master correct landing positions and form. You should always mount and dismount properly in order to avoid injury.

To mount properly, you should PLACE your hand on the frame and either step or roll up onto the frame, over the springs, and onto the trampoline mat. You should always remember to place your hands onto the frame while mounting or dismounting. Do not step directly onto the frame pad or grasp the frame pad. To dismount properly, move over to the side of the trampoline and place your hand onto the frame as a support and step from the mat to the ground. Smaller children should be assisted when mounting and dismounting the trampoline.

Do not bounce recklessly on the trampoline since this will increase your chances of getting injured. The key to safety and having fun on the trampoline is controlling and mastering the various bounces. Never try to out-bounce another bouncer in terms of height! Never use the trampoline alone without supervision.

Placing the trampoline

The minimum overhead clearance required is 24 feet (7.3 meters). In terms of horizontal clearance, please ensure that no hazardous objects are near the trampoline such as tree limbs, other recreational objects (i.e. swing sets, swimming pools), electrical power wiring, walls, fences, etc. For safe use of the trampoline, please be aware of the following when selecting a place for your trampoline:

- The trampoline **MUST** be placed on a level surface for use.
- The area should be well-lit.
- Make sure there are no obstructions beneath, above or around the trampoline.

Accident classification

Mounting and dismounting: Be very careful when getting on and off the trampoline. DO NOT mount the trampoline by grabbing the frame pad, stepping onto the springs or by jumping onto the mat of the trampoline from an object (e.g. a deck, roof, or ladder). This will increase your chances of getting injured! DO NOT dismount by jumping off the trampoline and landing on the ground, regardless of the makeup of the ground. If small children are playing on the trampoline, they may need help in mounting and dismounting.

Use of alcohol or drugs: DO NOT consume an alcohol or drugs when using this trampoline! This will increase your chances of getting injured since these foreign substances impair your judgments, reaction time, and overall physical coordination.

Multiple jumpers: If you have multiple jumpers (more than one person on the trampoline at any one time), you increase the chance of getting injured. Injuries could occur when you fly off the trampoline, lose control, collide with the other jumper(s), or land on the springs. Generally, the lightest person on the trampoline will get injured.

Striking the frame or springs: When playing on the trampoline, STAY in the center of the mat. This will reduce your risk of getting injured by landing on the frame or springs. Always keep the frame pad covering the frame of the trampoline. DO NOT jump or step onto the frame pad directly since it was not intended to support the weight of a person.

Loss of control: DO NOT try difficult manoeuvre, of any manoeuvre until you have mastered it. If you do not follow these guidelines, you increase the risk of someone getting injured.

Assembly instructions

To assemble this trampoline, you will need the special spring loading tool enclosed with your product. During periods of non-use, this trampoline can be easily disassembled and stored.

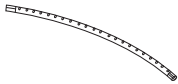
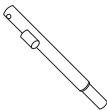
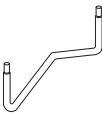
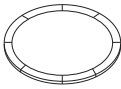
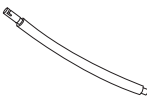
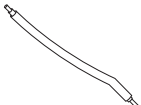
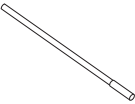
Please read the assembly instructions thoroughly before beginning to assemble the product.

Prior to assembling

Please refer to the table below for part descriptions and numbers relevant to your size of trampoline. The assembly steps use these descriptions and numbers as reference for your convenience. Make sure that you have all parts listed. If you are missing any parts, please contact us immediately and do not attempt to continue with the assembly. To prevent any injuries to your hands from pinch points during assembly, **we recommend that you use gloves to protect your hands.**

Component table (not to scale)

The various components can be identified using the drawings shown below.
We recommend to prepare all components of the trampoline and safety net in groups.
Before installation, make sure that all components listed in the table below are fully available.

1  Frame tubes 22 holes (6 pcs.)	2  T-tube connector (6 pcs.)	3  Upright tube (6 pcs.)	4  "W" type tube (3 pcs.)
5  Frame pad (1 pc.)	6  Jumping mat with elastic net (1 pc.)	7  Steel hook (66 pcs.) (Required) as well as several spare hooks	8  Hook loading tool (2 pcs.)
9  Safety net (1 pc.)	10  Upper safety net poles with foam & top hat (6 pcs.)	11  Lower safety net poles with foam (6 pcs.)	12  PVC sleeves for safety pole (6 pcs.)
13  Top fiberglass poles 8ft x long (6 pcs.) and short (1 pc.)	14  Screw (M6x30mm) (6 pcs.)	15  Spanner (1 pc.)	

**REMEMBER TO USE GLOVES DURING ASSEMBLY TO AVOID PINCHING.
IT WILL REQUIRE AT LEAST TWO PEOPLE TO ASSEMBLE THE TRAMPOLINE.**

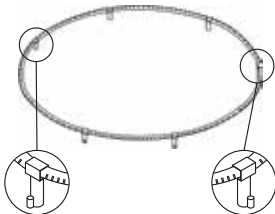
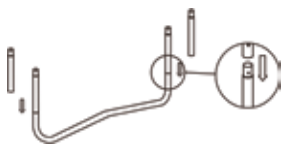
ASSEMBLY OF THE FRAME

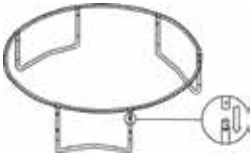
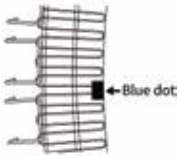
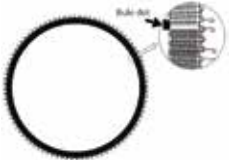
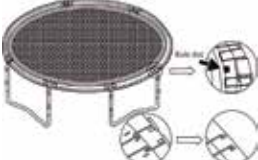
WARNING!

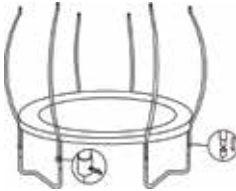
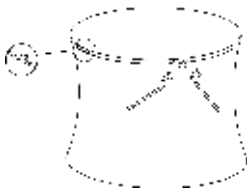
Set-up the trampoline in its final location! After complete set-up, **DO NOT MOVE** the trampoline after assembly! Make sure the ground is level at the set up location otherwise the tension of the springs might deform the frame.

We recommend: That the Trampoline **MUST** be set up on grassed area only. Not suitable on concrete or other hard surfaces.

WARNING: The following assembly steps require two to three adults in good physical shape. Closed shoes and gloves **MUST** be worn. Make sure that there are no dangerous objects around the assembly area that could lead to a fall or loss of balance. If the instructions and warnings described here are not followed, this can cause serious injuries.

Step 1 	Step 2 	Step 3 
Lay out all frame tubes and T-tube connector in a circle as shown.	The two ends of the frame tubes differ from each other: one end is somewhat smaller than the other. For an easier assembly put the larger end of the frame tubes first into the T-tube connector and then connect the small tube end of another frame tube with the same T-tube connector. Repeat this process until all frame and connecting tubes are connected. Note! The welded-on part of the T-tube connector must face outwards.	Connect the leg extensions tube with the "W" shape leg tubes as shown in the picture. Make sure the pin locked.

Step 4 	Step 5 	Step 6 
Place all leg tubes inside the frame circle to line up with T-tube connectors.	Lift up the frame on one side and insert leg tube into T-tube connector. Repeat this step to connect rest of leg tubes and T-tube connectors together. Note: Two or more persons are required to lift the frame on the opposite side.	To prepare the bounce mat to be attached to the trampoline you must first attach the steel hooks. Each hook connects through 3 loops of the bounce mat. You can find blue dots on the bounce mat, choose one blue dot as the start point to connect the hooks. Working to the left or right of the start section you connect the hooks by pushing through 3 elasticated hoops on the bounce mat mesh. Hold the hook with the round hook section facing towards you and the hook facing down. Then thread the loop downwards through the first hoop, upwards through the second and then finally downwards through the third loop. All hoops should now be connected over the bar of the hook.
Step 7 	Step 8 	Step 9 
Put the beginning and end overlap together. The hook goes through 6pcs elastic mesh only at this place. Lay the jumping mat inside the frame. Ensure that bounce mat faces upwards with the logo facing where entrance will be positioned.	Attach the steel hook to the frame tube. Choose one steel hook which is next to the blue dot, attach it to the holes of the frame tube beside corresponding T-tube connector by hook loading tool. Make sure the blue dot faces the T-tube connector. Repeat to attach steel hooks beside each T connector by counting the number of steel hooks and corresponding holes on frame tube.	Attach all other steel hooks evenly. To make assembly easier we suggest that when one adult attach the steel hooks another adult help fix the frame aside to avoid the trampoline move. Also we suggest to follow the marked number to assemble symmetrically and evenly. WARNING : In order to attach the hooks securely please use the provided tools and wear gloves to protect your hands. Trampoline is under heavy tension, more effort is required to attach the steel hooks to the frame. Be careful not to pinch fingers or slip. Serious injury may occur.

Step 10 	Step 11 	Step 12 
Lay the frame pad around on edge of trampoline only with flaps hanging over outside frame, then stick the Velcro together. Adjust the pad placement and make sure each seam aligns with each T-tube connector.	Tie all black straps under safety pad to the frame tubes like above picture.	Put the elastic belts (under the pad) through the elastic mesh then tie them tightly.
Step 13 	Step 14 	Step 15 
Connect each upper safety pole and lower safety pole together by the pin and make sure the pin is locked.	Cover the entire pole with sleeve.	Insert the curved enclosure poles into the two welded tubes of the leg tube one by one, as shown in the picture. Tighten the safety poles with attached screws at the bottom welded tubes. (Please use the hexagon L Spanner.)
Step 16 	Step 17 	Step 18 
Insert fiberglass poles into the top pathway of safety net one by one. Join the ends of two fiberglass poles together by silver connector. (If there is a shorter pole, then assemble it at last.)	Put safety net onto jumping mat. Stand on the jumping mat and then pick up the safety net's fiberglass poles and insert them to the black top hats one by one.	Find plastic hooks at the bottom of the safety net and hang them into the back of elastic mesh.

Step 19



Now your trampoline installation is complete.

LESSON PLAN

The following lessons are suggested in order to learn basic steps and bounces before moving onto more difficult, complicated bounces. Before actually getting on and using the trampoline, you should read and understand all safety instructions. A complete discussion and demonstration of body mechanics and trampoline guidelines should occur between the supervisor and student as well.

Lesson 1

- A. Mounting and Dismounting - Demonstration of proper techniques.
- B. The Basic Bounce - Demonstration and practice.
- C. Braking (Check the Bounce) - Demonstration and practice. Learn to brake on command.
- D. Hands and knees - Demonstration and practice. Stress should be on four-point landing and alignment.

Lesson 2

- A. Review and practice of techniques learned in Lesson 1.
- B. Knee Bounce - Demonstration and practice. Learn the basic down to knee and back up before trying half twist to left and right.
- C. Seat bounce - Demonstration and practice. Learn basic seat bounce then add a knee bounce, hands and knees.

Lesson 3

- A. Review and practice skills and techniques learned in previous lessons.
- B. Front Drop - To avoid mat burns and teach the front bounce position, all students should be requested to assume the prone position (face down on the ground) while the instructor checks for faulty positions that could cause injury.
- C. Start with a hands and knees bounce and then extend body into prone position, land on the mat and return to feet.
- D. Practice Routine - Hands and knees Bounce, Front Bounce, back to feet, seat bounce, back to feet.

Lesson 4

- A. Review and practice skill and techniques learned in previous lessons
- B. Half-Turn
 - i. Start from front drop position and as you make contact with the mat, push off with arms in either the right or left direction and turn head and shoulders in same direction.
 - ii. During turn, be sure to keep back parallel to mat and head up.
 - iii. After completing turn, land in front drop position.

After completing this lesson, the student now has a basic foundation of trampoline bounces. Jumpers should be encouraged to try and develop their own routines with the emphasis on control and form.

A game that can be played in order to encourage students to try and develop routines is **"BOUNCE"**. In this game, player count off from 1 to X. Player one starts with a maneuver. Player two has to do Player One's maneuver and add on another. Player Three does the maneuvers of One and Two and then adds a third maneuver. This continues until a player cannot do the routine until someone spells out the word **"BOUNCE"**. The last remaining contestant is deemed the winner! Even when playing this game, it is important to perform your routines under control and not try difficult or highly skilled bounces that you have not yet mastered.

A certified trampoline instructor should be contacted to further develop your trampoline skills.

TRAMPOLINE BASIC JUMPS

BASIC BOUNCE



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

KNEE BOUNCE



1. Start with basic bounce and keep it low.
2. Land on knees keeping back straight, body erect and use your arms to maintain balance.
3. Bounce back to basic bounce position by swinging arms up.

SIT BOUNCE



1. Land in a flat sitting position.
2. Place hands on mat besides hips
3. Return to erect position by pushing with hands.

STOMACH BOUNCE



1. Start with front bounce position.
2. Land in prone (face down).
3. Position and keep hand and arms extended forward on mat.
4. Push off the mat with arms to return to standing.

180-DEGREE BOUNCE



1. Start with front bounce position.
2. Push off with left or right hands and arms (depending on which way you wish to turn).
3. Maintain head and shoulders in the same direction and keep back parallel to mat and head up.
4. Land in prone position by return to standing position by pushing up with hands and arms.

Conformity

THIS PRODUCT MEETS:

- EN 71-1:2014+A1
- EN 71-2:2011+A1
- EN 71-3:2019
- EN 71-14:2018

Dispose of the packaging



Dispose of the packaging according to the type. Add paper-board and cardboard to the waste paper and foils to the material collection.



www.tuv.com
ID 1111224522

Madame, Monsieur.

Le fabricant ne cesse de perfectionner ses produits et ses modèles. C'est pourquoi, nous vous saurions gré de bien vouloir accepter les modifications techniques éventuellement apportées. Les photos, données et autres descriptions indiquées dans le présent mode d'emploi ne sont donc pas contractuelles.

Toute représentation, reproduction ou traduction, intégrale ou partielle, faite sans le consentement écrit du fabricant, est illicite.

Tous droits, en vertu du droit d'auteur, sont réservés expressément au fabricant.

Sous réserve de modification.



ATTENTION!

- **Maximum 100 kg**
- Uniquement pour un usage domestique.
- Uniquement pour être utilisé à l'extérieur.
- Ne convient pas aux enfants de moins de 36 mois. Présence de petites pièces.
- Le trampoline doit être assemblé par un adulte conformément aux instructions de montage, puis vérifié avant la première utilisation.
- Un seul utilisateur. Risque de collision.
- Fermez toujours l'ouverture du filet avant de sauter.
- Sauter sans chaussures.
- Ne pas utiliser le tapis lorsqu'il est mouillé.
- Videz vos poches et rien dans vos mains avant de sauter.
- Sauter toujours au milieu du tapis.
- Ne mangez pas en sautant.
- Ne sortez pas en sautant.
- Limitez le temps d'utilisation continue (faites des pauses régulières).
- Ne pas utiliser par vent fort et fixer le trampoline.



INSTRUCTIONS!

- Le trampoline ne doit pas être encastré.
- Si on a vraiment besoin de déplacer le trampoline, celui-ci doit être soulevé et transporté par au moins quatre personnes, réparties de manière égale autour du trampoline.
- Il est recommandé de placer le trampoline sur un sol plat, à au moins 2 m d'autres structures ou obstacles tels que des clôtures, des garages, des maisons, des branches en surplomb, des cordes à linge ou des câbles électriques.
- Le trampoline ne doit pas être placé sur du béton, de l'asphalte ou d'autres surfaces dures, ni à proximité d'autres structures potentiellement dangereuses (par exemple, près des pataugeoires, des balançoires, des toboggans, des cadres d'escalade).
- Les modifications apportées par l'acheteur au trampoline d'origine (par exemple, l'ajout d'accessoires) ne peuvent être effectuées que conformément aux instructions du fabricant.



ATTENTION!

Les tests et l'entretien des principaux éléments (cadre, suspension, toile de saut, rembourrage et filet) doivent être effectués au début de chaque saison. Si cela n'est pas fait, le trampoline pourrait être dangereux.

Les inspections suivantes obligatoires sont également recommandées:

- Vérifiez le serrage de toutes les vis et de tous les écrous et serrez-les si nécessaire.
- Assurez-vous que les connexions à ressort (goupilles à ressort) sont intactes et ne peuvent pas se desserrer pendant l'utilisation.
- Vérifiez tous les couvercles et les arêtes vives et remplacez-les si nécessaire.
- Conservez soigneusement les instructions d'utilisation et d'entretien.
- Les trampolines destinés à être utilisés à l'extérieur doivent être équipés d'un dispositif qui fixe le trampoline en cas de vent fort (par exemple, des barres d'acier au sol ou des charges telles que des sacs de sable ou des sacs d'eau) et/ou les éléments qui peuvent être soumis au vent (filet, toile) doivent être enlevés.
- Dans certains pays, le poids de la neige et les températures très basses en hiver peuvent endommager le trampoline. Il est recommandé d'enlever la neige du trampoline et de ranger la toile et le filet à l'intérieur de la maison.
- Assurez-vous que la toile, le rembourrage et le filet ne sont pas endommagés. Remplacez le filet après 2 ans d'utilisation.
- Assurez-vous que les fermetures Velcro sont correctement fermées pendant l'utilisation du trampoline.
- En cas de vent fort, le filet doit être enlevé et/ou le trampoline doit être fixé au sol.

INTRODUCTION

Lisez attentivement toutes les instructions de ce manuel avant d'utiliser le trampoline.

Comme pour toutes les autres activités physiques, les utilisateurs peuvent se blesser s'ils ne respectent pas les mesures de sécurité prescrites. Suivez les règles et les conseils de sécurité appropriés afin de réduire tout risque de blessure.

- Une mauvaise utilisation et l'abus du trampoline sont dangereux et peuvent entraîner des blessures graves !
- Les trampolines sont des appareils dotés d'une fonction de rebond. Ils propulsent l'utilisateur à des hauteurs inhabituelles et entraînent divers mouvements corporels inhabituels. Soyez donc prudent lorsque vous faites de l'exercice sur le trampoline.
- Avant chaque utilisation, vérifiez que le trampoline ne présente pas de signes d'usure sur la toile de saut et qu'aucun élément n'est desserré ou manquant.
- Ce manuel contient des instructions de montage, des instructions d'entretien et de maintenance, des conseils de sécurité, des avertissements et des techniques de saut. Tous les utilisateurs et les superviseurs doivent lire et comprendre ces instructions. Toute personne qui utilise le trampoline doit connaître ses propres limites physiques.
- Le trampoline DOIT se trouver sur un sol plat. Le non-respect de cette consigne peut entraîner un dysfonctionnement et des blessures graves, voire mortelles.

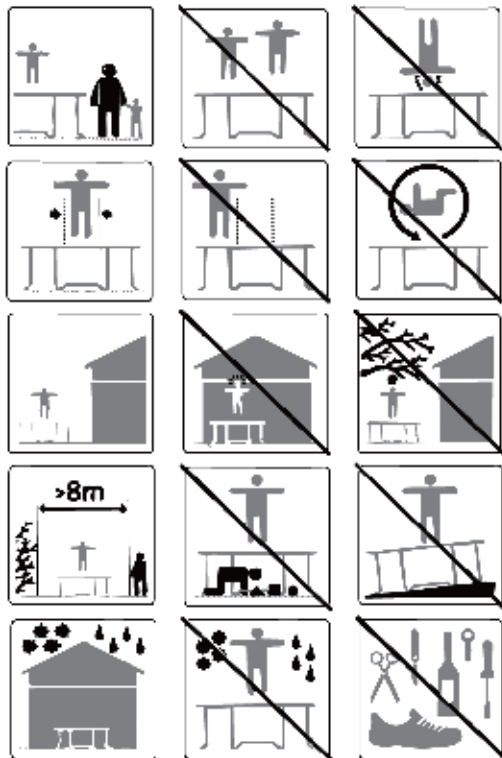
ATTENTION!



LE TRAMPOLINE NE PEUT ÊTRE UTILISÉ QUE PAR UNE PERSONNE À TOUT MOMENT! PLUSIEURS UTILISATEURS ENTRAÎNENT UN RISQUE PLUS ÉLEVÉ DE BLESSURES GRAVES.



RETOMBER SUR LA TÊTE OU LE COU PEUT PROVOQUER UN ACCIDENT TRÈS GRAVE OU LA MORT ! NOUS RECOMMANDONS DE NE PAS FAIRE DE SALT, CAR CELA AUGMENTE LA PROBABILITÉ QUE L'UTILISATEUR RETOMBE SUR LA TÊTE OU LE COU.



* Poids maximum de l'utilisateur: **100 kg**

* Ne convient pas aux enfants de moins de 36 mois.

INFORMATIONS SUR L'UTILISATION DU TRAMPOLINE

Tout d'abord, l'utilisateur doit se familiariser avec la sensation et la force du ressort du trampoline. Faites attention aux positions de base du corps et pratiquez toutes sortes de sauts (les sauts de base) jusqu'à ce que vous puissiez les effectuer facilement et de manière contrôlée.

Pour s'arrêter de sauter, il suffit de plier les genoux avant que les pieds ne touchent la toile. C'est une technique de base qui doit être pratiquée en même temps que les sauts de base. Cette technique de "freinage" doit être utilisée chaque fois que le contrôle du mouvement ou de l'équilibre est perdu, ou lorsque vous pratiquez les premiers sauts sur trampoline. Si cette manœuvre de freinage n'est pas utilisée, le risque de blessure en retombant sur le cadre, les ressorts ou le trampoline augmente si un saut devient incontrôlable. Un saut contrôlé est un saut où l'on atterrit au même endroit que celui où l'on a sauté. Si l'utilisateur perd le contrôle en sautant sur le trampoline, il (elle) doit appliquer la manœuvre de freinage à l'atterrissage. Il (elle) reprend ainsi le contrôle et interrompt le saut.

Saut périlleux: Nous recommandons de ne pas faire de sauts périlleux (ni en avant ni en arrière) sur ce trampoline. Si l'utilisateur fait une erreur lors d'un saut périlleux, il pourrait retomber sur la tête ou le cou, ce qui pourrait entraîner des blessures graves.

Corps étrangers: N'utilisez PAS le trampoline s'il y a des animaux domestiques, d'autres personnes ou des objets en dessous. Cela augmente le risque de blessure. Ne tenez pas un objet dans vos mains et ne le mettez pas sur le trampoline lorsqu'il est en cours d'utilisation. Lorsque vous utilisez le trampoline, faites également attention à ce qui est au-dessus de vous. Des branches, câbles et autres objets au-dessus du trampoline augmentent le risque de blessure.

Nombre d'utilisateurs sur le trampoline: Le trampoline ne peut être utilisé que par une seule personne à la fois. Si plusieurs personnes sont sur le trampoline en même temps, le risque de blessure pourrait augmenter.

Mauvais entretien du trampoline: Un trampoline mal entretenu augmente le risque de blessure. Avant chaque utilisation, vérifiez que le trampoline ne présente pas de tuyaux d'acier pliés, de déchirures dans la toile, de ressorts desserrés ou défectueux et que sa stabilité générale n'est pas compromise.

Emplacement du trampoline: Le trampoline doit toujours être installé et utilisé sur un sol plat. Si le trampoline est utilisé sur un sol inégal, le risque de blessure et / ou le risque de d'endommagement du trampoline augmente.

Conditions météorologiques: Faites attention aux conditions météorologiques actuelles lorsque vous utilisez le trampoline. Si la toile de saut est mouillée, l'utilisateur peut glisser dessus et se blesser. En cas de vent fort, les utilisateurs peuvent perdre le contrôle de leurs sauts.

Restriction d'accès: Si le trampoline n'est pas utilisé, l'échelle d'accès doit être rangée dans un endroit sûr afin que les enfants, non surveillés, ne puissent pas jouer sur le trampoline.

CONSEILS POUR PRÉVENIR LES ACCIDENTS

Utilisateur:

La façon la plus simple d'éviter les accidents c'est d'effectuer des sauts contrôlés. N'essayez PAS de manœuvres plus compliquées et plus difficiles si le saut de base ne peut pas encore être effectué en toute sécurité. L'éducation est également un élément important de la sécurité. Avant d'utiliser le trampoline, toutes les informations sur les mesures de précaution doivent être lues, comprises et appliquées. Dans le cas d'un saut contrôlé, l'utilisateur du trampoline retombe à nouveau à l'endroit d'où il a sauté. D'autres conseils et instructions de sécurité peuvent être obtenus auprès de formateurs de trampoline qualifiés.

Superviseur:

Lorsqu'il supervise d'autres utilisateurs de trampoline, le superviseur doit comprendre et appliquer toutes les règles et réglementations de sécurité. Il est de la responsabilité du superviseur de fournir des conseils judicieux à tous les utilisateurs et d'expliquer les règles aux utilisateurs. S'il n'y a pas de superviseur approprié, le trampoline doit être stocké dans un endroit sûr ou démonté pour empêcher toute utilisation non autorisée, ou couvert d'une lourde bâche qui peut être sécurisée avec des chaînes et un cadenas. Le superviseur doit également s'assurer que l'écran de sécurité est fixé au trampoline et que les utilisateurs sont conscients des avertissements et des instructions qui y figurent.

LES CONSIGNES DE SÉCURITÉ POUR LE TRAMPOLINE

Utilisateur:

- N'utilisez pas le trampoline si vous avez consommé de l'alcool ou des drogues.
- Retirez tous les objets durs et tranchants avant d'utiliser le trampoline.
- Montez et descendez du trampoline de manière contrôlée et prudente. Ne sautez jamais sur ou hors du trampoline et n'utilisez jamais le trampoline pour sauter sur ou vers un autre objet.
- Apprenez d'abord tous les sauts de base et pratiquez-les en détail avant d'essayer des sauts plus difficiles. La section sur les compétences de base contient des informations sur la manière d'apprendre ces bases.
- Pour arrêter de sauter, pliez les genoux lorsque vous atterrissez sur la toile.

- Gardez toujours le contrôle lorsque vous sautez sur le trampoline. Un saut contrôlé est un saut dans lequel vous atterrissez au même endroit que celui d'où vous avez sauté. Si l'utilisateur perd le contrôle, il /elle doit essayer d'arrêter de sauter.
- En aucun cas, vous ne devez sauter de façon continue pendant une longue période ou faire plusieurs sauts successifs trop hauts.
- Gardez les yeux sur la toile afin de garder le contrôle.
- Le trampoline ne doit jamais être utilisé par plus d'une personne.
- Les utilisateurs doivent être surveillés par un superviseur.

SUPERVISEURS

- Les superviseurs doivent se familiariser avec les sauts de base et les règles de sécurité. Afin de prévenir les blessures et de réduire les risques de blessures, ils doivent s'assurer que toutes les règles de sécurité sont respectées et ils doivent apprendre aux utilisateurs inexpérimentés les bases avant de les laisser tenter des sauts plus difficiles et avancés.
- Tous les utilisateurs, quels que soient leur âge et leur expérience, doivent être surveillés.
- N'utilisez jamais le trampoline s'il est mouillé, endommagé, contaminé ou usé. Vérifiez le trampoline pour déceler des signes d'usure avant chaque utilisation.
- Gardez tous les objets qui pourraient empêcher l'utilisateur de sauter loin du trampoline. Faites attention à ce qui se trouve au-dessus et au-dessous du trampoline et dans ses environs.
- Le trampoline doit être fixé convenablement lorsqu'il n'est pas utilisé afin qu'il ne puisse pas être utilisé sans autorisation.

SÉCURITÉ GÉNÉRALE

Ne sautez jamais longtemps sur le trampoline. La fatigue augmente le risque de blessure. Sautez moins longtemps et donnez ensuite aux autres l'occasion de s'amuser. Le trampoline ne doit jamais être utilisé par plus d'une personne à la fois.

Les utilisateurs doivent porter des t-shirts, des shorts ou des pantalons de survêtement ou des chaussettes épaisses. Il est conseillé aux débutants de porter des hauts à manches longues et des pantalons longs pour se protéger des éraflures et des abrasions jusqu'à ce qu'ils puissent retomber et sauter en toute sécurité. Montez et descendez toujours correctement du trampoline pour éviter les blessures. Pour monter correctement, placez une main sur le cadre, puis montez ou roulez sur le cadre, sur les ressorts et sur la toile. Mettez toujours vos mains sur le cadre lorsque vous montez et descendez. Ne montez jamais directement sur le rembourrage du cadre et ne vous y accrochez pas. Pour descendre correctement, allez sur le bord du trampoline et placez une main sur le cadre. Ensuite, montez de la toile jusqu'au sol. On doit aider les enfants plus jeunes à monter et à descendre.

Ne sautez jamais sur le trampoline sans précautions, car cela augmente le risque de blessure. La clé de la sécurité et du plaisir sur le trampoline, c'est le contrôle des différents sauts. N'essayez jamais de surpasser les autres utilisateurs ! N'utilisez jamais le trampoline seul sans surveillance.

MISE EN PLACE DU TRAMPOLINE

L'espace libre au-dessus du trampoline doit être d'au moins 7,3 mètres. Assurez-vous qu'il n'y a pas d'objets dangereux tels que des branches, d'autres équipements de loisirs (comme des balançoires ou des piscines), des câbles électriques, des murs, des clôtures, etc. à proximité du trampoline. Pour utiliser le trampoline en toute sécurité, faites attention aux points suivants lorsque vous choisissez l'emplacement de votre trampoline :

- Le trampoline DOIT être placé sur un sol plat pour pouvoir être utilisé.
- L'endroit doit être bien éclairé.
- Assurez-vous qu'il n'y a pas d'obstacles en dessous, au-dessus ou autour du trampoline.

CLASSES D'ACCIDENTS

Monter et descendre: Soyez prudent lorsque vous montez et descendez du trampoline. NE PAS monter sur le trampoline en vous tenant au rembourrage du cadre, ne vous tenez pas debout sur les ressorts et ne sautez pas sur la toile de saut à partir d'un autre objet (comme les plateformes, les toits ou les échelles). Cela augmente le risque de blessure. NE PAS quitter le trampoline en sautant et retombant sur le sol, quel que soit le matériau du sol. Les jeunes enfants qui jouent sur le trampoline peuvent avoir besoin d'aide pour monter et descendre.

Consommation d'alcool et de drogues: NE CONSOMMEZ PAS d'alcool ni de drogues lors de l'utilisation de ce trampoline. Cela augmente le risque de blessure car ces substances altèrent généralement le jugement, le temps de réaction et la coordination physique.

Utilisateurs multiples: Si plusieurs utilisateurs sont sur le trampoline en même temps, le risque de blessure augmente. Les blessures surviennent lorsque quelqu'un tombe du trampoline, perd le contrôle, entre en collision avec d'autres utilisateurs ou atterrit sur les ressorts.

Habituellement, la personne la plus légère du trampoline se blesse.

Arrivéesur le support à ressort: Restez toujours sur la toile lorsque vous utilisez le trampoline. Cela réduit le risque de blessure dû à l'atterrissage sur le support à ressort. Le rembourrage du cadre doit toujours couvrir le cadre du trampoline. NE PAS sauter ou marcher directement sur le rembourrage du cadre car il n'est pas conçu pour supporter le poids d'une personne.

Perte de contrôle: NE PAS essayer de manœuvres difficiles ou autres si l'utilisateur n'est pas sûr de lui. Si ces exigences ne sont pas remplies, le risque de blessure augmente.

INSTRUCTIONS DE MONTAGE

L'outil spécial de tension du ressort, qui est inclus dans la livraison du produit, est nécessaire pour assembler le trampoline. Si le trampoline n'est pas utilisé, il peut être facilement démonté et rangé.

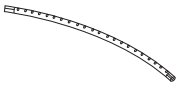
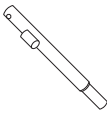
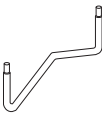
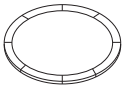
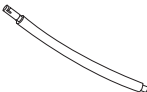
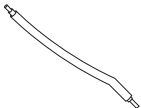
Lisez d'abord attentivement les instructions de montage avant d'assembler le produit.

AVANT LE MONTAGE

Les descriptions et les numéros des composants pour les différentes tailles de trampoline se trouvent dans le tableau ci-dessous. Ces numéros et descriptions sont utilisés dans les instructions de montage pour une meilleure vue d'ensemble. Assurez-vous que toutes les pièces énumérées sont présentes. S'il manque des pièces, contactez-nous immédiatement et n'essayez pas de poursuivre le montage. Pour éviter les blessures causées par l'écrasement lors du montage, nous vous recommandons d'utiliser des gants pour protéger vos mains.

Tableau des composantes (non à l'échelle)

Les différents éléments peuvent être identifiés à l'aide des dessins ci-dessous. Nous recommandons de préparer tous les composants du trampoline et du filet de sécurité en groupes. Avant l'installation, assurez-vous que tous les composants énumérés dans le tableau ci-dessous sont entièrement disponibles.

1  Tubes de cadre 22 trous (6 pièces)	2  Tuyaux de raccordement en T (6 pièces)	3  Tuyaux verticaux (6 pièces)	4  Tuyaux en W (3 pièces)
5  Rembourrage du cadre (1 pièce)	6  Tissu de saut avec filet élastique (1 pièce)	7  Crochet en acier (66 pièces) (obligatoire) ainsi que plusieurs crochets de rechange	8  Outils d'assemblage de crochets (2 pièces)
9  Filet de sécurité (1 pièce)	10  Poteaux supérieurs de filet de sécurité avec mousse et cylindre (6 pièces)	11  Poteaux inférieurs de filet de sécurité avec mousse (6 pièces)	12  Manchons en PVC pour les poteaux de filet de sécurité (6 pièces.)
13  Poteaux supérieurs en fibre de verre 305cm x longue (6 pièces) et courte (1 pièce)	14  Vis M6 x 30 mm (6 pièces)	15  Clé Allen (1 pièce)	

**PORTER DES GANTS LORS DE L'ASSEMBLAGE POUR ÉVITER L'ÉCRASEMENT.
AU MOINS DEUX PERSONNES SONT NÉCESSAIRES POUR ASSEMBLER LE
TRAMPOLINE.**

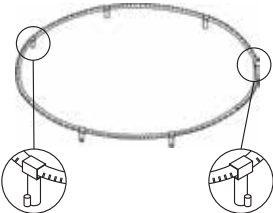
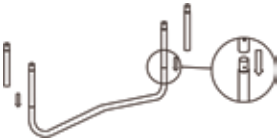
MONTAGE DU CADRE

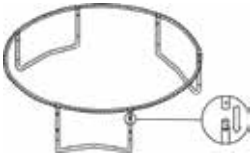
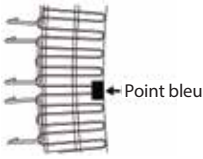
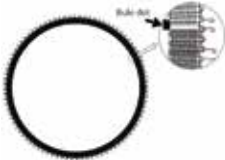
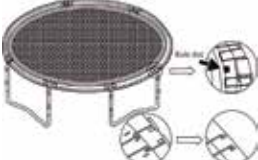
ATTENTION!

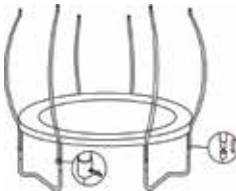
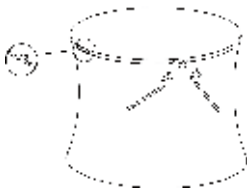
Placez le trampoline à l'endroit où il doit être utilisé ! **NE PAS DÉPLACEZ** le trampoline après l'installation ! Au moins 2 adultes en bonne forme physique sont nécessaires pour déplacer le trampoline horizontalement. Assurez-vous que la surface est de niveau sur le lieu d'installation. Sinon, il se peut que les ressorts déforment le cadre en raison de la tension.

Nous le recommandons: Le trampoline **NE PEUT** être installé que sur de l'herbe. Le béton et les autres sols durs ne conviennent pas comme base.

ATTENTION: Les étapes de montage suivantes nécessitent deux à trois adultes en bonne forme physique. On **DOIT** porter des chaussures et des gants fermés. Assurez-vous qu'il n'y a pas d'objets dangereux autour de la zone de montage qui pourraient entraîner une chute ou une perte d'équilibre. Si les instructions et les avertissements décrits ici ne sont pas respectés, cela peut entraîner des blessures graves.

Étape 1	Étape 2	Étape 3
 Disposez tous les tubes de cadre et les tuyaux de raccordement en T dans un cercle comme indiqué.	 Les deux extrémités des tubes du cadre diffèrent l'une de l'autre : une extrémité est un peu plus petite que l'autre. Pour faciliter l'assemblage, placez d'abord la plus grande extrémité des tubes du cadre dans le tube de raccordement en T, puis raccordez la petite extrémité d'un autre tube du cadre avec le même tube de raccordement en T. Répétez ce processus jusqu'à ce que tous les tubes du cadre et les tubes de connexion soient connectés. Remarque ! La partie soudée du tube de raccordement en T doit être orientée vers l'extérieur.	 Connectez les extensions de pied comme indiqué sur l'illustration avec les tubes de pied en forme de W. Veillez à ce que l'épingle s'enclenche en place.

Étape 4 	Étape 5 	Étape 6 
Placez tous les tubes de pied à l'intérieur du cadre circulaire, en les alignant avec les tuyaux de raccordement en T. Remarque : deux personnes ou plus sont nécessaires sur les côtés opposés pour soulever le cadre.	Soulevez le cadre d'un côté et faites glisser le tube du pied dans le tube de raccordement en T. Répétez ce processus pour connecter les autres tubes de pied aux tuyaux de raccordement en T. Remarque : deux personnes ou plus sont nécessaires sur les côtés opposés pour soulever le cadre.	Avant que la toile de saut puisse être fixée au trampoline, il faut installer les crochets en acier. Chaque crochet est relié à trois languettes sur la toile de saut. Il y a plusieurs points bleus sur le tapis de saut. Sélectionnez l'un d'entre eux pour commencer à fixer les crochets. Travaillez à gauche ou à droite à partir du point de départ et poussez les crochets à travers les 3 languettes élastiques sur le filet en toile de saut. Tenez les crochets de manière à ce que la partie arrondie soit tournée vers le monteur et le crochet vers le bas. Ensuite, faites passer le crochet par la première languette, puis par la deuxième languette, et enfin par la troisième languette.
Étape 7 	Étape 8 	Étape 9 
Placez le début et la fin du filet l'un au-dessus de l'autre. Exceptionnellement, le crochet est enfilé ici à travers 6 languettes. Placez la toile de saut dans le cadre. Assurez-vous que la toile de saut est placée avec le bon côté vers le haut et que le logo se termine à l'endroit où l'entrée sera placée plus tard.	Fixez les crochets en acier aux tubes du cadre. Sélectionnez un crochet en acier à côté du point bleu et utilisez l'outil de montage des crochets pour le fixer au tube du cadre à côté du tube de raccordement en T associé. Assurez-vous que le point bleu pointe vers le tube de raccordement en T. Répétez le processus et placez les autres crochets en acier à côté des tubes de raccordement en T. Comptez le nombre de crochets en acier et de trous associés sur les tubes du cadre.	Attachez les crochets en acier restants de la même manière. Pour faciliter le montage, nous recommandons que l'un des adultes fixe les crochets en acier et que l'autre aide en fixant le cadre environnant de manière à ce que le trampoline ne bouge pas. Nous vous recommandons également de suivre les repères numériques afin d'appliquer la toile de saut de manière symétrique et uniforme. AVERTISSEMENT : Utilisez les outils fournis pour fixer les crochets en toute sécurité et portez des gants pour protéger vos mains. Le trampoline est soumis à une forte tension. Cela signifie qu'une force de plus en plus importante est constamment nécessaire pour fixer les crochets en acier aux tubes du cadre. Soyez prudent pour éviter de glisser et de vous pincer les doigts. Cela pourrait entraîner des blessures graves.

Étape 10 	Étape 11 	Étape 12 
Posez le rembourrage du cadre le long du bord du trampoline, en ne laissant pendre que les languettes au-dessus du cadre. Ensuite, fixez la fermeture Velcro. Alignez correctement le rembourrage et assurez-vous que les coutures se trouvent sur les deux tuyaux de raccordement en T.	Attachez les sangles noires sous le rembourrage de protection au cadre comme indiqué ci-dessus.	Enfilez et attachez les bandes élastiques (sous le rembourrage) à travers le filet élastique.
Étape 13 	Étape 14 	Étape 15 
Connectez la barre de sécurité supérieure à l'extrémité la plus fine de la barre de sécurité inférieure et assurez-vous que la goupille s'enclenche en place.	Couvrez la tige avec le manchon correspondant.	Insérez les tiges de filet courbées individuellement dans les deux parties soudées des tubes des pieds, comme indiqué sur la photo. Vissez les tiges de sécurité avec les vis fixées aux parties soudées ci-dessous. (Utilisez la clé Allen L pour cela)
Étape 16 	Étape 17 	Étape 18 
Insérez les tiges en fibre de verre individuellement dans le haut du filet de sécurité. Connectez les deux extrémités des tiges en fibre de verre aux connecteurs argentés. (Si nécessaire, fixez la tige la plus courte en dernier.)	Placez le filet de sécurité sur la toile de saut. Montez sur la toile de saut et prenez les tiges en fibre de verre du filet de sécurité et insérez-les individuellement dans les cylindres noirs.	Reliez les crochets en plastique situés au bas du filet de sécurité à l'arrière du filet élastique.

Étape 19



Maintenant, le trampoline peut être utilisé.

PLAN D'EXERCICE

Nous recommandons les exercices suivants pour apprendre les étapes et les sauts de base avant de passer à des étapes plus complexes. Avant d'entrer et d'utiliser le trampoline, il faut d'abord lire et comprendre toutes les consignes de sécurité. En outre, le superviseur doit discuter et faire une démonstration de la mécanique corporelle et des règles du trampoline avec l'utilisateur.

Exercice 1

- A. Monter et descendre - démontrer la bonne technique
- B. Saut de base - démonstration et pratique
- C. Freinage (contrôle du saut) - démonstration et pratique. Apprendre à freiner sur commande
- D. Mains et genoux - démonstration et pratique. Pratique d'une retombée en quatre points et une orientation appropriée

Exercice 2

- A. Répétez et pratiquez les techniques de l'exercice 1
- B. Saut sur les genoux - démonstration et pratique. Apprenez le saut de base sur les genoux et reculez avant d'essayer les demi-tours à gauche et à droite
- C. Saut assis - démonstration et pratique. Apprenez le saut assis de base et ajoutez le saut sur les genoux, les mains et les genoux, répétez.

Exercice 3

- A. Répétez et pratiquez les compétences et techniques des exercices précédents.
- B. Tomber sur le ventre - pour éviter les brûlures lors de l'apprentissage de ce saut, tous les utilisateurs doivent se coucher sur le ventre (face vers le bas) pendant que le superviseur vérifie leur position afin de corriger les positions qui pourraient entraîner des blessures.
- C. Commencez par vous laisser tomber sur les mains et les genoux, puis étirez votre corps pour atteindre votre position couchée. Atterrissez sur le tapis de saut et remettez-vous sur vos pieds.
- D. Exercice combiné - tomber sur les mains et les genoux, sur le ventre, en arrière sur les pieds, saut assis, en arrière sur les pieds.

Exercice 4

- A. Répétez et pratiquez les compétences et les techniques des exercices précédents
- B. Demi-tour
 - i. Commencez à vous laisser tomber sur le ventre, poussez vos bras à gauche ou à droite, et tournez la tête et les épaules dans la même direction.
 - ii. En vous tournant, assurez-vous que votre dos est parallèle à la toile de saut et que votre tête reste relevée.
 - iii. Après vous être retourné, retombez sur le ventre en position de chute.

Après avoir terminé cet exercice, l'utilisateur connaît tous les sauts de base du trampoline. Les utilisateurs peuvent maintenant être encouragés à développer leurs propres chorégraphies, mais faites attention au contrôle et à la technique.

Un excellent jeu qui motive les utilisateurs à créer leur propre chorégraphie est le **"BOUNCE" (Rebond)**. On compte les participants de 1 à X. Le premier joueur effectue un saut. Le deuxième joueur doit répéter ce saut et en ajouter un nouveau. Le troisième joueur répète les sauts des joueurs un et deux et ajoute un des siens. Ce processus est répété jusqu'à ce que quelqu'un ne puisse plus terminer la chorégraphie et que l'un des autres joueurs appelle **"BOUNCE"**. Le dernier joueur à terminer la chorégraphie gagne ! Dans ce jeu aussi, les chorégraphies doivent être exécutées de manière contrôlée et aucun saut compliqué ou extrêmement exigeant qui n'a pas été pratiqué auparavant ne peut être essayé.

Si les utilisateurs souhaitent développer leur technique de trampoline, ils doivent s'adresser à un entraîneur qualifié.

SAUTS DE BASE DU TRAMPOLINE

SAUT DE BASE



1. Position de départ debout, les pieds écartés à la largeur des épaules, la tête droite et les yeux sur la toile de saut.
2. Balancez les bras vers l'avant et vers le haut dans un mouvement circulaire.
3. Rapprochez vos pieds en l'air, les orteils pointant vers le bas.
4. Lors de la retombée sur la toile de saut, les pieds doivent être à nouveau écartés à la largeur des épaules.

SAUT DES GENOUX



1. Commencez par un saut de base.
2. Retombez sur les genoux, en gardant le corps et le dos droits. Gardez votre équilibre avec vos bras.
3. Revenez à la position de saut de base en balançant les bras.

SAUT ASSIS



1. Retombez en position assise à plat.
2. Placez vos mains sur la toile de saut à côté de vos hanches.
3. Revenez en position debout en appuyant avec les mains.

SAUT DE VENTRE



1. Commencez à partir de la position de chute vers l'avant.
2. Retombez en position couchée (face vers le bas) avec les bras
3. Et les mains tendues vers l'avant sur la toile de saut.
4. Poussez vos bras hors de la toile de saut pour revenir à la position debout.

SAUT SUR 180 DEGRÉS



1. Commencez par la position de chute vers l'avant.
2. Poussez avec votre main gauche ou droite et votre bras gauche ou droit (selon la direction dans laquelle vous voulez tourner).
3. Tournez la tête et les épaules dans la même direction en gardant le dos parallèle à la toile de saut et la tête relevée.
4. Retombez en position couchée et revenez en position debout en appuyant avec vos mains et vos bras.

Conformité

CE PRODUIT EST CONFORME AUX NORMES:

- EN 71-1:2014+A1
- EN 71-2:2011+A1
- EN 71-3:2019
- EN 71-14:2018

Élimination de l'emballage



Éliminez les emballages selon leur type. Ajoutez les cartons et les cartonnages aux déchets de papier et les feuilles à la collecte des matériaux.



www.tuv.com
ID 1111224522

Caro signore, signora.

Il produttore migliora costantemente tutti i tipi e i modelli. Vi preghiamo quindi di comprendere che modifiche al prodotto consegnato in termini di forma, caratteristiche e tecnologia sono possibili in qualsiasi momento. Pertanto non possono presentarsi reclami relativi alle informazioni, illustrazioni e descrizioni presenti in questo manuale. La ristampa, duplicazione o traduzione del manuale, compresi estratti di esso, non è concessa senza l'autorizzazione scritta del produttore.

Tutti i diritti in base alla legge o alla legge sul diritto di autore sono espressamente riservati dal produttore.

Soggetto a modifiche.



ATTENZIONE!

- **Massimo 100 kg**
- Solo per uso domestico.
- Solo per uso esterno.
- Non adatto a bambini di età inferiore a 36 mesi. Piccoli pezzi.
- Il trampolino deve essere assemblato da un adulto secondo le istruzioni di montaggio e quindi verificato prima di essere utilizzato per la prima volta.
- Un solo utente. Rischio di collisione.
- Chiudere sempre l'apertura della rete prima di saltare.
- Saltare senza scarpe.
- Non utilizzare il tappetino quando è bagnato.
- Svuotare le tasche e le mani prima di saltare.
- Saltare sempre al centro del tappetino.
- Non mangiare mentre si salta.
- Non partire con un salto.
- Limitare il tempo di uso continuato (fare pause regolari).
- Non usare in caso di vento forte e fissare il trampolino.



ISTRUZIONI!

- Il trampolino non deve essere incorporato.
- Se il trampolino deve essere spostato in un'altra posizione, deve essere sollevato e trasportato da almeno quattro persone, uniformemente distribuito attorno al trampolino.
- Si consiglia di posizionare il trampolino su un terreno pianeggiante ad almeno 2 m di distanza da altre strutture o ostacoli come recinzioni, garage, case, rami sporgenti, fili per vestiti o cavi di alimentazione.
- Il trampolino non deve essere posizionato su cemento, asfalto o altre superfici dure e non vicino ad altre strutture potenzialmente pericolose (ad es. Vicino a vasche per bambini, altalene, scivoli, strutture per l'arrampicata).
- Le modifiche apportate dall'acquirente al trampolino originale (ad esempio l'aggiunta di accessori) possono essere apportate solo secondo le istruzioni del produttore.



AVVERTENZE!

All'inizio di ogni stagione devono essere eseguiti il collaudo e la manutenzione dei componenti principali (telaio, sospensione, tessuto per saltare, tappezzeria e rete). Se ciò non viene effettuato, il trampolino potrebbe essere pericoloso.

Si raccomandano anche le seguenti ispezioni obbligatorie:

- Controllare che tutte le viti e i dadi siano serrati e serrare se necessario.
- Accertarsi che i collegamenti a molla (perni elastici) siano intatti e non possano allentarsi durante l'uso.
- Controllare tutti i coperchi e gli spigoli vivi e sostituirli se necessario.
- Conservare attentamente le istruzioni per l'uso e la manutenzione.
- I trampolini per uso esterno devono essere dotati di un dispositivo che fissi il trampolino in caso di forte vento (ad es. Barre di acciaio sul terreno o carichi come sacchi di sabbia o sacche d'acqua) e / o componenti che possono essere attaccati dal vento (rete, panno) deve essere rimosso.
- In alcuni paesi, i carichi di neve e le temperature molto basse in inverno possono danneggiare il trampolino. Si consiglia di rimuovere la neve dal trampolino e di conservare il panno e la rete all'interno della casa.
- Assicurarsi che il telo, la tappezzeria e la rete non siano danneggiati. Sostituire la rete dopo 2 anni di utilizzo.
- Accertarsi che le chiusure in velcro siano correttamente chiuse durante l'uso del trampolino.
- In caso di forte vento, la rete deve essere rimossa e/o il trampolino deve essere fissato a terra.

INTRODUZIONE

Leggere attentamente tutte le istruzioni in questo manuale prima di utilizzare il trampolino.

Come per tutte le altre attività fisiche, gli utenti possono ferirsi se non vengono seguite le precauzioni di sicurezza prescritte. Seguire le norme di sicurezza e i suggerimenti appropriati per ridurre il rischio di lesioni.

- L'uso improprio e l'abuso del trampolino sono pericolosi e possono causare lesioni gravi!
- I trampolini sono dispositivi con una funzione di rimbalzo. Portano l'utente ad altezze insolite e portano a vari movimenti del corpo insoliti. Quindi fai attenzione quando ti alleni sul trampolino.
- Controllare che il trampolino non presenti segni di usura sul panno per saltare e sui componenti allentati o mancanti prima di ogni utilizzo.
- Questo manuale contiene istruzioni di montaggio, istruzioni per la cura e la manutenzione, consigli di sicurezza, avvertenze e tecniche di salto. Tutti gli utenti e i supervisori devono leggere e comprendere queste istruzioni. Chiunque usi il trampolino deve conoscere i propri limiti fisici.
- Il trampolino DEVE essere su una superficie piana. In caso contrario, si potrebbero verificare malfunzionamenti e gravi lesioni o morte.

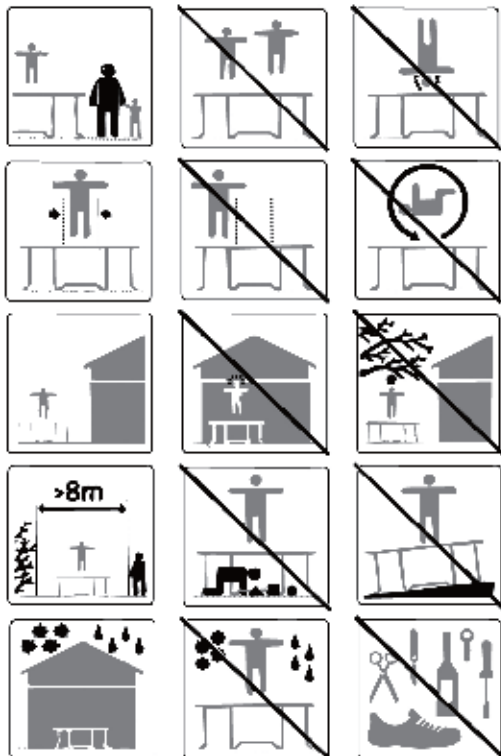
AVVERTENZE!



IL TRAMPOLINO PUÒ ESSERE UTILIZZATO DA UNA SOLA PERSONA! PER VOLTA! PIÙ UTENTI COMPORTANO UN RISCHIO MAGGIORE DI LESIONI GRAVI.



UN ATTERRAGGIO SULLA TESTA O SUL COLLO PUÒ CAUSARE LESIONI O MORTE! CONSIGLIAMO DI NON ESEGUIRE ACROBAZIE, IN QUANTO CIÒ AUMENTA LA PROBABILITÀ DI ATTERRARE SULLA TESTA O SUL COLLO.



* Peso max. dell'utente: **100 kg**

* Non adatto a bambini al di sotto dei 36 mesi.

INFORMAZIONICIRCA L'UTILIZZO DEL TRAMPOLINO

Prima di tutto, l'utente dovrebbe familiarizzare con la sensazione e la forza elastica del trampolino. Prestare attenzione alle posizioni di base del corpo e praticare ogni tipo di salto (i salti di base) fino a quando non possono essere eseguiti facilmente e in modo controllato.

Per smettere di saltare, piegare semplicemente le ginocchia prima che i piedi tocchino il tessuto. Questa è una tecnica di base che deve essere praticata insieme ai salti di base. Questa abilità di "frenata" deve essere usata ogni volta che si perde il controllo del movimento o dell'equilibrio o quando si praticano i primi salti su un trampolino. Se questa manovra di frenata non viene utilizzata, il rischio di lesioni dovute all'atterraggio sul telaio, sulle molle o al di fuori del trampolino aumenta quando un salto sfugge al controllo. Un salto controllato è quello in cui atterri nello stesso punto da cui sei saltato. Se l'utente perde il controllo mentre salta sul trampolino, durante l'atterraggio deve applicare la manovra di frenata. Quindi riprendere il controllo e interrompere il salto.

Capriole: si consiglia di NON fare capriole (né in avanti né all'indietro) su questo trampolino. Se l'utente commette un errore durante un salto mortale, potrebbe atterrare sulla testa o sul collo, procurandosi lesioni gravi.

Corpi estranei: NON usare il trampolino se ci sono animali domestici, altre persone o oggetti sottostanti. Ciò aumenta il rischio di lesioni. Non tenere alcun oggetto tra le mani né posizionarlo sul trampolino quando è in uso. Quando si utilizza il trampolino, prestare attenzione anche a ciò che sta sopra. Rami, cavi e altri oggetti sopra il trampolino aumentano il rischio di lesioni.

Numero di utenti sul trampolino: il trampolino può essere utilizzato da una sola persona alla volta. Se più persone sono sul trampolino contemporaneamente, il rischio di lesioni può aumentare.

Manutenzione errata del trampolino: un trampolino privo dell'adeguata manutenzione aumenta il rischio di lesioni. Prima di ogni utilizzo, controllare il trampolino per tubi in acciaio piegati, strappi nel tessuto, molle allentate o difettose e la sua stabilità complessiva.

Posizionamento del trampolino: il trampolino deve essere sempre installato e utilizzato su una superficie piana. Se il trampolino viene utilizzato su un terreno irregolare, aumenta il rischio di lesioni e / o il rischio di danni al trampolino.

Condizioni meteorologiche: prestare attenzione alle condizioni meteorologiche quando si utilizza il trampolino. Se il telo da salto è bagnato, l'utente può scivolarci sopra e ferirsi. Con vento forte, gli utenti possono perdere il controllo dei loro salti.

Limitazione dell'accesso: se il trampolino non viene utilizzato, la scala di accesso deve essere conservata in un luogo sicuro così che bambini privi di sorveglianza possano accedere al trampolino.

SUGGERIMENTI PER LA PREVENZIONE DI INCIDENTI

Utente:

Il modo più semplice per evitare incidenti è eseguire salti controllati. NON provare manovre più complicate e difficili se il salto di base non può ancora essere eseguito in modo sicuro. L'istruzione è anche un importante elemento di sicurezza. Prima di utilizzare il trampolino, tutte le informazioni sulle misure precauzionali devono essere lette, comprese e implementate. Nel caso di un salto controllato, l'utente del trampolino atterra di nuovo nel punto da cui è saltato. Ulteriori suggerimenti e istruzioni sulla sicurezza possono essere ottenuti da istruttori qualificati di tappeti elastici.

Supervisore:

Durante la supervisione di altri utenti del trampolino, il supervisore deve comprendere e applicare tutte le norme e i regolamenti di sicurezza. È responsabilità del supervisore fornire una valida consulenza a tutti gli utenti e spiegare le regole agli utenti. Se non esiste un supervisore adatto, il trampolino deve essere conservato in un luogo sicuro o smontato per impedire l'uso non autorizzato o coperto con un telo pesante che può essere fissato con catene e un lucchetto. Il supervisore è inoltre responsabile di assicurare che lo scudo di sicurezza sia fissato al trampolino e che gli utenti siano a conoscenza delle avvertenze e delle istruzioni di utilizzo.

ISTRUZIONI DI SICUREZZA PER IL TRAMPOLINO

Utente:

- Non usare il trampolino in caso di assunzione di alcol o droghe.
- Rimuovere tutti gli oggetti duri e affilati prima di utilizzare il trampolino.
- Salire e scendere dal trampolino in modo controllato e attento. Non saltare mai o scendere dal trampolino e non usare mai il trampolino per saltare su o dentro un altro oggetto.
- Imparare tutti i salti di base e farne dovuta pratica prima di provare salti più difficili. La sezione sulle competenze di base contiene informazioni su come apprendere queste basi.
- Per smettere di saltare, piegare le ginocchia quando si atterra sul telo.

- Avere sempre il controllo quando si salta sul trampolino. Un salto controllato è uno in cui atterri nello stesso punto in cui sei saltato. Se l'utente perde il controllo, deve provare a smettere di saltare.
- In nessuna circostanza si dovrebbe saltare continuativamente per un lungo periodo di tempo o fare salti in serie che siano troppo alti.
- Tenere gli occhi sul telo per mantenere il controllo.
- Il trampolino non può mai essere utilizzato da più di una persona.
- Gli utenti devono essere supervisionati da un supervisore.

SUPERVISORI

- I supervisori devono conoscere bene i salti di base e le regole di sicurezza. Allo scopo di prevenire lesioni e ridurre il rischio di lesioni, devono assicurarsi che tutte le regole di sicurezza vengano seguite e apprendere le basi degli utenti inesperti prima di consentire loro di tentare salti più difficili e avanzati.
- Tutti gli utenti, indipendentemente dall'età e dall'esperienza, devono essere supervisionati.
- Non usare mai il trampolino se è bagnato, danneggiato, contaminato o usurato. Controllare il trampolino per segni di usura prima di ogni utilizzo.
- Tenere tutti gli oggetti che potrebbero impedire all'utente di saltare dal trampolino. Prestare attenzione a ciò che è sopra e sotto il trampolino e nei suoi dintorni.
- Il trampolino deve essere fissato in modo appropriato quando non viene utilizzato in modo che non possa essere utilizzato senza autorizzazione.

SICUREZZA GENERALE

Non saltare mai sul trampolino per molto tempo. La fatica aumenta il rischio di lesioni. Saltare per un tempo più breve e poi dare ad altri l'opportunità di divertirsi. Il trampolino non può mai essere utilizzato da più di una persona contemporaneamente.

Gli utenti devono indossare magliette, pantaloncini o pantaloni della tuta o calze spesse. Si consiglia ai principianti di indossare top a maniche lunghe e pantaloni lunghi per proteggersi da graffi e abrasioni fino a quando non possono atterrare e saltare in sicurezza. Salire e scendere sempre correttamente dal trampolino per evitare lesioni. Per salire correttamente, posizionare una mano sul telaio, quindi arrampicarsi o rotolare sul telaio, sopra le molle e sul telo. Mettere sempre le mani sul telaio quando si sale e si scende. Non salire mai direttamente sul rivestimento del telaio o aggrapparsi ad esso. Per scendere correttamente, andare sul bordo del trampolino e posizionare una mano sul telaio. Quindi scendere dal telo sul pavimento. I bambini più piccoli devono essere aiutati a salire e scendere.

Non saltare mai sul trampolino con noncuranza poiché ciò aumenta il rischio di lesioni. La chiave per la sicurezza e il divertimento sul trampolino è avere il controllo sui vari salti. Non gareggiare con gli altri utenti! Non usare mai il trampolino da soli senza supervisione.

POSIZIONAMENTO DEL TRAMPOLINO

La distanza sopra il trampolino deve essere di almeno 7,3 metri. Accertarsi che non vi siano oggetti pericolosi come rami, altre attrezzature per il tempo libero (come altalene o piscine), cavi di alimentazione, pareti, recinzioni, ecc. nelle vicinanze del trampolino. Per utilizzare il trampolino in modo sicuro, prestare attenzione a quanto segue quando si sceglie la posizione del trampolino:

- Il trampolino DEVE essere posizionato su un terreno piano per l'uso.
- L'area deve essere ben illuminata.
- Accertarsi che non vi siano ostacoli sotto, sopra o attorno al trampolino.

CATEGORIE DI INCIDENTE

Salire e scendere: fare attenzione quando si sale e si scende dal trampolino. NON salire sul trampolino trattenendo l'imbottitura del telaio, non sostare sulle molle e non saltare sul telo da salto da un altro oggetto (come piattaforme, tetti o scale). Ciò aumenta il rischio di lesioni. NON lasciare il trampolino saltando e atterrando a terra, indipendentemente dal materiale del terreno. I bambini piccoli che giocano sul trampolino potrebbero aver bisogno di aiuto per salire e scendere.

Consumo di alcol e droghe: NON consumare alcol o droghe quando si utilizza questo trampolino. Ciò aumenta il rischio di lesioni poiché queste sostanze generalmente compromettono il giudizio, i tempi di reazione e il coordinamento fisico.

Utenti multipli: se più utenti salgono sul trampolino contemporaneamente, il rischio di lesioni aumenta. Gli infortuni si verificano quando qualcuno cade dal trampolino, perde il controllo, si scontra con altri utenti o atterra sulle molle.

Di solito viene ferita la persona più leggera presente sul trampolino.

Atterraggio sulla cremagliera a molla: rimanere sempre sul telo quando si utilizza il trampolino. Ciò riduce il rischio di lesioni dovute all'atterraggio sulla cremagliera a molla. L'imbottitura del telaio deve sempre coprire il telaio del trampolino. NON saltare o calpestare direttamente l'imbottitura del telaio poiché non è progettata per sostenere il peso di una persona.

Perdita di controllo: NON tentare acrobazie difficili o di altro tipo se non ci si sente sicuri. Se questi requisiti non vengono soddisfatti, aumenta il rischio di lesioni.

ISTRUZIONI DI MONTAGGIO

Per montare il trampolino è necessario l'attrezzo speciale per la tensione della molla, incluso nella confezione del prodotto. Se il trampolino non viene utilizzato, può essere facilmente smontato e riposto.

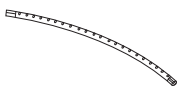
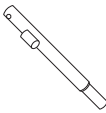
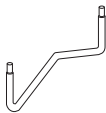
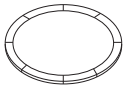
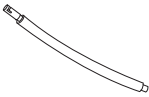
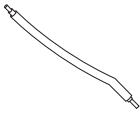
Leggere attentamente le istruzioni di assemblaggio prima di assemblare il prodotto.

PRIMA DELL'ASSEMBLAGGIO

Le descrizioni e i numeri dei componenti per le rispettive dimensioni del trampolino sono riportati nella tabella seguente. Questi numeri e descrizioni vengono utilizzati nelle istruzioni di assemblaggio per una migliore visione d'insieme. Assicurarsi che siano presenti tutte le parti elencate. Se mancano delle parti, contattare immediatamente il fornitore e interrompere il montaggio. Per evitare lesioni causate da schiacciamento durante il montaggio, si consiglia l'uso di guanti per proteggere le mani.

Tabella dei componenti (non in scala)

I vari componenti possono essere identificati utilizzando i disegni mostrati di seguito. Raccomandiamo di preparare tutti i componenti del trampolino e della rete di sicurezza in gruppi. Prima dell'installazione, assicurarsi che tutti i componenti elencati nella tabella seguente siano a disposizione.

1  Tubi del telaio 22 fori (6 pz.)	2  Tubi di collegamento a T (6 pz.)	3  Tubi verticali (6 pz.)	4  Tubi a W (3 pz.)
5  Rivestimento della struttura (1 pz.)	6  Telo da salto con rete elastica (1 pz.)	7  Gancio in acciaio (66 pezzi) (richiesto) così come diversi ganci di riserva	8  Utensili di montaggio dei ganci (2 pz.)
9  Rete di sicurezza (1 pz.)	10  Pali di rete di sicurezza superiori con cilindro in schiuma (6 pz.)	11  Pali di rete di sicurezza inferiori con cilindro in schiuma (6 pz.)	12  Manicotti in PVC per i pali di rete di sicurezza (6 pz.)
13  I migliori pali in fibra di vetro 8ft x lunga (6 pz.) e corta (1 pz.)	14  Viti M6 x 30 mm (6 pz.)	15  Chiave a brugola (1 pz.)	

INDOSSARE GUANTI DURANTE L'ASSEMBLAGGIO PER EVITARE LO SCHIACCIAMENTO.

PER ASSEMBLARE IL TRAMPOLINO SONO NECESSARIE ALMENO DUE PERSONE.

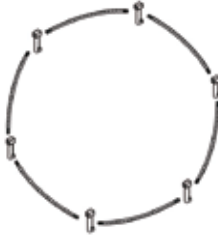
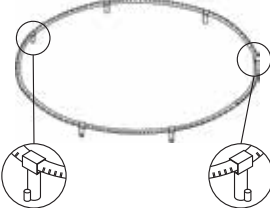
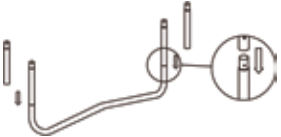
ASSEMBLAGGIO DEL TELAIO

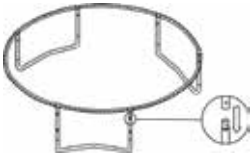
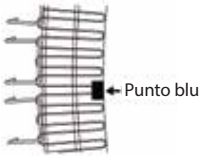
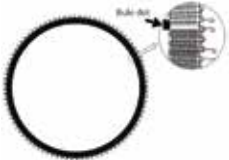
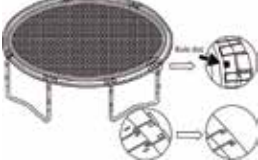
ATTENZIONE!

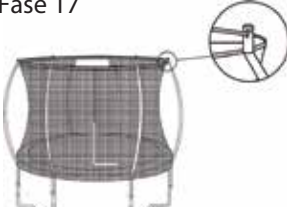
Posizionare il trampolino nel luogo in cui deve essere utilizzato! **NON SPOSTARE** il trampolino dopo l'installazione! Sono richiesti almeno 2 adulti in buona forma fisica per mettere il trampolino in posizione orizzontale. Assicurarsi che la superficie sia a livello nel sito di installazione. Altrimenti le molle potrebbero deformare il telaio mediante eccessiva sollecitazione.

Raccomandazione: Il trampolino può essere installato solo sull'erba. Il cemento e altri pavimenti duri non sono adatti come base.

ATTENZIONE: Le seguenti fasi di assemblaggio richiedono da due a tre adulti in buona forma fisica. Scarpe e guanti chiusi **DEVONO** essere indossati. Accertarsi che non vi siano oggetti pericolosi intorno all'area di assemblaggio che potrebbero causare ribaltamento o una perdita di equilibrio del prodotto. Il mancato rispetto delle istruzioni e delle avvertenze qui descritte può provocare lesioni gravi.

Fase 1	Fase 2	Fase 3
 Disporre tutti i tubi del telaio e i tubi di collegamento a T in un cerchio come mopunto.	 Le due estremità dei tubi del telaio differiscono l'una dall'altra: un'estremità è leggermente più stretta dell'altra. Per un assemblaggio più semplice inserire prima l'estremità più larga dei tubi del telaio nel tubo di collegamento a T, quindi collegare l'estremità del tubo più stretta di un altro tubo del telaio con lo stesso tubo di collegamento a T. Ripetere questo processo fino a quando tutti i telai e i tubi di collegamento sono collegati. Nota! La parte saldata del tubo di collegamento a T deve essere rivolta verso l'esterno.	 Collegare le estensioni delle gambe come mopunto con i tubi delle gambe a forma di W. Fare in modo che il perno scatti in posizione.

Fase 4 	Fase 5 	Fase 6 
Posizionare tutti i tubi delle gambe all'interno del telaio circolare, allineandoli con i tubi di collegamento a T.	Sollevare il telaio da un lato e far scorrere il tubo della gamba nel tubo di collegamento a T. Ripetere questo processo per collegare i tubi delle gambe rimanenti ai tubi di collegamento a T. Nota: per sollevare il telaio sono necessarie due o più persone sui lati opposti.	Prima di poter applicare il telo da salto al trampolino, è necessario installare i ganci in acciaio. Ogni gancio è collegato a tre linguette sul telo da salto. Ci sono diversi punti blu sul telo da salto. Selezionarne uno per iniziare ad attaccare i ganci. Lavorare verso sinistra o verso destra dal punto di partenza e spingere i ganci attraverso 3 linguette elastiche sulla rete del telo da salto. Tenere i ganci in modo che la parte arrotondata sia rivolta verso il montatore e il gancio rivolto verso il basso. Quindi passarlo verso il basso attraverso il primo punto, verso l'alto attraverso il secondo punto e infine verso il basso attraverso il terzo punto.
Fase 7 	Fase 8 	Fase 9 
Posizionare l'inizio e la fine della rete sovrapponendoli. Eccezzionalmente, il gancio è infilato attraverso 6 strati qui. Posizionare il telo da salto nel telaio. Assicurarsi che il telo da salto sia posizionato con il lato corretto rivolto verso l'alto e termina dove successivamente verrà posizionato l'ingresso.	Collegare i ganci in acciaio ai tubi del telaio. Selezionare un gancio in acciaio vicino al punto blu e utilizzare lo strumento di montaggio del gancio per collegarlo al tubo del telaio accanto al tubo di collegamento a T associato. Assicurarsi che il punto blu sia rivolto verso il tubo di collegamento a T. Ripetere il processo e montare i ganci in acciaio rimanenti accanto ai tubi di collegamento a T. Contare il numero di ganci in acciaio e fori associati sui tubi del telaio.	Montare i ganci in acciaio rimanenti in modo uniforme. Per un montaggio più semplice, raccomandiamo che uno degli adulti fissi i ganci in acciaio e l'altro aiuti fissando il telaio circostante in modo che il trampolino non si muova. Raccomandiamo inoltre di seguire i segni numerici per applicare il panno da salto in modo simmetrico e uniforme. ATTENZIONE: utilizzare gli strumenti forniti per montare i ganci e indossare guanti di protezione. Il trampolino è in forte tensione. Ciò significa che sempre più forza è richiesta per fissare i ganci ai tubi del telaio. Prestare attenzione per evitare di intrappolarvi le dita. Ciò potrebbe provocare lesioni gravi.

Fase 10 	Fase 11 	Fase 12 
Appoggiare l'imbottitura del telaio lungo il bordo del trampolino, con solo le linguette sporgenti sopra il telaio. Quindi collegare la chiusura in velcro. Allineare correttamente il rivestimento e assicurarsi che le cuciture siano su entrambi i tubi del connettore a T.	Legare le cinghie nere sotto l'imbottitura protettiva al telaio come mostrato sopra.	Infilare e legare le fasce elastiche (sotto il rivestimento) attraverso la rete elastica.
Fase 13 	Fase 14 	Fase 15 
Collegare la barra di sicurezza superiore all'estremità più sottile della barra di sicurezza inferiore e assicurarsi che il perno scatti in posizione.	Coprire la barra con il manicotto corrispondente.	Inserire le barre curve della rete singolarmente nelle due parti saldate dei tubi delle gambe, come in figura. Avvitare le barre di sicurezza con le viti in dotazione sulle parti saldate sottostanti. (Utilizzare il dado a L suldavanti.)
Fase 16 	Fase 17 	Fase 18 
Inserire le barre in fibra di vetro nella parte superiore della rete di sicurezza. Collegare le due estremità delle barre in fibra di vetro ai connettori. (Se necessario, usare il kit allegato.)	Posizionare la rete di sicurezza sul telo da salto. Salire sul telo da salto e raccogliere le barre in fibra di vetro sulla rete di sicurezza e inserirle singolarmente nei cilindri neri.	Collegare i ganci di plastica nella parte inferiore della rete di sicurezza sul retro della rete elastica.

Fase 19



Ora è possibile utilizzare il trampolino.

PIANO DI ALLENAMENTO

Raccomandiamo i seguenti esercizi per imparare i passaggi e i salti di base prima di passare a quelli più complessi. Prima di cominciare a usare il trampolino, tutte le istruzioni di sicurezza devono essere lette e comprese. Inoltre, il supervisore dovrebbe spiegare e mostrare all'utente la meccanica e le regole di utilizzo del trampolino.

Esercizio 1

- A. Salita e discesa– dimostrazione della tecnica giusta
- B. Salto di base - dimostrazione e pratica
- C. Frenata (controllo del salto) - dimostrazione e pratica. Imparare a fermarsi a richiesta
- D. Mani e ginocchia - dimostrazione e pratica. Praticare un atterraggio su quattro punti e un orientamento adeguato

Esercizio 2

- A. Ripetere ed esercitare le tecniche dell'esercizio 1
- B. Salto alle ginocchia - dimostrazione e pratica. Imparare il salto di base fino alle ginocchia e tornare indietro prima di provare ruotando di mezzo giro a sinistra e a destra
- C. Salto seduto - dimostrazione e pratica. Imparare il salto seduto di base e aggiungere il salto alle ginocchia, mani e ginocchia, ripetere

Esercizio 3

- A. Ripetere ed esercitare le abilità e le tecniche degli Esercizi precedenti.
- B. Cadere sullo stomaco - per evitare ustioni durante l'apprendimento di questo salto, tutti gli utenti devono giacere a pancia in giù (a faccia in giù) mentre il supervisore controlla la loro posizione per correggere le posizioni che potrebbero provocare lesioni.
- C. Iniziare cadendo sulle mani e sulle ginocchia, quindi allungare il corpo per raggiungere la posizione prona. Atterrare sul telo da salto e balzare di nuovo in piedi.
- D. Combinazione Esercizio - cadere su mani e ginocchia, sullo stomaco, sulla schiena sui piedi, salto seduto, di nuovo sui piedi.

Esercizio 4

A. Ripetere e praticare le abilità e le tecniche degli Esercizi precedenti

B. Mezzo giro

- i. Iniziare a cadere sullo stomaco, spingere le braccia a sinistra o a destra e girare la testa e le spalle nella stessa direzione.
- ii. Mentre si gira, assicurarsi che la schiena sia parallela al telo per saltare e che la testa rimanga su.
- iii. Dopo aver girato, atterrare sullo stomaco nella posizione di caduta

Dopo aver completato questo Esercizio, l'utente conosce tutti i salti di base del trampolino. Gli utenti possono ora essere incoraggiati a sviluppare le proprie coreografie, ma prestando attenzione al controllo e alla tecnica.

Un grande gioco che motiva gli utenti a creare la propria coreografia è "**RIMBALZO**". I partecipanti vengono contati da 1 a X. Il primo giocatore esegue un salto. Il secondo giocatore deve ripetere questo salto e aggiungerne uno nuovo. Il terzo giocatore ripete i salti dei giocatori uno e due e ne aggiunge uno proprio. Questo processo si ripete fino a quando qualcuno non riesce a completare la coreografia e uno degli altri giocatori chiama "**RIMBALZO**". Vince l'ultimo giocatore che riesce a completare la coreografia! Anche in questo gioco le coreografie devono essere eseguite in modo controllato e non è possibile provare salti complicati o estremamente impegnativi che non siano mai stati praticati prima.

Se gli utenti desiderano espandere la loro tecnica di salto sul trampolino, devono contattare un trainer qualificato.

SALTI BASE SUL TRAMPOLINO

SALTO DI BASE



1. Posizione di partenza in piedi, piedi alla larghezza delle spalle, testa dritta e occhi sul telo da salto.
2. Oscillare le braccia in avanti e verso l'alto con un movimento circolare.
3. Riunire i piedi in aria, le dita dei piedi rivolte verso il basso.
4. Quando si atterra sul telo da salto, i piedi devono essere di nuovo alla larghezza delle spalle.

SALTO ALLE GINOCCHIA



1. Iniziare con un salto di base.
2. Atterrare in ginocchio, mantenendo il corpo e la schiena dritti. Mantieni l'equilibrio con le braccia.
3. Tornare alla posizione di salto di base facendo oscillare le braccia.

SALTO SEDUTO



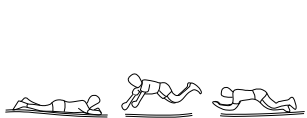
1. Atterrare in una posizione seduta piatta.
2. Appoggiare le mani sul panno per saltare vicino ai fianchi.
3. Ritornare in posizione eretta premendo con le mani.

SALTO SULLO STOMACO



1. Iniziare dalla posizione di salto in avanti.
2. Atterrare in posizione prona (a faccia in giù) con le braccia
3. e le mani tese in avanti sul telo da salto.
4. Spingere le braccia sul telo da salto per tornare in posizione eretta.

SALTO A 180 GRADI



1. Inizia dalla posizione di salto in avanti.
2. Spingere con la mano sinistra o destra e il braccio sinistro o destro (a seconda della direzione in cui si desidera girare).
3. Ruotare la testa e le spalle nella stessa direzione mantenendo la schiena parallela al telo da salto e la testa in alto.
4. Atterrare in posizione prona e tornare in posizione eretta spingendo sulle mani e sulle braccia.

Conformità

Il prodotto è conforme a:

- EN 71-1:2014+A1
- EN 71-2:2011+A1
- EN 71-3:2019
- EN 71-14:2018

Smaltimento della confezione



Smaltire l'imballaggio in base al tipo. Gettare carta e cartone negli appositi raccoglitori per carta e fogli.



www.tuv.com
ID 1111224522

Estimado señor, señora.

El fabricante trabaja para la mejora constante de todos los tipos y modelos. Por favor, rogamos comprenda la posibilidad de introducir cambios en el contenido del pedido en términos de forma, características y tecnología en cualquier momento. En consecuencia, se excluye el ejercicio de cualquier derecho derivado de la información, las ilustraciones y las descripciones del presente manual de instrucciones.

No se permite la reproducción, copia o traducción, con carácter total o parcial, sin el consentimiento por escrito del fabricante.

El fabricante se reserva expresamente todos los derechos previstos en la legislación de propiedad intelectual.

Se reservs el derecho a introducir modificaciones.



¡ADVERTENCIA!

- **Máximo 100 kg**
- Sólo para uso doméstico.
- Sólo para uso en exterior.
- No adecuado para niños menores de 36 meses. Piezas pequeñas.
- El trampolín debe ser montado por un adulto que siga las instrucciones de montaje y luego examinarlo antes del primer uso.
- Sólo para un usuario. Riesgo de colisión.
- Cierre siempre la apertura de la red antes de saltar.
- Salte sin calzado.
- No use la colchoneta cuando esté mojada.
- Vacíe sus bolsillos y manos antes de saltar.
- Siempre salte en el centro de la colchoneta.
- No coma mientras salta.
- No salga de un salto.
- Limite el tiempo de uso continuo (tome descansos regulares).
- No usar con vientos fuertes y asegure el trampolín.



INSTRUCCIONES!

- El trampolín no debe encastrarse.
- Si debe mover el trampolín de sitio, debe ser levantado y transportado por al menos 4 personas, distribuidas de forma uniforme alrededor del trampolín.
- Se recomienda colocar el trampolín en una superficie nivelada a 2 m de distancia mínima de otras estructuras y obstáculos como vallas, garajes, casas, ramas colgantes, liñas de ropa o cables de suministro eléctrico.
- El trampolín no debe colocarse sobre cemento, asfalto u otras superficies rígidas, y debe estar lejos de otras estructuras potencialmente peligrosas (por ejemplo, cerca de piscinas para niños, columpios, toboganes, estructuras de escalada).
- Los cambios realizados por el comprador al trampolín original (por ejemplo, añadiendo accesorios) deben seguir siempre las instrucciones del fabricante.



¡ADVERTENCIA!

Las pruebas y el mantenimiento de los componentes principales (armazón, suspensión, tela de salto, tapicería y red) deben ser realizados al inicio de cada temporada. De lo contrario, el trampolín podría ser peligroso.

Se recomienda realizar las siguientes inspecciones:

- Compruebe que todos los tornillos y tuercas estén apretados y apriételos si es necesario.
- Asegúrese de que las conexiones de resorte (pernos de resorte) estén intactos y no se aflojen durante el uso.
- Compruebe todas las cubiertas y bordes cortantes y reemplace si es necesario.
- Guarde las instrucciones operativas y de mantenimiento.
- Los trampolines para uso en exterior deben estar equipados con un dispositivo que fije el trampolín en caso de vientos fuertes (por ejemplo, barras de acero en el suelo o cargas como bolsas de arena o agua) y/o retire los componentes que pueden verse afectados por el viento (red, tela).
- En algunos países, las cargas de nieve y las bajas temperaturas en invierno pueden dañar el trampolín. Se recomienda retirar la nieve del trampolín y almacenar la tela dentro de casa.
- Asegúrese de que la tela, tapicería y red estén intactas. Reemplace la red tras 2 años de uso.
- Asegúrese de que los cierres de Velcro estén bien cerrados mientras se usa el trampolín.
- Con vientos fuertes, la red debe ser retirada y/o el trampolín debe fijarse al suelo.

INTRODUCCIÓN

Lea todas las instrucciones de esta manual antes de usar el trampolín.

Al igual que con todas las actividades físicas, los usuarios pueden lesionarse a sí mismos. Siga las reglas de seguridad adecuadas para reducir el riesgo de lesiones.

- El mal uso o abuso del trampolín es peligroso y puede provocar lesiones graves.
- Los trampolines son dispositivos con una función de rebote. Elevan al usuario a alturas inusuales y provoca movimientos corporales inusuales. Por tanto, tenga cuidado cuando utilice el trampolín.
- Compruebe si el trampolín tiene signos de desgaste en la tela de salto y si hay algún componente suelto antes de cada uso.
- Este manual contiene instrucciones de montaje, cuidado y mantenimiento, consejos de seguridad, advertencias y técnicas de salto. Los usuarios y supervisores deben leer y entender estas instrucciones. Toda persona que use el trampolín debe conocer sus límites físicos.
- El trampolín DEBE estar en una superficie nivelada. De lo contrario, puede resultar en mal funcionamiento y lesiones graves o la muerte.

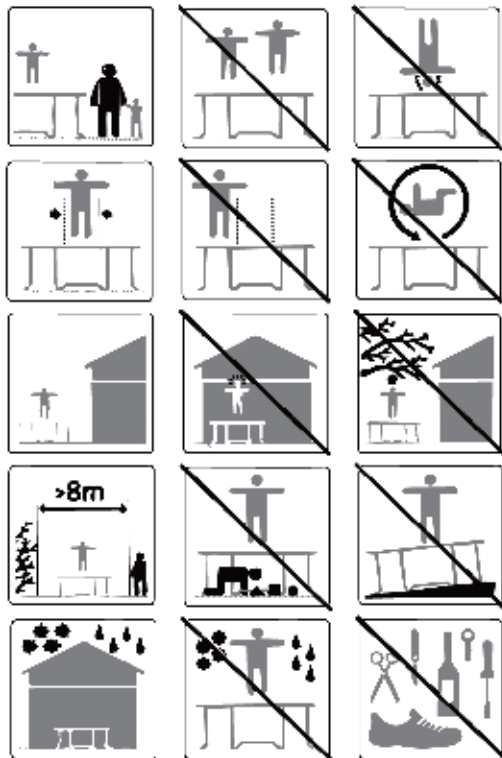
¡ADVERTENCIA!



EL TRAMPOLÍN DEBE USARSE SIEMPRE DE UNO EN UNO. MÚLTIPLES USUARIOS PROVOCAN RIESGO DE GRAVES LESIONES.



ATERRIZAR SOBRE LA CABEZA PUEDE PROVOCAR LA MUERTE. RECOMENDAMOS NO HACER PIRUETAS YA QUE ESTO AUMENTA EL RIESGO DE QUE EL USUARIO ATERRICE SOBRE LA CABEZA O CUELLO.



* Peso máx. del usuario: **100 kg**

* No adecuado para niños menores de 36 meses.

INFORMACIÓN SOBRE EL USO DEL TRAMPOLÍN

Primero, el usuario debe familiarizarse con la sensación y la fuerza de resorte del trampolín. Preste atención a las posiciones corporales básicas y practique todo tipo de salto (saltos básicos) hasta que pueda realizarlos fácilmente y de manera controlada.

Para dejar de saltar, doble las rodillas antes de que los pies toquen la tela. Esta técnica básica debe practicarse junto con los saltos básicos. La habilidad de frenar debe usarse siempre que pierda el control del movimiento o cuando practique los primeros saltos en un trampolín. Si no se utiliza esta maniobra de frenado, el riesgo de lesiones por aterrizar en el armazón, los resortes o afuera del trampolín aumenta si un salto se descontrola. Un salto controlado es aquel en el que se aterriza en el mismo lugar desde el que se saltó. Si el usuario pierde el control mientras salta en el trampolín, debe usar la maniobra de frenado al aterrizar, de forma que pueda recuperar el control e interrumpir el salto.

Voltereta: Recomendamos NO hacer volteretas (ni hacia adelante ni hacia atrás) en este trampolín. Si el usuario comete un error durante la voltereta, puede aterrizar sobre la cabeza o el cuello, lo cual puede provocar graves lesiones.

Cuerpos extraños: NO use el trampolín si hay mascotas, otras personas u objetos debajo. Esto aumenta el riesgo de lesiones.

No sujete un objeto con las manos ni lo coloque sobre el trampolín durante su uso. Cuando use el trampolín, extensión a lo que está por encima de usted. las ramas cables otros objetos encima del trampolín aumentan el riesgo de lesiones.

Número de usuarios del trampolín: el trampolín solo puede utilizarse por una persona a la vez. Si varias personas se suben al trampolín a la vez aumentará el riesgo de lesiones.

Mantenimiento inadecuado del trampolín: un trampolín mal mantenido aumenta el riesgo de lesiones. antes de cada uso compruebe si hay tubos doblados, si la tela está rasgada, si hay resortes sueltos o defectuosos y su estabilidad general.

Colocación del trampolín: el trampolín debe colocarse y utilizarse en una superficie nivelada. Si el trampolín se utiliza sobre una superficie desnivelada aumentará el riesgo de lesiones y/o daños.

Condiciones meteorológicas: preste atención a las condiciones meteorológicas cuando utilice el trampolín. si la tela de Salto está mojada el usuario puede resbalarse lesionarse. con vientos fuertes, los usuarios pueden perder el control de los saltos.

Restricción de acceso: Si no se utiliza el trampolín la escalera de acceso debe almacenarse en un lugar seguro para que los niños no puedan jugar con el trampolín sin supervisión.

CONSEJOS PARA EVITAR ACCIDENTES

Usuario:

la forma más sencilla de evitar accidentes es realizando saltos controlados. NO intente realizar maniobras más complicadas y difíciles si no puede realizar de forma segura los saltos básicos. La educación también es importante la seguridad. Antes de cada uso, debe leer y comprender toda la información y seguir las medidas de precaución. En caso de controlado, el usuario del trampolín aterriza de nuevo en el mismo sitio desde el que saltó. Debe obtener consejos de seguridad e instrucciones de entrenadores cualificados de trampolín.

Supervisor:

cuando supervisa a otros usuarios del trampolín el supervisor debe comprender implementar todas las normas y regulaciones de seguridad. Es responsabilidad del supervisor ofrecer consejos Al cuadros a todos los usuarios y explicarles las reglas. Si no hay un supervisor adecuado el trampolín debe almacenarse en un lugar seguro o desmontarse para evitar el uso no autorizado o cubrirlo con una lona que pueda fijarse con cadenas y un candado. El supervisor también es responsable de asegurar que el escudo de seguridad esté colocado en el trampolín y que los usuarios conozcan las advertencias e instrucciones.

INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD DEL TRAMPOLÍN

Usuario:

- No use el trampolín si ha consumido alcohol o drogas.
- Retire todos los objetos duros o afilados antes de usar el trampolín.
- Suba y baje del trampolín de forma controlada y cuidadosa. Nunca salte para subir o bajar del trampolín y nunca utilice el trampolín para saltar a otro objeto.
- Aprenda primero los saltos básicos y prácticos antes de intentar saltos más difíciles. La sección sobre habilidades básicas contiene información sobre cómo aprender lo básico.
- Para dejar de saltar doble las rodillas cuando vaya a aterrizar sobre la tela.

- Mantenga siempre el control Cuando salte en el trampolín. Un salto controlado es aquel en el que aterriza en el mismo punto desde el que saltó. Si el usuario pierdo el control de intentar parar de saltar.
- Bajo ninguna circunstancia debe saltar de forma continua durante mucho tiempo o hacer varios saltos sucesivos demasiado altos.
- Mantenga la vista en la tela para mantener el control.
- el trampolín no debe ser utilizado por más de una persona.
- Los usuarios deben ser supervisados por un supervisor.

SUPERVISORES

- Los supervisores deben familiarizarse con los saltos básicos y las normas de seguridad. Para evitar y reducir el riesgo de lesiones, deben garantizar que se sigan todas las normas de seguridad, y enseñar a los usuarios inexpertos lo básico antes de permitirles realizar saltos más difíciles o avanzados.
- Todos los usuarios independientemente de su edad y experiencia deben ser supervisados.
- Nunca use el trampolín si está mojado, dañado, contaminado o desgastado. Compruebe si hay signos de desgaste antes de cada uso.
- Mantenga todos los objetos que obstaculicen el salto alejados del trampolín. Preste atención a lo que esté encima y debajo del trampolín y a su entorno.
- El Debe fijarse apropiadamente cuando no esté en uso de forma que no pueda ser utilizado sin autorización.

SEGURIDAD GENERAL

Nunca salte en el trampolín durante demasiado tiempo. el cansancio aumenta el riesgo de lesiones. Salte durante un periodo más corto y luego deje que otros disfruten. El trampolín no debe ser utilizado por más de una persona a la vez.

Los usuarios deben llevar camiseta, pantalón corto o chándal, calcetines gruesos. Se recomienda a los principiantes utilizar mangas largas y pantalones largos para protegerse de arañazos y abrasiones hasta que puedan aterrizar y saltar de forma segura. Suba y baje siempre del trampolín de forma adecuada para evitar lesiones. Para subir adecuadamente, coloque una mano en el armazón y luego escale o ruede en el armazón, sobre los resortes y hacia la tela. Coloque siempre las manos en el armazón cuando suba o baje. Nunca escale ni agarre directamente la tapicería del armazón. Para bajar adecuadamente, vaya al borde del trampolín y coloque una mano sobre el armazón. Luego escale desde la tela hasta el suelo. Los niños pequeños necesitarán ayuda para subir y bajar.

Nunca salte imprudentemente ya que esto aumenta el riesgo de lesiones. La clave para la seguridad y la diversión es controlar los diversos saltos. ¡Nunca intente competir con otros usuarios! Nunca utilice el trampolín sin supervisión.

COLOCACIÓN DEL TRAMPOLÍN

La distancia por encima del trampolín debe ser de al menos 7.3 metros. Asegúrese de que no haya objetos peligrosos como ramas u otros equipos de ocio (como columpios o piscinas), cables, paredes, vallas, etc. en los alrededores del trampolín. Para usar el trampolín de forma segura, preste atención a lo siguiente cuando seleccione la ubicación del trampolín:

- El trampolín DEBE colocarse para el uso en una superficie nivelada.
- La zona debe estar bien iluminada.
- Asegúrese de que no haya obstáculos encima o debajo del trampolín.

TIPOS DE ACCIDENTES

Subir y bajar: tenga cuidado al subir y bajar del trampolín. NO pise el trampolín sujetando el acolchado del armazón, no pise los resortes, y no salte a la tela de salto desde otro objeto (plataformas, tejados o escaleras). Esto aumenta el riesgo de lesiones. No salga del trampolín saltando y aterrizando en el suelo, sin importar el material del suelo. Los niños pequeños pueden precisar ayuda para subir y bajar del trampolín.

Consumo de alcohol y drogas: NO consuma alcohol ni drogas cuando use el trampolín. Esto aumenta el riesgo de lesiones debido a que dichas sustancias afectan a su capacidad de juicio, tiempo de reacción y coordinación física.

Múltiples usuarios: si hay múltiples usuarios en el trampolín a la vez, aumenta el riesgo de lesiones. Las lesiones se provocan al caer del trampolín, cuando se pierde el control, se colisiona con otros usuarios o aterriza sobre los muelles. En general, la persona con menos peso en el trampolín resulta lesionada.

Aterrizaje en rejilla de resortes: permanezca siempre en la tela mientras usa el trampolín. Esto reduce el riesgo de lesiones por aterrizaje en la rejilla de resortes. El acolchado del armazón siempre debe cubrir el armazón del trampolín. NO salte ni pise directamente el acolchado del armazón, ya que no está diseñado para soportar el peso de una persona.

Pérdida de control: NO intente maniobras difíciles si no está seguro. Si no cumple estos requisitos, aumenta el riesgo de lesiones.

INSTRUCCIONES DE MONTAJE

La herramienta especial de tensión de resorte, incluida en el envío de este producto, es necesaria para montar el trampolín. Si el trampolín no se utiliza, puede desmontarlo fácilmente y almacenarlo.

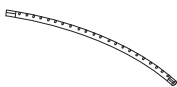
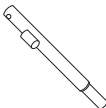
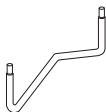
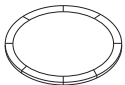
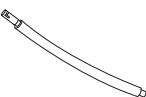
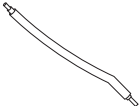
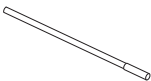
Lea primero atentamente las instrucciones de montaje antes de ensamblar este producto.

ANTES DEL MONTAJE

Las descripciones y números de los componentes del tamaño respectivo de trampolines se pueden encontrar en la siguiente tabla. Estos números y descripciones se utilizan en las instrucciones de montaje para una mejor vista general. Asegúrese de tener todas las piezas enumeradas. Si falta alguna pieza, contáctenos de inmediato y no intente continuar con el montaje. Para evitar lesiones durante el montaje le recomendamos utilizar guantes para proteger sus manos.

Tabla de componentes (no a escala)

Los diversos componentes se pueden mediante los dibujos mostrados a continuación. Recomendamos preparar todos los componentes del trampolín y la red de seguridad en grupos. Antes de instalar asegúrese de que todos los componentes enumerados a continuación estén disponibles.

1  Tubos del armazón 22 agujeros (6 uds.)	2  Conexión en T para tubos (6 uds.)	3  Tubos verticales (6 uds.)	4  Tubos en W (3 uds.)
5  Tapizado del armazón (1 ud.)	6  Tela de salto con red elástica (1 ud.)	7  Gancho de acero (66 piezas) (obligatorio) así como varios ganchos de repuesto	8  Herramientas de montaje de ganchos (2 uds.)
9  Red de seguridad (1 ud.)	10  Postes superiores de seguridad de la red con espuma y cilindro (6 uds.)	11  Postes inferiores de seguridad de la red con espuma (6 uds.)	12  Fundas de PVC para postes de red de seguridad (6 uds.)
13  Postes superiores de fibra de vidrio 8ft x largas (6 uds.) y corta (1 ud.)	14  Tornillos M6 x 30 mm (6 uds.)	15  Llave Allen (1 ud.)	

**USE GUANTES DURANTE EL MONTAJE PARA EVITAR LESIONES.
SE REQUIEREN DOS PERSONAS COMO MÍNIMO PARA MONTAR EL TRAMPOLÍN.**

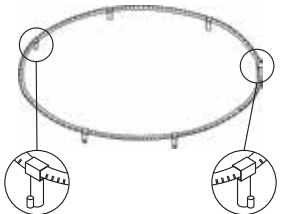
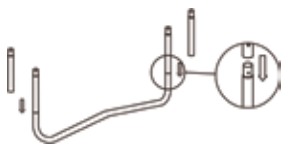
MONTAJE DEL ARMazón

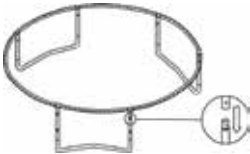
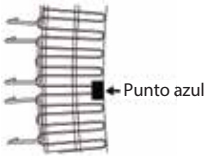
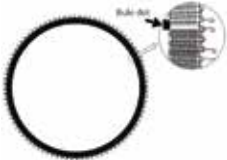
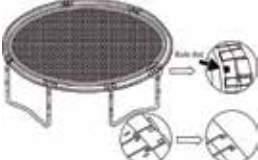
¡PRECAUCIÓN!

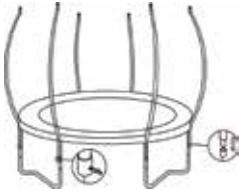
Coloque el trampolín donde lo vaya a usar. **NO MUEVA** el trampolín después de instalarlo. Se precisan al menos 2 adultos en buena forma física para mover el trampolín de forma horizontal. Asegúrese de que la superficie de instalación esté nivelada. De lo contrario, los resortes pueden deformar el armazón debido a la tensión.

Recomendamos: El trampolín **DEBE** instalarse únicamente sobre césped. El hormigón u otros suelos duros no son adecuados como base.

PRECAUCIÓN: Los siguientes pasos de montaje requieren dos o tres adultos en buena forma física. Se **DEBE** utilizar calzado y guantes. Asegúrese de que no haya objetos peligrosos en la zona de montaje que puedan provocar caídas o pérdida de equilibrio. Si no se siguen las instrucciones y advertencias descritas, puede resultar en lesiones graves.

Paso 1 	Paso 2 	Paso 3 
Distribuya todos los tubos del armazón y las conexiones en T de los tubos en un círculo como se muestra.	Los dos extremos de los tubos del armazón difieren entre sí: un extremo es más pequeño que el otro. Para un montaje fácil, coloque el extremo más largo de los tubos del armazón primero en las conexiones en T y luego conecte el extremo de tubo de otro tubo del armazón con la misma conexión en T. Repita este proceso hasta que todo el marco y los tubos de conexión estén conectados. ¡Nota! la parte soldada de la conexión en T debe mirar hacia afuera.	Conecte las extensiones de las patas como se muestra con los tubos de patas en forma de W. Asegúrese de que el perno encaje en su sitio.

Paso 4 	Paso 5 	Paso 6 
Coloque todos los tubos de las patas dentro del armazón circular, alineándose con las conexiones en T.	Eleve el armazón en un lado y deslice el tubo de la pata en la conexión en T. Repita este proceso para conectar o los tubos de las patas restantes en las conexiones en T. Nota: Se precisan dos o más personas en lados opuestos para elevar el armazón.	Antes de poder colocar la tela de salto al trampolín, debe instalar los ganchos de acero. Cada gancho se conecta con tres pestañas en la tela de salto. Hay varios puntos azules en la colchoneta de salto. Seleccione uno para comenzar a colocar los ganchos. Trabaje de izquierda a derecha desde el punto de inicio y empuje los ganchos a través de las 3 pestañas elásticas en la red de la tela de salto. Sujete los ganchos para que la parte más redonda mire al instalador y el gancho mire hacia abajo. Luego atornille a través de la primera pestaña, hacia arriba por la segunda pestaña, y hacia abajo a través de la tercera pestaña.
Paso 7 	Paso 8 	Paso 9 
Coloque el principio y el final de la red solapándose. De forma excepcional, el gancho se atornilla a través de las 6 pestañas aquí. Coloque la tela de salto en el armazón. Asegúrese de que la tela de salto esté colocada con el lado correcto mirando hacia arriba y el logotipo esté donde estará luego la entrada.	Coloque los ganchos de acero en los tubos del armazón. Seleccione un gancho de acero junto a un punto azul y use la herramienta de montaje para acoplarlo al tubo del armazón junto a la conexión en T asociada. Asegúrese de que el punto azul esté orientado hacia la conexión en T. Repita el proceso y coloque el resto de ganchos de acero junto a las conexiones en T. Cuente el número de ganchos de acero y agujeros asociados en los tubos del armazón.	Acople los ganchos de acero restantes de forma uniforme. Para un montaje más fácil, recomendamos que unos de los adultos enganche los ganchos de acero y el otro ayude a fijar el armazón de alrededor para que el trampolín no se mueva. También recomendamos que siga las marcas de números para colocar la tela de salto de forma simétrica y uniforme. ADVERTENCIA: Use las herramientas suministradas para montar de forma segura los ganchos, y use guantes para protegerse las manos. El trampolín está bajo fuerte tensión. Esto significa que cada vez se necesita más fuerza para enganchar los ganchos a los tubos del armazón. tenga cuidado para evitar resbalar o pellizcarse los dedos. Esto podría resultar en lesiones graves.

Paso 10 	Paso 11 	Paso 12 
Extienda el acolchado del armazón a lo largo del borde del trampolín, solo con las pestañas colgando por encima del armazón. Luego acople el cierre de Velcro. Alinee la tapicería correctamente y asegúrese de que las costuras estén a ambos lados de las conexiones en T de los tubos.	Ate las tiras negras por debajo del acolchado de protección al armazón como se muestra arriba.	Enhebre y ate las bandas elásticas (bajo la tapicería) a través de la red elástica.
Paso 13 	Paso 14 	Paso 15 
Conecte la barra superior de seguridad al extremo más fino de la barra inferior de seguridad y asegúrese de que el perno encaje en su sitio.	Cubra la varilla con la funda correspondiente.	Inserte las varillas curvadas de la red de forma individual en las dos partes soldadas de los tubos de las patas, como se muestra en la imagen. Atornille las varillas de seguridad a las partes inferiores soldadas. (Use la llave Allen para esto.)
Paso 16 	Paso 17 	Paso 18 
Inserte las varillas de fibra de vidrio individualmente en la parte superior de la red de seguridad. Conecte los dos extremos de las varillas de fibra de vidrio a los conectores plateados. (Si es necesario, acople la varilla más corta al final.)	Coloque la red de seguridad en la tela de salto. Escale sobre la tela de salto y sujete las varillas de fibra de vidrio en la red de seguridad e insértelas individualmente en los cilindros negros.	Conecte los ganchos de plástico en la parte inferior de la red de seguridad a la parte trasera de la red elástica.

Paso 19



Ya puede usar el trampolín.

PLAN DE EJERCICIOS

recomendamos los siguientes ejercicios para aprender los pasos y saltos básicos antes de seguir con los más complejos. Antes de entrar y usar el trampolín, se deben leer y entender todas las instrucciones de seguridad. Además, el supervisor debe discutir y demostrar la mecánica corporal y las reglas del trampolín con el usuario.

Ejercicio 1

- A. Subir y bajar: demostración de la técnica correcta.
- B. Salto básico: demostración y práctica .
- C. Frenado (control del salto): demostración y práctica. Aprender a frenar.
- D. Manos y rodillas: demostración y práctica. Practicar un aterrizaje de cuatro puntos y la orientación adecuada.

Ejercicio 2

- A. Repetir y practicar las técnicas del ejercicio 1.
- B. Salto de rodilla: demostración y práctica. Aprender el salto básico de rodillas y levantarse dando media vuelta a derecha e izquierda.
- C. Salto sentado. demostración y práctica. Aprender el salto básico sentado, manos y rodillas, repetir.

Ejercicio 3

- A. Repetir y practicar las habilidades y técnicas de los ejercicios anteriores.
- B. Saltar en el estómago: para evitar quemaduras cuando se aprende este salto, todos los usuarios deben tumbarse boca abajo mientras el supervisor revisa su posición para corregir las posiciones que puedan resultar en lesiones.
- C. Comience aterrizando sobre manos y rodillas, y luego estire el cuerpo para alcanzar la posición boca abajo. Aterrice sobre la colchoneta de salto y rebote sobre los pies.
- D. Ejercicio combinado: cayendo sobre las manos y rodillas, sobre el estómago, de nuevo de pie, salto sentado, de nuevo de pie.

Ejercicio 4

- A. Repetir y practicar las habilidades y técnicas de los ejercicios anteriores.
- B. Media vuelta
 - i. Tumbado sobre el estómago, empuje los brazos a izquierda o derecha, y gire la cabeza y los hombros en la misma dirección.
 - ii. Mientras gira, asegúrese de que la espalda esté en paralelo a la tela de salto y su cabeza se mantiene alta.
 - iii. Después de girar, aterrice sobre el estómago en la posición de caída.

Tras completar este ejercicio, el usuario conocerá todos los saltos básicos del trampolín. Los usuarios pueden ahora desarrollar sus propias coreografías, prestando atención siempre al control y la técnica.

Un juego ideal que motiva a crear coreografías propias es **"BOUNCE"**. Los participantes se cuentan de 1 a X. El primer jugador realiza un salto. El segundo jugador debe añadir uno nuevo. El tercer jugador repite los saltos de los jugadores uno y dos y añade uno nuevo. Este proceso se repite hasta que alguien no puede completar la coreografía y uno de los jugadores dice **"BOUNCE"**. El último jugador en completar la coreografía, gana. En este juego, las coreografías se deben realizar de forma controlada y sin saltos demasiado complicado o exigentes, o que no hayan sido practicados antes.

Si el usuario quiere expandir la técnica del trampolín, debe contactar con un entrenador cualificado.

SALTOS BÁSICOS DEL TRAMPOLÍN

SALTO BÁSICO



1. Posición de inicio de pie, los pies separados a la altura de los hombros, cabeza recta y ojos en la tela de salto.
2. Balancee los brazos hacia delante y hacia arriba en movimientos circulares.
3. Junte los pies en el aire, con la punta mirando hacia abajo.
4. Cuando aterrizas en la tela de salto, los pies deben estar separados a la altura de los hombros.

SALTO DE RODILLA



1. Comenzar con un salto básico.
2. Aterrice sobre las rodillas, manteniendo el cuerpo y la espalda recta. Mantenga el equilibrio con los brazos.
3. Vuelva a la posición de salto básico balanceando los brazos.

SALTO SENTADO



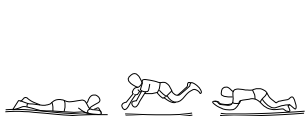
1. Aterrice en posición sentada.
2. Coloque las manos en la tela de salto en las caderas.
3. Vuelva a la posición de pie presionando con las manos.

SALTO DE ESTÓMAGO



1. Comience en la posición de caída hacia delante.
2. Aterrice boca abajo con los brazos.
3. Y estire las manos hacia delante en la tela de salto.
4. Empuje los brazos fuera de la tela de salto para volver a la posición de pie.

SALTO DE 180 GRADOS



1. Comience desde la posición boca abajo.
2. Empuje con la mano derecha o izquierda y el brazo izquierdo y derecho (dependiendo de la dirección en la que desee girar).
3. Gire la cabeza y los hombros en la misma dirección manteniendo la espalda en paralelo a la tela de salto y mantenga la cabeza alta.
4. Aterrice boca abajo y vuelva a ponerse de pie presionando con las manos y brazos.

Conformidad

ESTE PRODUCTO CUMPLE:

- EN 71-1:2014+A1
- EN 71-2:2011+A1
- EN 71-3:2019
- EN 71-14:2018

Eliminación del embalaje



Deseche el embalaje según su tipo. Tire el cartón y el papel al contenedor de papel y las láminas a la recolección de material.



www.tuv.com
ID 1111224522

Ultrasport

DE

Garantieschein

www.ultrasport.net

Sollte ein Garantiefall eintreten,
kontaktieren Sie bitte zuerst unsere Service-Hotline oder schreiben Sie uns eine eMail.

Hersteller & Service

Santos Vertriebs GmbH, Vossbarg 14-16, 25524 Itzehoe
Kostenlose Servicenummer: 00800 880 880 08 (international freecall)
eMail: service.de@ultrasport.net

GB

Warranty Card

www.ultrasport.net

If you wish to make a claim under the guarantee,
please contact our service hotline or send us an email first.

Manufacturer & Service

Santos Vertriebs GmbH, Vossbarg 14-16, 25524 Itzehoe, Germany
Toll free customer service number: 00800 880 880 08 (international freecall)
eMail: service.uk@ultrasport.net

F

Bon de garantie

www.ultrasport.net

En cas de dommage relevant de la garantie,
veuillez contacter tout d'abord notre assistance en ligne ou nous écrire un e-mail.

Fabricant & SAV

Santos Vertriebs GmbH, Vossbarg 14-16, 25524 Itzehoe, Allemagne
Numéro de libre appel SAV 00800 880 880 08 (international freecall)
eMail: service.fr@ultrasport.net

IT

Certificato di garanzia

www.ultrasport.net

In caso di una richiesta di garanzia, contattare il nostro numero verde o inviare una e-mail.

Fabbricante & Servizio

Santos Vertriebs GmbH, Vossbarg 14-16, 25524 Itzehoe, Germania
Numero verde Servizio Clienti: 00800 880 880 08 (international freecall)
eMail: service.it@ultrasport.net

ES

Certificado de garantía

www.ultrasport.net

Si desea realizar una reclamación cubierta por la garantía, póngase en contacto con nuestro servicio
de atención telefónica o envíenos un correo electrónico antes de enviarnos el dispositivo.

Fabricante & Servicio

Santos Vertriebs GmbH, Vossbarg 14-16, 25524 Itzehoe, Alemania
Número de servicio al cliente gratuito: 00800 880 880 08 (international freecall)
eMail: service.es@ultrasport.net



<http://www.Facebook.com/Ultrasport.net>

2

2 Jahre Garantie
2 years warranty
Garantie de 2 ans
Garanzia die 2 anni
Garantía de 2 años