PL

TRAMPOLINA OGRODOWA Z SIATKĄ WEWNĘTRZNĄ

INSTRUKCJA OBSŁUGI 6-15FT

Zdjęcia i rysunki w instrukcji są poglądowe. Trampolina może różnić się w zależności od modelu, rozmiaru i liczby nóg/słupków. Instrukcja chroniona majątkowym prawem autorskim, wszystkie prawa zastrzeżone przez Global Income sp. z o.o.

DE

GARTENTRAMPOLIN INNEN-SICHERHEITSNETZ

BEDIENUNGSANWEISUNG 6-15FT

Fotos und Zeichnungen in diesem Handbuch dienen der Veranschaulichung. Je nach Modell, Größe und Anzahl der Füße/Stangen kann Trampolin von den Fotos abweichen. Vorliegende Bedienungsanleitung ist urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte vorbehalten, Global Income sp. z o.o.

PL INSTRUKCJA OBSŁUGI

Dziękujemy za zakup niniejszego produktu. Mamy nadzieję, że korzystanie z niego przyniesie Państwu dużo radości. Montaż trampoliny może potrwać ponad godzinę. Prosimy więc o uzbrojenie się w cierpliwość i podejście do montażu jak do przyjemnej czynności, którą można wykonać z rodziną lub znajomymi.

WAŻNE! PRZED PRZYSTĄPIENIEM DO MONTAŻU / UŻYTKOWANIA PRODUKTU UWAŻNIE PRZECZYTAJ INSTRUKCJĘ I STOSUJ SIĘ DO JEJ ZASAD. INSTRUKCJĘ NALEŻY ZACHOWAĆ DO WYKORZYSTANIA W PRZYSZŁOŚCI.

MAKSYMALNA WAGA UŻYTKOWNIKA TRAMPOLINY NIE MOŻE PRZEKRACZAĆ:

6 ft	8 ft	10 ft	12 ft	13 ft	14 ft	15 ft
50 kg	100 kg	150 kg	150 kg	150 kg	150 kg	150 kg

OSTRZEŻENIE! NIE NALEŻY PRZEKRACZAĆ MAKSYMALNEGO DOPUSZCZALNEGO OBCIĄŻENIA TRAMPOLINY!

Przed skorzystaniem z trampoliny należy dokładnie zapoznać się z informacjami odnośnie jej użytkowania, które znajdziesz w niniejszej instrukcji. Podczas uprawiania wszelkich czynności fizyczno-rekreacyjnych uczestnicy mogą ulec kontuzji. Uprawianie skoków na trampolinie nie stanowi wyjątku od tej reguły.
Aby zmniejszyć ryzyko kontuzji należy przestrzegać następujących zasad i wskazówek bezpieczeństwa:

1. Niewłaściwe lub nadmierne użytkowanie trampoliny jest niebezpieczne i może doprowadzić do poważnych kontuzji!
2. Trampolina jako sprzęt do odbijania się, wyrzuca skoczka na duże wysokości, wprowadzając jego ciało w różne pozycje.
3. Przed każdym użyciem trampoliny należy sprawdzić czy mata (batut) nie jest zużyta i czy trampolina nie ma poluzowanych, uszkodzonych lub brakujących części.
4. Niniejsza instrukcja zawiera instrukcje montażu, obsługi, konserwacji produktu, zalecenia bezpieczeństwa, ostrzeżenia i uwagi dotyczące poprawnej techniki skakania. Każdy użytkownik i osoba nadzorująca musi zapoznać się z niniejszymi instrukcjami. Każdy użytkownik trampoliny musi być świadomy jej ograniczeń pod względem możliwości wykonywania na niej różnych skoków.

INSTRUKCJA UŻYTKOWANIA - WYBÓR MIEJSCA

Aby zapewnić bezpieczne użytkowanie trampoliny należy wziąć pod uwagę następujące elementy podczas wyboru miejsca na trampolinę:

- UPEWNIĆ SIĘ, ŻE JEST ONA UMIESZCZONA NA PŁASKIM, WYPOZIOMOWANYM PODŁOŻU.
- Wymagane jest conajmniej 7,3 m wolnej przestrzeni licząc od podłoża oraz 2,5 m wolnej przestrzeni po bokach.
- Po bokach ani pod trampoliną nie mogą znajdować się przedmioty grożące niebezpieczeństwem, takie jak gałęzie, inny sprzęt rekreacyjny i struktury (huśtawki, baseny, meble, zjeżdżalnie), przewody elektryczne, ściany, ogrodzenia, płoty, garaże, domy, linki na pranie, itp.
- Nie ustawiać trampoliny na twardych powierzchniach, cemencie, kostce, asfalcie lub śliskiej powierzchni.
- Nie zakopywać trampoliny w ziemi (ustawiać poniżej poziomu gruntu).
- Po zakończeniu skoków trampolina musi zostać zabezpieczona przed niedozwolonym użyciem.
- Powierzchnia maty musi być sucha, nie należy skakać na mokrej lub brudnej macie.
- Nie należy używać trampoliny podczas porywistych lub silnych wiatrów.
- Nie używać trampoliny w pomieszczeniach.
- Miejsce powinno być widne lub dobrze oświetlone.
- Trampolina może byc przenoszona zgodnie z instrukcją znajdującą sie w sekcji Kontrola i Konserwacja.

ZASADY BEZPIECZEŃSTWA

WYLĄDOWANIE NA GŁOWIE LUB SZYI GROZI PARALIŻEM LUB W SKRAJNYCH PRZYPADKACH ŚMIERCIĄ. ZABRANIA SIĘ WYKONYWANIA SALT (PRZEWROTÓW), GDYŻ ISTNIEJE RYZYKO WYLĄDOWANIA NA SZYI LUB GŁOWIE.

Z TRAMPOLINY W JEDYM CZASIE MOŻE KORZYSTAĆ TYLKO JEDNA OSOBA! WIĘCEJ OSÓB SKACZĄCYCH RÓWNOCZEŚNIE ZWIĘKSZA RYZYKO UTRATY RÓWNOWAGI, CO MOŻE DOPROWADZIĆ DO OBRAŻEŃ CIAŁA TAKICH JAK ZŁAMANIA KARKU, NÓG, RĄK LUB KRĘGOSŁUPA.

OSTRZEŻENIE! TRAMPOLINA NIE JEST ODPOWIEDNIA DLA DZIECI PONIŻEJ 3 ROKU ŻYCIA. TRAMPOLINY O WYSOKOŚCI MATY POWYŻEJ 51 cm NIE POWINNY BYĆ UŻYTKOWANE PRZEZ DZIECI PONIŻEJ 6 ROKU ŻYCIA. DO UŻYTKU PRZEZ DZIECI WYŁĄCZNIE POD NADZOREM OSOBY DOROSŁEJ! NALEŻY ZAMKNĄĆ ZAMEK SIATKI PRZED ROZPOCZĘCIEM SKOKÓW.

TRAMPOLINA DO UŻYTKU DOMOWEGO, NA ZEWNĄTRZ POMIESZCZEŃ, NIE DO UŻYTKU KOMERCYJNEGO, PROFESJONALNEGO LUB REHABILITACYJNEGO.

MONTAŻ I OBOWIĄZEK WŁACICIELA

Osoba odpowiedzialna za trampolinę (właściciel trampoliny) powinna zapoznać każdego użytkownika trampoliny z zasadami zawartymi w tej instrukcji! Musi to być osoba dorosła i powinna ona stale nadzorować użytkowanie trampoliny. Z trampoliny należy korzystać wyłącznie pod nadzorem dorosłej osoby odpowiedzialnej i zaznajomionej z zasadami jej użytkowania. Właściciel ma w obowiązku zabezpieczenie trampoliny przed nieuprawnionym lub niedozwolonym użyciem.

Montaż trampoliny może zostać przeprowadzony wyłącznie przez osoby dorosłe. Należy postępować według zaleceń instrukcji. Po zakończeniu montażu, przed pierwszym użyciem trampoliny należy sprawdzić wszystkie jej elementy, sprawdzić czy stoi ona stabilnie oraz mocno dokręcić wszystkie śruby.

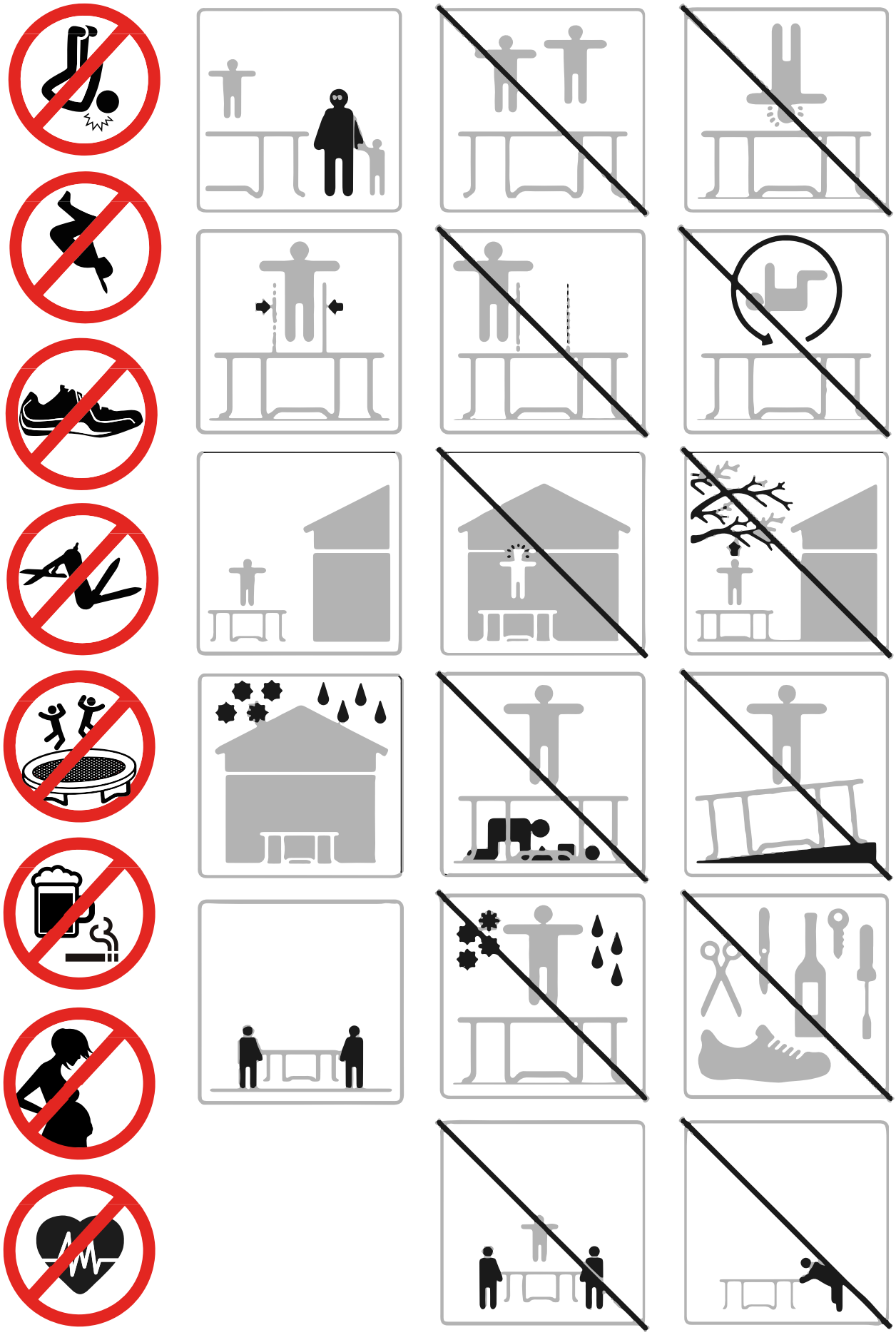
PAMIĘTAJ O ZABEZPIECZENIU TRAMPOLINY PRZED SILNYMI WIATRAMI!

OSTRZEŻENIE

UWAGA! ZAWSZE PODCZAS KORZYSTANIA Z TRAMPOLINY I SIATKI ZABEZPIECZAJĄCEJ NALEŻY POSTĘPOWAĆ ZGODNIE Z POWYŻSZYMI ZALECENIAMI! ZAPOZNAJ SIĘ TAKŻE Z ZASADAMI BEZPIECZEŃSTWA ZAMIESZCZONYMI W INSTRUKCJI RAMY TRAMPOLINY ORAZ NA MACIE I KOŁNIERZU!

INSTRUKCJA BEZPIECZEŃSTWA

Przed rozpoczęciem jakichkolwiek zajęć ruchowych należy zasięgnąć opinii lekarza!



OSTRZEŻENIA

Przed rozpoczęciem jakichkolwiek zajęć ruchowych należy zasięgnąć opinii lekarza!

- Należy zamknąć siatkę bezpieczeństwa przed rozpoczęciem skoków.
- Trampoliny o wysokości ponad 51cm nie powinny być używane przez dzieci poniżej 6 roku życia.
- Trampolina powinna być złożona przez osobe dorosłą zgodnie z instrukcją montażu. Przed każdym użyciem trampoliny należy sprawdzić jej stan. Upewnij się, że konstrukcja jest poprawnie i bezpiecznie ustawiona. Wymień zużyte, uszkodzone lub brakujące części na nowe.
- Trampolina nie powinna być użytkowana przez kobiety w ciąży oraz osoby z problemami z nadciśnieniem.
- Ostrożnie wchodź i schodź z trampoliny. Zeskakiwanie na podłogę lub inne powierzchnie lub wskakiwanie na trampolinę jest niebezpieczne i może spowodować kontuzje! Nie używaj trampoliny jako wyskoczni, nie skacz z niej na inne obiekty.
- Aby zakończyć skoki na trampolinie należy zgiąć kolana kiedy stopy są w kontakcie z matą trampoliny. Jest to pierwsza umiejętność jaką należy opanować. Przed przejściem do bardziej zaawansowanych czynności należy także opanować podstawowy skok. Wiele ćwiczeń składa się z podstawowych skoków wykonywanych w różnej kolejności i różnych kombinacjach, np. wykonywanie podstawowych skoków jeden za drugim, z odbiciem stóp lub bez odbicia między skokami.
- Nie skacz zbyt wysoko. Wykonuj niewysokie skoki aż do opanowania umiejętności kontroli swojego skoku i lądowania na środku maty. Kontrolowanie skoku jest dużo ważniejsze niż jego wysokość.
- Skup wzrok na trampolinie (macie) podczas skakania. Ułatwi to utrzymanie kontroli skoku i równowagi. Nie wykonuj skoków gdy jesteś zmęczony. Wykonuj krótkie serie skoków.
- Jeżeli trampolina nie jest używana, należy odpowiednio ją zabezpieczyć, także przed niedozwolonym użyciem. Jeśli przy trampolinie znajduje się drabinka, osoba nadzorująca powinna usunąć ją przed opuszczeniem miejsca skoków, aby uniemożliwić dostęp do trampoliny dzieciom poniżej 6 roku życia.
- Drabinka umożliwia młodszym dzieciom wspinanie się na trampolinę.
- Nie używaj drabinki, jeśli w pobliżu znajdują się dzieci poniżej 6 roku życia.
- Usuń wszystkie przedmioty z otoczenia trampoliny, które mogłby przeszkodzić skoczkowi. Pamiętaj aby zawsze zachowywać wolną przestrzeń wokół trampoliny.
- Nie używaj trampoliny będąc pod wpływem środków odurzających, alkoholu lub leków. Nie jedz podczas skakania na trampolinie, nie żuj gumy, opróżnij wszystkie kieszenie przed skokami i zdejmij biżuterię.
- Wykonuj skoki wyłącznie gdy mata trampoliny jest sucha i czysta. Wiatr i ruchy powietrza powinny być łagodne. Nie używaj trampoliny podczas porywistych lub silnych wiatrów lub gdy mata jest mokra.
- Nie należy używać trampoliny podczas złych warunków atomsferycznych, np. silnych podmuchów wiatru. Należy zabezpieczyć trampolinę jak opisano to w sekcji KONSERWACJA I KONTROLA TRAMPOLINY.
- Zawsze skacz na środku maty (oznaczonym logo producenta). Jeśli skoczek wyląduje dalej niż 30 cm od tego miejsca należy natychmiastowo przerwać skoki i wznowić je na środku maty.
- Standardowe obuwie nie jest odpowiednie do wykonywania skoków na trampolinie. Nie używaj obuwia do skoków.
- Aby nie dopuścić do podarcia lub innego uszkodzenia maty trampoliny, należy uniemożliwić zwierzętom domowym wchodzenie na matę. Skoczkowie mający na sobie jakiekolwiek ostre przedmioty, powinni je usunąć przed wejściem na trampolinę. Wszelkie ostre i szpiczaste przedmioty powinny znajdować się z dala od maty.
- Należy spokojnie schodzić z trampoliny. Nie należy zeskakiwać z niej na ziemię lub inne przedmioty oraz nie należy opuszczać trampoliny poprzez wyskok z maty.
- Reguluj czas przez jaki korzystasz z trampoliny. Rób regularne przerwy aby odpocząć.
- Aby uzyskać informacje dotyczące udoskonalania techniki skoków należy zwrócić się do dyplomowanego instruktora skoków na trampolinie.
- Przed rozpoczęciem korzystania z trampoliny należy przeczytać wszystkie instrukcje, załączone ostrzeżenia i instrukcje obsługi i konserwacji trampoliny, które mają na celu promowanie bezpiecznego i przyjemnego użytkowania niniejszego sprzętu. Zawsze kieruj się swoim zdrowym rozsądkiem.

KONSERWACJA I KONTROLA TRAMPOLINY

Przeczytaj uważnie zanim skorzystasz z trampoliny! Zachowaj instrukcje konserwacji.

Niniejsza trampolina została zaprojektowana i wyprodukowana przy użyciu materiałów wysokiej jakości i przy użyciu specjalistycznej wiedzy. Przy odpowiedniej obsłudze i konserwacji dostarczy ona wszystkim skoczkom wiele lat ćwiczeń i zabawy przy zmniejszonym ryzyku kontuzji. Należy przestrzegać poniższych zaleceń: niniejsza trampolina została zaprojektowana do utrzymywania określonej wagi i do wykonywania określonych czynności. Należy zadbać o to, aby na trampolinie w tym samym czasie przebywała tylko jedna osoba. Waga skoczka nie może przekraczać wagi określonej w tej instrukcji dla konkretnego rozmiaru trampoliny.

Na początku nowego sezonu oraz w regularnych interwałach należy sprawdzić czy w trampolinie nie ma zużytych, uszkodzonych lub brakujących części. Niektóre sytuacje sprzyjają kontuzjom, należy więc sprawdzić czy:

1. Wszystkie śruby i nakrętki są mocno dokręcone.
2. Mata trampoliny nie została przekłuta, przedziurawiona lub przecięta.
3. Rama trampoliny nie jest skrzywiona lub wygięta i inne części, np. nogi nie są wygięte lub złamane.
4. W macie nie puściło “oczko” lub nie jest ona w inny sposób uszkodzona.
5. Metalowe sprężyny nie są zerwane, rozciągnięte, brakujące lub uszkodzone.
6. Osłona ramy nie jest uszkodzona, brakująca, wygięta lub niepoprawnie zmontowana.
7. Na ramie, sprężynach i macie nie widać ostrych krawędzi, które mogą być niebezpieczne.
8. Siatka trampoliny nie jest rozerwana lub uszkodzona oraz czy wejście działa prawidłowo.

W przypadku obecności przynajmniej jednego z powyższych podpunktów lub innego czynnika mogącego wpłynąć na bezpieczeństwo użytkowników trampoliny, trampolina powinna zostać rozłożona lub zabezpieczona przed wszelkim użyciem aż do momentu usunięcia wadliwego elementu lub jego naprawy. Stan trampoliny powinien być skontrolowany przed jej każdorazowym użyciem.

Producent sugeruje wymianę siatki bezpieczeństwa na nową co dwa lata.

WARUNKI ATMOSFERYCZNE

Trampolina z racji swoich rozmiarów jest podatna na złe warunki pogodowe, zwłaszcza silne podmuchy wiatru. Należy zadbać o odpowiednie przymocowanie trampoliny do podłoża tak aby uniknąć jej przewrócenia co może prowadzić do zagrożenia. Zaleca się stosowania kotew mocujących lub obciążenia nóg (np. worki z piaskiem/wodą). W przypadku wystąpienia bardzo złych warunków o których jestesmy uprzedzeni należy schować trampolinę w bezpieczne miejsce rozkładając ją jeśli to konieczne lub zdjąć siatkę bezpieczeństwa, która najbardziej podatna jest na silne podmuchy. Promienie słoneczne, niskie temperatury przyczyniają się do obniżenia trwałości elementów trampoliny (zwłaszcza siatki zabezpieczającej).

WIETRZNA POGODA

Silny wiatr może przewrócić trampolinę. Jeżeli spodziewane są silne wiatry, trampolina powinna zostać przeniesiona do zadaszonego pomieszczenia lub należy ją rozmontować. Aby zapewnić bezpieczeństwo w normalnych warunkach pogodowych, trampolina powinna być przytwierdzona do podłoża w przynajmniej 3 punktach. Zimą śnieg oraz niskie temperatury moga zniszczyć trampolinę. Na ten okres należy złożyć produkt i przetrzymywać złożony w domu.

PRZENOSZENIE TRAMPOLINY

W razie potrzeby przeniesienia trampoliny, należy skorzystać z pomocy drugiej osoby. Wszystkie połączenia powinny być zabezpieczone przy pomocy taśmy odpornej na czynniki pogodowe. W ten sposób szkielet trampoliny powinien pozostać nienaruszony podczas przenoszenia oraz zabezpieczy wszystkie punkty połączeń przed przemieszczeniem lub rozłączeniem. Aby przenieść trampolinę należy delikatnie unieść ją nad ziemię i przenosząc, utrzymywać ją cały czas w poziomie. W każdym innym przypadku należy rozmontować trampolinę przed jej przemieszczeniem.

Po każdym przemieszczeniu trampoliny, należy przeprowadzić kontrolę, jak po jej złożeniu.

PODSTAWOWE INFORMACJE O SKOKU NA TRAMPOLINIE

Przeczytaj dokładnie podstawowe instrukcje i przygotowanie do skoków na trampolinie!

- Na wstępie należy przyzwyczaić się do przebywania na trampolinie. Należy skupić uwagę na pozycji ciała i przećwiczyć każdy skok (z podstawowych skoków) aż do opanowania wykonywania i kontroli nad każdym skokiem.
- Aby zakończyć skok wystarczy zgiąć kolana zanim dotkniesz stopami maty trampoliny. Należy opanować tę technikę podczas nauki podstawowych skoków. Umiejętność przerywania skoków jest niezbędna podczas utraty równowagi lub kontroli nad skokiem.
- Należy zawsze opanować najpierw proste skoki i nauczyć się je kontrolować, a dopiero potem przejść do bardziej

skomplikowanych i trudnych skoków. Kontrolowany skok to taki skok, który rozpoczyna się i kończy w tym samym miejscu na macie. Jeżeli skoczek wykonuje drugi skok, podczas gdy pierwszy nie był całkowicie kontrolowany, zwiększa ryzyko kontuzji.

- Nie należy wykonywać skoków zbyt długo, gdyż zmęczenie może zwiększyć ryzyko wystąpienia kontuzji.
- Należy wykonać kilka skoków, a następnie ustąpić miejsca innym skoczkom. Nigdy nie należy pozwalać, aby z trampoliny korzystała więcej niż jedna osoba w tym samym czasie.
- Skoczkowie powinni skakać w podkoszulkach, szortach lub bluzach oraz w butach gimnastycznych, skarpetach antypoślizgowych lub boso. Początkujący skoczkowie mogą nosić koszulki z długim rękawem i spodenki, chroniące przed zadrapaniem i otarciem skóry, dopóki nie opanują techniki lądowania.
- Nie należy skakać w obuwiu z twardą podeszwą (np. sportowym), gdyż zniszczy ono powierzchnię maty.
- Aby uniknąć kontuzji należy zawsze poprawnie i spokojnie wchodzić na trampolinę oraz z niej schodzić.
- Aby poprawnie wejść na trampolinie należy umieścić rękę na ramie i wejść lub przetoczyć się na matę trampoliny po ramie nad sprężynami. Należy pamiętać aby zawsze przytrzymywać się rękoma podczas wchodzenia i schodzenia z trampoliny. Nie należy wchodzić bezpośrednio na osłonę ramy i nie należy się jej chwytać. Aby poprawnie zejść z trampoliny należy przejść na jej brzeg, przytrzymać się ramy i zejść na ziemię (nie zeskakiwać!). Dzieciom należy pomóc przy wchodzeniu i schodzeniu z trampoliny.
- Nie skakać nierozważnie na trampolinie, gdyż zwiększa to ryzyko wystąpienia kontuzji!
- Kluczem do bezpiecznego i wesołego korzystania z trampoliny jest kontrola i panowanie nad skokiem!
- Nigdy nie próbuj pokonać innego skoczka pod kątem wysokości skoku!
- Nie należy używać trampoliny bez nadzoru.

INFORMACJE DLA OSOBY NADZORUJĄCEJ

Zapoznaj się z nimi, jeśli jesteś właścicielem trampoliny.

- Osoba nadzorująca lub własciciel powinni czuwać nad przestrzeganiem zasad na trampolinie. Każdy użytkownik przed skorzystaniem z trampoliny powinien zapoznać się z instrukcją jej użytkowania oraz zasadami bezpieczenstwa, dopilnowanie tego leży w obowiązku osoby nadzorujacej trampolinę.
- Żaden użytkownik nie powinien korzystać z trampoliny bez nadzoru innej (dorosłej) osoby, bez względu na wiek czy poziom umiejetnosci tego użytkownika. Trampolina powinna zostac zabezpieczona przed nieurpawnionym użyciem, zwłaszcza przez dzieci.
- Trampolina z siatką zabezpieczającą nie jest przeznaczona do użytku przez dzieci poniżej 3 roku życia. Nie należy użytkować trampoliny jeśli batut (mata) jest wilgotny, mokry lub zabrudzony.
- Przed każdorazowym użyciem trampoliny należy sprawdzić jej stan, cześci zużyte wymienić na nowe i uzupełnić ewentualne braki. Przed każdym użyciem należy także sprawdzić czy siatka zabezpieczająca jest prawidłowo zamontowana, czy nie jest uszkodzona. Należy sprawdzić docisk wszystkich części i śrub. Gdy zachodzi potrzeba należy luźne śruby dokręcić.
- Upewnij się, że dookoła trampoliny a także nad samą trampoliną jest wystarczająco dużo wolnej przestrzeni. Pod batutem (matą) nie mogą znajdować się żadne przedmioty.

INFORMACJE DLA SKOCZKA

Zapoznaj się z nimi przed użyciem trampoliny.

- Nie należy używać trampoliny będąc pod wpływem leków, alkoholu lub innych używek.
- Skacząc na trampolinie nie należy spożywac pożywienia lub napojów, nie należy palić papierosów.
- Nie należy skakać za wysoko, należy dostosować skoki do poziomu swoich umiejętności, nie należy przeskakiwać siatki lub celowo w nią skakać. Należy zawsze kontrolować swój skok, kontrola skoku jest dużo ważniejsza niż jego wysokość. Nie należy skakać zbyt długo, gdyż zmęczenie zwiększa ryzyko utraty kontroli nad skokiem. Nie należy skakać na siatkę, celowo odbijając się od niej, wieszać rękoma na słupkach lub siatce.
- Należy za wsze używać trampoliny pod nadzorem innej osoby, bez względu na wiek i doswiadczenie skaczącego. Należy pamietać, że z trampoliny może korzystac tylko jedna osoba w tym samym czasie. Nie nalezy nosić ubrań z taśmami, haczykami, pętelkami, klamrami, które mogłby w jakikolwiek sposób zachaczyć o siatkę lub inne elementy trampoliny. Przed wejściem na trampolinę należy zdjać bizuterie, zegarek, opróznic kieszenie.
- Nie należy montować do siatki żadnych obiektów lub akcesoriów, chyba, ze specjalnie do tego przeznaczonych - przygotowanych przez producenta. Należy spokojnie wchodzić i schodzić z trampoliny, korzystajac z wejścia na zamek błyskawiczny i klamry.
- Nie należy używać trampoliny jako wyskoczni, nie wskakiwać na nią z innych obiektów i miejsc, ani nie używać jej jako wybicia na inne obiekty. Zawsze należy zamykac wejście podczas korzystania z trampoliny.
- Trampolina nie może być używana przez kobiety w ciąży lub osoby z problemami z nadciśnieniem.

KLASYFIKACJA WYPADKÓW

Instrukcja poprawnego zachowania.

WCHODZENIE I SCHODZENIE

ostrożnie wchodź i schodź z trampoliny. Nie wchodź na trampolinę chwytając się osłony ramy. Nie wchodź na sprężyny. Nie wskakuj na matę z innych obiektów lub miejsc (gałęzi, tarasu, drabiny), gdyż zwiększa to ryzyko wypadku! Nie schodź z trampoliny zeskakując na ziemię, niezależnie od rodzaju podłoża. Jeżeli małe dzieci korzystają z trampoliny mogą one potrzebować pomocy przy wchodzeniu i schodzeniu z trampoliny.

SPOŻYWANIE ALKOHOLU/LEKÓW

nie spożywaj alkoholu i nie zażywaj leków podczas korzystania z trampoliny! Zwiększy to ryzyko wystąpienia wypadków, gdyż substancje te negatywnie wpływają na ocenę sytuacji, czas reakcji oraz koordynację fizyczną skoczka.

WIELU SKOCZKÓW

w przypadku korzystania z trampoliny przez kilku skoczków (więcej niż jeden skoczek równocześnie na trampolinie) zwiększa się ryzyko kontuzji. Kontuzje mogą być spowodowane wskutek upadku z trampoliny, utratę kontroli, zderzenie z innym skoczkiem lub wylądowanie na sprężynach. Zazwyczaj kontuzji w takich wypadkach ulegnie najlżejsza osoba na trampolinie. Pamiętaj, tylko 1 osoba może jednocześnie korzystać z trampoliny!

UDERZENIE O RAMĘ/SPRĘŻYNY

podczas ćwiczeń na trampolinie zawsze pozostawaj na środku maty. Zmniejszy to ryzyko kontuzji spowodowanej przez lądowanie na ramie lub sprężynach. Zawsze używaj osłony sprężyn, która zakrywa je oraz ramę trampoliny. Nie skocz i nie wchodź bezpośrednio na osłonę ramy, gdyż nie jest ona wystarczająco wytrzymała, by oprzeć się wadze skoczka.

UTRATA KONTROLI SKOKU

nie próbuj wykonywać trudnych skoków przed całkowitym opanowaniem podstaw skoku na trampolinie lub podczas początkowej nauki. W przeciwnym razie skoczek zwiększa ryzyko kontuzji wskutek utraty kontroli nad skokiem i wylądowaniem na ramie, sprężynach lub poza trampoliną. Kontrolowany skok to taki skok, który rozpoczyna się i kończy w tym samym miejscu. Jeśli skoczek utracił kontrolę nad skokiem, powinien on mocno zgiąć kolana podczas lądowania, co pozwoli odzyskać kontrolę i zakończyć skok.

SALTA/PRZEWROTY

absolutnie zabrania się wykonywania salt (do przodu i do tyłu) na tej trampolinie. Błąd podczas wykonywania salta może spowodować wylądowanie na głowie lub karku. Zwiększa to znacznie ryzyko złamania kark, grożące paraliżem lub w skrajnych przypadkach śmiercią!

CIAŁA OBCE

nie używać trampoliny jeżeli pod trampoliną znajdują się zwierzęta domowe, inne osoby lub obiekty. Zwiększa to ryzyko wypadku! Nie trzymać żadnych przedmiotów podczas wykonywania skoków i nie kłaść żadnych przedmiotów na trampolinie podczas gdy inna osoba wykonuje skoki! Zawsze należy zwracać uwagę na rzeczy znajdujące się nad głową skoczka. Gałęzie, przewody elektryczne i inne przedmioty znajdujące się nad głową skoczka zwiększają ryzyko wypadków. Trampolina wymaga 7,3m wolnej przestrzeni od podłoża.

NIEWŁAŚCIWA KONSERWACJA

zły stan trampoliny zwiększa ryzyko wystąpienia wypadków. Przed każdym użyciem trampoliny należy sprawdzić jej stan, a w szczególności upewnić się, że stalowe rury nie są zagięte, mata nie jest podarta, sprężyny nie są poluzowane lub przerwane a całość konstrukcji jest w pełni stabilna.

WARUNKI POGODOWE

podczas używania trampoliny należy zwrócić uwagę na warunki pogodowe. Jeśli mata trampoliny jest mokra lub wilgotna, skoczek może łatwo się poślizgnąć i ulec kontuzji. Jeżeli wieje silny wiatr, skoczek może łatwo stracić kontrolę nad swoim skokiem co może doprowadzić do niebezpiecznych sytuacji.

OGRANICZONY DOSTĘP

kiedy trampolina nie jest używana, drabinka do trampoliny powinna być zdjęta i przechowywana w bezpiecznym miejscu, aby uniemożliwić małym dzieciom samowolne wejście na trampoli

JAK OGRANICZYĆ RYZYKO WYPADKÓW?

Instrukcja poprawnego zachowania.

ROLA SKOCZKA

Głównym elementem przy zapobieganiu wypadkom jest kontrola nad skokiem. Nie wykonuj skomplikowanych i trudnych skoków dopóki całkowicie nie opanujesz podstawowych skoków. Wiedza każdego skoczka spełnia również bardzo ważną rolę w zapobieganiu wypadkom. Przed użyciem trampoliny należy przeczytać, opanować i przećwiczyć wszystkie zalecenia bezpieczeństwa i ostrzeżenia. Skok kontrolowany to taki skok, który rozpoczyna się i kończy w tym samym miejscu. Aby uzyskać dodatkowe instrukcje i wskazówki dotyczące bezpieczeństwa, należy skontaktować się z dyplomowanym instruktorem skoków na trampolinie.

ZALECENIA BEZPIECZNEGO UŻYTKOWANIA TRAMPOLINY DLA SKOCZKÓW:

1. Nie korzystaj z trampoliny pod wpływem alkoholu lub leków, środków odużających. Nie pal papierosów.
2. Zdejmij wszystkie twarde i ostre przedmioty (np. zegarek) przed wejściem na trampolinę. Opróżnij kieszenie.
3. Należy ostrożnie i poprawnie wchodzić i schodzić z trampoliny. Nigdy nie wskakuj na nią ani nie zeskakuj z niej, Nie używaj jej także jako wyskoczni, nie skacz na nią ani z niej na inne przedmioty lub obiekty.
4. Należy nauczyć się podstawowych skoków i opanować każdy typ skoku przed próbowaniem trudniejszych skoków. Przeczytaj rozdział Podstawowe Skoki na trampolinie.
5. Aby zakończyć skok należy ugiąć kolana przy lądowaniu na macie.
6. Zawsze kontroluj swój skok. Jeżeli w jakimkolwiek momencie skoczek czuje, że traci kontrolę nad skokiem, powinien niezwłocznie go zakończyć. Kontrola nad skokiem jest ważniejsza niż jego wysokość!
7. Nie wykonuj skoków zbyt długo, nie skacz za wysoko ani gdy jesteś zmęczony.
8. Skup wzrok na macie, aby zachować kontrolę, w przeciwnym razie łatwo stracić równowagę.
9. Wyłącznie jedna osoba może korzystać z trampoliny w jednym czasie.
10. Zawsze wykonuj skoki pod nadzorem innej, dorosłej osoby.

ROLA OSOBY NADZORUJĄCEJ/WŁAŚCICIELA

Osoby nadzorujące muszą zapoznać się i wdrażać wszystkie instrukcje i zalecenia bezpieczeństwa. Osoba nadzorująca jest odpowiedzialna za udzielenie odpowiednich wskazówek i porad wszystkim użytkownikom trampoliny. Jeżeli osoba nadzorująca nie może nadzorować skoków na trampolinie, trampolina powinna zostać rozłożona i przechowywana w bezpiecznym miejscu, aby uniemożliwić samowolne użytkowanie, lub przykryta ciężkim brezentem, który można zabezpieczyć blokadą lub łańcuchem. Osoba nadzorująca jest również odpowiedzialna za umieszczenie afiszu z instrukcjami bezpieczeństwa na trampolinie i za poinformowanie skoczków o umieszczonych tam ostrzeżeniach i instrukcjach.

ZALECENIA BEZPIECZNEGO UŻYTKOWANIA TRAMPOLINY OSÓB NADZORUJĄCYCH:

1. Każdy skoczek, niezależnie od wieku czy doświadczenia powinien korzystać z trampoliny wyłącznie pod nadzorem innej, dorosłej osoby.
2. Nigdy nie używaj mokrej, uszkodzonej, brudnej lub zużytej, niekompletnej trampoliny.
3. Usuń wszystkie przedmioty mogące stanowić przeszkodę dla skoczka z dala od trampoliny. Sprawdź czy nic nie znajduje się nad, pod i wokół trampoliny.
4. Aby uniemożliwić samowolne i nie nadzorowane użytkowanie trampoliny należy zabezpieczyć trampolinę po zakończeniu skoków na niej

Przed rozpoczęciem swych pierwszych skoków na trampolinie zapoznaj się z informacją na temat podstawowych skoków na trampolinie oraz proponowanym planem ćwiczeń!

PLAN ĆWICZEŃ

Ćwiczenia przedstawione w dalszej części instrukcji mają na celu zaznajomienie skoczka z podstawowymi krokami i skokami przed przejściem do trudniejszych i bardziej skomplikowanych skoków. Przed wejściem na trampolinę, należy zapoznać się z wszystkimi instrukcjami bezpieczeństwa. Osoba nadzorująca powinna również przedstawić skoczkowi zalecenia dotyczące użytkowania trampoliny i zademonstrować podstawowe ruchy ciała.

LEKCJA 1

A. Wchodzenie na trampolinę i schodzenie z niej - przedstawienie odpowiednich technik.
B. Podstawowe skoki - demonstracja i ćwiczenia.
C. Przerywanie skoku - demonstracja i ćwiczenia. Nauka zatrzymywania się na polecenie.
D. Ręce i kolana - demonstracja i ćwiczenia. Akcent na cztero-punktowe lądowanie i ustawienie.

LEKCJA 2

A. Powtórzenie i ponowne ćwiczenie technik przedstawionych w Lekcji 1.
B. Skoki na kolana - demonstracja i ćwiczenia. Nauka podstawowych skoków na kolana, łącznie ze wstawaniem przed rozpoczęciem półobrotów w lewo i w prawo.
C. Skoki na pośladki - demonstracja i ćwiczenia. Nauka podstawowych skoków na pośladki, następnie połączenie ich ze skokami na kolana, na ręce i kolana, powtórzenie ćwiczeń.

LEKCJA 3

A. Powtórzenie i ponowne ćwiczenie skoków przedstawionych w poprzedniej lekcji.
B. Upadek do przodu - aby uniknąć poparzeń na macie i opanować pozycję skoku do przodu, wszyscy uczniowie powinni położyć się twarzą w dół, aby instruktor mógł sprawdzić czy żaden uczeń nie ma niepoprawnej postawy, która
mogłaby zwiększyć ryzyko kontuzji.
C. Rozpocząć skoki na ręce i kolana, następnie rozłożyć się do pozycji leżącej z twarzą na dół, na macie i powrót na stopy.
D. Ćwiczyć rutynowe skoki na ręce i kolana, przedni skok, powrócić na stopy, skok na pośladki, powrócić na stopy, ponowny skok na pośladki, powrócić na stopy.

LEKCJA 4

A. Powtórzenie i przećwiczenie skoków przedstawionych w poprzedniej lekcji.
B. Półobroty: Stanąć w pozycji upadku do przodu i po dotknięciu maty odepchnąć się rękami w prawo lub w lewo, jednocześnie skręcając głowę i ramiona w tym samym kierunku. Podczas obrotu, pamiętać o tym, iż plecy powinny być rónoległe do maty a głowa podniesiona do góry. Po zakończonym obrocie, wylądować w pozycji upadku do przodu.

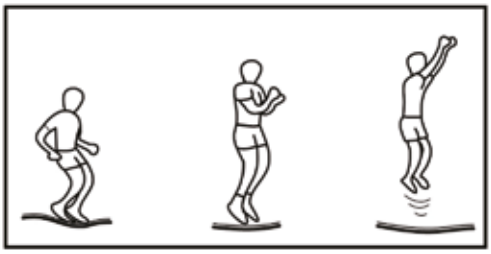
Po zakończeniu powyższej lekcji, skoczek jest zaznajomiony z podstawowymi skokami na trampolinie. Należy zachęcić uczniów do pracy nad udoskonalaniem własnej techniki, stawiając akscent na zachowanie kontroli nad skokiem i formą.

GRA W BOUNCE

Gra w Bounce (z j.ang.: skok) jest dobrym sposobem, aby zachęcić uczniów do udoskonalania nabytych umiejętności. W grze może brać udział do 10 graczy. Pierwszy gracz wykonuje wybraną figurę, drugi gracz musi powtórzyć figurę pierwszego gracza i dodać swoją własną figurę. Jżeli dany gracz nie jest w stanie powtórzyć wcześniej przedstawionych figur w odpowiedniej kolejności otrzymuje on literę B. Gra trwa dopóki gracze nie utworzą wyracu BOUNCE. Ostatni gracz, który pozostał - wygrywa!

Nawet podczas gr w Bounce, należy pamiętać o wykonywaniu kontrolowanych skoków, a nie trudnych i skomplikowanych skoków, które nie są w pełni opanowane przez wszystkich graczy. Aby udoskonalić umiejętności skoczków, należy skontaktować się z dyplomowanym instruktorem skoków na trampolinie.

PODSTAWOWE SKOKI NA TRAMPOLINIE

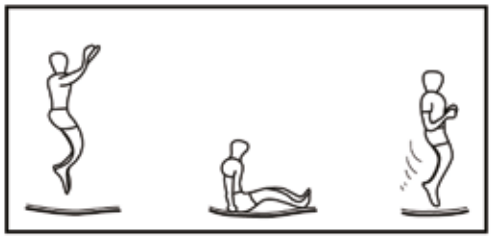


PODSTAWOWY SKOK

1. Rozpocząć w pozycji stojącej, ze stopami rozstawionymi na szerokość ramion, podniesiona głowa, wzrok skupiony na macie.
2. Wykonywać obroty ramionami, do przodu, do góry i do dołu, okrężnymi ruchami.
3. Będąc w półskoku, złożyć stopy razem i skierować palce nóg w dół.
4. Lądując na macie, rozłożyć stopy na szerokość ramion.

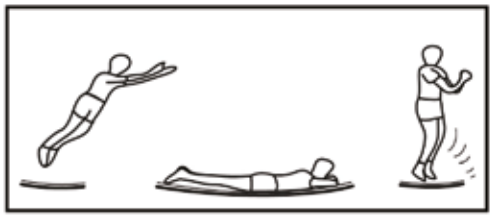
SKOK NA KOLANA

1. Rozpocząć wykonywanie skoku podstawowego, nie skacząc wysoko.
2. Wylądować na kolanach, trzymając plecy prosto i zachowując równowagę przy pomocy ramion.
3. Skoczyć do pozycji podstawowego skoku, wykonując górny obrót ramionami.



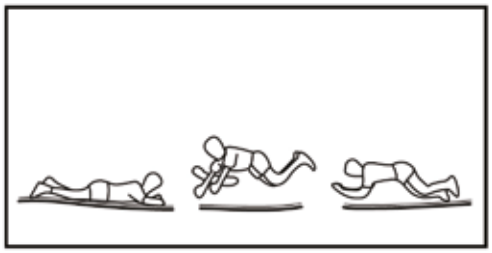
SKOK NA POŚLADKI

1. Wylądować na pośladki, znajdując się w pozycji siedzącej.
2. Położyć ręce na macie obok bioder, nie blokując łokci.
3. Powrócić do pozycji stojącej, odpychając się rękami.



SKOK NA DESKĘ

1. Rozpocząć niskie skoki.
2. Wylądować w pozycji leżącej, głowa w dół, trzymając ręce przed sobą na macie.
3. Odepchnąć się rękami, aby powrócić do pozycji stojącej.



SKOK OBROTOWY O 180 STOPNI

1. Rozpocząć od pozycji skoku do przodu.
2. Odepchnąć się lewą lub prawą ręką (w zależności od wybranego kierunku obrotu).
3. Trzymać głowę i ramiona w tym samym kierunku, plecy równolegle do maty, a głowę do góry.
4. Wylądować na pozycji leżącej, twarzą w dół i powrócić do pozycji stojącej, odpychając się rękami.

OSTRZEŻENIE

1. Zawsze rozpoczynaj skoki w samym środku maty (oznaczone przez logo).
2. Jeżeli wylądujesz dalej niż 30cm od środka batutu natychmiast zakończ skok i wzów kolejny już na środku.

I. MONTAŻ TRAMPOLINY

WYBÓR MIEJSCA

Przed rozpoczęciem montażu dokładnie zapoznaj się ze wszystkimi instrukcjami bezpieczeństwa i ostrzeżeniami. Aby właściwie wybrać miejsce na rozłożenie trampoliny, przeczytaj wszystkie informacje i instrukcje bezpieczeństwa zawarte w punkcie **Instrukcja użytkowania - wybór miejsca** na 2 stronie niniejszej instrukcji.

INSTRUKCJA MONTAŻU

Przy montażu niniejszej trampoliny należy skorzystać ze specjalnego narzędzia do naciągania sprężyn dostarczonego wraz z trampoliną. Jeżeli trampolina nie jest używana przez dłuższy czas można ją w łatwy sposób rozmontować i przechować. Przed rozpoczęciem montażu trampoliny konieczne jest dokładne zapoznanie się z tą instrukcją!

Należy regularnie, przed każdorazowym uzyciem sprawdzać i przeprowadzać konserwację elementów produtku takich jak rama, maty, osłona, sprężyna, nogi i pozostałych elementów. Jeżeli elementy trampoliny nie będą sprawdzane każdorazowo, produkt może stwarzać niebezpieczeństwo i zagrażać życiu lub zdrowiu.

Modyfikacje przez konsumenta w oryginalnej trampolinie (np. zmiana elementów) powinny być przeprowadzanie zgodnie z instrukcją montażu trampoliny. Wymieniane elementy powinny być odpowiednio dobrane do danego modelu trampoliny. Elementy od innych trampolin mogą nie pasować lub stwarzać zagrożenie.

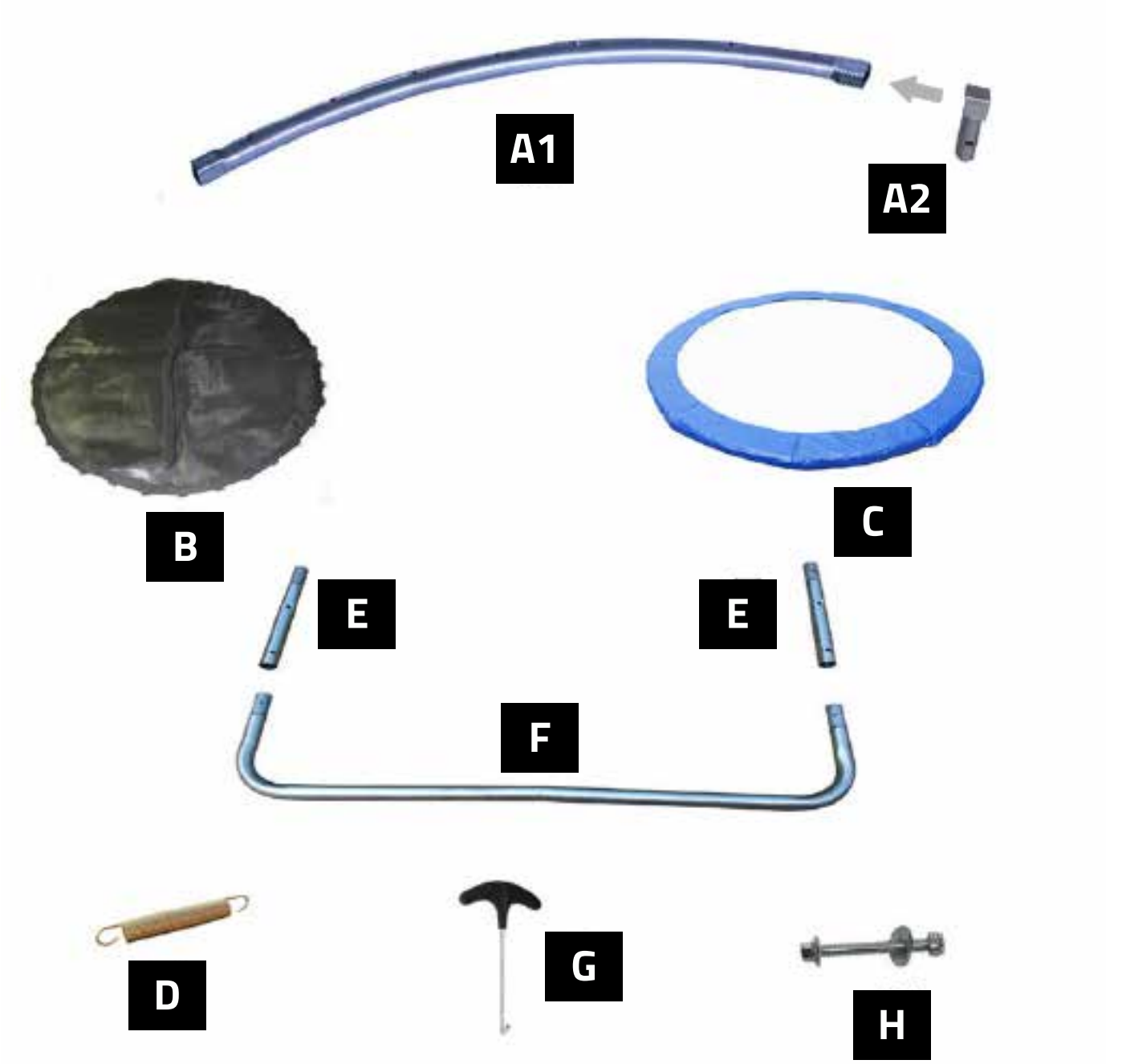
Poniżej znajduje się lista części dla każdego rozmiaru trampoliny. Każda część posiada swój numer, ta instrukcja posługuje się tymi numerami i opisami części dla łatwiejszego montażu. Przed rozpoczęciem montażu upewnij się, że nie brakuje żadnej z wymienionych poniżej części. Aby uniknąć okaleczenia rąk podczas montażu zaleca się ubranie rękawic ochronnych.

WYKAZ ELEMENTÓW

	OPIS CZĘŚCI	6ft	8ft	10ft	12ft	13ft	14ft	15ft	16ft
A1	GŁÓWNA RAMA	6	6	6	8	8	8	10	12
A2	ELEMENT (T) RAMY	6	6	6	8	8	8	10	12
B	MATA TRAMPOLINY	1	1	1	1	1	1	1	1
C	OSŁONA SPRĘŻYN	1	1	1	1	1	1	1	1
D	SPRĘŻYNA	36	42	54	64	72	80	90	108
E	PIONOWY PRZEDŁUŻACZ NÓG **	0	0	6	8	8	8	10	12
F	PODWÓJNA NOGA (W KSZTAŁCIE U)	3	3	3	4	4	4	5	6
G	NARZĘDZIE DO NACIĄGANIA SPRĘŻYN	1	1	1	1	1	1	1	1
H	ŚRUBA Z PODKŁADKĄ	0	0	6	8	8	8	10	12
I	SZNUREK DO OSŁONY SPRĘŻYN	0	0	1	1	1	1	1	1

**** Pionowy przedłużacz nóg jest opcjonalny.**
Nie posiadają go mniejsze trampoliny, które mają niższą wysokość, w takim wypadku jest on zintegrowany z nogą.

Trampolina dostarczana jest w 1, 2 lub 3 kartonach. Części mogą znajdować się w różnych opakowaniach.



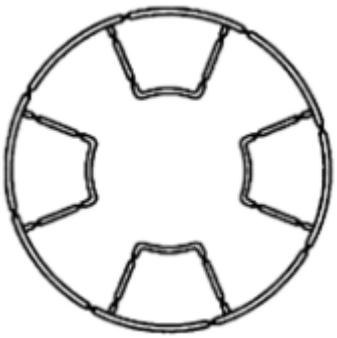
MONTAŻ RAMY TRAMPOLINY

Podczas montażu należy nosić rękawice ochronne aby uniknąć ewentualnych skaleczeń rąk!
W montażu trampoliny powinny uczestniczyć co najmniej dwie osoby!

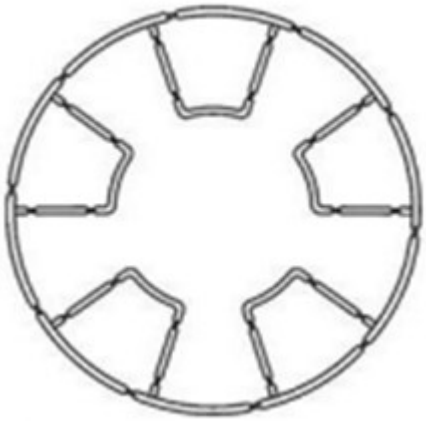
Wszystkie części określone tym samym numerem # są identyczne i nie posiadają rozróżnienia na “lewe” i“prawe”. Aby połączyć ze sobą części wystarczy wprowadzić część o mniejszej średnicy końcówki do części o większej średnicy końcówki. Te łączące końcówki noszą nazwę “punktów łączących”.

UWAGA! SZYNY POSIADAJĄ OTWORY NA SPRĘŻYNY. OTWORY TE POWINNY BYĆ SKIEROWANE W PRZECIWNĄ STRONĘ (KU GÓRZE) WZGLĘDEM OTWORÓW NA NOGI (DO DOŁU).

TRAMPOLINA 6-10 ft



TRAMPOLINA 12-14 ft



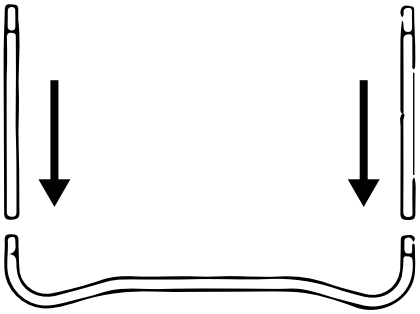
TRAMPOLINA 15 ft

1 PRZYGOTUJ NOGI TRAMPOLINY

Jeśli Twój model trampoliny posiada pionowe przedłużacze nóg (E) należy zamontować je dla każdej nogi, poprzez wsunięcie ich w odpowiednie miejsce nogi w nodze (F). Krok ten należy powtórzyć dla wszystkich nóg.

Użyj dołączonych śrub (H) w celu zabezpieczenia pionowych przedłużaczy, ale nie dokręcaj ich mocno.

Dla trampolin, które nie posiadają pionowych przedłużaczy, ten krok należy pominąć.

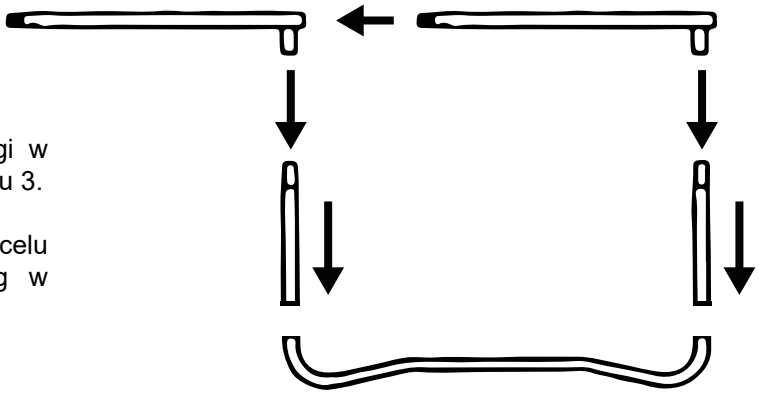


2 MONTOWANIE RAMY GŁÓWNEJ

W tym etapie konieczna będzie pomoc innych osób.

Ułóż główną ramę (A1) **otworami na sprężyny do góry** a następnie nasuń z prawej strony element T (A2) **z otworem na nogi skierowanym do dołu.** Powtórz tę czynność dla wszystkich elementów. Następnie połącz wszystkie przygotowane ramy tak aby razem stworzyły duży okrąg. Ostatnie połączenie będzie wymagało pomocy drugiej osoby, która przytrzyma ramę po drugiej stronie tak aby zapobiec rozłączeniu.

3 MONTAŻ NÓG DO RAMY



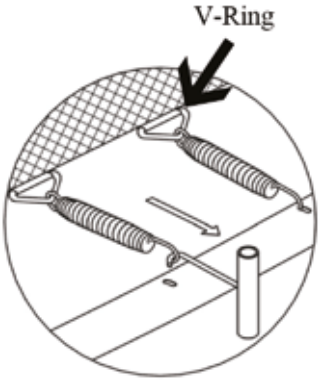
Zamontuj wszystkie zmontowane podwójne nogi w kroku 2 do ramy trampoliny zamontowanej w kroku 3.

Na tym etapie należy dokręcić śruby (H) w celu zabezpieczenia przedłużaczy nóg (E) do nóg w kształcie litery U.

4 MONTAŻ MATY (BATUTU)

Należy zachować szczególną ostrożność podczas montowania sprężyn do ramy i maty.
Do montażu potrzebne są dwie osoby. Uwaga! Podczas mocowania sprężyn, nie należy zbliżać palców do punktów łączących, gdyż mata będzie się naciągać. Do naciągania sprężyn użyj narzędzia dostarczonego z trampoliną. **Zalecamy naciąganie sprężyn w rękawicach ochronnych!**

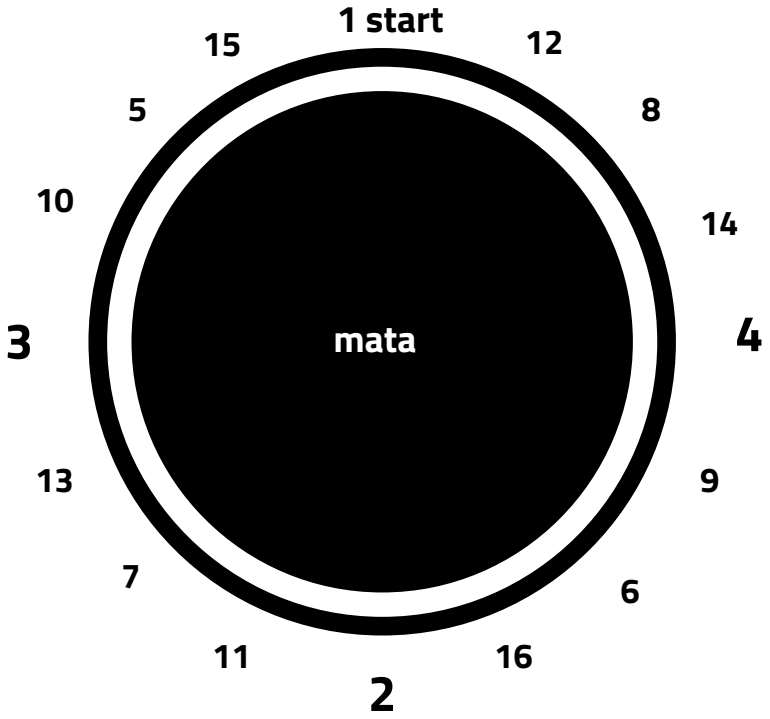
Każda taka sprężyna posiada swój dedykowany otwór w ramie oraz miejsce do zachaczenia w macie - pierścień V-ring. Nie są one jednak w żaden sposób oznaczone numerami, a więc należy dokładnie przestrzegać instrukcji, tak aby sprężyny były montowane w odpowiedniej kolejności.



INSTRUKCJA NACIĄGANIA SPRĘŻYNY

1. Nałóż rękawice ochronne.
2. Mocowanie sprężyny zaczynamy od zahaczenia jej mocno zaokrąglonym końcem o haczyk przy macie (V-Ring - rys. obok).
3. Korzystając ze specjalnego narzędzia do naciągu sprężyn (dołączone) naciągamy drugi hak sprężyny do otworu w ramie.
4. Wprowadzamy hak sprężyny do otworu w ramie. Powinien on całkowicie zahaczyć się o otwór, jeżeli haczyk nie schował się całkowicie, należy postukać go od góry.

KOLEJNOŚĆ NACIĄGU SPRĘŻYN JEST BARDZO WAŻNA. PRZYJMUJE SIĘ ZASADĘ, ŻE KAŻDA NASTĘPNA SPRĘŻYNA JEST MONTOWANA PO PRZECIWNEJ STRONIE POPRZEDNIEJ (NAPRZEMIENNIE).



Schemat powyżej przedstawia kolejność mocowania pierwszych 16 sprężyn.

Zasada mocowania: po zamocowaniu pierwszej sprężyny (1) kolejną mocujemy po jej przeciwnej stronie (2). A więc pierwsze 4 sprężyny mocujemy kolejno na godzinach: 12, 6, 9 i 3 - dokładnie w tej kolejności.

Pamiętaj, że każda sprężyna posiada swój dedykowany otwór w ramie i dedykowany pierścień V-Ring, a więc podczas montowania sprężyny należy liczyć wolne otwory w ramie i wolne haczyki, tak aby zawsze zostawić jednakową ilość otworów z jej prawej i lewej strony montowanej sprężyny.

Montując kolejne sprężyny zawsze przestrzegamy tej samej zasady, tak aby po zamontowaniu sprężyny kolejna
była montowana po przeciwnej stronie, by w trakcie montowania maty do ramy **była ona równomiernie naciągana ze wszystkich stron!**

MONTOWANIE MATY BEZ JEJ RÓWNOMIERNEGO NACIĄGU (NP. KAŻDĄ SPRĘŻYNĘ PO KOLEI) DOPROWADZI DO SYTUACJI, W KTÓREJ NIE BĘDZIE MOŻLIWE NACIĄGNIĘCIE JEJ DO KOŃCA!

Jeżeli pominięto otwór lub dokonano błędu przy liczeniu otworów lub pierścieni V-Ring, należy ponownie policzyć i usunąć lub zahaczyć niezbędne sprężyny aby zachować wymagany równy naciąg maty.

5 MONTAŻ KOŁNIERZA OCHRONNEGO

Nie należy używać trampoliny bez zamontowanej osłony ramy i sprężyn! Przed każdym użyciem trampoliny sprawdź montaż tej osłony. Jeśli zachodzi potrzeba dokładnie przywiąż osłonę lub zaciśnij jej wiązania.

Połóż kołnierz ochronny w taki sposób aby dokładnie zakrywał wszystkie sprężyny.

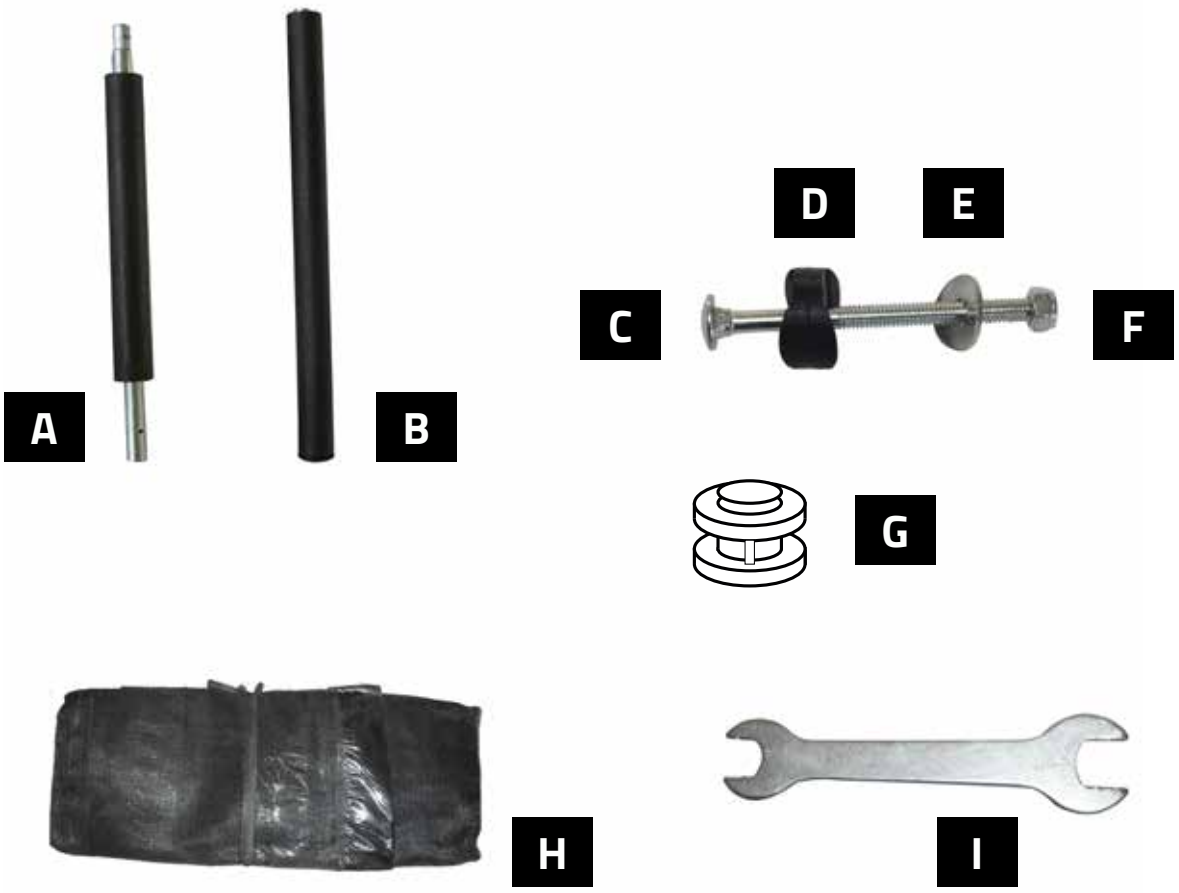
PRZYWIĄŻ PASKI OD KOŁNIERZA DO SPRĘŻYN, TAK ABY ZABEZPIECZYĆ GO PRZED SAMOISTNYM PRZESUWANIEM.

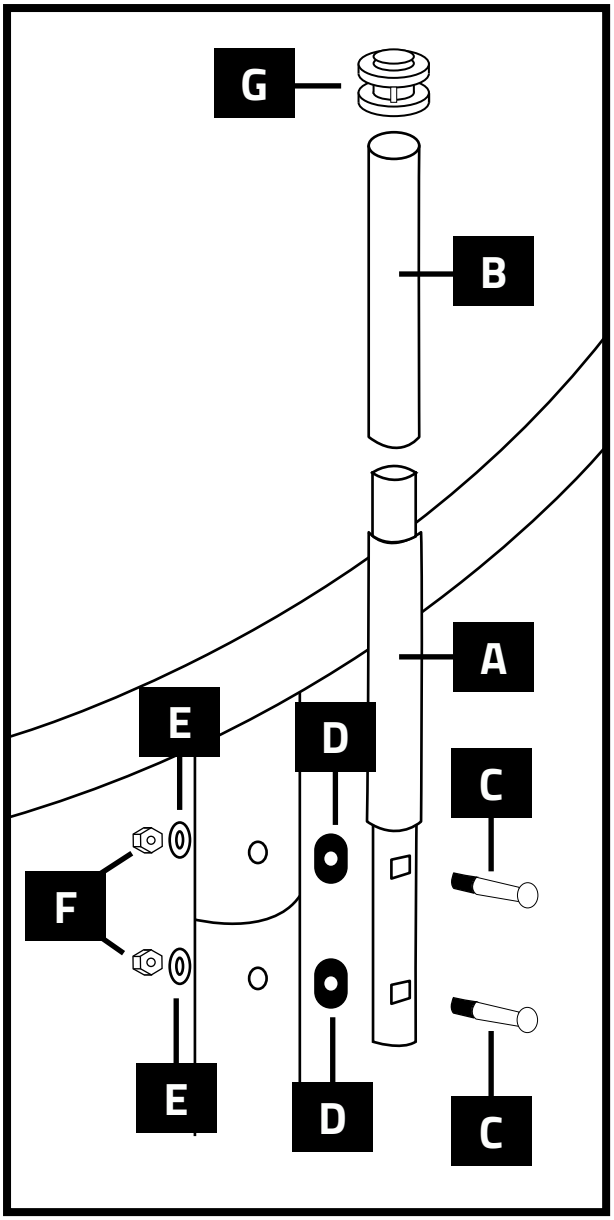
GOTOWE!

II. MONTAŻ SIATKI BEZPIECZEŃSTWA

WYKAZ ELEMENTÓW

	OPIS CZĘŚCI	6ft / 8ft / 10ft	12ft / 13ft / 14ft	15ft	16ft
A	DOLNY SŁUPEK Z PIANKĄ	6	8	10	12
B	GÓRNY SŁUPEK Z PIANKĄ	6	8	10	12
C	ŚRUBA	12	16	20	24
D	DYSTANS	12	16	20	24
E	PODKŁADKA	12	16	20	24
F	NAKRĘTKA	12	16	20	24
G	NAKŁADKA NA SŁUPEK	6	8	10	12
H	SIATKA ZABEZPIECZAJĄCA	1	1	1	1
I	KLUCZ	1	1	1	1





1 Należy przymocować dolny słupek z pianką zabezpieczającą (A) do nogi trampoliny.

Każdy słupek łaczymy z nogą trampoliny za pomocą 2 śrub (C). Pomiędzy nogę a słupek używamy dystansu (D). Śubę zabezpieczamy podkładką (E) oraz nakretką (F).

UWAGA! NA TYM ETAPIE NIE DOKRĘCAMY MOCNO ŚRUB. NALEŻY TO ZROBIĆ PO ZAKOŃCZENIU MONTAŻU.

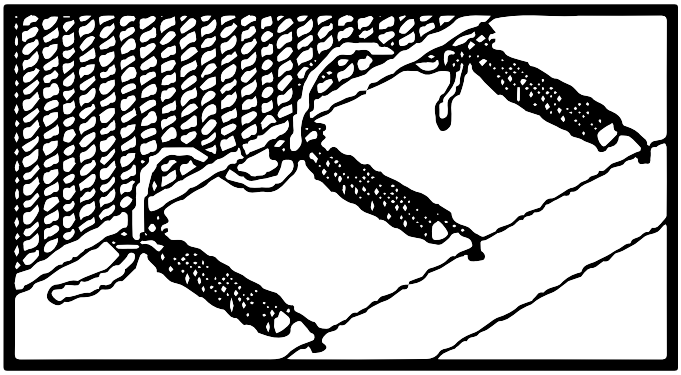
2 Gdy wszystkie dolne elementy słupków (A) zostały zamocowane, połącz je z elementami gónymi (B).

3 Połącz paski od siatki z nakładkami (G) i zapnij wszystkie klamry. Powtórz tę czynność dla wszystkich nakładek. Tak przygotowaną siatkę zamontuj na słupkach poprzez nasunięcie wszystkich nakładek (G) na górne części słupków (B).

Zamek błyskawiczny musi znajdować się w dolnej części siatki.

UWAGA! NA TYM ETAPIE MOŻESZ DOKRĘCIĆ MOCNO WSZYSTKIE ŚRUBY.

4 Siatkę należy zabezpieczyć od dołu. W tym celu należy odchylić osłonę sprężyn i przepleść sznurek pomiędzy oczkami siatki w jej dolnej części a hakami sprężyn znajdującymi się w macie. Po skończeniu upewnij się, że sznurek i sama siatka są odpowiednio napięte na całej długości. Na końcu sznurka zawiąż słupeł.

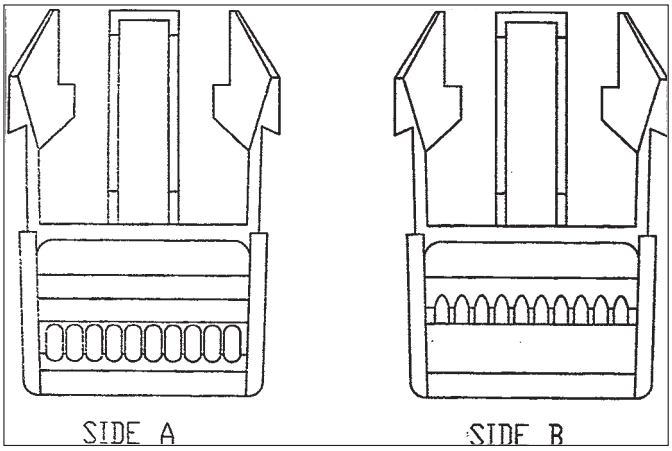


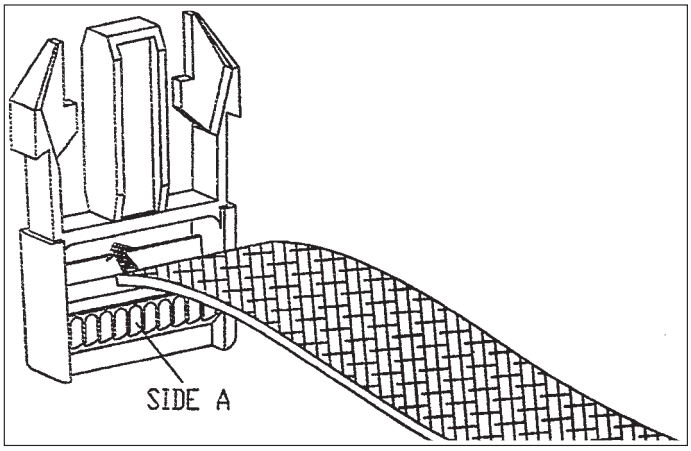
5 Zamknij zamek siatki, **sprawdź czy wszystkie śruby są mocno dokręcone** oraz zamontuj ostrzeżenia od maty oraz siatki (jeśli nie zamontowano) w widocznych miejscach. Do trampoliny należy dołączyć instrukcje bezpieczenstwa, tak aby każda osoba przed skorzystaniem z trampoliny mogła sie z nimi zapoznać.

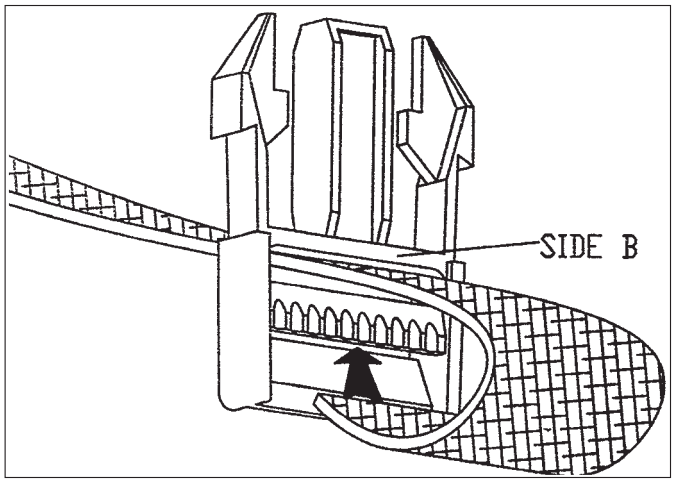
Uwaga! Upewnij się, że wszystkie pasy od klamr, na górze siatki są mocno zaciśnięte, w innym wypadku siatka nie spełni swojego zadania.

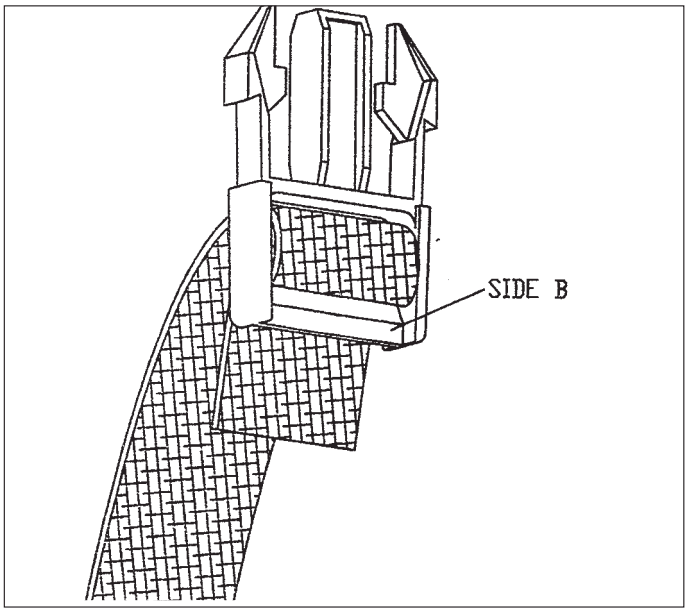
POLUZOWANE PASY

W przypadku poluzowania się pasów na klamrach postępuj zgodnie z poniższą instrukcją.









DE BEDIENUNGSANLEITUNG

Lieber Kunde, wir danken Ihnen für den Kauf dieses Produkts der Marke Neo Sport und hoffen, dass Sie viel Freude damit haben werden. Für den Zusammenbau benötigen Sie etwa eine Stunde Zeit. Es sind mindestens zwei Personen für den Aufbau erforderlich.

WICHTIG! BITTE LESEN SIE DIESE BEDIENUNGSANLEITUNG VOR DEM AUFBAU DER BABYLIEGE SORGFÄLTIG DURCH UND BEWAHREN SIE DIESE ZUM NACHSCHLAGEN IM BEDARFSFALL AUF.

MAXIMALE BELASTBARKEIT DES TRAMPOLINS BETRÄGT:

6 ft	8 ft	10 ft	12 ft	13 ft	14 ft	15 ft
50 kg	100 kg	150 kg	150 kg	150 kg	150 kg	150 kg

WARNUNG! ÜBERSCHREITEN SIE NICHT DIE MAXIMALE BELASTBARKEIT DES TRAMPOLINS!

Bitte lesen Sie die Anweisungen in dieser Gebrauchsanleitung sorgfältig durch, bevor Sie das Trampolin benutzen. Das Springen auf dem Trampolin gilt zur körperlichen Aktivitäten und wie jede solche Aktivität kann Verletzungen zur Folge haben. Um das Verletzungsrisiko gering zu halten, befolgen Sie bitte die entsprechenden Sicherheitsbestimmungen und Hinweise.

1. Unsachgemäßer bzw. übermäßiger Gebrauch des Trampolins ist gefährlich und kann zu ernsthaften Verletzungen führen!
2. Da das Trampolin schwingt, treibt es den Benutzer in eine ungewohnte Höhe und in eine Vielzahl von Körperbewegungen.
3. Vor jedem Gebrauch des Trampolins auf Matte-Abnutzung, abgenutzte, lose oder fehlende Teile prüfen.
4. Der richtige Zusammenbau und die Pflege des Produkts, Sicherheitstipps, Warnhinweise und die richtige Technik beim Springen sind in dieser Gebrauchsanleitung enthalten. Alle Benutzer und Aufsichtspersonen müssen sie lesen und sich mit den Instruktionen vertraut machen. Jeder Benutzer des Trampolins muss sich über die eigenen Grenzen beim Ausüben diverser Sprünge auf diesem Trampolin im Klaren sein.

STANDORT UND AUFBAUVORBEREITUNG DES TRAMPOLINS

Für den sicheren Gebrauch des Trampolins beachten Sie bitte bei der Wahl des Standortes folgende Hinweise:

- Vergewissern Sie sich, dass das Trampolin auf einer flachen, ebenen Fläche gestellt werden sollte.
- Erforderlicher Freiraum: Mindestens 7,3 m Freiraum vom Boden aus gerechnet und 2,5 m Freiraum an den Seiten.
- An den Seiten oder unter dem Trampolin dürfen sich keine Gegenstände befinden, die gefährlich sein können: wie z. B. Äste, andere Freizeitgeräte und -anlagen (Schaukeln, Schwimmbecken, Möbel, Rutschen), elektrische Leitungen, Wände, Zäune, Garagen, Häuser, Wäscheleinen usw.
- Stellen Sie das Trampolin nicht auf Betonboden, harten (z.B. Steine) oder rutschigen Untergrund.
- Die Standfüße des Trampolins sollten nicht begraben werden.
- Wenn das Trampolin nicht benutzt wird, muss es vor einem unerlaubten Gebrauch gesichert werden.
- Die Oberfläche der Sprungmatte muss trocken sein, nicht auf einer nassen oder schmutzigen Matte springen.
- Nicht bei starkem Wind oder Sturm springen.
- Benutzen Sie das Gerät nicht in Gebäuden.
- Der Ort, an dem das Trampolin steht, sollte hell bzw. gut beleuchtet werden.
- Das Trampolin kann gemäß den Anweisungen auf der letzten Seite bewegt werden.

WICHTIGE WAHRNHINWEISE

WARNUNG! BEI EINER LANDUNG AUF DEM KOPF ODER NACKEN KANN ES ZU SCHWEREN VERLETZUNGEN MIT EVT. TODESFOLGE KOMMEN! VOLLZIEHEN SIE KEINE SALTOS (FLIPS) WEIL DIES DAS RISIKO ERHÖHT, AUF DEM KOPF ODER NACKEN ZU LANDEN!

WARNUNG! NIEMALS MEHR ALS EINE PERSON (GLEICHZEITIG) AUF DEM TRAMPOLIN! MEHRERE SPRINGER ERHÖHEN DAS RISIKO VON VERLETZUNGEN, WIE BRÜCHE IM KOPF- BZW. NACKENBEREICH, DER BEINE UND VERLETZUNGENDER WIRBELSÄULE.

WARNUNG! DAS TRAMPOLIN IST NICHT FÜR DIE KINDER UNTER 3 JAHREN GEEIGNET. TRAMPOLINE MIT HÖHE VON 51 CM SOLLEN DIE KINDER UNTER 6 JAHREN NICHT BENUTZEN. DAS TRAMPOLIN DARF AUSSCHLIESSLICH UNTER AUFSICHT VON ERWACHSENEN. SCHLIESSEN SIE DEN REISSVERSCHLUSS AUF DEM SICHERHEITSNETZ VOR SPRÜNGEN.

TRAMPOLIN AUSSCHLIESSLICH FÜR DEN HAUSGEBRAUCH IM FREIEN. NICHT FÜR KOMMERZIELLE, BERUFLICHE ODER REHABILITATIONSZWECKE GEEIGNET.

ZUSAMMENBAU UND VERANTWORTUNG DES BESITZERS

Der Benutzer/Besitzer und die Aufsichtsperson des Trampolins sind dafür verantwortlich, alle Nutzer mit den Vorschriften in der Gebrauchsanleitung vertraut zu machen. Das Trampolin sollte nur unter Aufsicht von erwachsenen, gut informierten Personen genutzt werden. Die Aufsichtsperson ist verpflichtet das Trampolin gegen unberechtigten bzw. unerlaubten Gebrauch zu sichern.

Der Zusammenbau des Trampolins sollte durch erwachsene Person durchgeführt werden. Bitte folgen Sie den Anweisungen. Nach dem Zusammenbau, vor dem ersten Gebrauch, überprüfen Sie die Teile des Trampolins auf den Zustand und stellen Sie sicher, dass das Trampolin stabil ist. Ziehen Sie alle Schrauben fest.

SCHÜTZEN SIE DAS TRAMPOLIN VOR DEM STARKEN WIND!

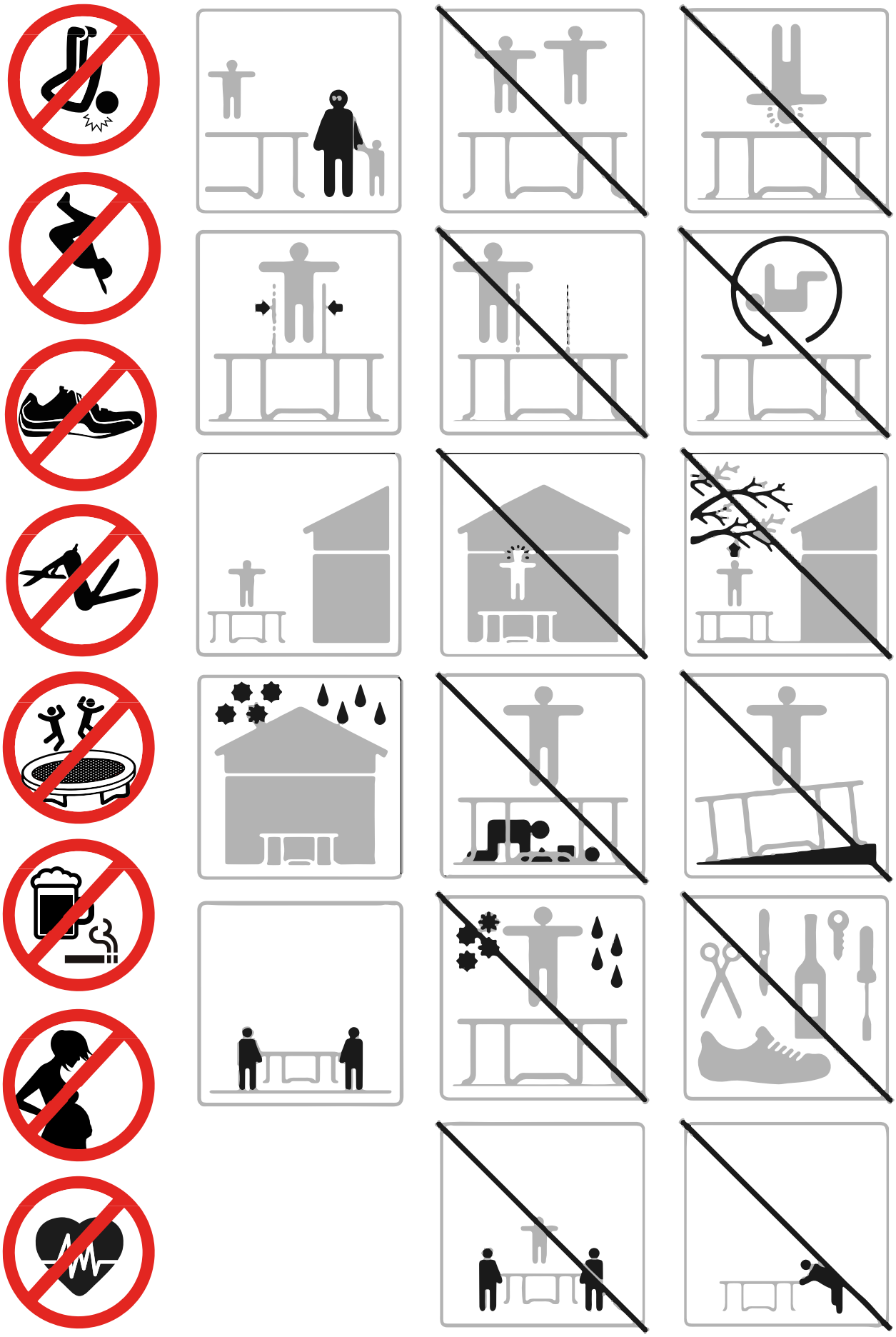
WARNUNG

VOR DEM ZUSAMMENBAU UND DER BENUTZUNG DIESES TRAMPOLINS LESEN SIE BITTE DIE ANWEISUNGEN IN DIESER GEBRAUCHSANLEITUNG SORGFÄLTIG DURCH. BEWAHREN SIE DIESE GEBRAUCHSANLEITUNG ZUM SPÄTEREN NACHSCHLAGEN AUF BZW. GEBEN SIE DIESE ANLEITUNG WEITER WENN SIE DIESES TRAMPOLIN VERKAUFEN SOLLTEN.

DIESES TRAMPOLIN DARF NUR ZUSAMMEN MIT DEM DAZUGEHÖRIGEN NETZ BENUTZT WERDEN.

SICHERHEITSHINWEISE

Lesen Sie bitte aufmerksam durch, bevor Sie das Trampolin benutzen!



WARNUNG!

Lesen Sie bitte aufmerksam durch, bevor Sie das Trampolin benutzen!

- Schließen Sie den Reißverschluss auf dem Sicherheitsnetz bevor Sie mit den Sprüngen auf dem Trampolin beginnen.
- Vor Beginn des Trainings sollte immer ein Arzt konsultiert werden!
- Trampoline mit Höhe von 51cm sollen die Kinder unter 6 Jahren nicht benutzen.
- Das Trampolin sollte von einer erwachsenen Person gemäß der Montageanleitung montiert werden. Prüfen Sie das Trampolin vor jedem Gebrauch. Vergewissern Sie sich, dass die Rahme korrekt und sicher befestigt und gestellt ist. Ersetzen Sie alle verschlissenen, defekten oder fehlenden Teile auf der Stelle.
- Schwangere Frauen sollten das Trampolin nicht benutzen. Nicht verwenden, wenn Sie Probleme mit dem Hochdruck haben.
- Klettern Sie vorsichtig auf das Trampolin hinaus und herab. Bitte springen Sie nie auf das Trampolin herauf oder heraus, weil es gefährlich ist und Verletzungen verursachen kann. Benutzen Sie das Trampolin nicht als Sprungbrett auf andere Objekte.
- Um die Sprungbewegung zu stoppen beugen Sie die Knie bei der Landung, bevor Sie mit der Matte in Berührung kommen. Lernen Sie diese Technik gründlich, bevor Sie zu fortgeschrittenen Übungen übergehen. Die einfachsten Sprünge sind Basis für die schwierigeren unterschiedlicher Reihe nach ausgeübten Sprünge.
- Springen Sie bitte nicht zu hoch, bis Sie die Fähigkeit beherrschen Ihre Sprünge zu kontrollieren. Beim Trampolinsprung halten Sie sich immer an den Grundsatz: Kontrolle ist viel wichtiger als Höhe!
- Richten Sie beim Springen den Blick auf die Matte, um die Kontrolle zu behalten. Es wird Ihnen erleichtern, die Kontrolle über die Balance und über den Sprung zu halten.
- Springen Sie nicht bei Müdigkeit. Die Übungseinheiten sollen kurz sein!
- Soll das Trampolin nicht benutzt werden, muss es gesichert werden, auch gegen unerlaubten Gebrauch. Wenn eine Trampolinleiter benutzt wird, sollte die Aufsichtsperson diese entfernen, bevor sie den Ort verlässt, damit die Kinder unter 6 Jahren keinen unerlaubten Zutritt haben.
- Eine Leiter ermöglicht Kindern, auf das Trampolin zu klettern.
- Benutzen Sie die Leiter nicht, wenn Kinder unter 6 Jahren in der Nähe sind.
- Entfernen Sie alle Gegenstände, die den Springer stören könnten. Halten sie immer eine angemessene Freiheit um das Trampolin herum!
- Benutzen Sie das Trampolin nie unter Drogen-, Alkohol- oder Medikamenteneinfluss. Essen Sie und kauen Sie Kaugummi nicht beim Springen. Die Nutzer sollen auch die Handtaschen leeren lassen, als auch alle scharfen Gegenständen an ihrem Körper, vor allem Schmuck vor der Nutzung des Trampolins entfernen.
- Springen Sie bitte auf dem Trampolin nur dann, wenn es sauber und trocken ist. Bitte berücksichtigen Sie die Wetterbedingungen. Das Trampolin darf beim starken Wind und Storm nicht benutzt werden.
- Verwenden Sie das Trampolin nicht beim schlechten Wetter, wie z B. starke Windböen. Das Trampolin darf beim starken Wind und Storm nicht benutzt werden. Springen Sie auf dem Trampolin nicht, wenn die Sprungmatte nass ist.
- Sichern Sie das Trampolin ab, wie in dem Abschnitt WARTUNG UND KONTROLLE DES TRAMPOLINS beschrieben wurde.
- Springen Sie immer in der Mitte der Matte (gekennzeichnet mit dem Herstellerlogo). Falls der Springer mehr als 30cm vom Rand der Markierung entfernt landet, soll er die Sprünge sofort beenden und sie erneut in der Mitte starten.
- Standardschuhe sind nicht zum Springen auf dem Trampolin geeignet. Verwenden Sie keine Schuhe zum Springen.
- Bevor Sie tatsächlich das Trampolin benutzen, sollten Sie alle Sicherheitsregeln und Konservierungshinweisen lesen, so dass Sie das Gerät richtig und mit Vergnügen benutzten können. Immer handeln Sie nach Ihrem gesunden Verstand.
- Straßen- oder Tennisschuhe sollten nicht getragen werden. Um Schnitte und Schäden an der Matte und Verletzungen zu vermeiden, sollten keine Haustiere mit auf die Matte genommen werden. Die Nutzer sollten auch alle scharfen Gegenstände an ihrem Körper vor der Nutzung des Trampolins entfernen.Darüber hinaus sollten alle scharfen oder spitzen Gegenstände von der Matte ferngehalten werden.
- Verlassen Sie das Trampolin nicht mit einem Sprung. Springen Sie niemals vom Trampolin herunter. Springen Sie niemals von Trampolin auf Boden oder Gegenstände.
- Passen Sie die Zeit an, in der Sie das Trampolin benutzen. Machen Sie regelmäßige Pausen zum Ausruhen.
- Für weitere Sicherheitstipps und Anweisungen zur Sprungtechniken fragen Sie bitte einen geprüften Trampolintrainer.

WARTUNG UND KONTROLLE DES TRAMPOLINS

Lesen Sie bitte aufmerksam durch, bevor Sie das Trampolin benutzen! Bewahren Sie die Wartungsvorschriften auf.

Das Trampolin wurde von den besten Experten entworfen und aus den Materialien höchster Qualität hergestellt. Das richtig Nutzen und Pflegen garantiert, dass Sie es jahrelang benutzen werden können und wird das Verletzungsrisiko gering halten. Die unter genannten Sicherheitsbestimmungen sollen vorbehalten werden: Dieses Trampolin wurde für ein bestimmtes Gewicht und für eine bestimmten Zweck konstruiert. Bitte sorgen Sie dafür, dass nur eine Person

zurzeit das Trampolin benutzt. Das Gewicht des Springers darf nicht dieses überschreiten, das in der vorliegenden Anleitung den bestimmten Trampolin-Typen zugeschrieben wurden. Prüfen Sie das Trampolin vor jedem Gebrauch auf verschlissene, defekte bzw. fehlende Teile. Manche Situationen vergrößern das Verletzungsrisiko. Gefährlich sein können:

1. lockere Schrauben
2. einstiche, Löcher oder Risse in der Trampolinmatte
3. lose Fäden oder andere Beschädigungen an der Matte
4. verbogene oder gebrochene Rahmenteile, wie z.B. die Beine
5. gebrochene, fehlende oder beschädigte Federn
6. ein beschädigtes, fehlendes oder falsch angebrachtes Rahmenpolster
7. irgendwelche hervorstehende (vor allem scharfe) Teile am Rahmen, an den Federn oder an der Matte.
8. ein zerissenes oder beschädigtes Sicherheitsnetz, beschädigter Reißverschluss

Wenn Ihnen etwas Derartiges auffällt oder irgendetwas, das Ihrer Meinung nach einem Benutzer schaden könnte, sollte das Trampolin abgebaut oder gesichert werden, bis das Problem beseitigt ist! Prüfen Sie das Trampolin vor jedem Gebrauch.

Der Hersteller empfiehlt, das Sicherheitsnetz alle zwei Jahre durch ein neues zu ersetzen.

ATMOSPHÄRISCHE KONDITIONEN

Aufgrund seiner Größe ist das Trampolin für schlechte Wetterbedingungen anfällig, insbesondere für starke Windböen. Es sollte sichergestellt werden, dass das Trampolin ordnungsgemäß am Boden befestigt ist, um ein Umfallen zu vermeiden, das zu einer Gefahr führen kann. Es wird empfohlen, Befestigungsanker oder Beinlasten (z. B Sandsäcke / Wasserbeutel) zu verwenden. Bei sehr ungünstigen Bedingungen stellen Sie das Trampolin an einem sicheren Ort auf, bauen Sie das Trampolin ab, wenn es notwendig ist, oder entfernen Sie das Sicherheitsnetz, das am meisten für die starke Windböen anfällig ist. Sonnenstrahlen, Schnee, Hagel, Regen, extrem hohe Temperaturen und niedrige Temperaturen tragen dazu bei, die Haltbarkeit der Trampolinteile(insbesondere des Sicherheitsnetzes) zu verringern.

WINDIGES WETTER

Bei starkem Wind kann das Trampolin umgeblasen werden. Wenn Sie windiges Wetter erwarten, sollte das Trampolin demontiert werden. Um Sicherheit zu gewährleisten bei normalen Wetterbedingungen, muss das Trampolin an mindestens 3 Stellen am Boden befestigt werden. Im Winter können Schnee und niedrige Temperaturen das Trampolin zerstören. Für diesen Zeitraum muss das Trampolin abgebaut und in einem Raum aufbewahrt werden.

BEWEGEN DES TRAMPOLINS

Zum Bewegen des Trampolins empfiehlt es sich, einen Helfer heranzuziehen. Alle Rohrverbindungen müssen mit einem wetterfesten Klebeband wie z. B. festem Paket- oder Isolierband umwickelt und gesichert werden. Dieses hält den Rahmen während des Umstellens zusammen und verhindert, dass die Rohrverbindungen sich verschieben und auseinander gehen.

Heben Sie das Trampolin zum Umstellen leicht vom Boden an und halten Sie es horizontal zum Boden. Um das Trampolin auf eine andere Weise umzustellen, müssen Sie es auseinanderbauen. Nach jedem Umstellen des Trampolin muss dieses geprüft werden.

TRAMPOLINSPRÜNGE – GRUNDINFORMATIONEN

Lesen Sie bitte die Grundinformationen über Trampolinsprünge und bereiten Sie sich gut vor!

- Zu Beginn sollten Sie sich mit dem Gefühl für die Schwingung des Trampolins vertraut machen. Sie sollten sich ganz auf die Körperhaltung konzentrieren und die Grundsprünge so lange üben, bis Sie diese vollständig beherrschen.
- Um einen Sprung zu beenden, brauchen Sie nur die Knie zu beugen, bevor Sie mit der Matte in Berührung kommen. Die Fähigkeit einen Sprung abbrechen zu können sollte immer dann verwendet werden, wenn Sie die Balance oder die Kontrolle über den Sprung verlieren.

- Lernen Sie immer die einfachsten Sprünge zuerst. Wenn Sie sie unter Kontrolle haben, können Sie zu den schwierigeren kommen. Ein Sprung ist dann kontrolliert, wenn Absprung- und Landepunkt auf der Matte identisch sind, d.h. wenn Sie auf dem Punkt wieder landen von dem Sie zuvor abgesprungen sind. Sobald Sie zu früh den Schwierigkeitsgrad erhöhen, steigt das Risiko einer Verletzung. Trainieren Sie nicht zu lange, denn die Müdigkeit erhöht die Verletzungsgefahr. Üben Sie eine kurze Zeit und machen Sie Platz für andere!Es sollte steht nur eine Person auf dem Trampolin üben.
- Die Springer sollten T-Shirts, Shorts oder Sweatshirts sowie Gymnastikschuhe oder dicke Socken tragen oder barfuß sein. Anfänger können auch langärmelige Shirts und lange Hosen zum Schutzen gegen Kratzen und Hautabschürfungen tragen, bis die Landentechnik völlig beherrschen. Tragen Sie keine Schuhe mit harten Sohlen, wie z.B. Tennisschuhe, denn das würde die Matte stark abnutzen.
- Steigen Sie immer ordnungsgemäß auf und ab, um Verletzungen zu vermeiden. Sie sollten Ihre Hand auf den Rahmen legen und entweder hinaufsteigen oder hinaufrollen. Immer die Hand auf den Rahmen legen! Nicht direkt auf den Rahmenpolster treten oder sich daran festhalten! Beim Heruntersteigen treten Sie an den Rand, setzten die Hand als Unterstützung auf den Rahmen und treten von der Matte auf den Boden. Springen Sie niemals herunter! Kleinere Kinder sollten dabei gestützt werden und ein Übungshelfer in Form eines Erwachsenen sollte stets in der Nähe sein, um das Verletzungsrisiko zu minimieren.
- Springen Sie nicht zu wild auf dem Trampolin. Das erhöht die Unfallgefahr.
- Der Schlüssel zu Sicherheit und Spaß ist die Kontrolle und das Beherrschen verschiedener Sprünge.
- **Versuchen Sie NIE, andere Springen an Höhe zu übertreffen!**
- Das Trampolin soll nicht ohne Aufsicht benutzt werden.

AUFSICHTSPERSON – WICHTIGE INFORMATIONEN

Lesen Sie bitte aufmerksam durch, bevor Sie das Trampolin benutzen!

- Die Aufsichtsperson bzw. der Besitzer des Trampolins sollen immer die Sicherheitsregeln strengdurchsetzen. Jeder Benutzer des Trampolins ist verpflichtet sich mit der Nutzungshinweisen und Sicherheitsanweisungen vor dem Gebrauch des Trampolins vertraut machen. Darauf soll die Aufsichtsperson auch aufpassen.
- Niemand soll das Trampolin ohne Aufsicht einer erwachsenen Person benutzen, ganz gleich auf welchem Schwierigkeitsniveau er sich befindet und wie alt er ist! Das Trampolin soll gegen unerlaubte Nutzung gesichert werden.
- Das Trampolin mit Sicherheitsnetz ist für Kinder unter 3 Jahren nicht geeignet. Benutzen Sie niemals das Trampolin, wenn die Matte feucht, nass oder schmutzig ist! Vor jedem
- Gebrauch soll das Trampolin auf alle abgenutzte, fehlende oder lockere Teile geprüft werden. Die eventuellen Fehler sollen beheben werden! Bevor Sie das Trampolin benutzen, sollen Sie auch das
- Netz prüfen, ob es richtig befestigt und nicht beschädigt ist. Kontrollieren Sie, ob alle Schraube und Konstruktionselemente fest an ihren Plätzen bleiben.

SPRINGER – WICHTIGE INFORMATIONEN

Lesen Sie bitte aufmerksam durch, bevor Sie das Trampolin benutzen!

- Benutzen Sie das Trampolin nicht unter Einfluss von Drogen, Alkohol oder anderen Rauschmitteln. Beim Springen darf man auch nichts essen oder trinken, als auch keine Zigaretten rauchen.
- Springen Sie auch nicht zu hoch. Passen Sie die Sprunghöhe Ihrem Schwierigkeitsniveau an!
- Springen Sie nicht über das Netz. Das absichtliche Springen ins Netz erhöht das Verletzungsrisiko. Kontrollieren Sie stets Ihren Sprung und halten Sie sich an den Grundsatz: Kontrolle ist wichtiger als die Höhe! Um die Verletzungsgefahr zu vermindern, sollen Sie zu lang und bei Müdigkeit nicht springen, denn es könnte zum Verlust der Kontrolle über den Sprung führen. Springen Sie nicht über das Netz, prallen Sie sich absichtlich gegen das Netz nicht! Das Klettern sowohl an das Netz, als auch an die Stangen ist streng verboten!
- Benutzen Sie das Trampolin nie ohne Aufsicht anderer Person, ganz gleich wie alt und auf welchem Schwierigkeitsniveau Sie sind. Das Trampolin soll niemals von mehreren Personen zu derselben Zeit benutzt werden!
- Tragen Sie keine Kleidung mit Haken, Bändern, Schliefen oder Schnallen, die an das Netz aufhängen könnten. Bevor Sie das Trampolin aufsteigen, leeren Sie die Handtaschen und entfernen Sie alle Schmuckstücke (z.B. Armbanduhr, Ohrringe).
- Das Netz ist nicht dafür ausgelegt, dass dort Dinge befestigt werden, es sei denn der Hersteller hat etwas dazu vorgesehen. Auf- und Abstieg ist nur an der Netztür mit dem Reiß- und Schnappverschluss möglich.
- Benutzen Sie das Trampolin nicht als ein Sprungbrett auf andere Objekte, als auch springen Sie von anderen Objekten nicht ans Trampolin! Versuchen Sie nicht, vom Boden her auf das Trampolin zu kriechen.Schließen Sie nach jedem Auf- und Abstieg das Netz mit Verschluss ab!

UNFALLRISIKEN
Korrektes Verhalten

AUF- UND ABSTEIGEN
Vorsicht beim Auf- und Absteigen. Nicht am Rahmenpolster festhalten, nicht auf die Sprungfedern treten, nicht von anderen Gegenständen (z.B. Dach, Äste, Leiter, Terrasse) auf die Trampolinmatte springen. Das erhöht die Unfallgefahr! Beim Abstieg nicht direkt auf den Boden springen, egal um welchen Untergrund es sich handelt, da dieses Verletzungsrisiken birgt. Kleineren Kindern steht behilflich sein.

ALKOHOL/DROGEN/MEDIKAMENTE
NIE Alkohol, Drogen oder Medikamente konsumieren, bevor oder während das Trampolin benutzt wird! Dadurch wird die Unfallgefahr erhöht, weil sich das Urteilsvermögen, die Reaktionszeit und das allgemeine Koordinationsvermögen verändern.

MEHRERE SPRINGER
wenn sich mehr als ein Springer auf dem Trampolin befindet, erhöht sich die Unfallgefahr. Es können Verletzungen entstehen, wenn Sie vom Trampolin fallen, die Kontrolle verlieren, mit anderen Springern zusammenstoßen oder auf die Sprungfedern landen. Im Allgemeinen verletzt sich die leichteste Person auf dem Trampolin, also immer nur einzeln auf dem Trampolin springen!

BERÜHREN DES RAHMENS ODER DER SPRUNGFEDERN
Bleiben Sie in der Mitte der Matte. Dadurch vermindern Sie das Risiko, durch Landen auf dem Rahmen oder auf den Sprungfedern verletzt zu werden. Achten Sie darauf, dass die Polsterung immer auf dem Rahmen liegt. Springen oder treten Sie nicht auf das Rahmenpolster, denn es ist nicht dazu ausgelegt, das Gewicht eines Menschen zu tragen!

KONTROLLVERLUST
Versuchen Sie keine schwierigen Übungen, bevor Sie nicht die einfachsten beherrschen oder wenn Sie gerade mit dem Training beginnen. Sie könnten sonst bei der Landung auf dem Rahmen, den Sprungfedern oder auf dem Boden Verletzungen erleiden, wenn Sie die Kontrolle verlieren. Ein kontrollierter Sprung ist, wenn Sie auf demselben Punkt landen, auf dem Sie abgesprungen sind. Wenn Sie die Kontrolle verlieren, beugen Sie die Knie bei der Landung, um den Sprung zu beenden. Dadurch gewinnen Sie die zurück.

SALTO UND ÜBERSCHLAG
auf diesem Trampolin sind Salti oder Überschlägen, in welcher Form auch immer, absolut verboten! Wenn Sie einen Fehler begehen, können Sie auf dem Kopf oder Nacken landen. Das kann zu Schädel- und Halsbrüchen, zum Tode oder Lähmungen führen.

FREMDE OBJEKTE
Benutzen Sie das Trampolin nicht, wenn sich Haustiere, andere Personen oder irgendwelche Gegenstände unter, auf oder an dem Trampolin befinden. Halten Sie keine fremden Gegenstände in der Hand und legen Sie keine auf das Trampolin, wenn jemand darauf springt. Berücksichtigen Sie, dass es eine angemessene Kopffreiheit vorhanden sein muss! Achten Sie darauf, dass sich oberhalb des Trampolins keine Gegenstände (Äste, elektrische Leitungen u.a.) befinden, die den Sprung behindern und die Unfallgefahr erhöhen. Die verfügbare Höhe für das Trampolin beträgt wenigstens 7,30 m (vom Boden gemessen).

SCHLECHTER ZUSTAND DES TRAMPOLINS
Der schlechte Zustand des Trampolins erhöht die Unfallgefahr. Bitte prüfen Sie vor jedem Gebrauch! Wenn Stützen verbogen sind, die Matte verschlissen, nass oder schmutzig ist, Sprungfeder lose sind oder fehlen und wenn die allgemeine Stabilität des Trampolins nicht gewährleistet ist – benutzen Sie das Trampolin auf keinen Fall! Beheben Sie zuerst die Fehler.

WETTERBEDINGUNGEN
Berücksichtigen Sie immer die Wetterbedingungen! Wenn die Matte des Trampolins nass ist, könnte der Springen ausrutschen und sich dabei verletzen. Wenn der starke Wind weht, könnte der Springe die Kontrolle verlieren und dadurch wird die Unfallgefahr erhöht. Das Trampolin muss unbedingt vor jeder Benutzung geprüft werden!

ZUGANG ERSCHWEREN
Wenn das Trampolin nicht benutzt wird, soll die Leiter an einem sicheren Platz verstaut werden, so dass keine Kinder unbeaufsichtigt auf dem Trampolin spielen können. Das könnte zu den Verletzungen führen.

TIPPS ZUR REDUZIERUNG DES UNFALLRISIKOS

Korrektes Verhalten

ROLLE DES SPRINGERS

Um das Unfallrisiko bedeutend zu vermindern, soll die Kontrolle über den Sprung behalten werden. Machen Sie keine komplizierte Sprünge, bevor Sie die einfachen Übungen vollständig beherrschen. Erziehung und Wissen ist Schlüssel zur Reduzierung der Unfallrisiken. Lesen, verstehen und praktizieren Sie alle Sicherheitsbestimmungen und Warnungen, bevor Sie das Trampolin benutzen. Ein kontrollierter Sprung ist, wenn Sie auf demselben Punkt landen, auf dem Sie abgesprungen sind. Für weitere Sicherheitstipps und Anweisungen, fragen Sie bitte einen geprüften Trampolintrainer.

SICHERHEITSINTRUKTIONEN FÜR DEN SPRINGER

1. Kein Alkohol, keine Drogen, Medikamente oder Rauschmittel bei Benutzung des Trampolins. Auch bei Hilfestellung!
2. Keine Zigaretten bei Benutzung des Trampolins!
3. Alle harten und scharfen Gegenstände (z.B. Armbanduhr) müssen entfernt werden! Als auch die Handtaschen sollen geleert werden.
4. Auf- und Abstieg auf kontrollierte und vorsichtige Weise. Niemals auf- oder abspringen und niemals das Trampolin als Sprungbrett benutzen, um auf andere Gegenstände zu springen!
5. Schritt für Schritt die Sprünge erlernen. Erst wenn man einen Sprung richtig beherrscht, darf man zum nächst schweren übergehen. Lesen Sie bitte die Sprungtipps durch.
6. Um den Sprung abzubrechen, soll man die Knie beugen, wenn man mit den Füßen auf der Matte landet!
7. Nur kontrolliert springen! Wenn Sie meinen, Sie hätten die Kontrolle über den Sprung verloren, versuchen Sie ihn unbedingt abzubrechen! Die Sprunkontrolle ist viel wichtiger als die Sprunghöhe!
8. Springen Sie nicht zu lange und nicht zu hoch, auch nicht wenn Sie müde sind.
9. Richten Sie den Blick auf die Matte, um die Kontrolle zu behalten. Sonst ist die Balance und
10. Kontrolle leicht zu verlieren.
11. Nur eine Person darf zurzeit auf dem Trampolin springen!
12. Es sollte immer eine verantwortungsbewusste Aufsichtsperson da sein, wenn das Trampolin benutzt wird!

ROLLE DER AUFSICHTSPERSON/DES TRAMPOLIN BESITZERS

Alle Aufsichtspersonen müssen sich mit den Sicherheitsregeln und Vorschriften vertraut machen und sie durchzusetzen. Die Aufsichtsperson ist dafür verantwortlich, dass alle Benutzer des Trampolins ausreichende Hinweise und Anleitung bekommen. Wenn die Aufsicht nicht gewährleistet werden kann, könnte das Trampolin gesichert oder an einem sicheren Platz verstaut werden, um eine unerlaubte Benutzung zu verhindern. Es könnte mit einer dicken Plane bedeckt werden, die noch abgeschlossen werden kann, es könnte mit Schloss oder Kette gesichert werden. Die Aufsichtsperson ist auch verpflichtet, die Sicherheitsaufkleber am Trampolin anzubringen und die Benutzer auf die Gefahr hinzuweisen.

HINWEISE DER AUFSICHTSPERSON

1. Jeder Springer , ganz gleich auf welchem Schwierigkeitsniveau er sich befindet und in welchem Alter er ist, soll unter Aufsicht springen.
2. Benutzen Sie niemals das Trampolin, wenn es nass, verschlissen, schmutzig, abgenutzt ist oder wenn irgendwelche Teile fehlen.
3. Entfernen Sie alle Gegenstände, die für den Springer gefährlich sind! Prüfen Sie, ob keine fremde Gegenstände sich unter, um und über dem Trampolin befinden.
4. Wenn das Trampolin nicht benutzt wird, soll es gesichert werden, um seine unerlaubte und
5. unbeaufsichtigte Benutzung zu verhindern.

Bevor Sie mit dem Training auf dem Trampolin anfangen, machen Sie sich zuerst mit den Sprungtechniken und mit dem vorgeschlagenen Trainingsplan vertraut!

TRAINIGSPLAN

Die folgenden Lektionen werden vorgeschlagen, um die Basisschritte zu lernen, bevor man zu schwierigeren, komplizierten Sprünge übergeht. Bevor Sie tatsächlich das Trampolin benutzen, sollten Sie alle Sicherheitsregeln aufmerksam gelesen und verstanden haben. Die Aufsichtsperson ist verpflichtet dem Springer alle Sicherheitanweisungen zu unterbreiten und die Basissprünge zu demonstrieren.

LEKTION 1

A. Auf- und Absteigen – Demonstration der richtigen Technik.
B. Grundsprünge – Demonstration und praktische Übungen.
C. Abbrechen (Sprungkontrolle) des Sprunges auf Kommando – Demonstration und praktische Übungen.
D. Hand- und Kniedemonstration – praktische Übungen. Die Betonung sollte hier auf der Vier- Punkte-Landung und der Ausrichtung liegen.

LEKTION 2

A. Wiederholung und praktische Übungen zu Lektion 1.
B. Kniesprung – Demonstration und praktische Übungen. Lernen Sie zunächst die Grundübung, bevor Sie versuchen, eine halbe Drehung nach rechts oder nach links zu machen.
C. Sitzsprung – Demonstration und praktische Übungen. Lernen Sie zuerst gründlich den Sitzsprung, dann fügen Sie den Kniesprung und dann Vier-Punkte-Landung hinzu. Wiederholen Sie die Übungen.

LEKTION 3

A. Wiederholung und praktische Übung der Sprünge aus den vorhergehenden Lektionen.
B. Bauchlandung - um Abschürfungen zu vermeiden und die Bauchlandung zu lernen, sollten sich alle mit dem Gesicht nach unten auf den Bauch legen, so dass der Trainer/Lehrer ihre eventuell falsche Haltung korrigieren kann.
C. Beginnen Sie mit der Vier-Punkte-Landung und strecken Sie dann den Körper in die Bauchlage, kommen Sie dann wieder auf die Füße.
D. Üben Sie Routinesprünge: Vier-Punkte-Landung, Bauchlandung, Fußlandung, Sitzlandung, Fußlandung, Sitzlandung, Fußlandung.

LEKTION 4

A. Wiederholung und praktische Übung der Sprünge aus den vorhergehenden Lektionen.
B. Halbdrehung:
1. Beginnen Sie mit der Bauchlandung, und wenn Sie Kontakt mit der Matte haben, stoßen Sie sich mit den Armen entweder nach rechts oder nach links ab und drehen Sie gleichzeitig Kopf und Schulter in dieselbe Richtung.
2. Achten Sie während der Drehung darauf, dass der Rücken parallel zur Matte und der Kopf hoch bleibt.
3. Nach vollendeter Drehung landen Sie auf dem Bauch.

Nach dieser Lektion kennt der Schüler die Grundlagen der Trampolinsprünge. Die Schüler sollen jetzt ermuntert werden, eigene Sprungtechnik zu perfektionieren, wobei Kontrolle und Form des Sprunges betont werden soll. Es soll die Routine erlangt werden.

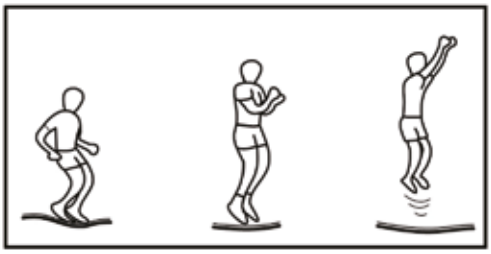
BOUNCE-SPIEL

Bei dem Spiel BOUNCE können die Springer ihre Routine verbessern. Insgesamt können 10 Personen an dem Spiel teilnehmen. Spieler 1 springt eine Figur, Spieler 2 wiederholt sie und fügt eigene Figur hinzu, usw. Der erste Spieler, der dabei einen Fehler macht, bekommt den Buchstaben B. Wenn das Wort ‚BOUNCE' vollständig ist, ist der Spiel zu Ende.

Auch bei einem Spiel ist es wichtig, alles unter Kontrolle zu halten und nicht zu schwere Sprünge zu versuchen.

Ein geprüfter Trampolinleiter sollte zur weiteren Ausbildung hinzugezogen werden.

GRUNDSPRÜNGE – ÜBUNGEN

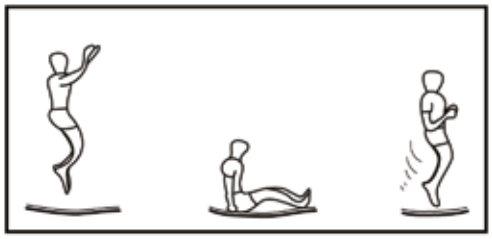


BASISSPRUNG

1. Sie stehen auf der Matte, die Füße schulterbreit, Kopf hoch, Blick auf die Matte gerichtet.
2. Sie schwingen die Arme nach vorne und hoch im Kreis.
3. In der Luft die Füße zusammenbringen und die Zehen nach unten ziehen.
4. Bei der Landung die Füße schulterbreit halten.

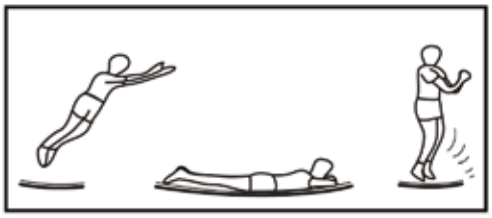
KNIELANDUNG

1. Beginnen Sie mit der Basissprung, jedoch nicht zu hoch.
2. Landen Sie auf den Knien, Rücken gerade halten und mit den Armen die Balance halten.
3. Schwingen Sie die Armen nach vorne, um in den Basissprung zurückzukehren.



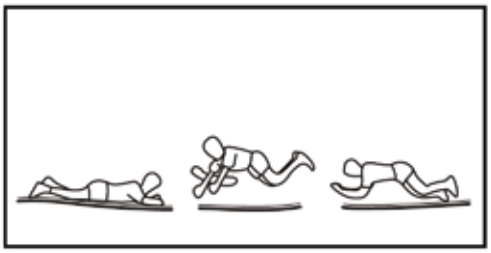
SITZLANDUNG

1. Landen Sie in flacher Sitzlandung.
2. Setzen Sie die Hände auf die Matte neben die Hüften, Ellbogen steif.
3. Kehren Sie in die aufrechte Position zurück, indem Sie sich mit den Händen anstoßen.



BAUCHLANDUNG

1. Beginnen Sie mit einem flachen Sprung.
2. Landen Sie auf den Bauch, Kopf hoch, Hände und Arme auf der Matte ausgestreckt.
3. Drücken Sie sich mit den Armen auf der Matte ab, um in eine stehende Position zurückzukehren.



180-GRAD-DREHUNG

1. Beginnen Sie mit der Bauchlandung.
2. Stoßen Sie sich mit der linken oder rechten Hand und dem linken oder rechten Arm ab (je nachdem zu welcher Seite Sie sich drehen möchten).
3. Halten Sie Kopf und Schulter in dieselbe Richtung, Rücken zu der Matte parallel, der Kopf ist hoch.
4. Landen Sie auf dem Bauch und kehren Sie in die stehende Position zurück, indem Sie sich mit Händen und Armen abstoßen.

ACHTUNG!

1. Beginnen Sie die Sprünge immer in der Mitte der Matte (Firmenlogo).
2. Wenn Sie mehr als 30cm von der Mitte entfernt landen, brechen Sie den Sprung ab und starten Sie erneut in der Mitte der Matte.

I. ZUSAMMENBAU DES TRAMPOLINS

STANDORT

Lesen Sie alle Sicherheitshinweise und Warnungen sorgfältig vor dem Aufbau des Trampolins.
Um einen Platz zum Aufstellen eines Trampolins auszuwählen, lesen Sie alle Sicherheitsinformationen und Anweisungen in der Bedienungsanleitung - wählen Sie den Ort zum Aufstellen des Trampolins laut den Anweisungen auf der 2. Seite dieses Handbuchs.

MONTAGEANLEITUNG

Bei dem Zusammenbau des Trampolins nutzen Sie bitte den mitgelieferten Spezial-Federspanner, der mitgeliefert wird.Wenn das Trampolin nicht benutzt wird, kann es leicht abgebaut und bewahrt werden. Bevor Sie mit dem Zusammenbau beginnen, lesen Sie bitte diese Aufbauanleitung genau durch! Auf dieser Seite finden Sie ein Verzeichnis von Teilen für jedes Trampolinmodell. Jedes Teil hat eigene Nummer und Bezeichnung. In der Bauanleitung wird hierauf Bezug genommen. Prüfen Sie, ob alle Teile aus dieser Liste vorhanden sind.

Kontrollieren und warten Sie regelmäßig vor jedem Gebrauch die Trampolinteile wie Rahmen, Matte, Abdeckung, Feder, Beine und andere Komponenten. Wenn die Elemente des Trampolins nicht jedes Mal überprüft werden, kann das Produkt eine Gefahr darstellen und Leben oder Gesundheit gefährden.

Die von a dem Trampolin von dem Verbraucher vorgenommenen Änderungen (z. B. Wechsel der Elemente) sollten gemäß der Montageanleitung des Trampolins durchgeführt werden. Die ausgetauschten Elemente sollten für das jeweilige Trampolinmodell richtig ausgewählt werden. Elemente aus anderen Trampolinen passen möglicherweise nicht oder stellen eine Bedrohung dar.

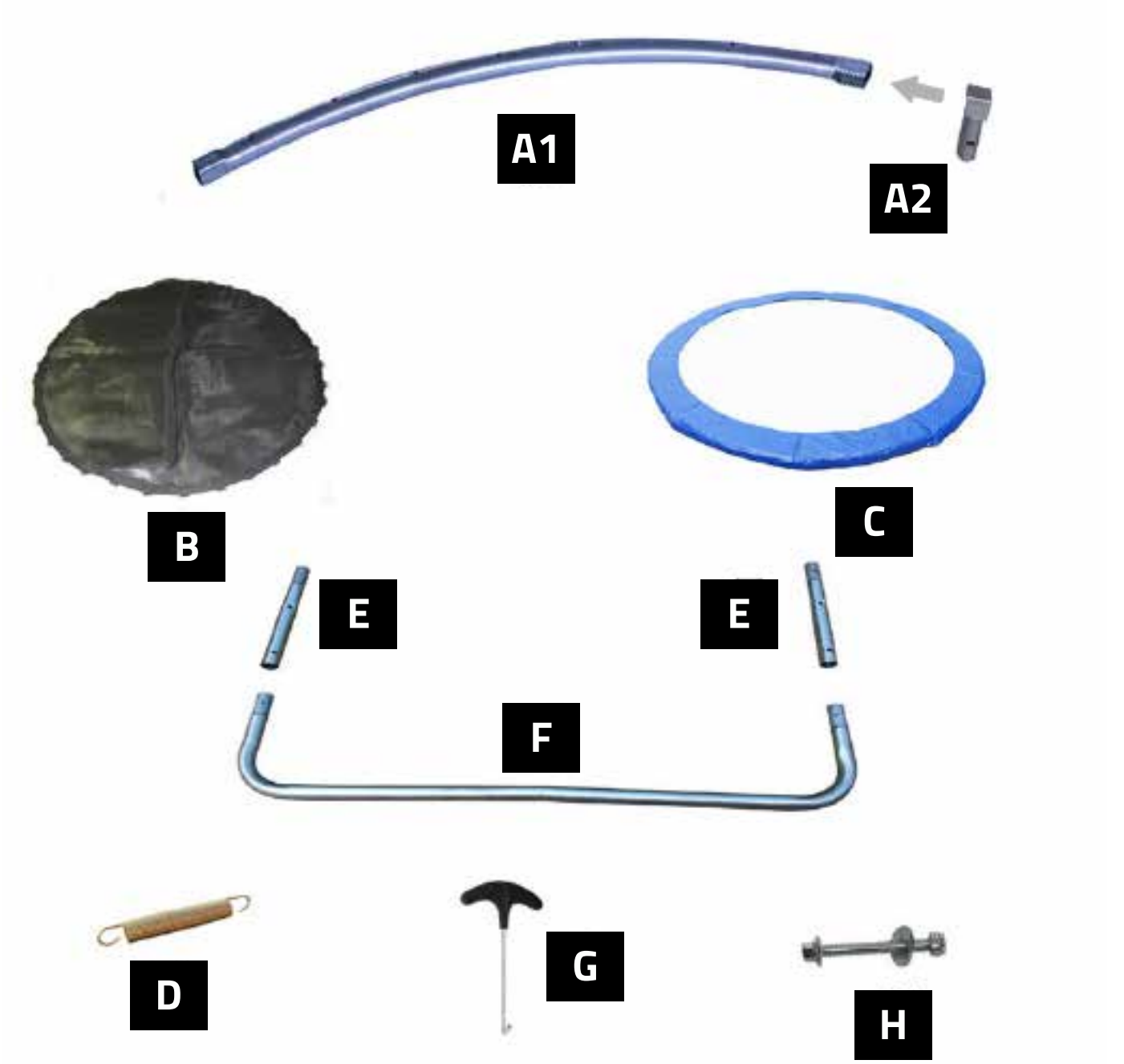
Tragen Sie bitte Handschuhe beim Zusammenbau, damit Sie sich nicht verletzen. Es sind mindestens zwei Personen für den Zusammenbau erforderlich.

LISTE DER TEILE

	BESCHREIBUNG	6ft	8ft	10ft	12ft	13ft	14ft	15ft	16ft
A1	OBERSCHIENENRAHMEN	6	6	6	8	8	8	10	12
A2	T-ELEMENT DES RAHMENS	6	6	6	8	8	8	10	12
B	TRAMPOLINMATTE, MIT V-RINGEN	1	1	1	1	1	1	1	1
C	RAHMEN UND FEDERN POLSTERUNG	1	1	1	1	1	1	1	1
D	SPRUNGFEDERN	36	42	54	64	72	80	90	108
E	VERTIKALE FUSSVERLÄNGERUNG**	0	0	6	8	8	8	10	12
F	U-DOPPELBEIN	3	3	3	4	4	4	5	6
G	FEDERSPANNER	1	1	1	1	1	1	1	1
H	SCHRAUBE MIT UNTERLEGSCHEIBE	0	0	6	8	8	8	10	12

**** Vertikale Fußverlängerung ist optional.**
Über diese Teile verfügen nur größere Trampoline. Die kleinere Trampoline, die niedriger sind, haben diese Teile nicht. Vertikale Fußverlängerung ist bei den kleineren Trampolinen mit dem Fuß integriert.

Ihr Trampolin wird in 1, 2 oder 3 Kartons aufgeteilt (je nach Gewicht des Trampolins). Die Teile können sich daher in unterschiedlichen Kartons befinden.



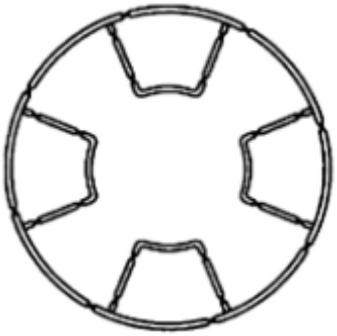
TRAMPOLINRAHMENZUSAMMENBAU

Tragen Sie bitte Handschuhe beim Zusammenbau, damit Sie sich nicht verletzen. Es sind mindestens zwei Personen für den Zusammenbau erforderlich.

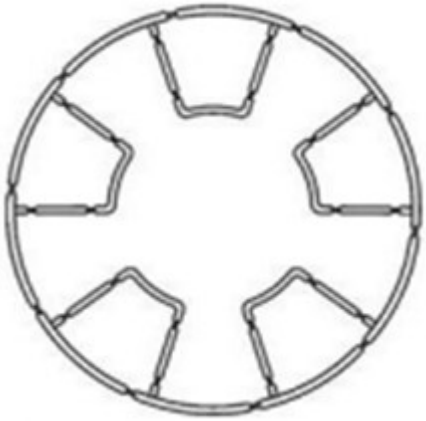
Alle Teile mit derselben Nummer # bezeichnet sind identisch und können links oder rechts eingebaut werden. Um die Teile miteinander zu verbinden, steckt man einfach die schmalere Öffnung in die breitere. Diese Stellen werden Verbindungspunkte genannt.

BITTE BEACHTEN SIE! DIE SCHIENEN HABEN LÖCHER FÜR DIE FEDERN. DIESE LÖCHER SOLLTEN IN DIE ENTGEGENGESETZTE RICHTUNG (NACH OBEN) ZU DEN LÖCHERN IN DEN BEINEN (NACH UNTEN) GERICHTET WERDEN.

TRAMPOLIN 6-10 ft



TRAMPOLIN 12-14 ft



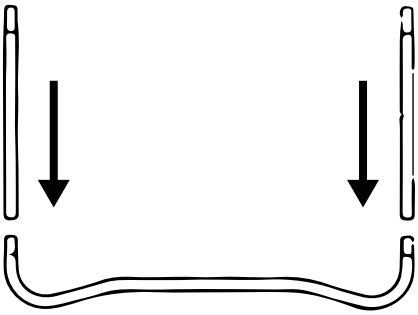
TRAMPOLIN 15 ft

1 BEREITEN SIE DIE TRAMPOLINBEINE

Wenn Ihr Trampolin über die vertikale Fußverlängerung verfügt (E), schieben Sie diese in die richtige Öffnungen in dem U-Doppelbein (F).

Verwenden Sie die enthaltenen Schrauben, um die vertikale Fußverlängerung zu sichern, aber ziehen Sie diese nicht fest.

Beim Zusammenbau eines Trampolins, das über die vertikale Fußverlängerung nicht verfügt, sollte dieser Schritt übersprungen werden.



2 VERBINDUNG DER BEINE MIT DEM RAHMEN

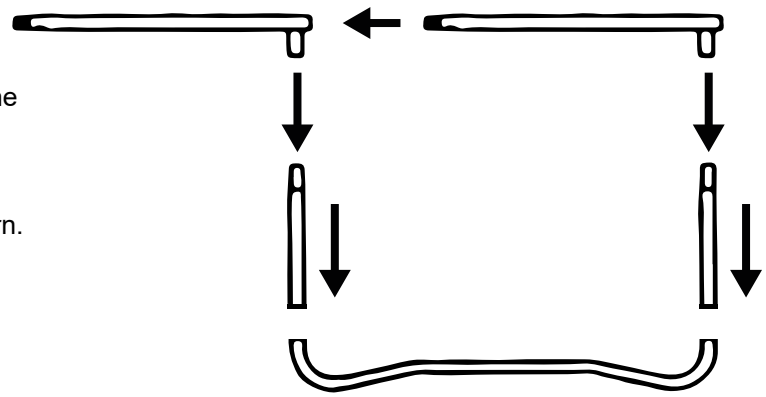
Nun werden zwei Personen benötigt, um das Trampolin zu montieren.

Legen Sie den Hauptrahmen (A1) **mit der Federöffnung nach oben an** und schieben Sie dann rechts das T-Element (A2) **mit der Beinöffnung nach unten**. Wiederholen Sie diesen Schritt für alle Elemente. Verbinden Sie dann alle vorbereiteten Rahmenteile so, dass sie zusammen einen großen Kreis bilden. Der letzte Montageschritt erfordert die Hilfe einer anderen Person, die den Rahmen auf der anderen Seite hält, damit die miteinander verbundenen Teile nicht getrennt werden.

3 MONTAGE DER STÜTZBEINE

Befestigen Sie alle im Schritt 2 montierten Stützbeine an dem im Schritt 3 zusammengebauten Rahmen.

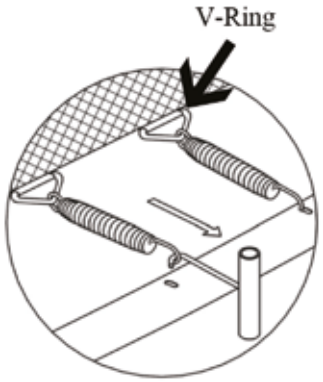
Schrauben Sie die Schrauben (H) an die U-Beine fest, um die vertikale Fußverlängerung (E) zu sichern.



4 AUFBAU DER MATTE

Beim Anbringen der Federn an der Trampolin-Matte seien Sie bitte vorsichtig. Sie werden die zweite Person benötigen, die Ihnen bei diesem Teil des Zusammenbaus hilft. ACHTUNG: Federn können bei falscher Handhabung herausspringen und Sie ernsthaft verletzen! Um die Matte zu spannen, benutzen Sie bitte den mitgelieferten Spezial-Federspannner! Es wird empfohlen die Handschuhe bei der Mattespannung zu tragen, um sich nicht zu klemmen oder zu verletzen.

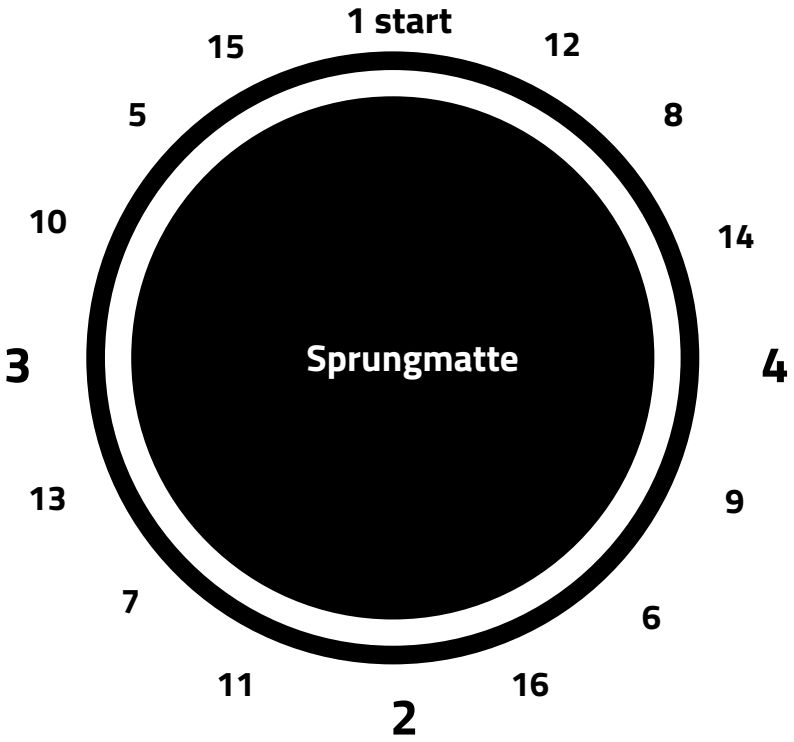
Jeder Feder entspricht eine Öffnung im Rahmen, als auch ein Befestigungspunkt an der Matte – die V-Ringe. Die Ringe sind mit keinen Nummern bezeichnet! Folgen Sie bitte dieser Aufbauanleitung aufmerksam, um die Feder der Reihe nach mit der Matte zu befestigen.



SPANNEN DER FEDER

1. Tragen Sie die dicken Handschuhe, um ihre Hände zu schützen.
2. Benutzen Sie das beiliegende Spezialwerkzeug!
3. Befestigen Sie die Feder mit sichtbar gerundeten Enden an die V-Ringe an der Matte, wie abgebildet.
4. Richten Sie die Feder so aus, dass sich der Haken der Feder über dem Loch im Stahlrahmen befindet.
5. Halten Sie den Federspanner mit dem Handrücken nach oben und ziehen Sie den Federhaken zum Stahlrahmen wie abgebildet. Lassen Sie den Haken in das Rahmenloch fallen, bis er komplett eingerastet ist. Drücken Sie ihn hinunter, wenn er nicht ganz im Loch ist.

DIE REIHENFOLGE DER FEDERBEFESTIGUNG IST SEHR WICHTIG! ES WIRD ANGENOMMEN, DASS JEDE FOLGENDE FEDER GEGENÜBER DER VORIGEN FEDER MONTIERT WIRD (ABWECHESELND).



Die Abbildung stellt die Reihenfolge der Federspannung dar.

Befestigungsregel: Wenn Sie die erste Feder (1) befestigt haben, befestigen Sie die nächste Feder (2) auf der gegenüberliegenden Seite, wie auf der Zeichnung markiert wurde. Unterteilen Sie sich die Matte in 4 Teilen und befestigen Sie die Feder rund herum, in folgender Reihenfolge: 12Uhr, 6Uhr, 9Uhr und 3Uhr.

Beachten Sie bitte, dass jeder Feder eine eigene Öffnung im Rahmen und ein eigene V-Ring zugeschrieben ist. Bei der Federbefestigung zählen sie die freie Öffnungen in dem Rhamen und freie V-Ringe, so dass es auf der linken und rechten Seite immer die gleiche Anzahl von freien Öffnungen gibt.

Alle Feder sollen nach derselben Regel befestigt werden (nach der Befestigung einer Feder, wird die andere auf der gegenüberliegenden Seite befestigt), so dass die Matte von allen Seiten gleichmäßig gespannt werden kann, wenn sie an den Rahmen montiert wird.

SOLLTEN SIE DIE SPRUNGMATTE OHNE DIESE HINWEISE BEFESTIGT HABEN (ALSO EINE FEDER GLEICH NEBEN DER ANDEREN, DER REIHE NACH), KANN ES SICH ERWEISEN, DASS DIE BEFESTIGUNG DER MATTE UNMÖGLICH WIRD.

Wird ein Loch vermieden oder Feder bzw. V-Ringe verzählt, so soll alles nochmal gezählt, der Fehler entfernt werden und die Feder sollen an der richtigen Stelle befestigt werden, um die Matte richtig spannen zu können.

5 RAHMENPOLSTER

Niemals das Trampolin ohne das Rahmenpolster benutzen! Das Polster soll vor jedem Gebrauch geprüft werden! Falls nötig, befestigen oder bringen Sie das Polsterung in Ordnung.

Legen Sie die Randpolsterung über das Trampolin, so dass die Federn und der Stahlrahmen bedeckt sind.

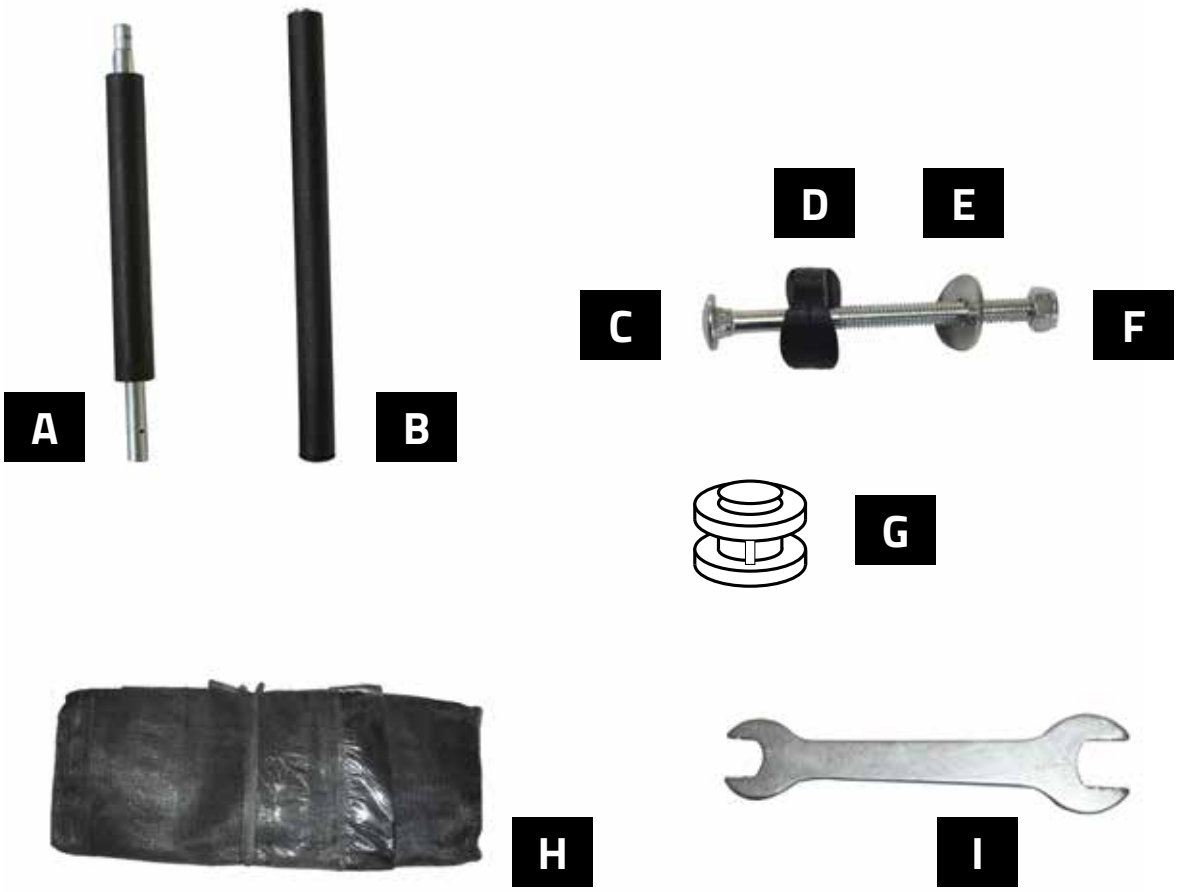
BINDEN SIE DIE RANDPOLSTERUNG MIT HILFE DER BÄNDER AN DESSEN UNTERSEITE AN DEN RAHMEN FEST.

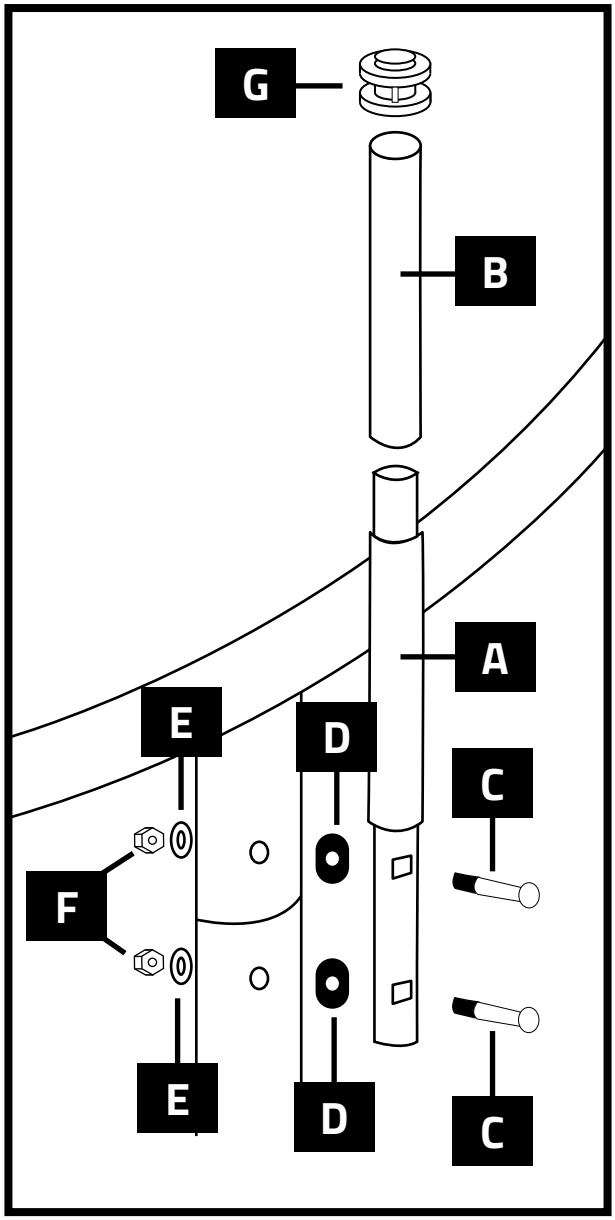
BEREIT!

II MONTAGE UND BEFESTIGUNG DES SICHERHEITSNETZES

LISTE DER TEILE

	BESCHREIBUNG	6 / 8 / 10ft	12 / 13 / 14ft	15ft	16ft
A	UNTERE STANGE MIT SCHAUMSTOFF	6	8	10	12
B	OBERE STANGE MIT SCHAUMSTOFF	6	8	10	12
C	SCHRAUBE	12	16	20	24
D	ABSTANDHALTER	12	16	20	24
E	UNTERLEGSCHEIBE	12	16	20	24
F	MUTTER	12	16	20	24
G	SICHERUNGSKAPPE	6	8	10	12
H	SICHERHEITSNETZ	1	1	1	1
I	SCHRAUBSCHLÜSSEL	1	1	1	1





1 Befestigen Sie die Untere Stange mit Schaumstoff (A) an dem Trampolin-Fuß.

Jede Stange wird an an dem Trampolin-Fuß mithilfe von zwei Schrauben (C) befestigt. Legen Sie zwischen den Bein und die Stange den Abstandhalter (D). Die Schraube sollte mit Unterlegscheibe (E) und Mutter (F) gesichert werden.

ACHTUNG! IN DIESEM SCHRITT SOLLTEN DIE SCHRAUBEN NICHT FEST ANGEZOGEN WERDEN.

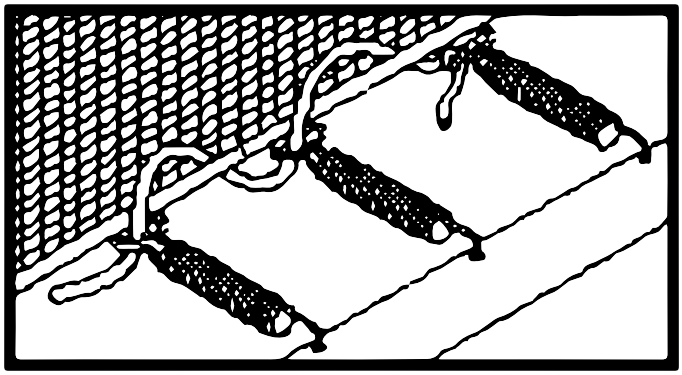
2 Nachdem alle unteren Stangen (A) an den Trampolin-Füßen befestigt worden sind, verbinden Sie diese mit den oberen Stangen (B).

3 Verbinden Sie die Netzgürtel mit den Sicherungskappen (G) und schließen Sie alle Klammer. Wiederholen Sie diesen Schritt für alle Sicherungskappen. Befestigen Sie das Netz mit den Kappen an den oberen Stangen, indem Sie alle Sicherungskappen (G) an die Oberen Stangen (B) führen.

Der Reißverschluss muss sich an der unteren Seite des Netzes befinden.

ACHTUNG! IN DIESER PHASE KÖNNEN SIE ALLE SCHRAUBEN FEST ZIEHEN.

4 Das Sicherheitsnetz sollte an seiner unteren Seite befestigt werden. Um das Netz zu befestigen, nehmen Sie die Federabdeckung leicht ab und weben Sie das Befestigungsband des Netzes durch die Netzmaschen und die Federhaken.
Stellen Sie nachfolgend sicher, dass sowohl das Band sowie das Netz über die gesamte Länge richtig gespannt sind. Binden Sie die beiden Enden des Bandes zusammen.

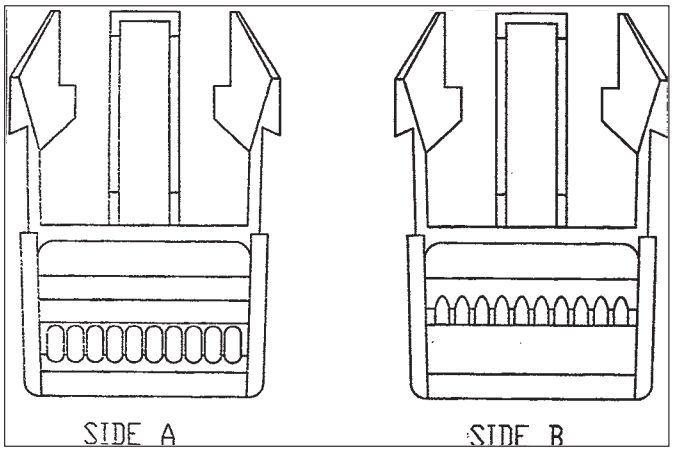


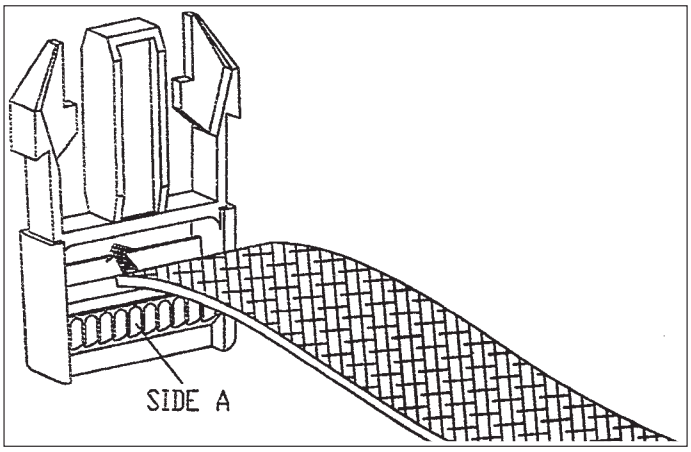
5 Schließen Sie den Reißverschluss des Sicherheitsnetzes, prüfen Sie, ob alle Schrauben fest angezogen wurden, und bringen Sie die Warnungsschilder für die Matte und das Netz an einem sichtbaren Ort an (falls früher nicht geschehen). Sicherheitsanweisungen müssen am Trampolin angebracht werden, damit sich jede Person mit ihnen vertraut machen kann, bevor sie das Trampolin benutzt.

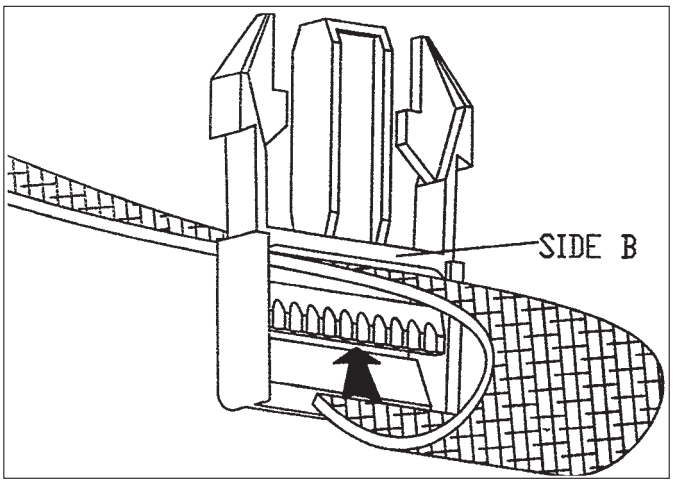
Achtung! Stellen Sie sicher, dass alle Netzgürtel und Klammer am Netz fest angezogen und geschnallt wurden. Sonst wird das Netz Ihre Funktion nicht erfüllen.

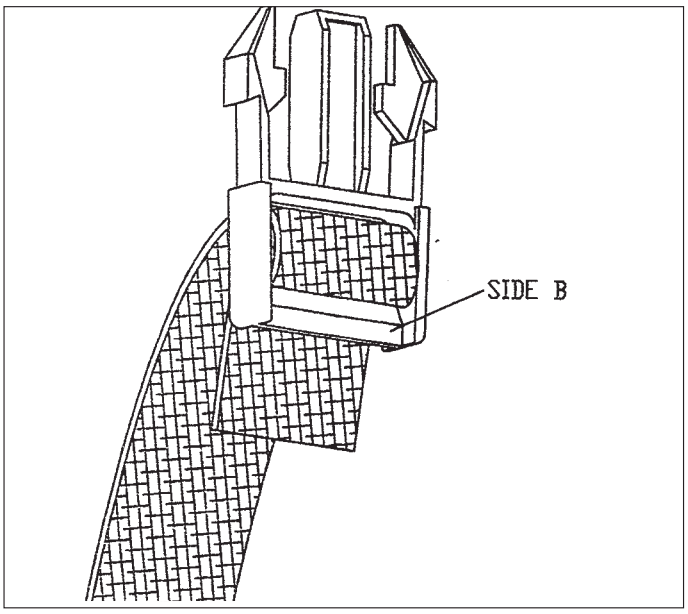
LOSE GÜRTEL

Sollten die Gürtel lose werden, folgen Sie den Anweisungen unten.









Wyprodukowano w Chinach dla:
Manufactured in China for:
Hergestellt in China für:

Global Income sp. z o.o.
81-571 Gdynia, ul. Chwaszczyńska 135B, Poland

tel. (58) 746-37-97

www.neo-sport.pl
sklep@neo-sport.pl