



Gebrauchsanleitung

Használati útmutató
Navodila za uporabo



Trampolin 4m mit Sicherheitsnetz

Trambulin védőhálóval
Trampolin z zaščitno mrežo

Deutsch - 06

Magyar - 16

Slovensko - 26

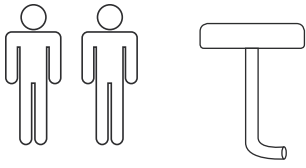


Inhaltsverzeichnis

AT

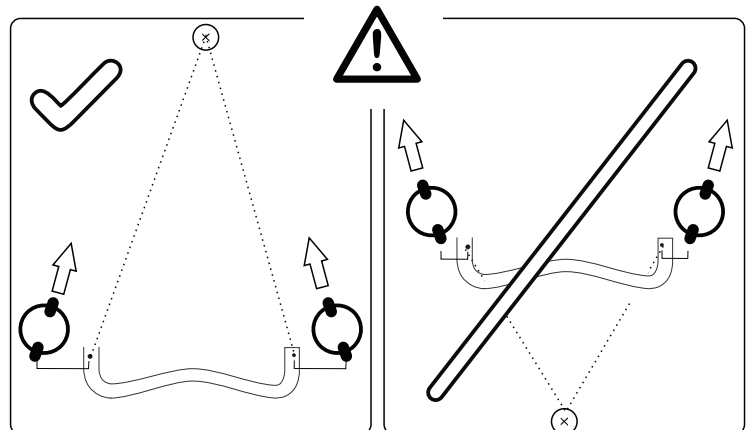
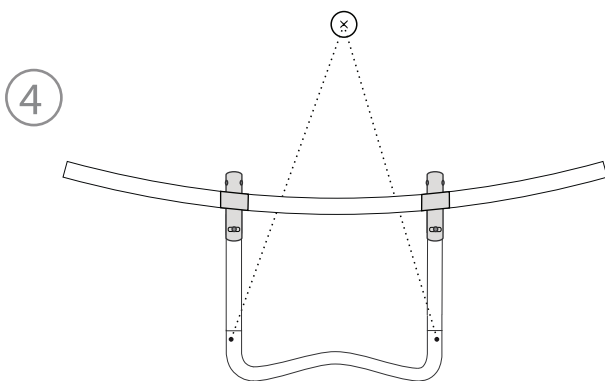
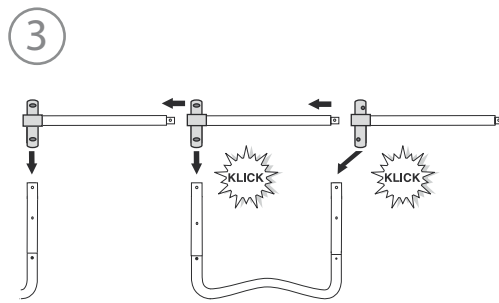
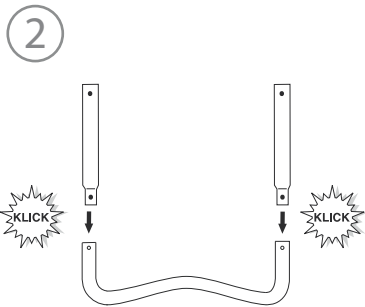
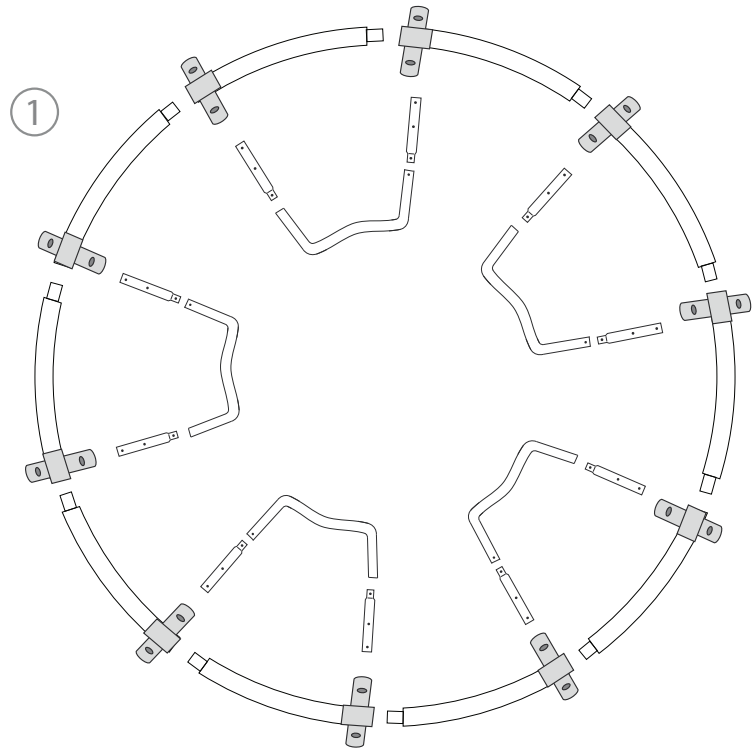
Aufbauanleitung/Skizzen	2-5
Lieferumfang/Teile	7
Allgemeines	8
Gebrauchsanleitung lesen und aufbewahren	8
Zeichenerklärung	8
Sicherheit	9
Bestimmungsgemäßer Gebrauch	9
Sicherheitshinweise	9
Erstgebrauch	11
Trampolin und Lieferumfang prüfen	11
Grundreinigung	11
Auf- und Abbau des Trampolins	11
Trampolin aufbauen	11
Rahmen aufbauen	11
Sprungtuch anbringen	11
Rahmenschutz anbringen	12
Leiter anbringen	12
Sicherheitsnetz aufbauen	12
Trampolin abbauen	12
Gebrauch	12
Standort wählen	13
Trampolin betreten	13
Vorbereiten	13
Trainieren	13
Reinigung und Wartung	14
Transport	15
Aufbewahrung	15
Service	15
Technische Daten	15
Konformitätserklärung	15
Entsorgung	15
Verpackung entsorgen	15
Trampolin entsorgen	15
Ersatzteilliste	15

Aufbauanleitung/Felépítési útmutató/Felépítési útmutató

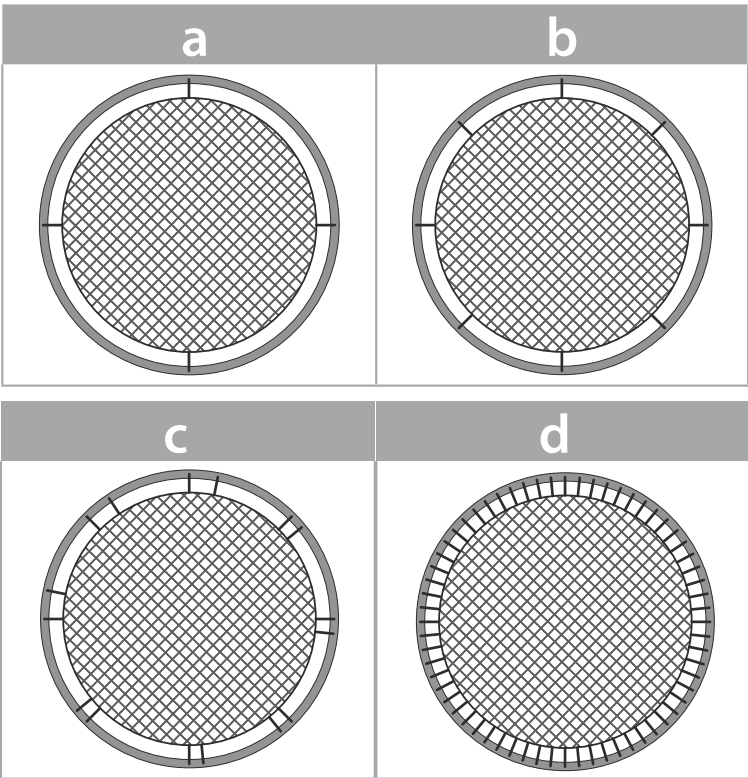
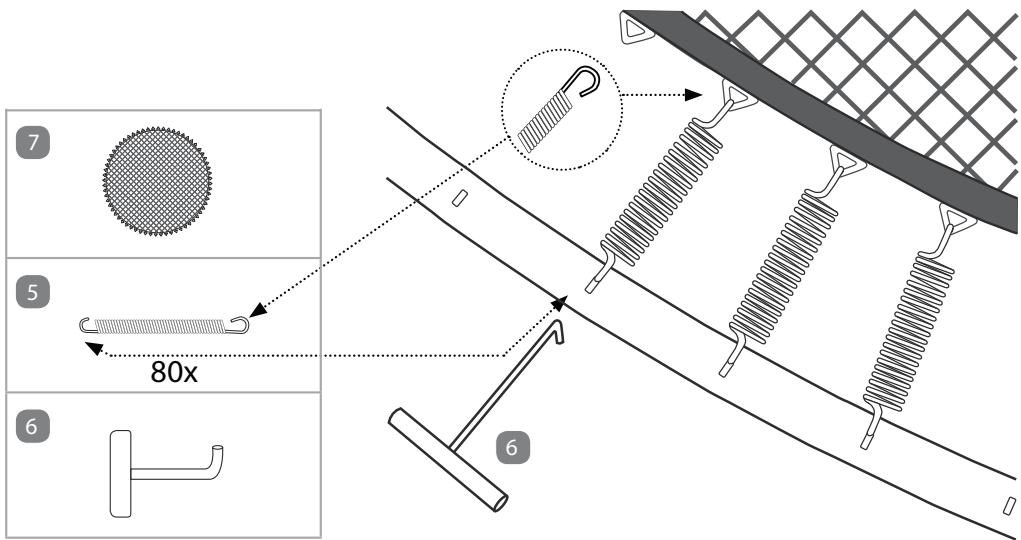


Abbildung/Ábra/Slika | **A**

1		10x
2		10x
3		10x
4		5x

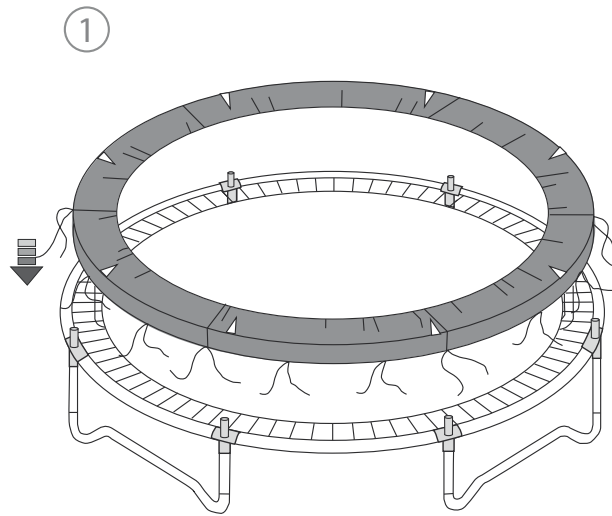
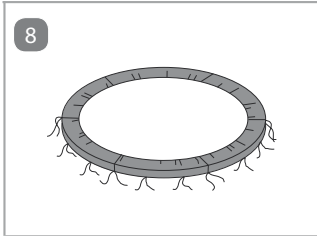


Abbildung/Ábra/Slika | B

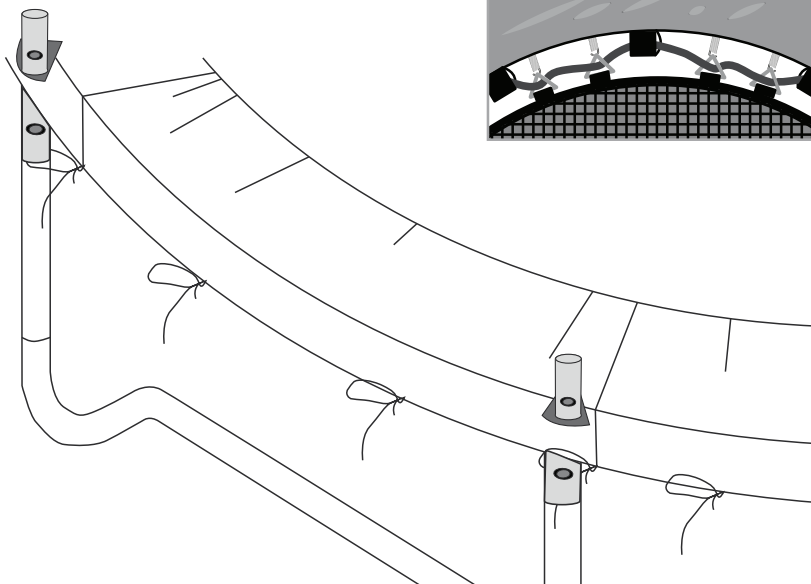


Abbildung/Figura/
Figure/Ábra/Slika

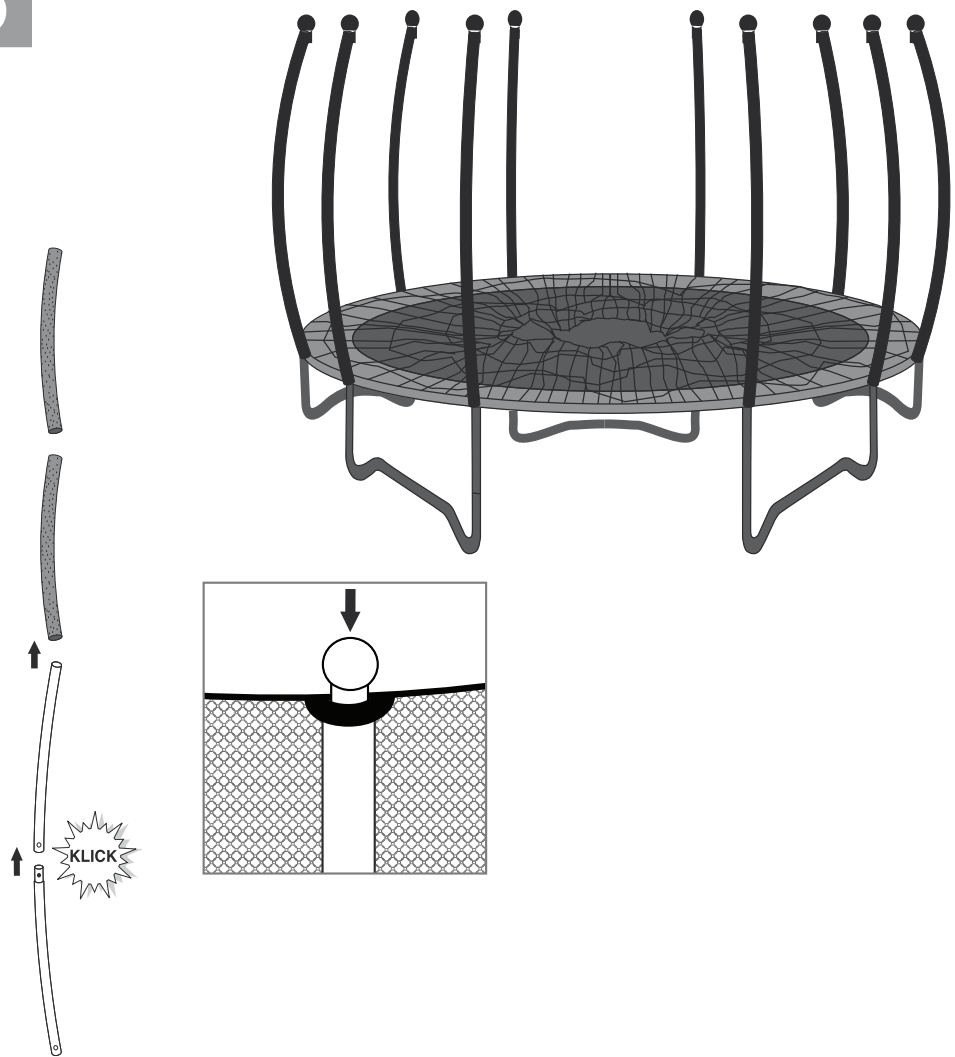
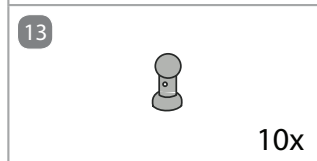
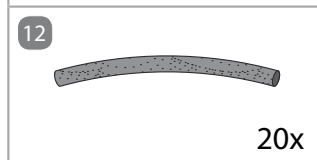
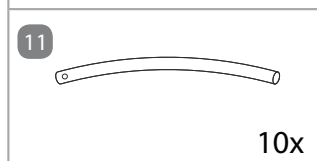
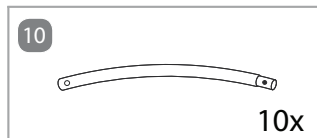
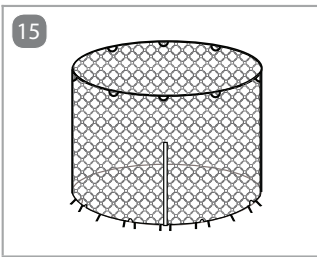
C



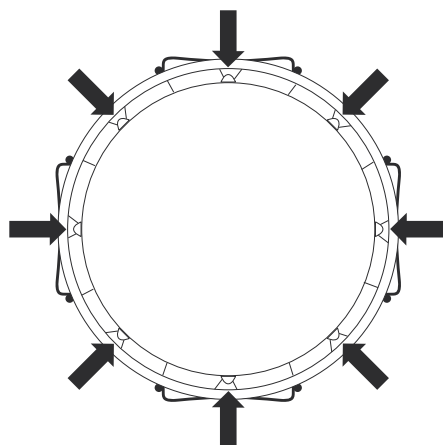
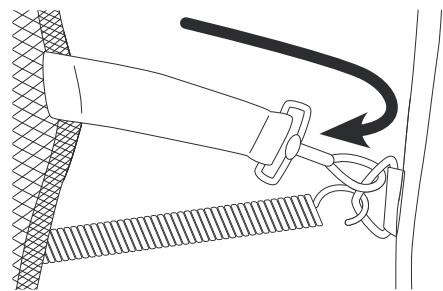
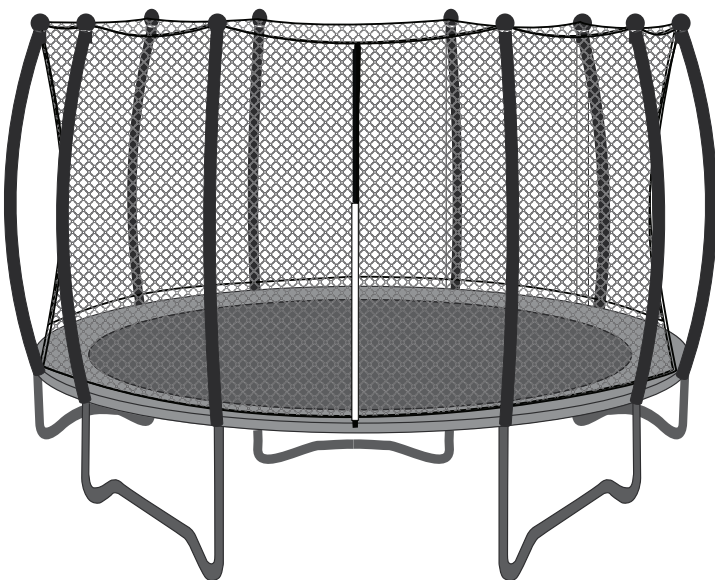
3



Abbildung/Ábra/Slika | D



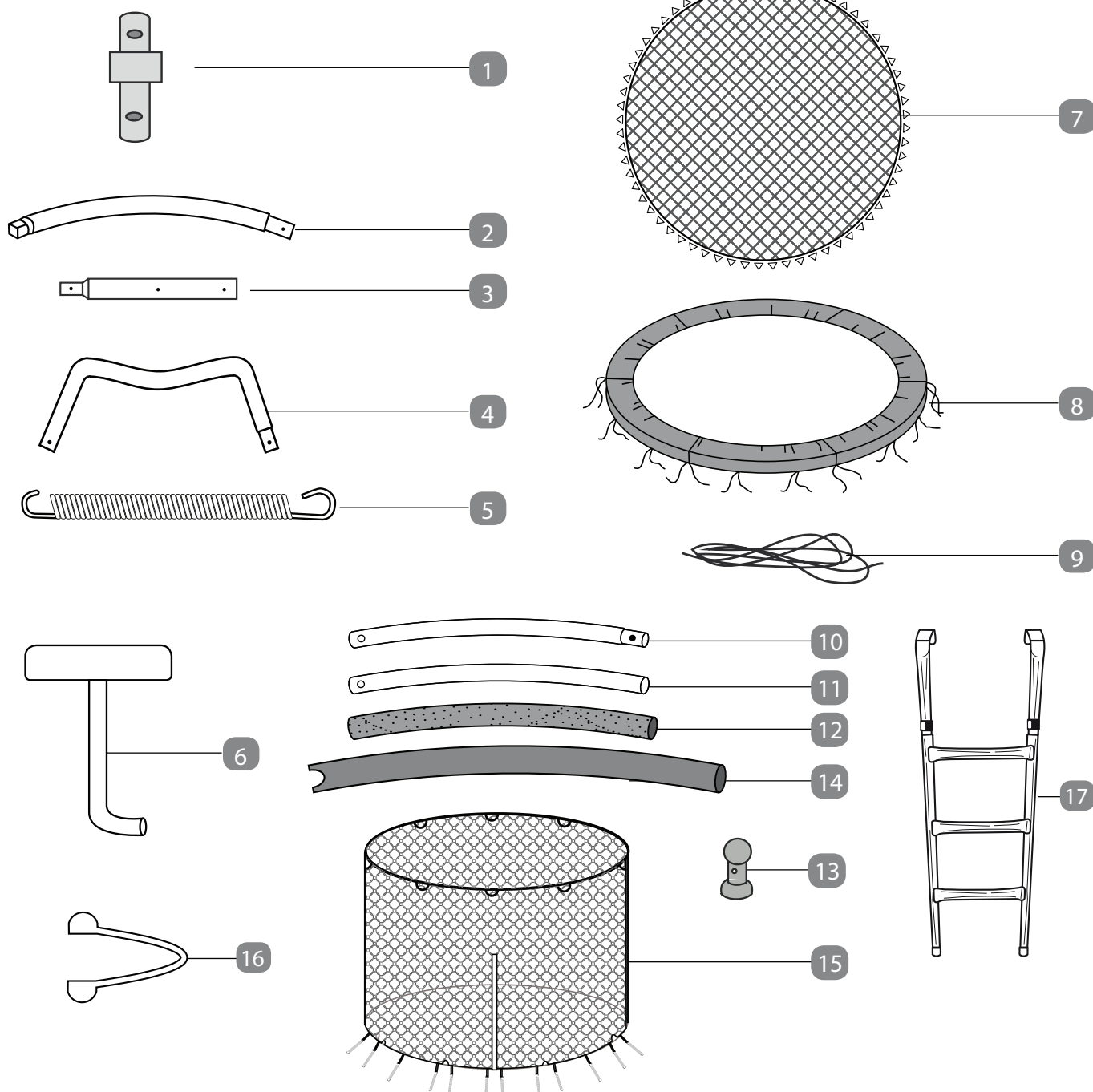
Abbildung/Ábra/Slika | E



Lieferumfang/Teile

- 1 X-Verbinder 10x
- 2 Kreissegment 10x
- 3 Vertikales Beinrohr 10x
- 4 Standfuß 5x
- 5 Feder 80x
- 6 Federspanner 1x
- 7 Sprungtuch* 1x
- 8 Rahmenschutz* 1x
- 9 Schnur zur Rahmenfixierung 2x
- 10 Netzpfofen unten 10x
- 11 Netzpfofen oben 10x
- 12 Schaumstoffhülle für Netzpfofen 20x
- 13 Netzpfofen-Kappe 10x
- 14 Netzpfofenüberzug 10x
- 15 Sicherheitsnetz* 1x
- 16 Ersatz-Clip-Federn 2x
- 17 Leiter 1x

*Verschleissteile



Allgemeines

Gebrauchsanleitung lesen und aufbewahren



Diese Gebrauchsanleitung gehört zu diesem Trampolin mit Sicherheitsnetz (im Folgenden nur „Trampolin“ genannt). Sie enthält wichtige Informationen zum Aufbau und zur Verwendung.

Lesen Sie die Gebrauchsanleitung, insbesondere die Sicherheitshinweise, sorgfältig durch, bevor Sie das Trampolin einsetzen. Die Nichtbeachtung dieser Gebrauchsanleitung kann zu schweren Verletzungen oder zu Schäden am Trampolin führen.

Die Gebrauchsanleitung basiert auf den in der Europäischen Union gültigen Normen und Regeln. Beachten Sie im Ausland auch landesspezifische Richtlinien und Gesetze.

Bewahren Sie die Gebrauchsanleitung für die weitere Nutzung auf. Wenn Sie das Trampolin an Dritte weitergeben, geben Sie unbedingt diese Gebrauchsanleitung mit.

Zeichenerklärung

Die folgenden Symbole und Signalworte werden in dieser Gebrauchsanleitung, auf dem Trampolin oder auf der Verpackung verwendet.

⚠ ACHTUNG!

Dieses Signalsymbol/-wort bezeichnet eine Gefährdung mit einem mittleren Risikograd, die, wenn sie nicht vermieden wird, den Tod oder eine schwere Verletzung zur Folge haben kann.

HINWEIS!

Dieses Signalwort warnt vor möglichen Sachschäden.



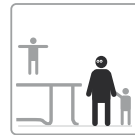
Dieses Symbol gibt Ihnen nützliche Zusatzinformationen zum Zusammenbau oder zum Gebrauch.



Konformitätserklärung (siehe Kapitel „Konformitätserklärung“): Mit diesem Symbol gekennzeichnete Produkte erfüllen alle anzuwendenden Gemeinschaftsvorschriften des Europäischen Wirtschaftsraums.



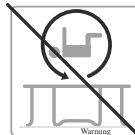
Das Siegel „Geprüfte Sicherheit“ (GS-Zeichen) bescheinigt, dass ein Produkt den Anforderungen des deutschen Produktsicherheitsgesetzes entspricht. Das GS-Zeichen zeigt an, dass bei bestimmungsgemäßer oder vorhersehbarer Verwendung die Sicherheit und Gesundheit von Personen nicht gefährdet sind.



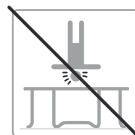
Lassen Sie Kinder nur unter Aufsicht eines Erwachsenen auf dem Trampolin trainieren.



Springen Sie nie zu zweit oder mit mehreren Personen auf dem Trampolin.



Springen Sie keine Saltos (Flips).



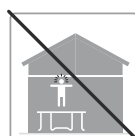
Landen Sie niemals mit dem Kopf oder Nacken auf dem Trampolin.



Stellen Sie sicher, dass sich während der Benutzung des Trampolins keine Person darunter aufhält.



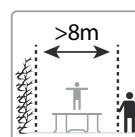
Verwenden Sie das Trampolin nicht, wenn es feucht, beschädigt, schmutzig oder abgenutzt ist.



Achten Sie darauf, dass sich keine Objekte in direkter Nähe des Trampolins, d. h. über, unter, auf oder neben dem Trampolin befinden.



Stellen Sie das Trampolin nur auf einem ebenen und stoßdämpfenden Untergrund auf.



Achten Sie auf einen Sicherheitsabstand von mindestens 2,0 m in jede Richtung.



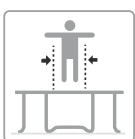
Sorgen Sie für eine sichere Verwahrung des Trampolins, um unsachgemäße und unbeaufsichtigte Benutzung zu verhindern.



Über dem Trampolin dürfen sich keine Äste von Bäumen oder Dachvorsprünge befinden.



Legen Sie alle harten und scharfen Gegenstände ab, bevor Sie das Trampolin verwenden.



Springen Sie immer mittig.



Benutzen Sie zum Springen nicht den Rand des Trampolins.

Sicherheit

Bestimmungsgemäßer Gebrauch

Das Trampolin ist ausschließlich zum Springen und Spielen im Freien konzipiert. Es ist ausschließlich für den Privatgebrauch bestimmt und nicht für den gewerblichen Bereich geeignet.

Verwenden Sie das Trampolin nur wie in dieser Gebrauchsanleitung beschrieben. Jede andere Verwendung gilt als nicht bestimmungsgemäß und kann zu Sachschäden, zu Personenschäden oder zum Tod führen.

Der Hersteller oder Händler übernimmt keine Haftung für Schäden, die durch nicht bestimmungsgemäßen oder falschen Gebrauch entstanden sind.

Sicherheitshinweise

⚠ ACHTUNG!

- Geeignet für Kinder ab 6 Jahren.
- Maximal 150 kg.
- Nur für den Hausgebrauch.
- Nur für den Gebrauch im Freien.
- Das Trampolin muss durch eine erwachsene Person entsprechend den Aufbauanleitungen zusammgebaut und anschließend vor der ersten Nutzung überprüft werden.
- Nur ein Benutzer. Kollisionsgefahr.
- Vor dem Springen immer die Netzöffnung schließen.

- Ohne Schuhe springen.
- Nicht benutzen, wenn die Sprungmatte nass ist.
- Vor dem Springen Taschen und Hände leeren.
- Immer in die Mitte der Sprungmatte springen.
- Während des Springens nicht essen.
- Das Trampolin nicht mit einem Sprung verlassen.
- Die Dauer der ununterbrochenen Benutzung begrenzen (regelmäßige Pausen einlegen).
- Bei Starkwindbedingungen das Trampolin sichern und nicht benutzen (z.B. Befestigung des Rahmens mittels Seilen oder Fixierung der Standfüße mit starken Gewichten, stabilen Bodenverankerungen oder Entfernung von windfangenden Elementen wie Netz, Sprungtuch und Rahmenschutz).
- Vor der Benutzung das Trampolin komplett prüfen.
- Das Trampolin ist nicht dazu vorgesehen, in den Boden eingegraben zu werden.
- Beachten Sie die Auswechselzeiten für Verschleissteile (Netz 3 Jahre, siehe S. 15)

⚠ ACHTUNG!

Erstickungsgefahr!

Kinder können sich in Teilen des Verpackungsmaterials verfassen und diese oder Kleinteile verschlucken und daran ersticken.

- Lassen Sie Kinder nicht mit der Verpackungsfolie spielen.
- Halten Sie Kinder von Kleinteilen fern.
- Lassen Sie das Trampolin während des Aufbaus und danach nicht unbeaufsichtigt.
- Leiter nach jedem Gebrauch entfernen und für Kinder unzugänglich verwahren.

⚠ ACHTUNG!

Verletzungsgefahr!

Unsachgemäßer Umgang mit dem Trampolin kann zu Verletzungen führen.

- Machen Sie andere Benutzer Ihres Trampolins auf die Sicherheits- und Trainingshinweise dieser Gebrauchsanleitung aufmerksam.
- Die Verwendung des Trampolins darf nur unter Aufsicht eines Erwachsenen erfolgen.
- Prüfen Sie das Trampolin regelmäßig, insbesondere das Sprungtuch, vor jeder Benutzung auf Beschädigungen, Verschleiß, fehlende Teile.
- Kontrollieren Sie den festen Sitz der federbelasteten beidseitigen Klick/Einrastverbindungen auf Vollständigkeit und Funktion (z.B. auf den Standfuß stellen und am Rahmen hochziehen und rütteln.)
- Halten Sie Haustiere vom Trampolin fern.
- Lassen Sie beschädigte Teile von einem Fachmann oder

- dem Hersteller austauschen. Verwenden Sie das Trampolin wieder, wenn alle beschädigten Teile ausgetauscht wurden.
- Lassen Sie nur Kinder mit entsprechender geistiger und körperlicher Entwicklung auf dem Trampolin trainieren und weisen Sie sie auf die richtige Verwendung hin.
 - Benutzen Sie das Trampolin nicht mit mehreren Personen gleichzeitig, da dies das Risiko von Verletzungen, wie Brüchen im Kopf- bzw. Nackenbereich, der Beine und der Wirbelsäule erhöht.
 - Landen Sie nicht mit dem Kopf auf dem Trampolin bzw. auf dem Sprungtuch. – Springen Sie keine Saltos (Flips), weil sich dadurch das Risiko erhöht, auf dem Kopf oder Nacken zu landen.
 - Stellen Sie sicher, dass sich während der Benutzung des Trampolins keine Person darunter aufhält.
 - Vermeiden Sie falsches sowie übermäßiges Training, da dieses Ihre Gesundheit gefährden kann.
 - Trampoline sind Schleudervorrichtungen, die den Benutzer in ungewohnte Höhen stoßen und eine Vielzahl von ungewohnten Belastungen auf Muskulatur und Gelenke wirken lassen.
 - Schließen Sie niemals während der Verwendung des Trampolins die Augen.
 - Essen Sie nicht während des Trampolinspringens.
 - Bauen Sie das Trampolin nicht über Beton, Asphalt oder anderen harten Untergründen auf.
 - Machen Sie sich als Aufsicht mit den Grundsprüngen und Sicherheitshinweisen vertraut. Um Verletzungen bzw. die Verletzungsgefahr zu vermindern, sorgen Sie für die Einhaltung aller Sicherheitsanweisungen und stellen Sie sicher, dass die Springer die Grundsprünge lernen, bevor Sie mit fortgeschrittenen Sprüngen beginnen.
 - Überwachen Sie alle Springer, unabhängig davon, welche Fähigkeiten sie haben oder wie alt sie sind.
 - Verwenden Sie das Trampolin niemals, wenn es feucht, beschädigt, schmutzig oder abgenutzt ist.
 - Achten Sie darauf, dass sich keine Objekte in direkter Nähe des Trampolins, d. h. über, unter, auf oder neben dem Trampolin befinden.
 - Sorgen Sie für eine sichere Verwahrung des Trampolins, um unsachgemäße und unbeaufsichtigte Verwendung zu verhindern.
 - Achten Sie während der Benutzung des Trampolins auf einen Sicherheitsabstand von 2 m vom Trampolin aus in jede Richtung. Über dem Trampolin sollte sich ein Freiraum von 7,3 m befinden.
 - Achten Sie darauf, dass sich über dem Trampolin keine Äste von Bäumen oder Dachvorsprünge befinden.
 - Verwenden Sie als Springer das Trampolin nicht, wenn Sie Alkohol oder Drogen konsumiert haben.
 - Legen Sie alle harten und scharfen Gegenstände ab und leeren Sie Ihre Taschen und Hände, bevor Sie das Trampolin verwenden.
 - Springen oder federn Sie nicht über einen längeren Zeitraum zu hoch.
 - Behalten Sie stets das Sprungtuch in Ihrem Blickfeld, um Unfälle zu vermeiden.
 - Springen Sie immer mittig auf dem Sprungtuch.
 - Lesen Sie das Kapitel „Trainieren“, um sich mit den Grundsprüngen vertraut zu machen. Achten Sie auf einen kontrollierten Sprung. Ein kontrollierter Sprung ist dadurch gekennzeichnet, dass Sie auf dem gleichen Ort landen, von dem Sie lospringen. Sollten Sie zu irgendeinem Zeitpunkt das Gefühl haben, dass Sie die Kontrolle verlieren, dann brechen Sie das Springen ab.
 - Achten Sie darauf, dass Sie stets von einem Erwachsenen beaufsichtigt werden, wenn Sie auf dem Trampolin trainieren.
 - Achten Sie darauf, dass Sie kontrolliert auf und absteigen.
 - Springen Sie niemals vom Boden aus auf das Trampolin oder vom Trampolin herunter.
 - Verwenden Sie das Trampolin niemals als Vorrichtung, um auf oder in andere Objekte zu springen.
 - Lernen und beherrschen Sie zunächst die Grundsprünge, bevor Sie schwierigere Sprünge versuchen.
 - Schließen Sie vor der Benutzung des Trampolins die Netzöffnung.
 - Benutzen Sie das Trampolin nur ohne Schuhe.
 - Machen Sie regelmäßige Pausen.
 - Seien Sie beim Aufsteigen auf das Trampolin sowie beim Absteigen sehr vorsichtig.
 - Steigen Sie nicht auf das Trampolin, indem Sie den Rahmenschutz greifen, auf die Federn steigen oder von einem anderen Objekt (einer Fläche, einem Dach o. ä.) auf das Sprungtuch springen.
 - Springen oder steigen Sie niemals auf den Rahmenschutz.
 - Verwenden Sie das Trampolin nicht, wenn Sie eine körperliche oder geistige Einschränkung haben.

HINWEIS!

Beschädigungsgefahr!

- Unsachgemäßer Umgang mit dem Trampolin kann zu Beschädigungen des Trampolins führen.
- Stellen Sie das Trampolin auf einem festen, ebenen, trockenen, stoßdämpfenden und ausreichend stabilen Boden auf.
 - Setzen Sie das Trampolin keinen extremen Witterungseinflüssen (Wind, Hagel, Schnee, Eis etc.) aus. Achten Sie darauf, dass Ihr Trampolin bei starkem Wind verweht werden kann, sichern Sie das Trampolin gegen Verwehen

- oder bauen Sie es bei Wetterwarnungen ab.
- Verwenden Sie das Trampolin nicht mehr, wenn Teile des Trampolins Verformungen, Risse, Sprünge, Brüche, Absplitterungen oder andere Beschädigungen aufweisen.
- Belasten Sie das Trampolin mit maximal 150 kg.
- Bewahren Sie im Winter oder bei anhaltender Nässe das Trampolin demontiert an einem wind- und wettergeschützten Platz auf.

Erstgebrauch Trampolin und Lieferumfang prüfen

HINWEIS!

Beschädigungsgefahr!

Wenn Sie die Verpackung unvorsichtig mit einem scharfen Messer oder anderen spitzen Gegenständen öffnen, können die Teile des Trampolins beschädigt werden.

- Gehen Sie daher beim Öffnen sehr vorsichtig vor.
1. Nehmen Sie die Teile des Trampolins sorgfältig aus der Verpackung.
 2. Legen Sie die Teile auf einer flachen und stabilen Unterlage nebeneinander.
 3. Entfernen Sie das Verpackungsmaterial.
 4. Prüfen Sie, ob die Lieferung vollständig ist.
 5. Prüfen Sie, ob die Einzelteile des Trampolins Schäden aufweisen. Ist dies der Fall, bauen Sie das Trampolin nicht auf. Wenden Sie sich über die auf der Garantiekarte angegebene Serviceadresse an den Hersteller.

Grundreinigung

- Reinigen Sie vor der erstmaligen Verwendung alle Teile des Trampolins, wie im Kapitel „Reinigung und Wartung“ beschrieben.

Auf- und Abbau des Trampolins

Trampolin aufbauen

⚠ ACHTUNG!

Verletzungsgefahr!

Unsachgemäßer Umgang mit dem Trampolin kann zu Verletzungen oder zum Tod führen.

- Verwenden Sie für den Aufbau des Trampolins Handschuhe.



Benutzen Sie für den Aufbau das mitgelieferte Werkzeug (siehe Abb. B):

- Federspanner **6**

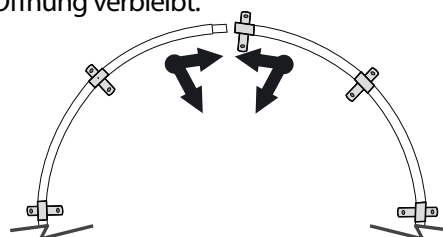


Bauen Sie das Trampolin mithilfe der folgenden Anweisungen und den grafischen Darstellungen im Kapitel „Aufbauanleitung“ auf (S. 2-5).

Für den Aufbau werden zwei Personen benötigt, von denen mindestens eine erwachsen ist. Achten Sie beim Aufbau darauf, dass Sie in jede Richtung hin genügend Bewegungsfreiraum haben. Machen Sie sich vor dem Aufbau nochmals mit den abgebildeten Einzelteilen vertraut.

Rahmen aufbauen | Abb. A

1. Legen Sie die Rahmenteile **1**, **2**, **3**, **4** in einem Kreis aus.
2. Stecken Sie an jeden X-Verbinder **1** ein Kreissegment **2**, dabei muss beim Kreissegment **2** die Seite mit den Einschnitten für die Federbefestigung oben sein und beim X-Verbinder **1** das dünnere Rohr nach oben zeigen. Ebenso muss das dicke Ende in den X-Verbinder eingepasst werden. Die Passung ist bewusst sehr eng gehalten, verwenden Sie ggf. einen Gummihammer oder schlagen Sie das Rohr mit dem etwas aufgesetzten X-Verbinder auf ein am Boden liegendes Stück Holz.
3. Stecken Sie nun alle Kreissegmente mit dem angebrachten X-Verbinder **1** im Kreis ineinander bis ggf. noch eine Öffnung verbleibt.



Ziehen Sie die beiden Enden wenn nötig etwas zur Kreismitte und gleichzeitig zusammen, um die letzten Enden leichter verschliessen zu können. Die zweite Person hilft dazu, dass das hintere Kreisbogenende nicht wegrutscht.

4. Stecken Sie den Kreis **2** mit den X-Verbindern **1** auf die Standfüße **4** mit den vertikalen Verlängerungen **3** und prüfen dabei, dass jeweils beide Druckköpfe vom Klickverschluss überall richtig beidseitig arretieren. Achten Sie bei den Standfüßen **3** darauf, dass die Löcher für den Klickverschluss in die Kreismitte zeigen (innen enger bzw. aussen weiter).

Sprungtuch anbringen | Abb. B

⚠ ACHTUNG!

Verletzungsgefahr!

Unsachgemäße Anbringung der Federn kann zu Verletzungen bei der späteren Benutzung des Trampolins führen.

- Bringen Sie die Federn sorgfältig an dem Sprungtuch sowie an dem Rahmen an.

1. Legen Sie das Sprungtuch **7** innerhalb des Rahmens aus.
2. Wählen Sie einen beliebigen Punkt am Rahmen und hängen Sie eine Feder **5** mit deren Haken in einen V-Ring des Sprungtuches.
3. Ziehen Sie die Feder mithilfe des Federspanners **6**

in Richtung des Rahmens und hängen Sie sie in den Rahmenschlitz.

4. Gehen Sie von der eingehängten Feder aus 20 V-Ringe und 20 Rahmenschlitz weiter.
5. Bringen Sie am 20. V-Ring und Rahmenschlitz erneut eine Feder an.
6. Wiederholen Sie die Schritte 4 und 5, bis Sie vier Federn in gleichmäßigen Abständen angebracht haben (siehe **Abb. B/a**).
7. Die gleichmäßige Verteilung der Spannung ist entscheidend für das richtige Anbringen des Sprungtuches.
8. Bringen Sie nun an jedem 10. V-Ring und an jedem 10. Rahmenschlitz eine Feder an, bis Sie vier Federn angebracht haben (siehe **Abb. B/b**).
9. Verfahren Sie nach diesem Prinzip (siehe **Abb. B/c**), bis Sie alle Federn am Sprungtuch und am Rahmen angebracht haben (siehe **Abb. B/d**). Sollten Sie feststellen, dass Sie einen V-Ring oder einen Rahmenschlitz übersprungen haben, zählen Sie neu und fügen Sie die jeweiligen Federn ein, um die richtigen Verbindungen zu erhalten.

Rahmenschutz anbringen | Abb. C

1. Legen Sie den Rahmenschutz **8** so über das Trampolin, dass die Federn und der Stahlrahmen bedeckt werden (siehe **Abb. C**). Stellen Sie sicher, dass der Rahmenschutz alle Metallteile bedeckt. Der Rahmenschutz hat entsprechende Schlitze, durch die dann die X-Verbinder herausstehen.
2. Ziehen Sie die Schnur **9** 2 Stk. durch die ringsum an der Unterseite vom Rahmenschutz angebrachten Textillösen und jeweils zwei Triangel am Sprungtuch. Ziehen Sie das ganze stramm zu und verknoten die Enden jeder Schnur am Anfang und am Ende. Dies soll ein Durchgleiten zwischen den Federn verhindern und damit eine Strangulationsgefahr bei kleinen Personen bzw. Kindern abwenden.
3. Binden Sie den Rahmenschutz mithilfe der Bänder an der Unterseite des Rahmens fest. Platzieren Sie den Rahmenschutz so, dass der Warnhinweis mittig zwischen zwei Standfüßen **4** ist. Vermeiden Sie, dass sich ein horizontales Standfußrohr darunter befindet. Achten Sie darauf, dass der äußere Rand des Rahmenschutzes den Stahlrahmen überlappt.

Leiter anbringen | Abb. C+E

1. Hängen sie die Leiter sicher, schräg am Rahmen ein an der Stelle des Warnvermerkes am Rahmenschutz und damit zwischen zwei Beinen bzw. Einstieg und Netzöffnung. Am Rahmenschutz sind 2 Öffnungen seitlich, unterhalb des Warnvermerkes, zum durchstecken der Einhängung.
2. Bei Nichtgebrauch - Entfernen - sicher Verwahren !

Sicherheitsnetz aufbauen | Abb. D+E

1. Stecken Sie jeweils (10x) einen unteren Netzpfeosten **10** mit einem oberen Netzpfeosten **11** zusammen. Der Schaumstoff als Teil **12** in der Teileliste ist bereits auf den Netzpfeosten angebracht. Achten Sie auf beidseitiges Einrasten der Klickverschlussköpfe.
2. Bringen Sie auf jeden Netzpfeosten die Kappe **13** an, (ebenfalls per Klickverschluss).
3. Ziehen Sie nun über alle Netzpfeosten den Netzpfeostenüberzug **14**.
4. Stecken Sie nun alle montierten Netzpfeosten in den X-Verbinder am Rahmen mittels dem beidseitigen Klickverschluss.
5. Legen Sie nun das Netz auf dem Sprungtuch aus, so dass die oberen Einhängeschlaufen am Netz jew. in der Nähe eines Netzpfeosten liegen.
6. Achten Sie darauf, dass der Reissverschluss im Bereich zwischen zwei Standfüßen und dem Aufdruck am Rahmenschutz liegt.
7. Hängen Sie nun nacheinander das Netz oben an den Schlaufen jeweils auf einen Netzpfeosten bzw. über die Netzpfeosten-Kappe **13**.
8. Sichern Sie das Sicherheitsnetz, indem Sie die dort angebrachten Haken in die Ring-Triangel am Sprungtuch einhängen.
9. Prüfen Sie alle Halterungen und Haken und ziehen diese wenn nötig fest. Eine ggf. notwendige höhere Spannung erzielen Sie, wenn die Haken bzw. deren Bänder, abwechselnd in der Richtung, schräg einsetzen.
10. Kontrollieren Sie vor der ersten Verwendung noch einmal den festen Sitz und die korrekte Montage alle Teile.

Das Trampolin ist aufgebaut und kann verwendet werden.

Trampolin abbauen

– Um das Trampolin abzubauen, gehen Sie in umgekehrter Reihenfolge vor, wie im Kapitel „Trampolin aufbauen“ beschrieben. Die X-Verbinder können jeweils am Kreissgement verbleiben, wenn diese fest sitzen. Wollen Sie gut haftende X-Verbinder dennoch ablösen, nehmen Sie einen Gummihammer oder ein Hartholz, Hammer mit Holz dazwischen als Dämpfung etc..

Gebrauch

⚠ ACHTUNG!

Verletzungsgefahr!

Unsachgemäßer Umgang mit dem Trampolin kann zu Verletzungen oder zum Tod führen.

- Stellen Sie sicher, dass über dem Trampolin ein Freiraum von mindestens 7,3 m besteht.
- Stellen Sie sicher, dass sich in der Umgebung des Trampolins keine gefährlichen Gegenstände, wie Äste, Stromkabel, Wände, Zäune, verschiedene Freizeitobjekte, wie

- Schaukeln oder Schwimmbäder etc. befinden.
- Benutzen Sie das Trampolin nur mit geschlossener und gesicherter Einstiegsöffnung.

Standort wählen



Um das Trampolin sicher benutzen zu können, beachten Sie bei der Wahl des Standortes die folgenden Hinweise:

- Stellen Sie sicher, dass das Trampolin auf einer ebenen Fläche aufgebaut wird.
- Sorgen Sie dafür, dass der Platz ausreichend beleuchtet ist.
- Stellen Sie sicher, dass sich unterhalb des Trampolins keine Gegenstände oder Bodenunebenheiten befinden.
- Das Trampolin ist nicht dafür vorgesehen, in den Boden eingegraben zu werden.

Trampolin betreten

1. Öffnen Sie den Karabiner-Verschluss unten an der Einstiegsöffnung am Sicherheitsnetz **15**.
2. Öffnen Sie anschließend den Reißverschluss und schlagen Sie das Sicherheitsnetz auf.
3. Lassen Sie nach Betreten des Trampolins das Sicherheitsnetz durch die Aufsichtsperson bzw. den Erwachsenen wieder verschließen und sichern.

Vorbereiten



Um Ihnen den Einstieg in das Trampolin springen zu erleichtern, befolgen Sie die folgenden Tipps:

- Beachten Sie die allgemeinen Sicherheitshinweise, bevor Sie das Trampolin benutzen.
- Versuchen Sie, ein Gefühl für das Trampolin und dessen Schleuderkraft zu entwickeln. Konzentrieren Sie sich hierbei auf die grundsätzliche Körperhaltung und üben Sie jeden (Grund-)Sprung so lange, bis Sie ihn leicht und kontrolliert ausführen können.
- Beugen Sie zum Abbrechen eines Sprungs stark die Knie, bevor Sie die Matte des Trampolins berühren. Üben Sie diese Technik und setzen Sie sie immer dann ein, wenn Sie das Gleichgewicht oder die Kontrolle über Ihren Sprung verlieren.
- Erlernen Sie immer zunächst den einfachsten Sprung, bis Sie ihn vollständig und fehlerfrei beherrschen, bevor Sie sich schwierigeren bzw. fortgeschrittenen Sprüngen zuwenden. Sie beherrschen einen Sprung dann, wenn Sie auf dem gleichen Punkt ankommen, von dem Sie abgesprungen sind. Sollten Sie den nächsten Sprung versuchen, ohne den vorherigen zu beherrschen, erhöhen Sie das Verletzungsrisiko.

- Vermeiden Sie es, längere Zeit auf dem Trampolin zu springen, weil Ermüdung Ihre Verletzungsgefahr erhöht. Lassen Sie nicht mehr als eine Person auf dem Trampolin springen.

- Tragen Sie als Springer ein T-Shirt, eine kurze Hose oder einen Trainingsanzug und keine Schuhe. Zu Beginn sind jedoch langärmelige Oberteile und lange Hosen geeigneter, um sich gegen Kratzer und Abschürfungen zu schützen, solange Sie die korrekten Landepositionen und -formen noch nicht beherrschen.
- Achten Sie darauf, immer richtig auf- und abzustiegen, um Verletzungen zu vermeiden. Halten Sie sich hierfür mit Ihrer Hand am Rahmen fest und betreten Sie über die Federn hinweg das Sprungtuch oder rollen Sie sich auf das Sprungtuch ab. Vergessen Sie nie, sich am Rahmen festzuhalten, wenn Sie auf- oder absteigen. Steigen Sie nie auf den Rahmenschutz am Rahmen, und halten Sie sich nicht am Innenbereich des Rahmenschutzes fest. Um richtig abzustiegen, bewegen Sie sich auf die Seite des Trampolins, halten Sie sich mit der Hand am Rahmen fest und steigen Sie von dem Sprungtuch auf den Boden. Helfen Sie kleineren Kindern beim Auf- und Absteigen.

- Vermeiden Sie leichtsinnige Sprünge auf dem Trampolin, da diese das Verletzungsrisiko erhöhen. Versuchen Sie nie, andere Springer an Sprunghöhe zu überbieten. Verwenden Sie das Trampolin nie ohne einen Erwachsenen.

- Verwenden Sie das Trampolin nicht, wenn sich Tiere, andere Menschen oder Gegenstände unter dem Trampolin befinden, da Sie sich und andere verletzen können.

- Beachten Sie die Hinweise im Kapitel „Reinigung und Wartung“, um den Zustand des Trampolins zu wahren.

- Achten Sie als Aufsichtsperson darauf, dass Sie alle Sicherheitshinweise und -richtlinien kennen und durchsetzen. Als Aufsichtsperson liegt es in Ihrer Verantwortung, allen Springern auf dem Trampolin kompetente Hinweise und Unterweisungen zu erteilen.

Trainieren

Die folgenden Übungen sind dafür gedacht, die Grundschritte und -sprünge zu erlernen, bevor Sie mit schwierigeren, komplizierten Sprüngen weitermachen.

Lektion 1

- Auf- und Absteigen – Vorführung der richtigen Techniken.
- Der Grundsprung (Strecksprung) – Vorführung und Übung.
- Abbremsen (siehe Sprünge) – Vorführung und Übung.
- Erlernen des Abbremsens und der Kontrolle.
- Hand- und Knie – Vorführung und Übung. Der Schwerpunkt sollte auf dem Landen auf allen Vieren und dessen Koordination gelegt werden.

Lektion 2

- Überprüfung und Übung der Techniken der 1. Lektion.
- Kniesprung – Vorführung und Übung. Lernen Sie erst einfach die Knie zu beugen und sich wieder aufzurichten, bevor Sie eine halbe Drehung nach links oder rechts vollziehen.
- Sitzsprung – Vorführung und Übung. Lernen Sie zunächst den einfachen Sitzsprung, dann fügen Sie einen Kniesprung und Hand- und Kniesprung hinzu. Wiederholen Sie den Sprung mehrmals.

Grundsprünge

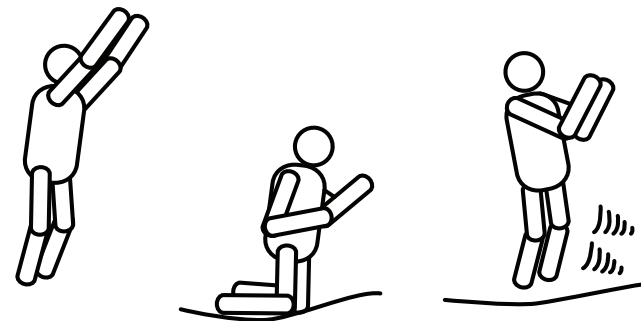
Strecksprung

1. Stellen Sie sich aufrecht auf das Trampolin. Achten Sie darauf, dass Ihre Füße schulterbreit voneinander entfernt sind und Sie Ihren Kopf aufrecht mit Blick auf das Sprungtuch halten.
2. Richten Sie Ihre Arme nach vorne und schwingen Sie sie in einer kreisförmigen Bewegung nach oben.
3. Führen Sie Ihre Füße in der Luft zusammen, während Ihre Zehenspitzen nach unten zeigen.
4. Halten Sie Ihre Füße bei der Landung auf dem Sprungtuch in Schulterbreite gespreizt.



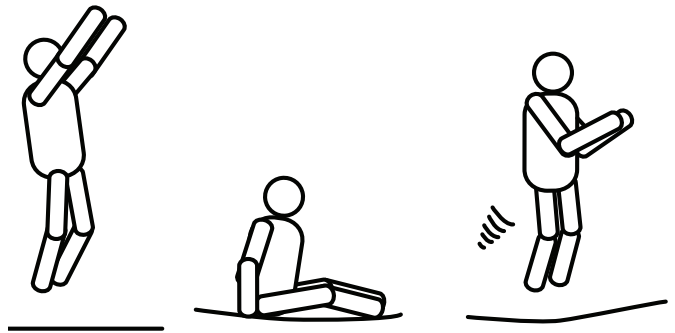
Kniesprung

1. Beginnen Sie mit einem flachen Strecksprung
2. Landen Sie dabei auf Ihren Knien. Achten Sie darauf, dass Ihr Rücken gerade und Ihr Körper gestreckt ist. Setzen Sie Ihre Arme ein, um das Gleichgewicht zu halten.
3. Schwingen Sie Ihre Arme nach oben, um zur ursprünglichen Sprungposition zurückzukehren.



Sitzsprung

1. Beginnen Sie mit einem Strecksprung
2. Landen Sie in einer flachen Sitzposition.
3. Stützen Sie sich mit den Händen neben den Hüften ab.
4. Drücken Sie sich mit den Händen ab, um wieder in eine aufrechte Position zurückzukehren.



Reinigung und Wartung

⚠ ACHTUNG!

Verletzungsgefahr!

Unsachgemäße Erstprüfung und Wartung des Trampolins können zu erheblichen Verletzungen führen.
– Beachten Sie für die sachgemäße Erstprüfung und Wartung des Trampolins die Hinweise in diesem Kapitel.

HINWEIS!

Beschädigungsgefahr!

Unsachgemäße Reinigung des Trampolins kann zu Beschädigungen der Oberflächen führen.

– Verwenden Sie keine aggressiven Reinigungsmittel, Bürsten mit Metall- oder Nylonborsten sowie keine scharfen oder metallischen Reinigungsgegenstände wie Messer, harte Spachtel und dergleichen.

1. Wischen Sie alle Teile des Trampolins mit einem leicht angefeuchteten Tuch ab.
 2. Lassen Sie alle Teile danach vollständig trocknen.
 3. Um Verschleiß zu vermeiden, beachten Sie die Sicherheitshinweise sowie die Hinweise im Kapitel „Verwendung“.
 4. Überprüfen Sie das Trampolin vor jeder Verwendung auf abgenutzte, überbeanspruchte oder fehlende Teile.
 5. Achten Sie besonders auf:
 - Einstiche, Löcher, Risse, lose Nähte und jegliche Art von Abnutzung des Sprungtuchs **7**,
 - ein durchhängendes Sprungtuch **7**,
 - geknickte oder gebrochene Rahmenteile, wie z. B. Standfüße **4**,
 - gebrochene, fehlende oder beschädigte Federn **5**,
 - einen beschädigten, fehlenden oder unzureichend befestigten Rahmenschutz **8**,
 - hervorstehende Teile (vor allem scharfe Teile) am Rahmen,
 - korrekten Sitz der Federn **5** (Falls eine Feder beschädigt ist, bestellen Sie eine korrekte Feder vom Hersteller. Verwenden Sie das Trampolin bis dahin nicht.),
 - folgende Verschleißteile:
 - Sprungtuch **7**,
 - Sicherheitsnetz **15** und
 - Rahmenschutz **8**.
- Prüfen Sie diese Teile regelmäßig auf Beschädigungen

und Verschleißerscheinungen.

- Änderungen am Trampolin. Diese dürfen nur nach den Anweisungen des Herstellers durchgeführt werden.
6. Das Trampolin sollte im Winter abgebaut werden, oder wenigstens Sprungtuch, Rahmenschutz und auch das Sicherheitsnetz in Innenräumen aufbewahrt werden. Bei Nichtabbau (nicht empfohlen) ist auch auf evtl. hohe Schneelasten zu achten, die zu entfernen sind.
 7. Das Sicherheitsnetz ist nach 3 Jahren, das Sprungtuch nach 5 Jahren und der Rahmenschutz nach 2 Jahren der Benutzung zu ersetzen. Die Haltbarkeit bezieht sich auf den bestimmungsgemäßen Gebrauch im mitteleuropäischen Raum und bei Abbau im Winter. Sobald am Trampolin Verschleiß erkennbar ist, sind die Teile sofort zu wechseln und das Trampolin bis zum Tausch des beschädigten Teils nicht mehr zu benutzen.
 8. Schützen Sie das Trampolin mithilfe einer Schutzfolie (nicht im Lieferumfang enthalten) vor Nässe und UV-Strahlung, um die Lebenszeit des Trampolins zu erhöhen.

Transport



Wenn Sie das Trampolin transportieren wollen, benötigen Sie dazu zwei Personen.

1. Heben Sie das Trampolin für den Transport leicht vom Boden und halten Sie es horizontal zum Boden.
2. Wenn Sie längere Transportwege haben, zerlegen Sie das Trampolin, bevor Sie es transportieren.

Aufbewahrung



Für die Aufbewahrung muss das Trampolin trocken sein.

- Bewahren Sie das Trampolin stets an einem trockenen Ort auf.
- Schützen Sie das Trampolin vor direkter Sonneneinstrahlung. Benutzen Sie hierfür ggf. eine Schutzfolie.
- Lagern Sie das Trampolin für Kinder unzugänglich, sicher verschlossen und bei einer Lagertemperatur zwischen +5 °C und +20 °C.
- Transportieren oder bewegen Sie das Trampolin nicht bei Minustemperaturen.

Service

Kontaktieren Sie bei Fragen oder Schwierigkeiten mit dem Trampolin den Hersteller über die in der Garantiekarte angegebene Serviceadresse. Eine Rücksendung des Trampolins ist aus Gewichtsgründen nicht möglich.

Technische Daten

Artikelnummer:	701684
Modell/Typ:	LK #5605 TX-B7123-13FT
Gewicht:	70 kg

Maximale Belastbarkeit:	150 kg
Abmessungen (Ø × H):	396 cm × 274 cm
Material Kreissegmente und Standfüße:	Stahl, innen & außen galvanisiert
Material Rahmenschutz innen:	EPE-Schaum
außen:	PVC
Material Sprungtuch:	PP mit Stahl-V-Ringen
Material Feder:	Stahl

Konformitätserklärung



Die EU-Konformitätserklärung kann unter der in der beiliegenden Garantiekarte angeführten Adresse angefordert werden.

Entsorgung

Verpackung entsorgen



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

Trampolin entsorgen

– Entsorgen Sie das Trampolin entsprechend den in Ihrem Land geltenden Bestimmungen und Gesetzen.

Ersatzteilliste

Wenn Sie Teile des Trampolins aufgrund von Beschädigungen austauschen müssen, kontaktieren Sie den Hersteller und geben Sie die Bezeichnung sowie die Nummer des Ersatzteils an.

Ersatzteile		
Nr.	Bezeichnung	Anzahl
1	X-Verbinder	10
2	Kreissegment	10
3	Vertikales Bein-Rohr	10
4	Standfuß	5
5	Feder	80
6	Federspanner	1
7	Sprungtuch*	1
8	Rahmenschutz*	1
9	Schnur zur Rahmenschutzfixierung	2
10	Netzpfofen unten	10
11	Netzpfofen oben	10
12	Schaumstoffhülle f. Netzpfofen	20
13	Netzpfofen-Kappe	10
14	Netzpfofenüberzug	10
15	Sicherheitsnetz*	1
16	Ersatz-Clip-Federn	2
17	Leiter	1

* Verschleissteile

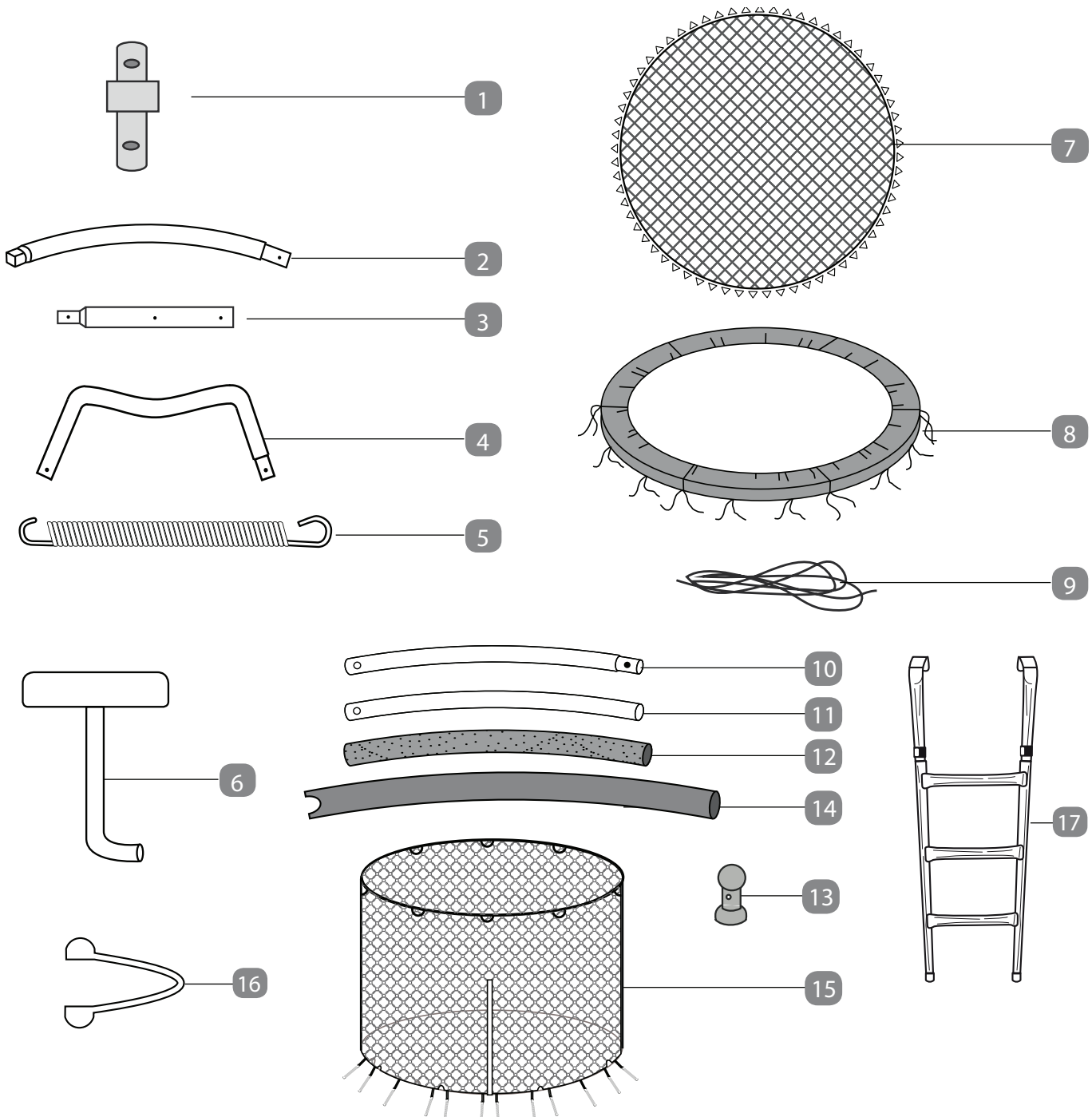


Felépítési útmutató/vázlatok	2-5
Szállítási terjedelem/alkatrészek.....	17
Általános tudnivalók.....	18
A használati útmutatót el kell olvasni	
és meg kell őrizni	18
Jelölések magyarázata.....	18
Biztonság.....	19
Rendeltetésszerű használat	19
Biztonsági tudnivalók	19
Első használat	20
A trambulín és a csomagolás terjedelmének ellenőrzése	20
Alaptisztítás	21
A trambulín felépítése és szétszerelése.....	21
A trambulín felépítése	21
A keretek felépítése	21
Az ugróháló felvitele	21
Az ugróháló felszerelése	22
Létra felszerelése	22
A védőháló felépítése	22
A trambulín szétszerelése	22
Használat.....	22
A helyszín megválasztása.....	22
Fellépés a trambulínra	23
Előkészületek	23
Edzés	23
Tisztítás és karbantartás	24
Szállítás.....	25
Tárolás.....	25
Szerviz	25
Műszaki adatok	25
Megfelelőségi nyilatkozat	25
Ártalmatlanítás.....	25
A csomagolás ártalmatlanítása	25
A trambulín ártalmatlanítása	25
Pótalkatrészek	25

Szállítási terjedelem/alkatrészek

- | | |
|--------------------------------|----------------------------------|
| 1 X-kapocs 10x | 10 Alsó hálórúd 10x |
| 2 körszegmens 10x | 11 Felső hálórúd 10x |
| 3 Vízszintes lábcső 10x | 12 Habanyag tok a hálórúdhoz 20x |
| 4 Tartóláb 5x | 13 A hálórúd sapkája 10x |
| 5 Rugó 80x | 14 Hálórúd-bevonat 10x |
| 6 Rugófeszítő 1x | 15 Védőháló* 1x |
| 7 Ugróháló* 1x | 16 Pót csatos rugók 2x |
| 8 Keretvédő* 1x | 17 Létra 1x |
| 9 Madzag a keretrögzítéshez 2x | |

*Kopóalkatrészek



Általános tudnivalók

A használati útmutatót el kell olvasni és meg kell őrizni



A használati útmutató a védőhálós trambulín (a továbbiakban csak „trambulín”) részét képezi. Fontos információkat tartalmaz a termék felépítésére és használatára vonatkozóan.

Olvassák el figyelmesen a használati útmutatót, különös tekintettel a biztonsági tudnivalók c. rész tekintetében, mielőtt megkezdénék a trambulín használatát. Jelen használati útmutató be nem tartása súlyos sérülésekhez vagy a trambulín károsodásához vezet.

A használati útmutató alapját az Európai Unióban érvényes szabványok és szabályok képezik. Ügyeljenek a külföldön érvényben lévő országspecifikus irányelvek és törvények betartására is.

Őrizzék meg a használati útmutatót későbbi használatra. A trambulín továbbadása esetén mindenképpen adják tovább jelen használati útmutatót is.

Jelölések magyarázata

Jelen használati útmutató a következő szimbólumokat és jelzőszavakat használja magán a trambulínon vagy annak csomagolásán.

⚠ FIGYELEM!

Ez a szimbólum/jelzőszó közepes fokozatú kockázatot jelöl. Ennek figyelmen kívül hagyása súlyos sérülésekhez vagy halálhoz vezethet.

FELHÍVÁS!

Ezen jelölőszó esetleges anyagi károk veszélyére hívja fel a figyelmet.



Ez a szimbólum hasznos információkat jelöl az összeszerelésre vagy használatra vonatkozóan.



Megfelelőségi nyilatkozat (lásd a „Megfelelőségi nyilatkozat” c. fejezetet): Az ezen szimbólummal jelölt termékek megfelelnek az Európai Gazdasági Térségben érvényes közösségi előírásoknak.



A „bevizsgált biztonság” pecsétje (GS-jelölés) azt tanúsítja, hogy a termék megfelel a német termékbiztonsági törvény követelményeinek. A GS-jelölés azt mutatja, hogy **rendeltetészerű vagy elvárható használat esetén a személyi biztonság és egészség nem veszélyeztetett.**



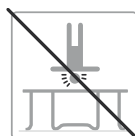
A gyermekek csak felnőtt felügyelete mellett gyakorolhatnak a trambulínon.



Soha ne ugráljanak ketten vagy többen a trambulínon.



Ne csináljon szaltót (flip) a trambulínon.



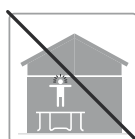
Soha ne landoljon fejjel vagy nyakkal a trambulínon való ugrás során.



Győződjön meg arról, hogy a trambulín használata során nincsenek személyek a termék alatt.



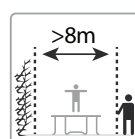
Soha ne használják a trambulínt, ha az nedves, károsodott, szennyeződött vagy elhasználódott.



Ügyeljenek arra, hogy ne legyenek tárgyak a trambulín közvetlen közelében. Azaz sem a trambulín felett, alatt, rajta vagy mellette.



A trambulínt mindig egyenletes és tompító hatású alappal állítsák fel.



Ügyeljenek arra, hogy minden irányban legalább 2 m biztonsági távolság legyen adott.



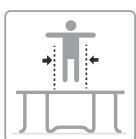
Biztosítsák a trampulin biztonságos megőrzését, a szakszerűtlen és véletlen használat elkerülése érdekében.



A trampulinon ne legyenek faágak és az ne legyen kiálló tetők alatt.



A trampulin használatának megkezdése előtt tegyék le a kemény és éles tárgyakat.



Mindig középen ugráljanak.



A trampulin széleit ne használják ugráshoz.

Biztonság

Rendeltetésszerű használat

A trampulin kizárólag szabadban való ugráláshoz és játékhoz tervezett. Kizárólag magáncélú használatra készült. Iparüzésszerű használatra nem alkalmas.

A trampulint kizárólag a jelen használati útmutatóban leírtak szerint használják. Minden ettől eltérő használat nem rendeltetésszerűnek minősül és anyagi károkhoz, személyi sérülésekhez vagy halálhoz vezethet.

A gyártó vagy a kereskedő nem vállal felelősséget olyan károkért, melyek nem rendeltetésszerű vagy helytelen használatra vezethetők vissza.

Biztonsági tudnivalók

⚠ FIGYELEM!

- **6 évnél idősebb gyermekek számára alkalmas.**
- **Maximum 150 kg.**
- **Kizárólag magáncélú használatra.**
- **Kizárólag szabadban való használatra.**
- **A trampulint felnőtt személynek a felépítési útmutató szerint kell felépítenie és azt az első használat előtt ellenőrizni kell.**
- **Csak egy felhasználó. Ütközésveszély!**
- **Ugrás előtt mindig zárják be a hálón lévő nyílást.**
- **Cipő nélkül ugráljanak.**

- **Ne használják, ha az ugrószőnyeg nedves.**
- **Az ugrálás előtt a zsebeket és kezeket ki kell üríteni.**
- **Mindig az ugróháló közepén ugráljanak.**
- **Az ugrálás során ne egyenek.**
- **A trampulint ne ugrással hagyják el.**
- **A megszakítás nélküli használat időtartamát korlátozzák (tartsanak rendszeresen szüneteket).**
- **Erős szél esetén rögzítse a trampulint, és ne használja. (Pl. : keret rögzítése kötelekkel vagy a lábak rögzítése erős súlyokkal, stabil földhorgonyokkal vagy a szélfogó elemek, például védőháló, ugráló felület és keretvédelem eltávolítása).**
- **A használat megkezdése előtt a trampulint teljes mértékben ellenőrizték.**
- **A trampulin nem alkalmas arra, hogy beássák azt a talajba.**
- **Mindig ügyeljenek a kopóalkatrészek csereidőtartamainak betartására (a háló esetében ez 3 év, lásd a 25. oldalt)**

⚠ FIGYELEM!

Fulladásveszély!

A gyermekek a csomagolóanyagba göngyölődhetnek és azt vagy a kisebb alkatrészeket lenyelhetik, ami fulladást okoz.

- A gyermekek nem játszhatnak a csomagoló fóliával.
- A kis alkatrészek gyermekektől távol tartandók.
- A trampulint sem a felépítés alatt, sem azután nem szabad felügyelet nélkül hagyni.
- A létrát a használat után távolítsák el és azt gyermekektől elzárva tárolják.

⚠ FIGYELEM!

Sérülésveszély!

A trampulin szakszerűtlen használata sérülésekhez vezethet.

- Hívják fel a trampulin más felhasználójának figyelmét a jelen használati útmutatóban felsorolt gyakori és biztonsági felhívásokra.
- A trampulin használata kizárólag felnőtt felügyelete mellett történhet.
- Rendszeresen ellenőrizték a trampulint, – különösen az ugróhálót, – minden használat előtt károsodásokra, kopásra, hiányzó alkatrészere és a csatos rögzítések szilárd helyzetére vonatkozóan.
- Tartsák távol a háziállatokat a trampulintól.
- A károsodott alkatrészeket szakemberrel vagy a gyártóval cseréltessék. A trampulin csak akkor használható újra, ha a károsodott alkatrészeket kicserélték.

- Csak megfelelő szellemi és fizikai fejlettségű gyermekek gyakorolhatnak a trambulínon. Magyarazzák el nekik a helyes használatot.
- Ne használja több személy egyidejűleg a trambulint. Ilyenkor ugyanis sérülések veszélye áll fenn, mint például törések a feji és nyaki területeken, lábtörések és gerinctörés.
- Ne landoljanak fejjel a trambulínon, ill. az ugróhálón.
 - Ne csináljanak szaltót (flip). Ilyenkor ugyanis megnövekedett veszélye áll fenn annak, hogy a fejükön vagy a nyakon landolnak.
- Győződjenek meg arról, hogy a trambulín használata során nincsenek személyek a trambulín alatt.
- A helytelen és túlzott gyakorlás elkerülendő, mivel ez veszélyezteti az Ön egészségét.
- A trambulín rugózó berendezés, mely a felhasználót szokatlan magasságba röpti, szokatlan módon terhelve az izomzatot és az ízületeket.
- A trambulín használata során soha ne tartsa csukva a szemét.
- Ne egyenek a trambulínon való ugrálás közben.
- Ne építsék fel a trambulint betonon, aszfalton vagy más kemény alapzaton.
- Ismerje meg felügyelő személyként is az alapugrásokat és a biztonsági tudnivalókat. A sérülések, ill. a sérülésveszély minimális szinten tartása érdekében ügyeljenek a biztonsági utasítások betartására és győződjenek meg arról, hogy az ugráló személyek megtanulják az alapugrásokat, mielőtt haladóbb szintű ugrásokba kezdenének.
- Minden ugró személyt felügyeljenek, függetlenül attól, hogy milyen képességekkel rendelkeznek és milyen idősök.
- A trambulint soha ne használják, ha az nedves, károsodott, szennyeződött vagy elhasználódott.
- Ügyeljenek arra, hogy ne legyenek tárgyak a trambulín közvetlen közelében, azaz felette, alatta, rajta vagy mellette.
- Gondoskodjanak a trambulín biztonságos tárolásáról, a szakszerűtlen vagy felügyelet nélküli használat elkerülése érdekében.
- A trambulín használata során mindig tartsanak 2 m biztonsági távolságot minden irányba. A trambulín felett 7,3 m-es szabad térnek kell lennie.
- Ügyeljenek arra, hogy a trambulínon ne legyenek faágak és az ne legyen kiálló tetőzet alatt.
- Ne ugráljon a trambulínon, ha alkohol vagy kábítószer hatása alatt áll.
- Tegyen le minden kemény és éles tárgyat, ürítse a kezeit, mielőtt megkezdene a trambulín használatát.
- Ne ugorjon vagy rugózzon hosszabb időtartamon át.
- Az ugróhálót mindig tartsa szemmel, a balesetek elkerülése végett.
- Mindig az ugróháló közepén ugráljon.
- Olvassa el az „Edzés” c. fejezetet és ismerje meg jól az

- alapugrásokat. Mindig kontrollált ugrást végezzen. A kontrollált ugrás jellemzője, hogy az ugrás megkezdésének helyén landol. Ha bármikor az az érzése, hogy elveszti az uralmat, szakítsa meg az ugrálást.
- Ügyeljen arra, hogy mindig legyen felnőtt felügyelet alatt, amikor a trambulínon gyakorol.
- Ügyeljenek a kontrollált fel- és lemászásra.
- Soha ne ugorjanak a földről a trambulínra vagy a trambulínról a földre.
- A trambulint soha ne használják más objektumokra való ugráshoz.
- Először az alapugrásokat tanulja meg és gyakorolja azokat. Azután próbálja meg a nehezebb ugrásokat.
- A trambulín használatának megkezdése előtt zárják le a hálón lévő nyílást.
- A trambulint mindig cipő nélkül használják.
- Tartsanak rendszeresen szünetet.
- A trambulínra való felmászáskor és az arról való lemászáskor mindig legyenek óvatosak.
- Ne másszanak úgy a trambulínra, hogy a védőkeretet fogják meg, a rugókra lépnek vagy más objektumról (egy felületről, egy tetőről stb.) ugranak az ugróhálóra.
- Soha ne ugorjanak és ne másszanak fel a védőkeretre.
- Ne használja olyan személy a trambulint, aki testi vagy szellemi fogyatékosággal rendelkezik.

FELHÍVÁS!

Károsodás veszélye!

- A trambulín szakszerűtlen használata a trambulín károsodásához vezethet.
- A trambulint szilárd, egyenletes, száraz és tompító hatású, megfelelő stabilitású alapzaton állítsák fel.
 - Ne tegyék ki a trambulint szélsőséges időjárási körülményeknek (szél, jégeső, hó, jég stb.). Ügyeljenek arra, hogy a trambulint az erős szél felkaphatja. Biztosítsák ezért a trambulint megfelelően szél ellen vagy szereljék szét azt viharjelzések esetén.
 - Ne használják a trambulint, ha annak részein elformálódásokat, repedéseket, töréseket, szakadásokat, szilánkosodást vagy más károsodásokat észlelnek.
 - A trambulín maximálisan 150 kg mértékben terhelhető.
 - Télen vagy tartós nedvesség esetén a trambulín szétől és az időjárás viszontagságaitól védett helyen tárolandó.

Első használat

A trambulín és a csomagolás terjedelmének ellenőrzése

FELHÍVÁS!

Károsodás veszélye!

- Ha a csomagolást figyelmen kívül nyitják fel egy éles késsel, vagy más éles tárgyakkal, azzal károsíthatják a trambulín alkatrészeit.
- Ezért mindig különös körültekintéssel járjanak el.

1. A trambulín alkatrészeit óvatosan vegyék ki a csomagolásból.
2. Az alkatrészeket egy lapos és stabil felületen helyezték el egymás mellett.
3. Távolítsák el a csomagolóanyagot.
4. Ellenőrizték a csomagolás teljességét.
5. Ellenőrizték, hogy a trambulín egyes részein nem észlelhetők-e károk. Ha ez fennáll, akkor ne építsék fel a trambulínt. Ilyenkor forduljanak a garanciakártyán megadott gyártói szervizcímhez.

Alaptisztítás

– A használat megkezdése előtt tisztítsák meg a trambulín alkatrészeit, a „Tisztítás és karbantartás” c. fejezetben leírtak szerint.

A trambulín felépítése és szétszerelése

A trambulín felépítése

FIGYELEM!

Sérülésveszély!

A trambulín szakszerűtlen használata sérülésekhez vagy halálhoz vezethet.

– A trambulín felépítése során viseljenek kesztyűt.



A felépítéshez a mellékelt számszámokat használják (lásd a B ábrát):
• Rugós feszítő **6**



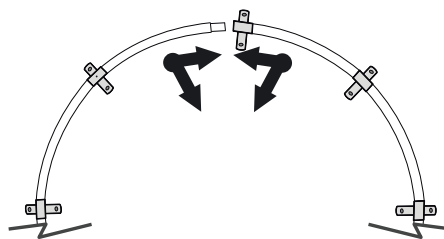
A trambulínt a következő útmutatások és grafikus ábrázolások alapján építsék fel, a „Felépítési útmutató” c. fejezetben (2-5. oldal) leírtak szerint.

A felépítéshez két személyre lesz szükség. Közülük legalább az egyiknek felnőttnek kell lennie. A felépítés során ügyeljenek arra, hogy minden irányban elegendő szabad mozgásterület álljon rendelkezésre. A felépítés előtt ismerje meg az ábrázolt alkatrészeket.

A keretek felépítése | A jelű ábra

1. Helyezze el a(z) **1**, **2**, **3**, **4** keretelemeket kör alakú elrendezésben.
2. Helyezzen minden X-kapocsra **1** egy körszegmenst **2**. Ennek során a körszegmensnek **2** a rugós rögzítéshez kialakított vajatokkal rendelkező oldala felül legyen. Az X-kapocs **1** vékonyabb csöve pedig felfelé nézzen. A vastag véget az X-kapocsba kell illeszteni. Az illeszkedés ennek során tudatosan szűk. Szükség szerint használjon gumikalapácsot vagy üsse a csövet a kissé felillesztett X-kapoccsal egy a földön lévő fadarabra.

3. Dugaszolja ezután össze az összes körszegmenst a felhelyezett X-kapoccsal **1** kör alakban, míg csak egy nyílás marad. Szükség esetén húzzák össze a két véget egyidejűleg a kör közepéhez, hogy az utolsó végeket könnyebben lehessen lezárni. A második személy segítsen abban, hogy a hátsó körív vége ne csússzon el.



4. Dugaszolja a kört **2** az X-kapoccsal **1** a tartólábakra **4** a függőleges hosszabbítások **3** használatával. Ennek során ellenőrizték, hogy a kapcsos záron lévő két-két nyomófej mindenhol mindkét oldalon zár-e. A tartólábak **3** esetén ügyeljenek arra, hogy a kapcsos zárhoz kialakított lyukak a kör közepére mutassanak (belül szűkebb, ill. kívül bővebb).

Az ugróháló felvitele | B ábra

FIGYELEM!

Sérülésveszély!

A rugók szakszerűtlen felvitele a trambulín későbbi használata során sérülésekhez vezethet.

– Helyezzék fel a rugókat óvatosan az ugróhálóra és a keretekre.

1. Helyezzék el az ugróhálót **7** a keretek belsejében.
2. Válasszon egy tetszőleges pontot a kereten és akasszon egy rugót **5** annak hurkával az ugróháló egyik V-alakú gyűrűjébe.
3. Húzzák a rugót a rugós feszítő **6** használatával a keret felé és akassza be azt a kereten lévő vajatba.
4. A beakasztott rugóktól kiindulva számoljon le 20 V-alakú gyűrűt és 20 keretvajat.
5. Helyezzen be a 20. V-alakú rugóba és keretvajatba ismét egy rugót.
6. smételje meg a 4. és 5. lépéseket, míg el nem helyezett négy rugót egyenlő távolságba (lásd a B/a ábrát).
7. A feszesség egyenletes elosztása döntő jelentőségű az ugróháló helyes felviteléhez.
8. Helyezzen ezután minden 10. V-alakú rugóba és minden 10. keretvajatba egy-egy rugót, míg fel nem helyezett négy rugót (lásd a B/b ábrát).
9. Járjon el ezen elv szerint (lásd B/c ábra), míg minden rugót el nem helyezett az ugróhálón és a kereteken (lásd a B/d ábrát). Ha azt veszi észre, hogy egy keretvajatot vagy egy V-alakú gyűrűt kihagyott, számoljon újra és illesse be a hiányzó rugót a megfelelő kötések kialakításához.

Az ugróháló felszerelése | C ábra

1. Helyezze el úgy a keretvédőt **8** a trambulín felett, hogy a rugók és az acélkeretek teljesen elfedésre kerüljenek (lásd a C. ábrát). Győződjön meg arról, hogy a keretvédelem minden fém alkatrészt borít. A keretvédelem megfelelő vájatokkal rendelkezik, melyeken keresztül az X-kapcsok kiállnak.
2. Húzza át a madzagot **9** (2 db) a keretvédő alsó részének teljes kerületén és a két háromszögön lévő textilhurkokon. Húzza mindezt feszesre és csomózza össze mindkét madzag végét az elejével. Ezzel meggátolható a rugók közötti átcúsás, azaz elhárítható a fojtásveszély, mely kisebb személyek vagy gyermekek esetén állna fenn.
3. Kötözze a keretvédőt a szalagok használatával a keretek alsó oldalára. A keretvédelmet úgy helyezze el, hogy a figyelmeztető felhívás a két tartóláb **4** között, középen helyezkedjen el. Kerüljék el, hogy ez alatt vízszintes állólábcső legyen. Ügyeljenek arra, hogy a keretvédő alsó pereme kiálljon az acélkereteken túl.

Létra felszerelése | C+E ábra

1. Fölül, ferdén akassza be a létrát biztosan a keretbe, ezt megelőzően a végeket vezesse át mindkét nyíláson a keretvédelemnél. A létra ekkor két láb között van, a keretvédőn levő figyelmeztetés és a hálóra való belépés / nyílás alatt.
2. Ha nem használja - vegye ki - tartsa biztonságos helyen.

A védőháló felépítése | D+E ábra

1. Dugasoljon össze egy-egy (10x) alsó hálórúdat **10** egy felső hálórúddal **11**. A habanyag az alkatrészlistában való alkatrészként **12** már felvitelre került a hálórúdra. Ügyeljen arra, hogy a csatos zárófejek mindkét oldalon bekattanjanak.
2. Helyezze fel a hálórudakra a sapkákat **13** (szintén csatos zárral).
3. Húzza fel a hálórudakra a hálórudak bevonatát **14**.
4. Helyezzék fel az összes hálórúdat az X-kapocsra a kereteken, a két oldalon lévő csatos zárral.
5. Helyezzék a hálót az ugróhálóra úgy, hogy a felső beakasztóhorgok a hálón a hálórúd közelében legyenek.
6. Ügyeljenek arra, hogy a cipzár a két tartóláb és a hálóvédő közötti nyomtatás területén legyen.
7. Akasszák be ezután a hálót fent, a hurkokkal a hálórudakra, ill. a hálórudak sapkájára **13**.
8. Biztosítsák a védőhálót úgy, hogy az ott elhelyezett horgokat az ugróhálón lévő gyűrűs háromszögekbe akasztják.
9. Ellenőrizzék a tartókat és horgokat. Szükség esetén szorítsák rá ezeket. Az esetlegesen szükséges magasabb

feszség úgy érhető el, hogy a horgokat, ill. a szalagokat váltakozó irányban, ferdén használják.

10. Az első használat előtt ellenőrizzék újra a rögzülést és az egyes alkatrészek megfelelő felszerelését.

A trambulint ezzel felépítették és az használható.

A trambulín szétszerelése.

- A trambulín szétszereléséhez a „Trambulín felépítése” c. részben leírt lépéseket fordított sorrendben kell elvégezni. Az X-kapocs a körszegmensben maradhat, ha az rögzül. Ha a jól rögzülő X-kapcsokat mégis ki akarják oldani, akkor az egy gumikalapáccsal vagy kemény fával, egy kalapáccsal és fával, mint tompítással stb. oldható meg.

Használat

FIGYELEM!

Sérülésveszély!

A trambulín szakszerűtlen használata sérülésekhez vagy halálhoz vezethet.

- Győződjön meg arról, hogy a trambulín felett legalább 7,3 m szabad tér áll rendelkezésre.
- Győződjön meg arról, hogy a trambulín környezetében nincsenek veszélyes tárgyak, mint faágak, áramvezeték, falak, kerítések, különböző szabadidős objektumok, mint hinták vagy úszómedencék stb.
- A trambulint mindig zárt és biztosított bemászási nyílással használják.

A helyszín megválasztása



A trambulín biztonságos használatához a felállítási helyszín kiválasztása során mindig ügyeljenek az alábbi felhívásokra:

- Győződjön meg arról, hogy a trambulint egyenletes felületen építették fel.
- Gondoskodjanak arról, hogy a hely elegendő világítással rendelkezik.
- Győződjön meg arról, hogy a trambulín alatt nincsenek tárgyak vagy más talajegyenletességek.
- A trambulín nem alkalmas a talajba való beásásra.

Fellépés a trambulínra

1. Nyissa fel a bemászónyílás alsó részén lévő karabineres zárat a biztonsági hálón **15**.
2. Végezetül nyissák fel a cipzárat és hajtsák fel a védőhálót.
3. A trambulínra való belépés után a védőhálót a felügyelő személy, ill. a felnőtt zárja le.

Előkészületek



A trambulínos ugrálás megismerésének megkönnyítése érdekében kövesse a következő tippeket:

- Ügyeljen az általános biztonsági felhívások betartására a trambulín használatának megkezdése előtt.
- Fejlesszen ki érzést a trambulín és annak lököerejének megismerésére. Ennek során koncentrálnon az alapvető testtartásra és gyakorolja az (alap)ugrásokat mindaddig, míg azokat könnyedén el tudja végezni.
- Egy ugrás megszakításához hajlítsa be erősen a térdét, mielőtt a trambulín hálóját érintené. Gyakorolja ezt a technikát és használja mindig, amikor elveszti az egyensúlyát vagy a kontrollt az ugrás felett.
- Először mindig az egyszerűbb ugrásokat tanulja meg. Ha azokat teljesen és hibátlanul el tudja végezni, folytathatja a tanulást a nehezebb, ill. haladó ugrásokkal. Egy ugrást akkor végez el helyesen, ha ugyanazon pontra érkezik, ahonnan felugrott. Ha a következő ugrást próbálja meg, anélkül, hogy az előzőt megtanulta volna, azzal növeli a sérülésveszélyt.
- Ne ugráljon hosszabb időn át a trambulínon. A fáradtság megnöveli a sérülésveszélyt. Soha ne ugráljon egynél több személy egyszerre a trambulínon.
- Ugráláskor viseljen egy pólót, egy rövid nadrágot vagy tréningruhát. Cipőt ne viseljen. A kezdéshez hosszú ujjú felső ruházat és hosszú nadrágok jobban alkalmasak. Így védheti magát karcolások és horzsolások ellen, míg meg nem tanulta a helyes landolási helyzetet és formákat.
- Ügyeljen arra, hogy mindig helyesen szálljon fel és le, elkerülendő a sérüléseket. Ilyenkor mindig tartsa egy kézzel fogva a keretet és a rugókon át lépjen az ugróhálóra, ill. gördülve mozogjon le az ugróhálóról. Soha ne feledjen kapaszkodni a kereteken fel- és leszálláskor. Soha ne másszon a kereteken lévő keretvédőre és ne kapaszkodjon a keretvédő belső területén. A helyes leszálláshoz menjen a trambulín oldalára és kapaszkodjon a keretek-

nél, majd szálljon le az ugróhálóról a talajra. Segítsen a kisebb gyermekeknek fel- és leszálláskor.

- Ne végezzenek vakmerő ugrásokat a trambulínon. Ezek növelik a sérülésveszélyt. Soha ne próbáljanak azon versenyezni, hogy ki tud magasabbra ugrani. A trambulínt soha ne használják felnőtt felügyelet nélkül.
- Ne használják a trambulínt, ha állatok, más személyek vagy tárgyak vannak a trambulín alatt. Ilyenkor megsértheti magát vagy másokat.
- Ügyeljenek a „Tisztítás és karbantartás” c. fejezetben leírtak betartására a trambulín állapotának megőrzéséhez.
- Felügyelőként ügyeljenek arra, hogy minden biztonsági felhívást és irányelvet ismernek és betartanak. Felügyelőként az Ön felelőssége, hogy a trambulínon ugrálóknak kompetens segítséget nyújtsanak.

Edzés

A következő gyakorlatok arra szolgálnak, hogy Ön megismerje az alaplépéseket és alapugrásokat, mielőtt a nehezebb és bonyolultabb ugrásokkal folytatná.

1. lecke

- Fel- és lemászás – A helyes technikák bemutatása.
- Az alapugrás (nyújtóugrás) – Bemutatás és gyakorlat.
- Fékezés (lásd az ugrásokat) – Bemutatás és gyakorlat.
- Tanulja meg a fékezést és a kontrollt.
- A kéz és a térd – Bemutatás és gyakorlat. A súlypont a négy végtagon való landoláson és a landolás koordinációján legyen.

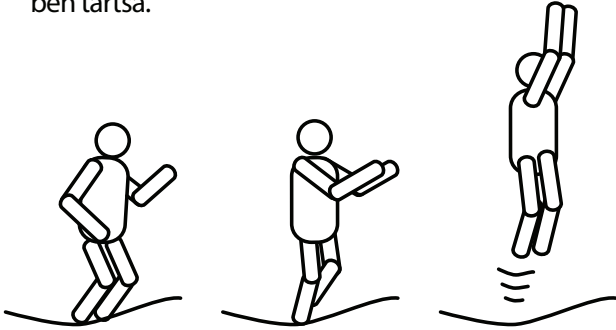
2. lecke

- Az
 1. leckében lévő technikák ellenőrzése és gyakorlása
- Térdugrás – Bemutatás és gyakorlat. Tanulja meg először a térd hajlítását és az ismételt felegyenesedést, mielőtt egy fél fordulatot végezne balra vagy jobbra.
- Ülőugrás – Bemutatás és gyakorlat. Tanulja meg először az egyszerű ülőugrást, majd azután végezzen térdugrást és kéz- és térdugrást. Ismétlje meg többször az ugrást.

Alapugrások

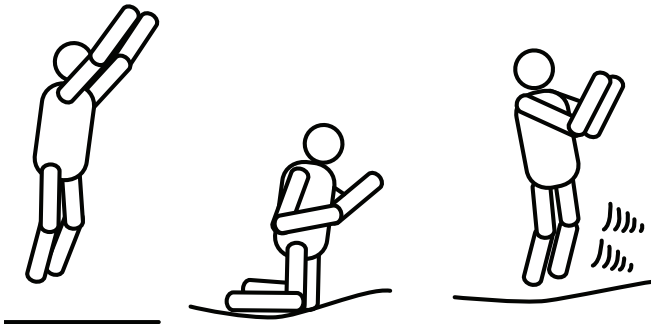
Nyújtóugrás

1. Álljon egyenesen a trambulínra. Ügyeljen arra, hogy a lábak vállszélességben legyenek egymástól, a feje előre nézzen, az ugróháló felé.
2. Igazítsa előre a karjait és lengesse azokat körkörös mozgással felfelé.
3. Tegye össze a lábait a levegőben. A lábujjak eközben lefelé nézzenek.
4. A lábakat az ugróhálón való landoláskor vállszélességben tartsa.



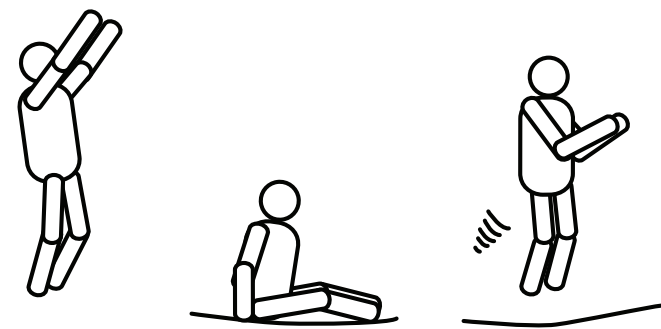
Térdugrás

1. Kezdje egy lapos nyújtóugrással
2. A térdén landoljon. Ügyeljen arra, hogy a háta egyenes, a test pedig nyújtott legyen. A karokat úgy tartsa, hogy egyensúlyban legyen.
3. Lengesse a karokat felfelé, hogy visszatérjen az eredeti ugróhelyzetbe.



Ülőugrás

1. Kezdje egy nyújtóugrással
2. Lapos ülőhelyzetben landoljon.
3. A kezeket a csípőn tartsa.
4. Nyomja el a kezeket, hogy visszatérjen a felegyenesedett helyzetbe.



Tisztítás és karbantartás

FIGYELEM!

Sérülésveszély!

A trambulín szakszerűtlen első ellenőrzése és karbantartása jelentős sérülésekhez vezethet.

- A trambulín szakszerű első vizsgálatára és karbantartására vonatkozóan ügyeljenek az ezen fejezetben leírtak betartására.

FELHÍVÁS!

Károsodás veszélye!

A trambulín szakszerűtlen tisztítása a felületek károsodásához vezethet.

- Ne használjanak agresszív tisztítószerkeket, fém- vagy nejlonsörtés keféket, sem éles vagy fémes tisztítóeszközöket, mint például kések, kemény spatulyák vagy hasonló szerszámok.

1. A trambulín alkatrészeit enyhén benedvesített törlőkendővel tisztíthatják.
2. Az alkatrészeket ezután hagyják teljesen megszáradni.
3. A kopás elkerülése érdekében ügyeljenek a biztonsági felhívások és a „használat” c. fejezetben leírtak betartására.
4. Minden használat előtt ellenőrizték a trambulínt elhasználódott, túlzottan igénybe vett vagy hiányzó alkatrészekre vonatkozóan.
5. Különösen ügyeljenek az alábbiakra:

- Szúrások, lyukak, repedések, laza varratok és az ugróháló **7** bármely elhasználódása,
- lelógó ugróháló **7**,
- elhajlott vagy megtört keretalkatrészek, mint pl. tartóbak **4**,
- törött, hiányzó vagy károsodott rugók **5**,
- károsodott, hiányzó vagy nem megfelelően rögzített keretvédelem **8**,
- kiálló alkatrészek (különösen éles alkatrészek) a kereten,
- a rugók helyes helyzete **5** (ha egy rugó károsodott, rendeljék meg a megfelelő rugókat a gyártótól. Annak megérkezéséig ne használják a trambulínt.),
- a következő kopóalkatrészek:
 - ugróháló **7**,
 - biztonsági háló **15** és
 - keretvédelem **8**.

Ezen alkatrészeket rendszeresen ellenőrizték károsodásokra és kopás nyomaira vonatkozóan.

- A trambulín módosítása. Ezen változtatásokat csak a gyártói utasításoknak megfelelően szabad elvégezni.

6. A trambulínt ajánlott télen lebontani, vagy legalább az ugráló felületet, a keretvédőt és a védőhálót zárt helyiségben tárolni. Ha nem bontják le (nem ajánlott!), figyelni kell az esetleges hőterhekre is, amelyeket mindig el kell távolítani.

7. A védőhálót 3 év után, az ugróhálót 5 év után, a keretvédőt pedig 2 év használat után kell cserélni. Az eltarthatósági adatok a közép-európai térségben való, rendeltetésszerű használat esetén érvényesek és csak akkor, ha télen szétszerelik a trambulint. Amint a trambulínon kopás jeleit érzékelik, az alkatrészeket azonnal cserélni kell és a trambulint a károsodott alkatrészek cseréjéig nem használhatják tovább.
8. Védje a trambulint egy védőfóliával (a csomagolás nem tartalmazza) nedvesség és UV-sugárzás ellen. Ezzel megnövelik a trambulin élettartamát.

Szállítás



Ha a trambulint szállítani kívánják, ahhoz két személyre lesz szükség.

1. Emeljék meg a trambulint enyhén a földről és tartsák azt vízszintesen a talajra nézve.
2. Ha hosszabb szállítási utakra van szükség, szereljék szét a trambulint a szállítás megkezdése előtt.

Tárolás



A trambulinnak a tároláshoz száraznak kell lennie.

- A trambulint mindig száraz helyen tárolják.
- Védjék a trambulint közvetlen napsugárzástól. Ehhez védőfóliát használjanak.
- A trambulin gyermekektől elzárva, biztos helyen tárolandó, +5°C és +20°C hőmérséklet között.
- Ne szállítsák és ne mozgassák a trambulint negatív hőmérsékleti értékek esetén.

Szerviz

A trambulinnal kapcsolatos kérdéseivel forduljon bizalommal a gyártóhoz a garanciakártyán megadott szervizcímen. A trambulin visszaküldésére a termék súlya okán nincs lehetőség.

Műszaki adatok

Cikkszám:	701684
Modell/típus:	LK #5605 TX-B7123-13FT
Súly:	70 kg
Maximális terhelhetőség:	150 kg
Méretek (Ø × ma):	396 cm × 274 cm
A körszegmensek és tartólábak anyaga:	acél, belül és kívül
horganyzott	
A keretvédő anyaga	
belül:	EPE hab
kívül:	PVC
Az ugróháló anyaga:	PP acél V-alakú gyűrűkkel
A rugó anyaga:	acél

Megfelelőségi nyilatkozat



Az EU megfelelőségi nyilatkozat a mellékelt garanciakártyán megadott címen kérhető.

Ártalmatlanítás

A csomagolás ártalmatlanítása



A csomagolást szelektálva ártalmatlanítsák. A kartont és papíryananyagokat a papírhulladék, a fóliákat pedig az újrahasznosítható anyagok közé kell dobni.

A trambulin ártalmatlanítása

– A trambulint az adott országban érvényes rendelkezések és törvények szerint kell ártalmatlanítani.

Pótalkatrészek listája

Ha a trambulin alkatrészeit károsodások miatt cserélni kell, lépjenek kapcsolatba a gyártóval és adják meg az adott pótalkatrész megnevezését és számát.

Pótalkatrészek		
Sz.	Megnevezés	Szám
1	X-kapocs	10
2	Körszegmens	10
3	Függőleges lábcső	10
4	Tartóláb	5
5	Rugó	80
6	Rugófeszítő	1
7	Ugróháló*	1
8	Keretvédelem*	1
9	Madzag a keretvédelem rögzítéséhez	2
10	Alsó hálórúd	10
11	Felső hálórúd	10
12	Habanyag tok a hálórúdhoz	20
13	A hálórúd sapkája	10
14	Hálórúd-bevonat	10
15	Védőháló*	1
16	Pót csatos rugók	2
17	Létra	1

* Kopóalkatrészek

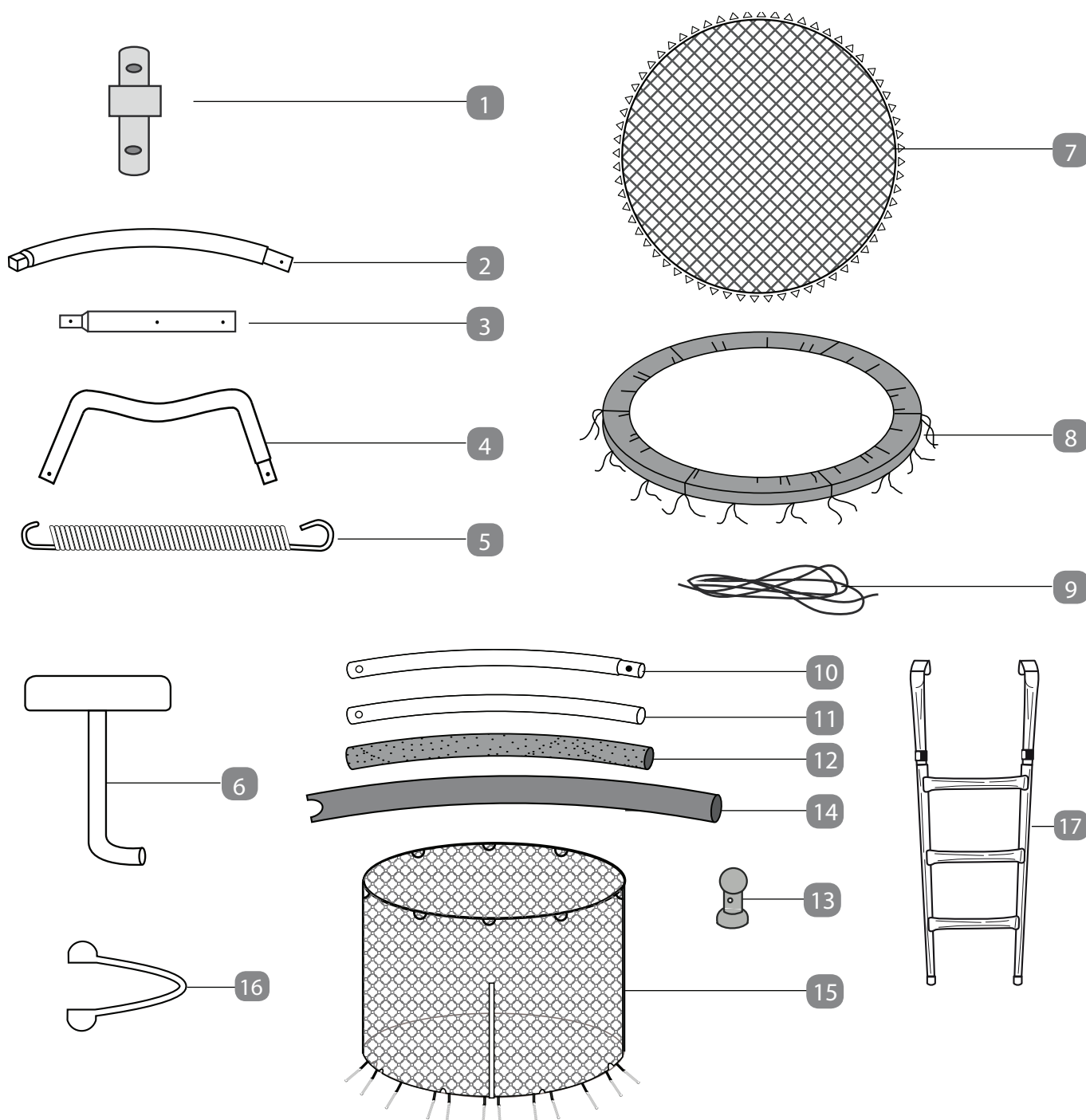
SI

Navodila za postavitvev/scheme	2-5
Vsebina kompleta/deli izdelka	27
Splošno.....	28
Navodila za uporabo preberite in shranite	28
Razlaga simbolov	28
Varnost	29
Predvidena uporaba.....	29
Varnostna opozorila	29
Prva uporaba	30
Preglejte trampolin in vsebino kompleta	30
Osnovno čiščenje	30
Sestavljanje in razstavljanje trampolina.....	31
Sestavljanje trampolina	31
Sestavljanje ogrodja.....	31
Namestitev ponjave	31
Namestitev zaščite za ogrodje.....	31
Postavitev lestve	32
Namestitev zaščitne mreže.....	32
Razstavljanje trampolina	32
Uporaba.....	32
Izbira mesta za postavitvev trampolina.....	32
Vstop na trampolin	32
Priprava	32
Vadba.....	33
Čiščenje in vzdrževanje.....	34
Premikanje trampolina.....	34
Shranjevanje	34
Servis.....	34
Tehnični podatki	34
Izjava o skladnosti	35
Odlaganje med odpadke.....	35
Odlaganje embalaže med odpadke	35
Odlaganje trampolina med odpadke	35
Seznam nadomestnih delov	35

Vsebina kompleta/deli izdelka

- | | |
|--------------------------------|--|
| 1 Križni spojni element 10x | 10 Spodnji drog za mrežo 10x |
| 2 Obodni element 10x | 11 Zgornji drog za mrežo 10x |
| 3 Navpični podaljšek noge 10x | 12 Obloga za drog za mrežo iz pene 20x |
| 4 Noga 5x | 13 Kapica za drog za mrežo 10x |
| 5 Vzmet 80x | 14 Prevleka za drog za mrežo 10x |
| 6 Napenjalec vzmeti 1x | 15 Zaščitna mreža* 1x |
| 7 Ponjava* 1x | 16 Nadomestna vzmetna sponka 2x |
| 8 Zaščita za ogrodje* 1x | 17 Létra 1x |
| 9 Vrv za pritrditev ogrodja 2x | |

*Potrošni material



Splošno

Navodila za uporabo preberite in shranite



Ta navodila za uporabo veljajo za trampolin z zaščitno mrežo (v nadaljevanju „trampolin“). V njih najdete pomembne informacije o sestavljanju in uporabi izdelka.

Pred uporabo trampolina pozorno preberite navodila za uporabo, zlasti varnostna opozorila. Neupoštevanje navodil za uporabo lahko privede do hudih telesnih poškodb ali poškodbe trampolina.

Navodila za uporabo temeljijo na standardih in predpisih, ki veljajo v Evropski uniji. V tujini upoštevajte tudi smernice in zakone posameznih držav.

Navodila za uporabo shranite. Če trampolin predate tretji osebi, obvezno priložite navodila za uporabo.

Razlaga simbolov

V navodilih za uporabo, na trampolinu oz. na embalaži se uporabljajo naslednji simboli in opozorila.

⚠ POZOR!

Ta simbol oz. opozorilo označuje nevarnost s srednjo stopnjo tveganja, zaradi katere lahko pride do smrtne ali hude telesne poškodbe.

OPOZORILO!

S tem opozorilom je označena možnost materialne škode.



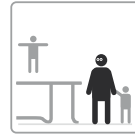
Ta simbol podaja koristne dodatne informacije o sestavi ali uporabi izdelka.



Izjava o skladnosti (glejte razdelek Izjava o skladnosti): Izdelki, označeni s tem simbolom, izpolnjujejo vse potrebne predpise Skupnosti v Evropskem gospodarskem prostoru.



Oznaka Geprüfte Sicherheit (oznaka GS) potrjuje, da izdelek ustreza zahtevam nemške zakonodaje o varnosti izdelkov. Oznaka GS pomeni, da ob primerni oz. predvideni uporabi izdelek ne predstavlja nevarnosti za varnost ali zdravje ljudi.



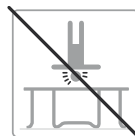
Otroci smejo trampolin uporabljati le pod nadzorom odraslih.



Na trampolinu ne sme skakati več oseb hkrati.



Ne delajte premetov (salt).



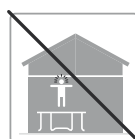
Na trampolinu nikoli ne pristanite na glavo ali tilnik.



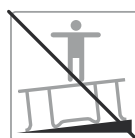
Pred uporabo trampolina se prepričajte, da pod njim ni drugih oseb.



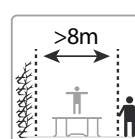
Trampolina ne uporabljajte, če je vlažen, poškodovan, umazan ali obrabljen.



Pazite, da v neposredni bližini trampolina, tj. pod ali nad trampolinom oz. na ali ob trampolinu, ni drugih predmetov.



Trampolin postavite na ravno površino, ki blaži udarce.



Zaradi varnosti naj bo trampolin od drugih predmetov oddaljen vsaj 2 m v vse smeri.



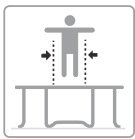
Trampolin hranite na varnem mestu in tako preprečite neprimerno oz. nepredvideno uporabo.



Nad trampolinom ne sme biti drevesnih vej ali napuščev.



Pred uporabo trampolina odstranite vse trde in ostre predmete.



Vedno skačite na sredini.



Ne skačite po robu trampolina.

Varnost

Predvidena uporaba

Trampolin je namenjen izključno skakanju in igri na prostem. Namenjen je izključno osebni uporabi, ne uporabi v komercialne namene.

Trampolin uporabljajte le v skladu z navodili za uporabo. Kakršna koli drugačna uporaba je nenamenska in lahko povzroči materialno škodo, telesne poškodbe ali smrt.

Proizvajalec in trgovec ne prevzemata odgovornosti za škodo, nastalo zaradi nenamenske ali napačne uporabe.

Varnostna opozorila

⚠ POZOR!

- **Primerno za otroke od 6. leta starosti dalje.**
- **Nosilnost do 150 kg.**
- **Samo za domačo uporabo.**
- **Samo za uporabo na prostem.**
- **Trampolin mora sestaviti odrasla oseba v skladu z navodili za sestavljanje in ga pregledati pred prvo uporabo.**
- **Le za enega uporabnika. Nevarnost trka. Pred skakanjem vedno zapnite odprtino na**

mreži.

- **Ne skačite obuti.**
- **Trampolina ne uporabljate, če je ponjava mokra. Pred skakanjem izpraznite žepe in odložite predmete, ki jih držite v rokah.**
- **Vedno skačite na sredini ponjave.**
- **Med skakanjem ne jejte.**
- **Ne skačite s trampolina na tla.**
- **Omejite, kako dolgo uporabljate trampolin brez premora (načrtujte redne premore).**
- **V zelo vetrovnih razmerah trampolin dodatno pritrdite in ga ne uporabljajte.**
- **Pri močnih vetrovnih razmerah trampolin zavaruje in ga ne uporabljajte. (npr.: pritrditev ogrodja z vrvjo ali fiksiranje nog z močnimi utežmi, s stabilnimi talnimi sidri ali odstranitev vetrolovnih elementov kot so mreža, odskočna ponjava in zaščitno ogrodje).**
- **Pred uporabo trampolin temeljito preglejte.**
- **Trampolin ni namenjen vkopu v tla.**
- **Upoštevajte intervale, na katere morate menjati potrošni material (mrežo na vsaka tri leta, gl. str. 34)**

⚠ POZOR!

Nevarnost zadržitev!

- Otroci se lahko zapletejo v dele embalaže in te dele ali druge manjše delce pogoltnejo in se z njimi zadržijo.
- Otrokom preprečite, da bi se igrali z embalažno folijo.
 - Majhne delce hranite zunaj dosega otrok.
 - Med sestavljanjem in po njem trampolina ne pustite brez nadzora.
 - A lértát a használat után távolítsák el és azt gyermekektől elzárva tárolják.

⚠ POZOR!

Nevarnost telesne poškodbe!

- Neprimerno ravnanje s trampolinom lahko privede do telesnih poškodb.
- Druge uporabnike trampolina opozorite na varnostna opozorila in napotke za vadbo iz navodil za uporabo.
 - Trampolin se lahko uporablja le pod nadzorom odrasle osebe.
 - Pred vsako uporabo preverite, ali je trampolin (zlasti ponjava) poškodovan ali obrabljen, ali mu manjkajo deli in ali spono trdno držijo.
 - Domačih živali ne puščajte v bližino trampolina.
 - Poškodovane dele naj zamenja usposobljena oseba ali proizvajalec. Trampolin lahko ponovno uporabljate šele, ko so zamenjani vsi poškodovani deli.
 - Uporabo trampolina dopustite le primerno duševno in telesno zrelem otrokom, ki ste jih podučili o pravilni uporabi.

- Trampolina naj ne uporablja več oseb hkrati, saj s tem naraste nevarnost telesnih poškodb, kot so zlomi lobanje oz. tilnika, nog in hrbtenice.
- Na trampolinu oz. ponjavi nikoli ne pristanite na glavo. – Ne delajte premetov (salt), saj se s tem poveča nevarnost, da pristanete na glavi ali tilniku.
- Prepričajte se, da med uporabo trampolina pod njim ni drugih oseb.
- Pazite, da ne vadite napačno ali preveč, saj to lahko škoduje vašemu zdravju.
- Trampolin je odskočna naprava, ki uporabnika požene neobičajno visoko in neobičajno obremenjuje mišice in sklepe.
- Med uporabo trampolina nikoli ne zaprite oči.
- Med skakanjem na trampolinu ne jejte.
- Trampolina ne postavljajte na beton, asfalt ali drugo trdo podlago.
- Osebe, ki nadzorujejo uporabo trampolina, naj se seznanijo z osnovnimi skoki in varnostnimi opozorili. Za zmanjšanje nevarnosti poškodb upoštevajte varnostna navodila in poskrbite, da se skakalci naučijo osnovnih skokov, preden začnejo izvajati zahtevnejše skoke.
- Nadzorujte vse skakalce ne glede na njihove sposobnosti ali starost.
- Trampolina ne uporabljajte, če je vlažen, poškodovan, umazan ali obrabljen.
- Pazite, da v neposredni bližini trampolina, tj. pod ali nad trampolinom oz. na ali ob trampolinu, ni drugih predmetov.
- Trampolin hranite na varnem mestu in tako preprečite neprimerno oz. nepredvideno uporabo.
- Zaradi varnosti naj bo trampolin med uporabo od drugih predmetov oddaljen vsaj 2 m v vse smeri. Nad trampolinom naj bo 7,3 m prostora.
- Poskrbite, da nad trampolinom ni drevesnih vej ali napuščev.
- Trampolina ne uporabljajte pod vplivom alkohola ali drog.
- Pred uporabo trampolina odstranite vse trde in ostre predmete ter izpraznite žepe in odložite predmete, ki jih držite.
- Ne skačite ali se odbijajte previsoko dalj časa.
- Vedno glejte ponjavo in se tako izognite nesrečam.
- Vedno skačite na sredini ponjave.
- Preberite razdelek Vadba in se seznanite z osnovnimi skoki. Pazite, da skačete nadzorovano. To pomeni, da pristanete na mestu, s katerega ste se odrinili. Če se vam kadarkoli zazdi, da se ne nadzorujete več, prenehajte skakati.
- Poskrbite, da vas med vadbo na trampolinu vedno nadzoruje odrasla oseba.
- Pazite, da se varno povzpnete na trampolin in sestopite z njega.
- Na trampolin nikoli ne skočite s tal, z njega pa nikoli na tla.
- Trampolina nikoli ne uporabljajte kot pripomoček za skakanje čez ali na druge objekte.
- Preden poskusite izvesti zahtevnejše skoke, se naučite

- osnovnih skokov, dokler jih ne obvladate.
- Pred uporabo trampolina zapnite odprtino v mreži.
- Trampolina ne uporabljajte obuti.
- Redno delajte premore.
- Pri vzpenjanju na trampolin in sestopanju z njega bodite izredno previdni.
- Pri vzpenjanju na trampolin se ne oprijemajte zaščite za ogrodje, stopajte na vzmeti ali skočite na ponjavo z drugega objekta (površine, strehe ipd.).
- Nikoli ne skočite ali se povzpnete na zaščito za ogrodje.
- Trampolina ne uporabljajte v primeru zmanjša njih telesnih ali duševnih sposobnosti.

OPOZORILO!

Nevarnost materialne škode!

Neprimerno ravnanje s trampolinom lahko privede do poškodb trampolina.

- Trampolin postavite na trdno, ravno, suho in primerno stabilno podlago, ki blaži udarce.
- Trampolina ne izpostavljajte ekstremnim vremenskim pojavom (vetru, toči, snegu, zmrzali ipd.). Močan veter lahko trampolin odnese, zato ga pred tem zaščitite ali ga v primeru slabega vremena razstavite.
- Trampolina ne uporabljajte, če so na njegovih delih vidne deformacije, praske, razpoke, nalomi, luščenje ali druge poškodbe.
- Trampolina ne obremenjujte s težo nad 150 kg.
- Pozimi ali v primeru obsežnejših padavin trampolin razstavite in shranite na mestu, zaščitenem pred vetrom in vremenskimi vplivi.

Prva uporaba Preglejte trampolin in vsebino kompleta

OPOZORILO!

Nevarnost materialne škode!

Če embalažo nepredvidno odprete z rezilom ali drugimi ostrimi predmeti, lahko poškodujete dele trampolina.

- Zato bodite pri odpiranju previdni.

1. Dele trampolina previdno izvlcite iz embalaže.
2. Dele razložite na ravno in stabilno površino.
3. Odstranite embalažo.
4. Preverite, ali so v kompletu vsi deli.
5. Preverite, ali so posamezni deli trampolina poškodovani.
V tem primeru trampolina ne sestavljajte. Obrnite se na proizvajalca na naslovu servisa, navedenega na garancijskem listu.

Osnovno čiščenje

- Pred prvo uporabo vse dele trampolina očistite v skladu z navodili v razdelku Čiščenje in vzdrževanje.

Sestavljanje in razstavljanje trampolina

Sestavljanje trampolina

! POZOR!

Nevarnost telesne poškodbe!

Neprimerno ravnanje s trampolinom lahko privede do telesnih poškodb ali smrti.

– Pri sestavljanju trampolina uporabite rokavice.



Pri sestavljanju uporabite priloženo orodje (gl. sliko B):

- Napenjalec vzmeti **6**

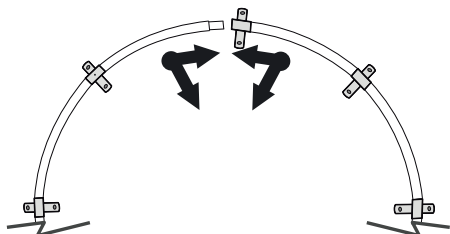


Trampolin sestavite v skladu z naslednjimi navodili in grafičnimi shemami v razdelku Navodila za sestavljanje (str. 2-5).

Za sestavljanje sta potrebni dve osebi, od tega vsaj ena odrasla oseba. Poskrbite, da imate pri sestavljanju v vse smeri dovolj prostora za premikanje. Pred pričetkom sestavljanja si še enkrat oglejte prikazane dele.

Sestavljanje ogrodja | Slika A

1. Dele ogrodja **1**, **2**, **3**, **4** položite v krog.
2. Na vsak križni spojni element **1** pritrdite obojni element **2**, pri čemer mora biti stran obodnega elementa **2** z zarezo na pritrditev vzmeti obrnjena navzgor. Navzgor mora biti obrnjen tudi tanjši del spojnega elementa **1**. Debelejši konec vstavite v spojni element. Odprtina je načrtno zelo ozka, zato po potrebi uporabite gumijasto kladivo ali cev z nasajenim spojnim elementom udarite ob poleno, ki ste ga položili na tla.
3. Vse obodne elemente s pritrjenimi spojnimi elementi **1** sestavite v krog, dokler ne ostane le ena vrzel.



Za lažjo spojitev obeh zadnjih elementov oba konca hkrati povlecite proti središču kroga in enega proti drugemu. Druga oseba pri tem skrbi, da krog na drugi strani ne zdrsi.

4. Krog **2** s spojnimi elementi **1** nataknite na noge **4** z navpičnimi podaljški **3** in se pri tem prepričajte, da se obe zaklopki zaskočnega mehanizma povsod pravilno medsebojno zapenjata. Pri tem pazite, da so

odprtine za zaskočni mehanizem na nogah **3** obrnjene proti središču kroga (znotraj ožje, zunaj širše).

Namestitev ponjave | Slika B

! POZOR!

Nevarnost telesne poškodbe!

Neustrezno vpete vzmeti lahko pozneje privedejo do poškodb pri uporabi trampolina.

– Vzmeti skrbno vpnite na ponjavo in ogrodje.

1. Ponjavo **7** razprostrite znotraj ogrodja.
2. Izberite poljubno točko na ogrodju in kavelj vzmeti **5** vstavite v nastavek na ponjavi.
3. Vzmet s pomočjo napenjalec vzmeti **6** povlecite proti ogrodju in jo vpnite v režo na ogrodju.
4. Pomaknite se do 20. nastavka na ponjavi in 16. reže na ogrodju od vpete vzmeti.
5. V 20. nastavek na ponjavi in 20. režo na ogrodju vpnite naslednjo vzmet.
6. Ponovite 4. in 5. korak, dokler ne namestite štirih vzmeti v enakomernih razmikih (gl. **slika B/a**).
7. Enakomerna porazdelitev napetosti je ključnega pomena za pravilno namestitev ponjave.
8. V vsak 10. nastavek na ponjavi in vsako 10. režo na ogrodju vpnite po eno vzmet, dokler ne vpnete štirih vzmeti (gl. **slika B/b**).
9. Uporabite isti postopek (gl. **slika B/c**) in tako na ponjavo in ogrodje vpnite še ostale vzmeti (gl. **slika B/d**). Če ugotovite, da ste izpustili nastavek na ponjavi ali režo na ogrodju, jih ponovno preštejte in prestavite vzmet, da bodo vse pravilno vpete.

Namestitev zaščite za ogrodje | Slika C

1. Zaščito za ogrodje **8** položite na trampolin tako, da pokrijete vzmeti in jekleno ogrodje (gl. **slika C**). Poskrbite, da zaščita za ogrodje prekriva vse kovinske dele. Na zaščiti za ogrodje so reže za križne spojne elemente.
2. Oba konca vrvi **9** speljite skozi ušesca iz blaga na spodnji strani zaščite za ogrodje in po dva trikotna nastavka na ponjavi. Vrvi močno zategnite in zavozlajte konca obeh vrvi. S tem boste preprečili, da bi vrv spolzela med vzmetmi, zaradi česar bi se lahko manjše osebe ali otroci zadavili.
3. Zaščito za ogrodje s pomočjo trakov na spodnji strani pritrdite na ogrodje. Zaščito za ogrodje namestite tako, da je varnostno opozorilo med parom nog **4**. Poskrbite, da ni nad vodoravno prečko noge. Poskrbite, da zunanji rob zaščite za ogrodje prekriva jekleno ogrodje.

Postavitev lestve | sliki C+E

1. Lestev zatakните varno, poševno na ogrodje in pred tem konce speljite skozi obe odprtini na zaščitnem ogrodju. Lestev se nahaja med obema nogama, pod opozorilom na zaščitnem ogrodju in vhodom/odprtino na mreži.
2. Pri neuporabi – odstranite – varno shranite.

Namestitev zaščitne mreže | Sliki D in E

1. Spojite po en spodnji **10** in zgornji **11** drog za mrežo (10x). Obloga iz pene **12**, navedena na seznamu delov, je že nameščena na drogeve. Preverite, ali se je zaskočni mehanizem pravilno obojestransko zapel.
2. Na vsakega od drogov namestite kapico **13** (ki se prav tako zaskoči).
3. Nato na vse drogeve namestite prevleko **14**.
4. Vse pripravljene drogeve za mrežo nato vstavite v križni spojni element na ogrodju, da se obojestransko zaskočijo.
5. Mrežo nato razgrnite na ponjavi tako, da so zgornje obešalne zanke na mreži pri posameznih drogovih.
6. Pazite, da je zadruga nameščena med parom nog in nad oznako na zaščiti za ogrodje.
7. Nato mrežo z zgornjimi zankami natakните na drogeve oz. na kapice drogov **13**.
8. Zaščitno mrežo pritrdite tako, da zaskočke na njej vpnete v nastavke na ponjavi.
9. Preverite vsa držala in zaskočke in jih po potrebi zategnite. Po potrebi lahko mrežo bolj napnete tako, da zaskočke oz. njihove trakove pritrdite poševno, izmenično v levo in desno.
10. Pred prvo uporabo se še enkrat prepričajte, da so vsi deli trdno pritrjeni in pravilno nameščeni.

Trampolin je sestavljen in pripravljen za uporabo.

Razstavljanje trampolina

– Če želite trampolin razstaviti, postopajte v obratnem vrstnem redu po korakih, opisanih v razdelku Sestavljanje trampolina. Križnih spojnih elementov ni treba odstraniti iz obodnih elementov, če jih ni mogoče izvleči. Če jih želite kljub temu odstraniti, uporabite gumijasto kladivo ali trdo poleno, kladivo s polenom vmes za blažitev udarca itd.

Uporaba

⚠ POZOR!

Nevarnost telesne poškodbe!

Neprimerno ravnanje s trampolinom lahko privede do telesnih poškodb ali smrti.

- Poskrbite, da je nad trampolinom vsaj 7,3 m prostora.
- Poskrbite, da v okolici trampolina ni nevarnih predmetov,

kot so veje, električni kabli, stene, ograje, različna igrala, kot so gugalnice in bazeni, ipd.

- Trampolin uporabljajte le, če je odprtina v mreži zapeta in zavarovana.

Izbira mesta za postavitev trampolina



Za varno uporabo trampolina pri izbiri mesta za postavitev upoštevajte naslednje:

- Poskrbite, da bo trampolin postavljen na ravni površini.
- Poskrbite, da je mesto dovolj osvetljeno.
- Poskrbite, da pod trampolinom ni predmetov ali izboklin na tleh.
- Trampolin ni namenjen vkopu v tla.

Vstop na trampolin

1. Odprite karabinsko sponko spodaj pri odprtini na zaščitni mreži **15**.
2. Nato odprite zadrugo in odprite zaščitno mrežo.
3. Povzpnete se na trampolin, nato pa naj za vami nadzorna oz. odrasla oseba zaščitno mrežo ponovno zapre in zapne.

Priprava



Za lažji pričetek skakanja na trampolinu sledite naslednjim napotkom:

- Pred uporabo trampolina se seznanite s splošnimi varnostnimi opozorili.
- Poskusite razviti občutek za trampolin in njegovo prožnost. Pri tem se osredotočite na osnovno telesno držo in vsak (osnovni) skok vadite tako dolgo, da ga lahko izvedete nadzorovano in brez težav.
- Skok prekinete tako, da močno skrčite kolena, preden se dotaknete površine trampolina. To tehniko vadite in jo uporabite vedno, ko izgubite ravnotežje ali nadzor nad svojim skokom.
- Vedno se najprej naučite najpreprostejšega skoka, dokler ga ne izvedete v celoti in brez napak, šele nato se posvetite težjim oz. zahtevnejšim skokom. Skok obvladate, če pristanete na isto točko, s katere ste skočili. Če poskusite izvesti naslednji skok, preden obvladate prejšnjega, je nevarnost poškodbe večja.
- Na trampolinu ne skakajte dalj časa, saj se z utrujenostjo poveča tudi nevarnost poškodbe. Na trampolinu ne sme hkrati skakati več oseb.

- Skakalec naj nosi majico in kratke hlače ali trenirko ter naj ne bo obut. Na začetku, ko še ne obvladate pravilne tehnike in oblike doskoka, so sicer primernejša oblačila z dolgimi rokavi in dolge hlače, ki ščitijo pred praskami in odrgninami.
- Pazite, da se vedno varno povzpnete na trampolin in sestopite z njega, sicer se lahko poškodujete. Pri tem se primite za ogrodje in stopite čez vzmeti na ponjavo ali se nanjo zakotalite. Pri vzponu ali sestopu s trampolina se ne pozabite dobro oprijeti ogrodja. Nikoli ne stopite na rob zaščite za ogrodje in se ne oprijemajte njenega notranjega dela. Pravilno sestopite tako, da se pomaknete k robu trampolina, se z roko oprimate ogrodja in s ponjave sestopite na tla. Majhnim otrokom pomagajte pri vzpenjanju in sestopanju.
- Nepremišljenim skokom na trampolinu se izogibajte, saj povečajo nevarnost poškodbe. Ne tekajte z drugimi skakalci, kdo skoči višje. Trampolina ne uporabljajte brez navzočnosti odrasle osebe.
- Trampolina ne uporabljajte, če so pod trampolinom živali, druge osebe ali predmeti, saj lahko poškodujete sebe in druge.
- Za ohranitev trampolina v dobrem stanju upoštevajte napotke v razdelku Čiščenje in vzdrževanje.
- Ko trampolin nadzorujete, poskrbite, da poznate in upoštevate vsa varnostna opozorila. Ko trampolin nadzorujete, je vaša naloga, da vsem skakalcem podate primerne napotke in navodila.

Vadba

Vaje v nadaljevanju so namenjene učenju osnovnih korakov in skokov, preden nadaljujete s težjimi in zahtevnejšimi skoki.

1. vaja

- Vzpon in sestop – izvedba pravilnih tehnik.
- Osnovni (sonožni) skok – izvedba in vaja.
- Upočasnitev (gl. razdelek Skoki) – izvedba in vaja.
- Učenje upočasnjevanja in nadzora.
- Skok na roke in kolena – izvedba in vaja. Zlasti se posvetite doskoku na vse štiri in koordinaciji udov.

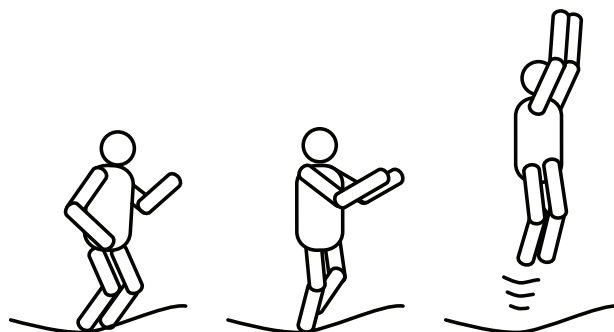
2. vaja

- Preizkus in vaja tehnik iz 1. vaje.
- Skok iz kleččega položaja – izvedba in vaja. Najprej se naučite preprosto upogniti kolena in se znova poravnati, preden izvedete polovični obrat v levo ali desno.
- Skok iz sedečega položaja – izvedba in vaja. Najprej se naučite preprost skok iz sedečega položaja, nato dodajte skok iz kleččega položaja in skok na roke in kolena. Skok večkrat ponovite.

Osnovni skoki

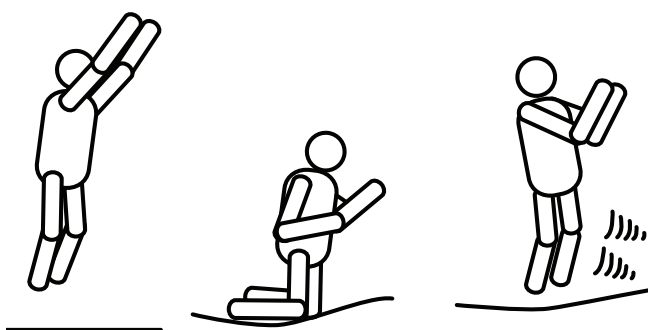
Sonožni skok

1. Zravnani stojte na trampolinu. Pazite, da so vaša stopala razmaknjena v širini ramen, glava zravnana, pogled pa usmerjen na ponjavo.
2. Roke naj bodo pred telesom, nato jih v krožnem gibu zamahnite navzgor.
3. V zraku se s stopali dotaknite, s prsti na nogi pa oblikujte špico.
4. Pri doskoku na ponjavo naj bodo stopala razmaknjena v širini ramen.



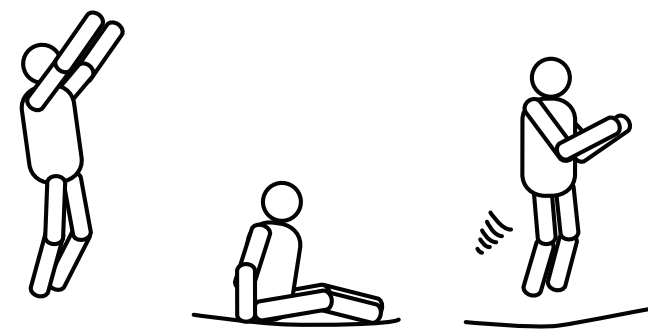
Skok iz kleččega položaja

1. Pričnite z navadnim sonožnim skokom.
2. Pristanite na kolnih. Pazite, da je hrbet zravnana, telo pa iztegnjeno. Z rokami si pomagajte pri lovljenju ravnotežja.
3. Roke zavihtite navzgor, da se vrnete v izhodiščni položaj.



Skok iz sedečega položaja

1. Pričnite s sonožnim skokom.
2. Doskočite v plosk sedeči položaj.
3. Oprite se na roke ob bokih.
4. Z rokami se odrinite, da se vrnete v izhodiščni položaj.



Čiščenje in vzdrževanje

⚠ POZOR!

Nevarnost telesne poškodbe!

Nepravilen prvi pregled in vzdrževanje trampolina lahko privedeta do resnih telesnih poškodb.

– Za pravilen prvi pregled in vzdrževanje trampolina upoštevajte napotke v tem razdelku.

OPOZORILO!

Nevarnost materialne škode!

Z nepravilnim čiščenjem trampolina lahko poškodujete njegovo površino.

– Ne uporabljajte močnih čistilnih sredstev, krtač s kovinskimi ali najlonskimi ščetinami in ostrih ali kovinskih pripomočkov za čiščenje, kot so noži, trde lopatice in podobno.

1. Vse dele trampolina obrišite z nekoliko vlažno krpo.
2. Nato pustite, da se vsi deli v celoti posušijo.
3. Obrabo lahko preprečite z upoštevanjem varnostnih opozoril in napotkov v razdelku Uporaba.
4. Pred vsako uporabo preverite, ali je kak del trampolina obrabljen ali preobremenjen ali manjka.
5. Pozorni bodite zlasti na:
 - vbode, luknje, praske, popuščene šive in druge oblike obrabe ponjave **7**,
 - ohlapno ponjavo **7**,
 - upognjene ali zlomljene dele ogrodja, denimo noge **4**,
 - zlomljene, manjkajoče ali poškodovane vzmeti **5**,
 - poškodovano, manjkajočo ali slabo pritrjeno zaščito za ogrodje **8**,
 - štrleče (zlasti ostre) dele na ogrodju,
 - pravilen položaj vzmeti **5** (če je katera od vzmeti poškodovana, naročite ustrezno vzmet pri proizvajalcu. Dotlej trampolina ne uporabljajte.),
 - naslednji potrošni material:
 - ponjavo **7**,
 - zaščitno mrežo **15** in
 - zaščito za ogrodje **8**.

Redno preverjajte, ali so ti deli poškodovani ali obrabljeni.

 - Prilagoditve trampolina. Te lahko izvedete le v skladu z navodili proizvajalca.
6. Trampolin je potrebno pozimi rastaviti, ali vsaj shranite odskočno ponjavo, zaščitno ogrodje in varnostno mrežo v notranjih prostorih. Če ga ne razstavite (ni priporočljivo!) bodite pozorni na visoke obremenitve snega, ki ga je treba odstraniti.
7. Zaščitno mrežo je treba zamenjati po treh letih, ponjavo po petih, zaščito za ogrodje pa po 2 letih uporabe. Navedbe o trpežnosti veljajo za namensko uporabo na območju Srednje Evrope in primernem shranjevanju trampolina pozimi. Takoj ko je na trampolinu vidna

- obraba, obrabljene dele zamenjajte, trampolina pa ne uporabljajte, dokler poškodovani del ni zamenjan.
8. Trampolin zaščitite pred vlago in ultravijoličnim sevanjem z zaščitno folijo (ni v kompletu) in s tem podaljšajte njegovo življenjsko dobo.

Premikanje trampolina



Za premik trampolina potrebujete dve osebi.

1. Trampolin nekoliko dvignite s tal in ga držite vzporedno s tlemi.
2. Če trampolin želite prenesti daleč, ga pred premikanjem razstavite.

Shranjevanje



Pred shranjevanjem se prepričajte, da je trampolin suh.

- Trampolin vedno hranite na suhem.
- Trampolin zaščitite pred neposredno sončno svetlobo. Po potrebi uporabite zaščitno folijo.
- Trampolin hranite na varnem mestu, nedosegljivem otrokom, na temperaturi od 5 °C do 20 °C.
- Trampolina ne prestavljajte ali premikajte, če je temperatura pod lediščem.

Servis

Če imate vprašanja ali težave s trampolinom, se obrnite na proizvajalca na naslov, naveden na garancijskem listu. Trampolina zaradi njegove teže ni mogoče vrniti po pošti.

Tehnični podatki

Številka izdelka:	701684
Model/tip:	LK #5605 TX-B7123-13FT
Teža:	70 kg
Nosilnost:	150 kg
Dimenzije (Ø × V):	396 cm × 274 cm
Material obodnih elementov in nog:	Obojestransko galvanizirano jeklo
Material zaščite za ogrodje notranjost:	pena EPE
Material zaščite za ogrodje zunanost:	PVC
Material odskočne ponjave:	PP z jeklenimi nastavki
Material vzmeti:	Jeklo

Izjava o skladnosti



Izjavo o skladnosti EU lahko zahtevate na naslovu, navedenem na garancijskem listu.

Odlaganje med odpadke

Odlaganje embalaže med odpadke



Embalažo ločite in odložite med odpadke glede na material.

Lepenke in karton odvrzite kot odpadni papir, folijo pa kot embalažo.

Odlaganje trampolina med odpadke

– Trampolin zavrzite v skladu s predpisi in zakoni, ki veljajo v vaši državi.

Seznam nadomestnih delov

Če morate dele trampolina zamenjati zaradi poškodb, se obrnite na proizvajalca in mu sporočite oznako in številko nadomestnega dela.

Nadomestni deli		
Št.	Oznaka	Število
1	Križni spojni element	10
2	Obodni del	10
3	Navpični podaljšek noge	10
4	Noga	5
5	Vzmet	80
6	Napenjalec vzmeti	1
7	Ponjava*	1
8	Zaščita za ogrodje*	1
9	Vrv za pritrditev zaščite za ogrodje	2
10	Spodnji drog za mrežo	10
11	Zgornji drog za mrežo	10
12	Obloga za drog za mrežo iz pene	20
13	Kapica za drog za mrežo	10
14	Prevleka za drog za mrežo	10
15	Zaščitna mreža*	1
16	Nadomestna vzmetna sponka	2
17	Létra	1

* Potrošni material



Származási hely: Kína

Vertrieben durch: | Gyártó: | Distributer:

LUKADORA AUSTRIA GMBH
JOSEF-SCHWER-GASSE 9
5020 SALZBURG
AUSTRIA

KUNDENDIENST • ÜGYFÉLSZOLGÁLAT • POPRODAJNA PODPORA 701684



AT HU SI 00800 5505 5055



service@lukadora.com

Modell/A fogyasztási cikk típusa/lzdelek:

AT HU SI LK#5605/TX-B7123-13FT

04/2020

3

**JAHRE GARANTIE
YEARS WARRANTY**