

טרמפולינה בייסיק

הוראות שימוש



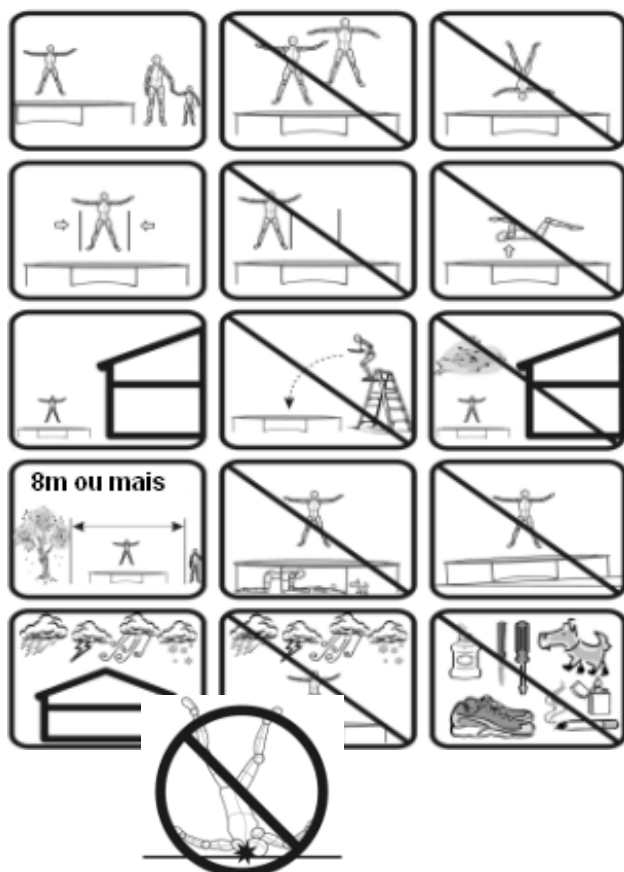
הבהרה חשובה:

- ❖ באחריות הצרכן לבדוק היטב את הטרמפולינה לפני כל שימוש בה.
- ❖ אין להשתמש במוצר בשום אופן במידה וישנה תקלה/פגם באחד מחלקיו (קרעים/חורים/חוסר במשטח הקפיצה/רשת ההגנה/מגן הקפיצים, שלדה רופפת/מעוקמת/חסרה, וכל תקלה/פגם אחר. על אחריות הלקוח לוודא כי כל חלקי הטרמפולינה תקינים, לפני כל שימוש.
- ❖ אחריות על חלקי הטרמפולינה היא בבית העסק בלבד. (במידה ויש להחליף/לתקן חלק – על אחריות הלקוח להביאו לבית העסק לאחר תיאום מראש עם בית העסק).

מבוא

- לפני שתתחיל להשתמש בטרמפולינה זו, עליך לקרוא את כל המידע במדריך זה. בדיוק כמו כל סוג אחר של פעילויות פנאי פיזיות, המשתתפים עלולים להיפצע. כדי להקטין את הסיכון לפציעה, הקפידו על כללי הבטיחות וההנחיות המתאימות.
- שימוש מוטעה בטרמפולינה זו הינו מסוכן ועלול לגרום לפציעה קשה!
- טרמפולינות הן מכשירי הקפצה (פעולתן דומה לזו של כדור-חוזר), המניעים את המבצע לגבהים בלתי רגילים, באמצעות מגוון תנועות. לכן יש להיזהר תמיד כשמשתמשים בטרמפולינה.
- בדוק תמיד את הטרמפולינה לפני כל שימוש.
- הרכבה, טיפול ותחזוקה נכונים של המוצר, טיפים לשמירה על בטיחות, אזהרות וטכניקות מתאימות לקפיצה כלולים במדריך זה. כל המשתמשים ואלו המפקחים על המשתמשים, חייבים לקרוא ולהכיר את ההוראות האלה. כל מי שבחר להשתמש בטרמפולינה זו חייב להיות מודע למגבלות שלה בנוגע לביצוע קפיצות שונות על המוצר. בתחילה, כדאי להתרגל בזהירות לתחושת הקפיצות של הטרמפולינה. המיקוד צריך להיות על תנוחת גופך, ועליך לתרגל כל קפיצה בסיסית עד אשר תשלוט באופן מלא בכל מיומנות הקפיצה, לפני שתעבור לסגנונות קפיצה קשים ומתקדים יותר. אל תקפצו בפזיזות על הטרמפולינה, יש לשים דגש על שליטה טובה ושליטה בטכניקות הקפיצה השונות.





אסור ליותר מאדם אחד להשתמש בטרמפולינה! המתקן מתאים לקופץ אחד בלבד, בכל פעם. קפיצה רבת-משתמשים מגבירה את הסיכון לפציעה כתוצאה מהתנגשויות.

אין לבצע סלטות (קפיצה שבה מתהפכים באוויר), מכיוון שהדבר יגדיל את הסיכויים לנחות על הראש או הצוואר. שיתוק או אפילו מוות יכולים להיגרם כתוצאה מכך.

הנחיות טרמפולינה

1. הוראות כלליות

1.1 מטרה

- המוצר מיועד לשימוש ביתי בלבד ואינו מתאים לשימושים מקצועיים או רפואיים.
- המשקל המרבי:
 - 6 פייט (1.8 מטר), 7 פייט (2.1 מטר), 8 פייט (2.4 מטר) – **100 ק"ג**
 - 10 פייט (3 מטר), 11 פייט (3.3 מטר), 12 פייט (3.6 מטר), 3 פייט (4 מטר), 14 פייט (4.3 מטר) – **150 ק"ג**
- העמסת יתר של הטרמפולינה מעל משקל המשתמש המומלץ תגרום נזק לטרמפולינה, אשר אינו מכוסה באחריות.

1.2 סיכונים לילדים

- המוצר מיועד לשימוש ילדים בהשגחת מבוגר בלבד. אין להניח לילדים לשהות בקרבת הטרמפולינה ללא השגחת מבוגר!
- הקפד על אמצעי הבטיחות הנדרשים והשגח על כל פעילויות הטרמפולינה. שים לב, חומר האריזה אינו מתאים לילדים! קיימת סכנת חנק, נא לשימת ליבכם!
- טרמפולינות מעל 51 ס"מ (20 אינץ', קוטר כולל) אינן מומלצות לילדים מתחת לגיל 6. ילדים אינם מודעים לסכנות האפשריות ממוצר זה. הרחק ילדים ממוצר זה, מוצר זה אינו צעצוע. יש לאחסן את המוצר מחוץ להישג ידם של ילדים וחיות מחמד.

1.3 נזקים למוצר

- אל תערוך שינויים במוצר. השתמש רק בחלקי חילוף מקוריים. תיקונים צריכים להיות מבוצעים רק על ידי טכנאים מוסמכים. תיקונים לא נכונים עלולים לפגוע בבטיחות הטרמפולינה שלכם. השתמש במוצר זה רק כמתואר במדריך זה.
- הגן על המוצר מפני לחות וטמפרטורות גבוהות.

1.4 הוראות טרום-התקנה:

- הרכבת המוצר חייבת להיעשות בזהירות על ידי לפחות שני מבוגרים בעלי יכולת לביצוע משימה שכזו. אם יש ספק, שאל אדם מוסמך טכנית.
- לפני שתתחיל להרכיב את הטרמפולינה, קרא את כל ההוראות במדריך זה.
- הסר את כל חלקי האריזה והניח את כל החלקים על שטח פנוי. זה יאפשר לך סקירה נוחה של החלקים, ויפשט את הליך ההרכבה.
- בדוק ברשימת החלקים שחלקים אינם חסרים. השלך את חלקי האריזה לאחר סיום ההרכבה.
- היזהר ושים לב, משום שבעת השימוש בכלים או בעבודה טכנית, תמיד קיים סיכון לפציעה. לכן, הרכיבו את המוצר בקפידה ותוך שמירה על זהירות.
- צור סביבה חופשית מסכנות, למשל: אל תיתן לכלים להיות מונחים בסביבת העבודה באופן שבו הם עלולים להוות סיכון.
- אחסן את חומר האריזה באופן שאינו יכול לגרום לסכנה כלשהי. נייר כסף ושקיות ניילון מסוכנים לילדים (סכנת חנק)!
- לאחר התקנת המוצר המופיע במדריך ההתקנה, אנא ודא כי כל הברגים ושאר

החלקים הינם מותקנים ומהודקים כראוי, ושהכול מקובע היטב.

- שטח ריק של לפחות 2 מטר נחוץ מכל צד של הטרמפולינה, כולל מעל הטרמפולינה. יש לשמור על רווח ראוי בין הטרמפולינה לבין מקורות סכנה אפשריים, כגון כבלים חשמליים, ענפי עצים, מכשירי משחק, בריכת שחיה וגדרות.
- חובה להתקין את הטרמפולינה כראוי לפני השימוש.
- לעולם אל תתקין את הטרמפולינה כאשר יש גשמים, רוחות עזות וכל מזג אוויר סוער. אין להתקין את הטרמפולינה כאשר חשוך והראות אינה במיטבה. מומלץ לפרק את הטרמפולינה ולאחסן אותה לפניי שמתחיל מזג האוויר סוער.
- מסגרת המתכת של הטרמפולינה עשויה להוביל חשמל. אסור לאפשר לברקים, כבלים מאריכים וכל ציוד חשמלי לבוא במגע עם הטרמפולינה!
- יש להשתמש בטרמפולינה תמיד באזור מואר.
- אין להניח חפצים מתחת לטרמפולינה.
- אין להשתמש בטרמפולינה הנמצאת בקרבת מתקנים ומבנים אחרים.
- בעת הרכבה או פירוק, אנה השתמש בכפפות להגנה על הידיים.

1.5 הוראות נוספות:

- ליציבות נוספת ניתן להניח שקיות חול על רגלי הטרמפולינה. זה עשוי למנוע מהטרמפולינה להתהפך במקרה של כוח כלשהו אשר יופעל מאחת מצדדיה.
- אין להשתמש בהריון.
- אין להשתמש כאשר אתם סובלים מלחץ דם גבוה.
- קפיצה תעשה רק ברגליים יחפות. אל תנעל נעליים, דבר אשר יפגע במשטח הקפיצה. נזק זה אינו מכוסה באחריות.
- אסור לעשן בקרבת הטרמפולינה.
- חיות מחמד, חפצים חדים או כל חפץ זר אחר, אסור להיות מונח בקרבת הטרמפולינה.
- אין להשתמש בטרמפולינה תחת השפעת אלכוהול או סמים.
- אין לשבת או להישען על מגן-הקפיצים מכיוון שהוא צריך להישמר משוחרר ובמצבו המקורי על מנת שיוכל לנוע עם משטח הקפיצה. אנה אל תאפשר לילדים קטנים למשוך את עצמם במעלה הטרמפולינה באמצעות מגן הקפיצים. קרעים בתפרים הנגרמים כתוצאה משימוש לקוי כדלהלן אינם מכוסים באחריות.
- יש להניח את הטרמפולינה על קרקע מישורית. רצוי על דשא. מיקום הטרמפולינה על משטח קשה יוסיף לחץ למסגרת הטרמפולינה ולאורך הזמן יגרם נזק שאינו

מכוסה על ידי האחריות. הנחת הטרמפולינה על משטח לא אחיד עלולה לגרום לטרמפולינה להתהפך.

- אל תחשוף את הטרמפולינה למגע ישיר עם אש.
- אבטח את הטרמפולינה נגד שימוש בלתי מורשה ושאינו כראוי.
- אין להשתמש בטרמפולינה רטובה.
- יש לקשור את הטרמפולינה ולא לעגן אותה למקומה בתנאי מזג אוויר סוערים או לפרק ולאחסן אותה.

אזהרה

1. אנא וודאו כי רוכסן רשת הבטיחות סגור ב-100% וכן כל שלושת וויי הכניסה (אבזמי הסגירה ב"קליק" של הרשת) – יש לוודא שכולם מחוברים וסגורים לפני הקפיצה.

2. אין לקפוץ בכוונה תחילה לתוך רשת הביטחון (לא להטיל את הגוף בכוונה תחילה אל הרשת או עליה), משום שהיא נועדה אך ורק למנוע מאנשים ליפול מהטרמפולינה. קפיצה מכוונת לרשת הביטחון עלולה לגרום לטרמפולינה ליפול, או לגרום לנזק לרשת. שימוש שכזה ברשת הביטחון ייחשב לשימוש רשלני שאינו מכוסה על ידי האחריות. יש לעיין בכתב הצהרה.

2. הוראות בטיחות לטרמפולינות

- כל המשתמשים בטרמפולינה צריכים להיות תחת פיקוח. ללא קשר לגיל ולניסיון המשתמש.
- יש להתייחס ולמלא אחר הוראות הבטיחות של הטרמפולינה.

- יש להימנע מסלטות (קפיצה אשר בה מתהפכים באוויר לפני הנחיתה). ביצוע סלטה בצורה שגויה על הטרמפולינה עלולה לגרום לפציעות, במיוחד בגב, בצוואר או בראש. בין הפציעות באפשרויות יתכן גם שיתוק. או אפילו מוות.
- רק אדם אחד רשאי להשתמש בטרמפולינה בכל פעם. הטרמפולינה אינה מיועדת לשימוש של משתמשים מרובים באותה העת. שימוש מרובה-משתתפים בטרמפולינה יגדיל את הסיכון להתנגשות משמעותית.
- יש לבדוק את הטרמפולינה לפני כל שימוש ולוודא כי אין שום חלק פגום, שחוק או לא-תקין, מכיוון שהדבר עלול לפגוע בבטיחות הכוללת של הטרמפולינה. יש להחליף את החלקים הפגומים, השחוקים או המקולקלים באופן מיידי. ועד אשר הדבר יבוצע, בינתיים יש למנוע גישה לשימוש בטרמפולינה.
- אין ללבוש בגדים עם ווים, רוכסנים או חלקים שעלולים להיתפס בעת הקפיצה על הטרמפולינה.
- יש להתקין את הטרמפולינה רק על קרקע שטוחה ומשטחים שאינם חלקים.
- רוח חזקה עלולה לגרום להרס של הטרמפולינה. אם ישנה תחזית לרוחות עזות, יש להעביר את הטרמפולינה למקום מוגן, ולא לפרק אותה ולאחסן עד שמזג האוויר הסוער יחלוף. כמו כן, ניתן לקבע את הטרמפולינה לקרקע – על מנת להבטיח את השאריתה היציבה במקום. לפחות שלוש עיגונים חזקים ויציבים נחוצים לשם כך. קשירת המוצר אינה מבטיחה שהוא יישמר מפני רוחות חזקות, משום שהחוט עשוי להיקרע.
- נסה להימנע מהזזת הטרמפולינה המורכבת, מכיוון שעמודיה עלולים להתעוות במהלך העברתה ממקום למקום. אם יהיה צורך להזיז את הטרמפולינה, אנה שקול את הדברים הבאים: לפחות ארבעה אנשים חייבים לעמוד במרווח שווה סביב המסגרת כדי להרים את הטרמפולינה מהקרקע. יש לשאת את הטרמפולינה אופקית. ארבעה האנשים הנושאים את הטרמפולינה צריכים לשים לב לשמור יחד בעת הנשיאה על צורת מסגרת הטרמפולינה ולא להניח לה להתעוות בזמן ההעברה.
- טרמפולינה היא מכשיר קפיצה, המאפשר למשתמש לקפוץ לגבהים יוצאי דופן וכן לריבוי תנועות גוף. פגיעה במסגרת, במגן הקפיצים, או נחיתה שגויה על הטרמפולינה עלולה לגרום לפציעה למשתמש בטרמפולינה.
- המשתמשים חייבים להכיר את הוראות השימוש בטרמפולינה. מדריך זה מכיל הוראות הרכבה... אמצעי זהירות נבחרים וכן המלצות לתחזוקה של הטרמפולינה. על מנת להבטיח שימוש מאובטח ומהנה בטרמפולינה.
- באחריות הבעלים של המוצר ולא האחראי המפקח על השימוש בו, להבטיח למשתמשי הטרמפולינה מקום פנוי מספק סביבה (2 מטרים מרחק מכל כיוון כולל מעל הטרמפולינה), כאמצעי בטיחות.
- לעולם אין להשתמש בטרמפולינה בקרבת מים.
- היזהר מחלקים נעים או משוחררים אשר עלולים לתפוס את הידיים והרגליים.

- אל תדביק/תחבר שום חפץ זר לטרמפולינה.
- אל תאפשר לאף אדם, בעל חיים או חפץ לאף חפץ לעבור מתחת לטרמפולינה בזמן שמישהו קופץ עליה. משטח הקפיצה גמיש, וכוח המופנה כלפי מטה, אשר נוצר על ידי מישהו שקופץ, עלול לגרום לפגיעה קשה באדם\בעל חיים\חפץ הנמצא תחת הטרמפולינה.
- עליכם ליישם את כל כללי הבטיחות ולהכיר היטב את המידע במדריך למשתמש.
- ניתן להשתמש בטרמפולינה רק אם משטח הקפיצה נקי ויבש. יש להחליף באופן מדי משטח קפיצה שחוק או פגום.
- כל אובייקט שעלול להיות מסוכן למשתמשים, יש להרחיק מקרבת הטרמפולינה.
- הימנע משימוש לא מורשה ובלתי מפקח בטרמפולינה.
- להשתמש בטרמפולינה תחת השפעת אלכוהול, סמים ותרופות.
- למד היטב עד שתגיע לשליטה מלאה בטכניקות הקפיצה הבסיסיות. זו חובה טרם מנסים קפיצות מורכבות יותר. למידע נוסף, ראה טכניקות קפיצה בסיסיות.
- טפסו על הסולם בזהירות על מנת להגיע אל משטח הקפיצה של הטרמפולינה. יש לעלות בצורה בטיחותית בלבד. אין להשתמש בטרמפולינה כמקפצה אל שטח\מתקן אחד. למידע נוסף ראו קטגוריות - תאונות: הרכבה ופירוק.
- למידע נוסף או לימוד טכניקות קפיצה, יש לפנות למורה לקפיצה בטרמפולינה מוסמך.

3. הוראות הרכבה

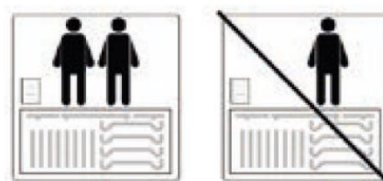
- כדי להרכיב טרמפולינה זו, כל מה שאתה צריך הוא מותחן הקפיצים המיוחד שלנו, הכלול בחבילת מוצר זה.
- בתקופות של אי שימוש, את הטרמפולינה ניתן לפרק ולאחסן בקלות.
- אנא קרא את הוראות ההרכבה לפני שתתחיל להרכיב את המוצר!

לפני ההרכבה

- עיין בעמוד תיאור החלקים ומספרם. המדריך מציע לכם תיאורים ומספרים אלה לנוחיותכם.
- ודא כי כל החלקים מופיעים ברשימה. אם חסרים לך חלקים, עיין בעמוד לקבלת הוראות כיצד להשיג חלקים כלשהם.
- כדי למנוע פגיעה בידיים שלך במהלך ההרכבה, אנא השתמש בכפפות כדי להגן עליהן.

*יש לעטות כפפות בזמן ההתקנה. נדרשים לפות 2 אנשים לצורך ההרכבה.

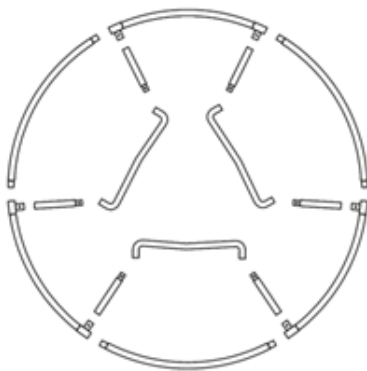
REMEMBER TO USE GLOVES DURING ASSEMBLY TO AVOID PINCHING and
IT WILL TAKE AT LEAST TWO PEOPLE TO ASSEMBLE THE TRAMPOLINE



חלקי הבסיס של הטרמפולינה – רשימת החלקים:

	מידה \ חלק	7FT - 2.1 מטר	8FT - 2.4 מטר	10FT-a - 3 מטר א'	10FT-b	12FT - 3.6 מטר	13FT - 4 מטר	14FT - 4.3 מטר
A	FRAME TUBE-A מוט-שלדה א'	3	3	3	4	4	4	4
B	FRAME TUBE-B מוט-שלדה ב'	3	3	3	4	4	4	4
C	T CONNECTOR מחבר בצורת T	6	6	6	8	8	8	8
D	COVER PADS מגן-קפיצים	1	1	1	1	1	1	1
E	JUMPING MAT משטח-קפיצה	1	1	1	1	1	1	1
F	LEG EXTENSION מוטות הארכת הרגליים	-	-	-	8	8	8	8
G	LEG BASE בסיס הרגליים	3	3	3	4	4	4	4
H	SPRINGS קפיצים	36	42	54	64	72	80	80
I	SPRING TOOL מותחן קפיצים	1	1	1	1	1	1	1

J	SCREWS ברגים	-	-	-	16	16	16	16
K	SCREW DRIVER מברג	1	1	1	1	1	1	1



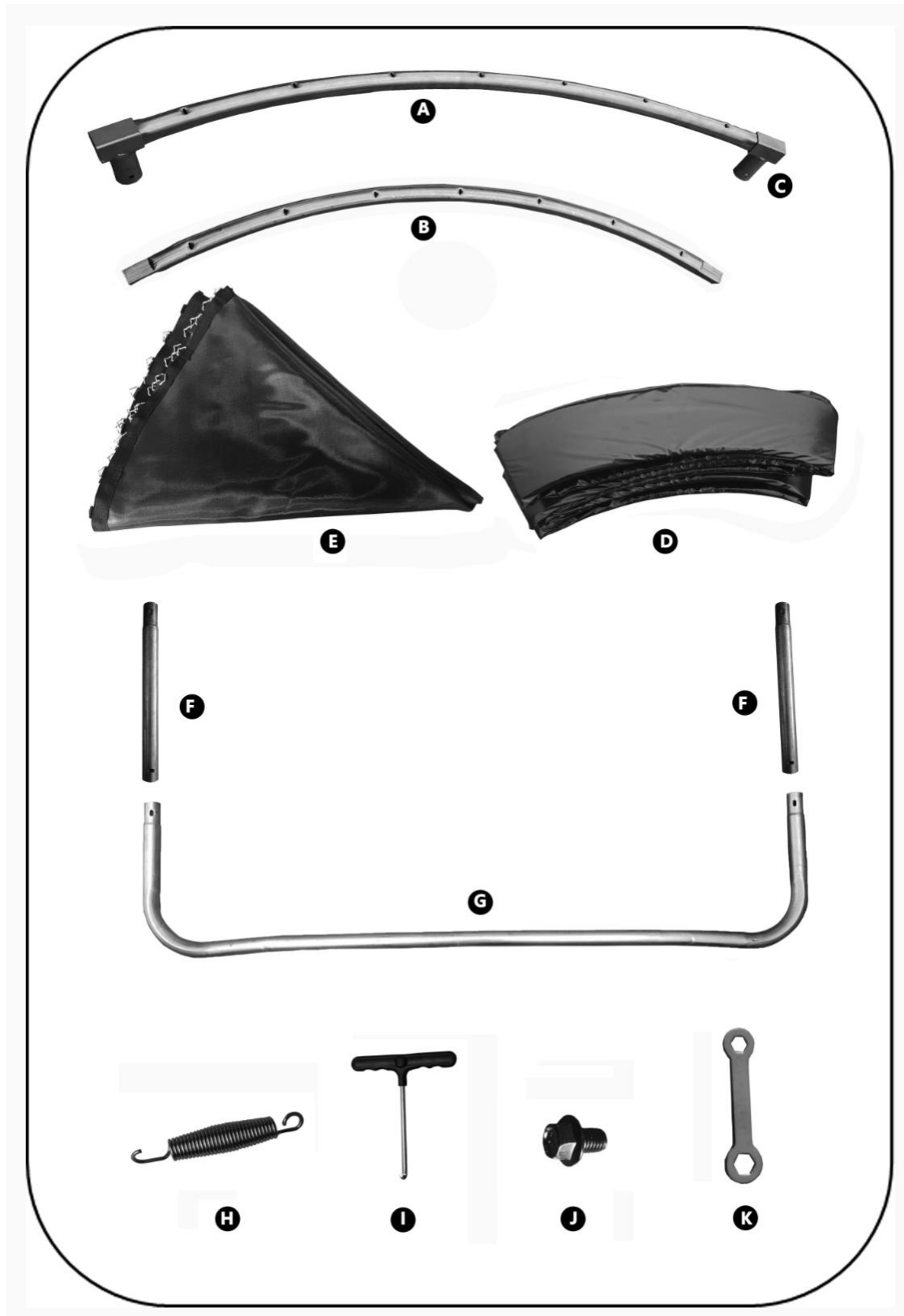
6FT/8FT/10FT (3 Legs)

6 פיט (2.1 מטר) \ 7 פיט (2.4 מטר) \ 9
פיט (2.7 מטר) \ 10 פיט (10 פיט)
= 3 רגלים



12FT/13FT/14FT (4 Legs)

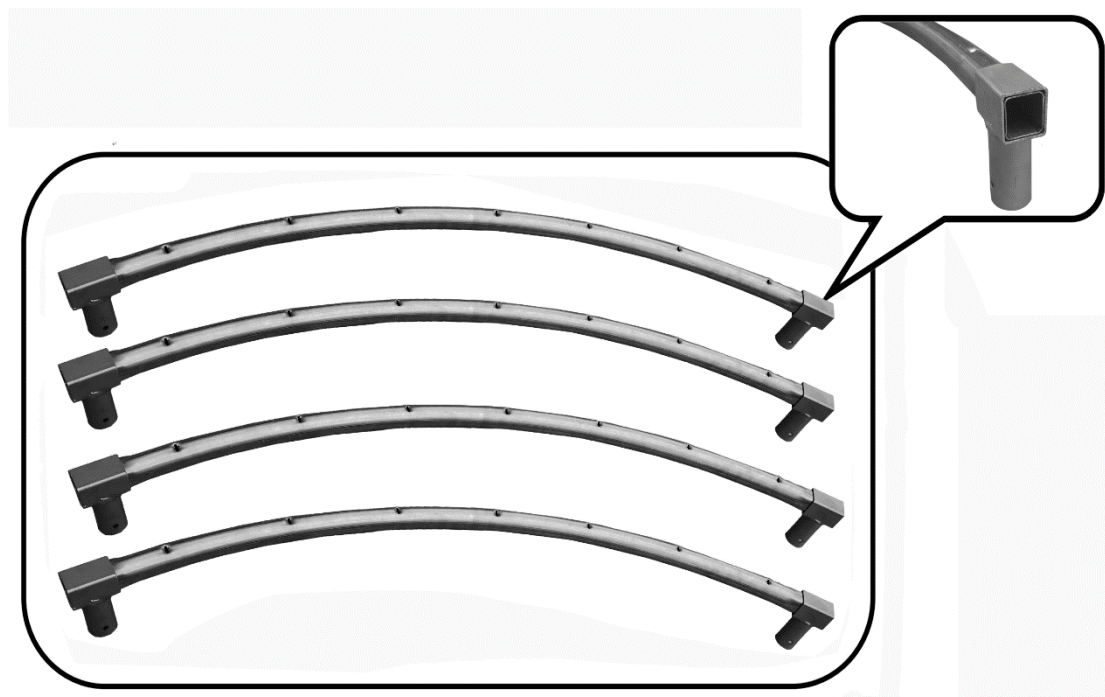
11 פיט (3.3 מטר) \ 12 פיט (3.6 מטר) \ 13
פיט (4 מטר) \ 14 פיט (4.3 מטר)
= 4 רגלים



הרכבת בסיס הטרמפולינה

שלב 1:

חבר את כל מחברי T – (C) לשני קצוות מוט-שלדה א' (A). וודא שהוא מתאים היטב.



שלב 2:

חבר את כל מוטות-השלדה ב' (B) עם מוטות-השלדה א' (A) [אשר כבר חוברו זה לזה בשלב הקודם בעזרת מחברי ה-T] – כך שיחד הם יצרו מעגל. חיבור שני השלבים האחרונים דורש 2 אנשים: האחד אווז בצד השני של המסגרת, כאשר השני מחבר את שני הקצוות למעגל.

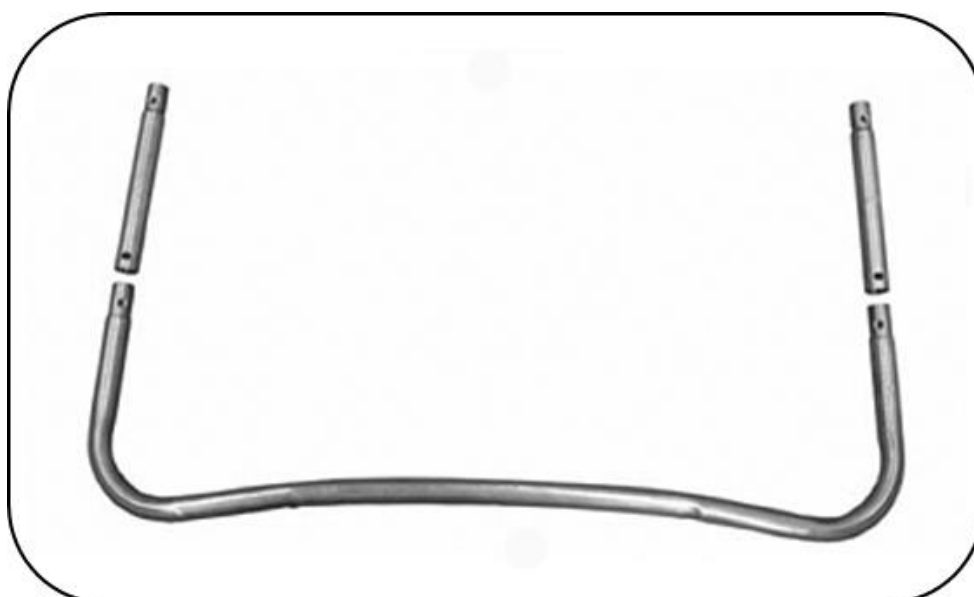


שלב 3:

חבר את מוטות הארכת הרגליים (F) עם בסיס הרגליים (G) וקבע בעזרת הברגים (J). חזור על פעולה זו בכל תומכות-הרגליים.

*אם אין מוטות הארכת רגליים (בטרמפולינות בהן אין - 6ft/8ft/10fta) פשוט דלגו לשלב

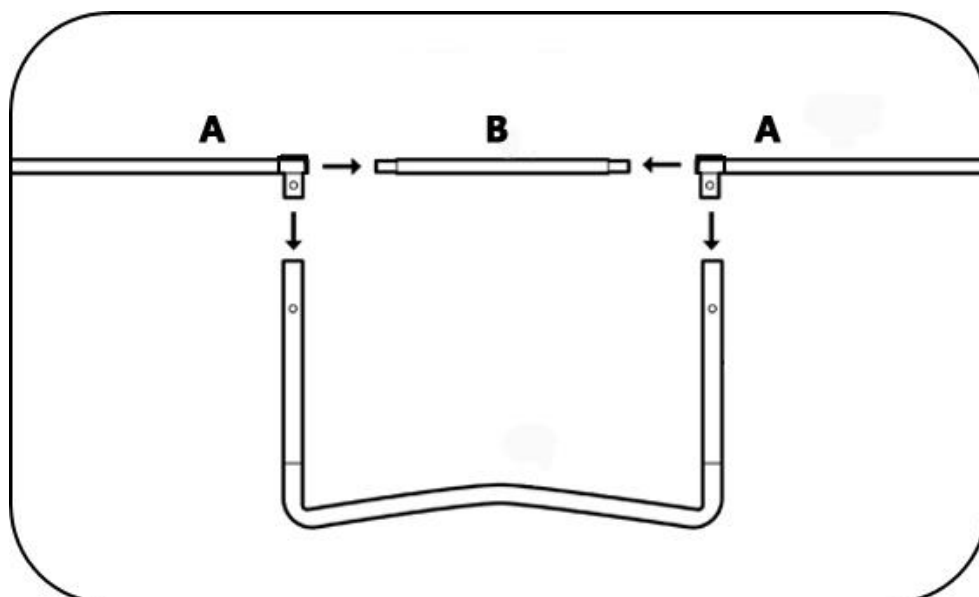
4.



שלב 4:

חבר את כל תומכות הרגליים אל למעגל השלדה העליון.

*וודא כי כל מוט-הארכת-רגל [תומכת-רגל] מתחברת עם 2 יחידות של מוט-שלדה א' (A) ובמרכז עם מוט שלדה ב' (B)!



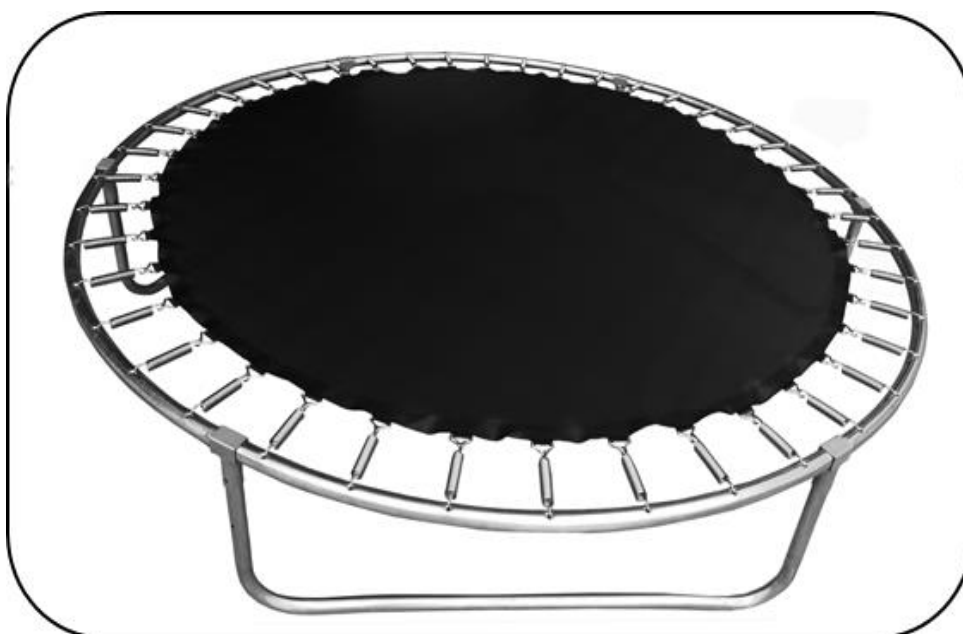
שלב 5:

חבר את הקפיצים (H) בעזרת מותחן הקפיצים (I). תחילה מתח כל קפיץ חמישי כדי שמשטח הקפיצה (E) יוכל להיות מתוח בצורה שווה במרכז השלדה. על ידי כך, הרכבת יתר הקפיצים תהיה פשוטה יותר.



שלב 6:

בשלב הזה, הטרמפולינה אמורה להיראות כך:



שלב 7:

מקם את מגן-הקפיצים (D) כך שיכסה את כל הקפיצים כולם, והדק בעזרת הגומיות.



חלקי הבסיס של הטרמפולינה – רשימת החלקים:

	MODEL \ SIZE מידה \ חלק	7FT (2.1 מטר)	8FT (2.4 מטר)	10FT (3 מטר)	12FT (3.6 מטר)	13FT (4 מטר)	14FT (4.3 מטר)
L	LOWER POLE עמוד תחתון	6	6	8	8	8	8
M	UPPER POLE עמוד עליון	6	6	8	8	8	8
N	SAFETY NET רשת הגנה	1	1	1	1	1	1
O	QUICK CLAMP אומים ושייבות	12	12	12	16	16	16
P	Plastic holder פקק מוט עליון	6	6	6	8	8	8
Q	String חוט	1	1	1	1	1	1



הרכבת רשת הגנה

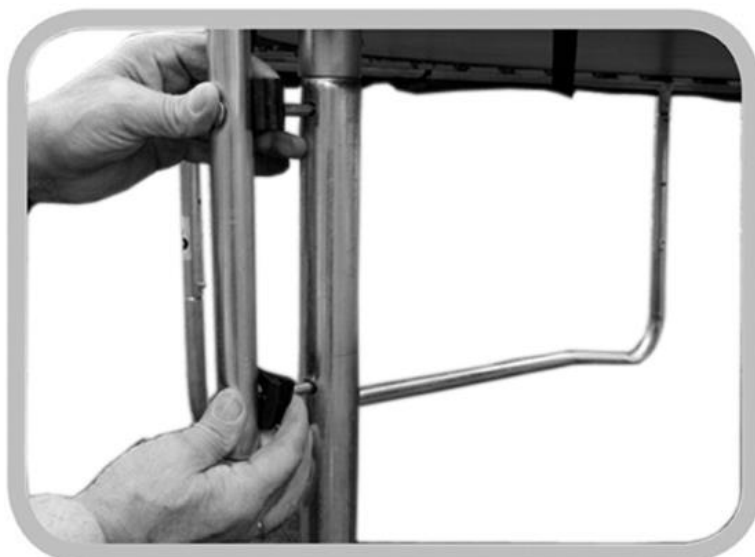
שלב 1:

לפניי התחלת ההרכבה, פרוש את החלקים כולם, כנראה בתמונה. רצוי ש-2 אנשים יחד יבצעו את ההרכבה.



שלב 2:

חבר את העמודים התחתונים (L) לבסיס הרגליים באמצעות האומים והברגים (O).



שלב 3:

ברגע שכל העמודים התחתונים (L) מקובעים, הטרמפולינה שלך אמורה להיראות כמו בתמונה

12:



שלב 4:

הרכב את פקקי העמודים העליונים (P) על גבי העמודים העליונים (M). ואז קבע והדק את העמודים העליונים (M) על ידי דחיפה פשוטה שלהם מטה, אל העמודים התחתונים המורכבים.



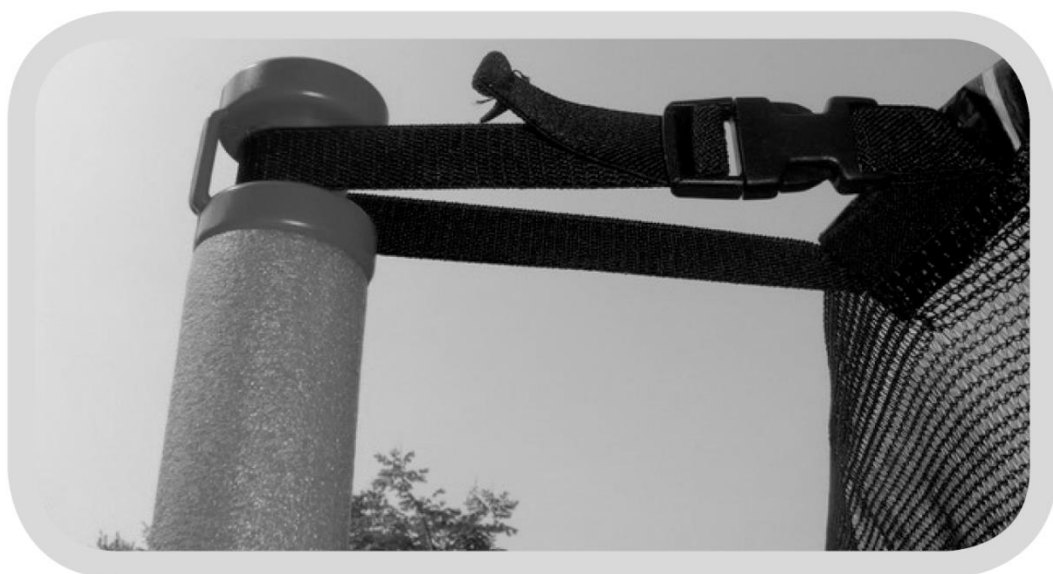
שלב 5:

עכשיו יש להתאים את הרשת (N). מקם את הרשת, בצד הפנימי של העמודים המותקנים. הרוכסן צריך להימצא למטה, ומופנה כלפי חוץ.



שלב 6:

פתח את האבזם, והשחל את הרצועות דרך החור של פקק העמוד-העליון (P). סגרו את הרצועה וחזרו עם כל הרצועות.



שלב 7:

השחל את החוט (K) דרך הלולאות בתחתית רשת הביטחון (N) ודרך טבעות המשולש על גבי מזרן הקפיצה, בו זמנית.



שלב 8:

רכוס את פתח הכניסה, סגור את כל וויי הכניסה והדק את כל הברגים והאומים. כעת נשלמה הרכבת הטרמפולינה.



בדיקת הטרמפולינה

לאחר הרכבת הטרמפולינה, חשוב שתבצע את בדיקות הבטיחות הבאות:

וודא כי הטרמפולינה עונה על הקריטריונים הבאים:

- בדוק שכל הברגים מוברגים היטב בעזרת מברג.
- הסתכל מתחת לטרמפולינה ובדוק שכל הקפיצים מחוברים היטב למסגרת ואל טבעות המשולש.
- הזז את הטרמפולינה סביב ובדוק את יציבות המסגרת.
- בעזרת שתי הידיים שלך, הנח את משקל גופך על קטע אחד של הטרמפולינה ושחרר כדי לוודא שהמשטח מונח באופן אחיד וישר.
- בדוק את מגן הקפיצים וודא שהוא מכסים לחלוטין את הקפיצים והמסגרת.
- וודא שכל החוטים של מגן הקפיצים, קשורים היטב.

בדיקות בטיחות הרשת הפנימית:

- בדוק כי כל כל המוטות יציבים על ידי נענוע מתון שלהם.
- בדוק כי הרשת שלימה, שכל התפרים במצב תקין ואין בה קרעים.
- בדוק כראוי את רוכסן הרשת ואת וויי הכניסה (אבזמי הסגירה). וודא כי כולם במצב תקין.
- וודא שהרשת ההגנה מחוברת באופן תקין מתחת למגן הקפיצים.

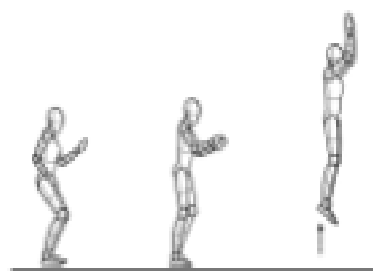
לאחר ביצוע כל הבדיקות, ולאחר שוודאת כי הטרמפולינה עברה בהצלחה את הבדיקה הראשונית (לעיל), בשלב זה יש לתת לאדם אחד לקפוץ על הטרמפולינה במשך 5 דקות ברצף. אם הטרמפולינה מרגישה יציבה - אז הטרמפולינה עברה את המבחן. מזל טוב, סיימת להתקין את הטרמפולינה בהצלחה! זכרו לעקוב ולציית לכל כללי הבטיחות. תהנו ושחקו בבטיחות!

טכניקות קפיצה בסיסיות:

מומלץ לכל משתמשי הטרמפולינה לשלוט בטכניקות הקפיצה הבסיסיות הללו.

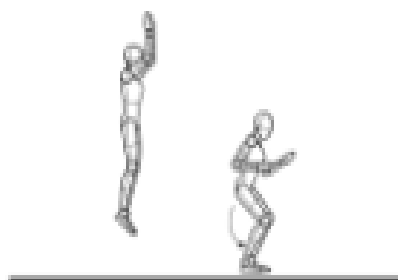
הקפיצה הבסיסית:

- התחל ממצב עמידה, כשרגליים במרחק רחב הכתפיים זו מזו, והעיניים מביטות לכיוון המשטח.
- הנף את זרועותיך קדימה, מעלה ומסביב בתנועה מעגלית.
- קרב את הרגליים זו לזו בזמן שהן בחצי הדרך באוויר, וכוון את הבהונות כלפי מטה.
- שמור על מרחק בין הרגליים כרוחב הכתפיים בנפרד כשאתה נוחת על המשטח.



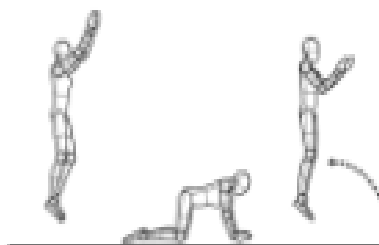
תמרון בלימה:

- לפעמים, עלולים לאבד שליטה על מהלך הקפיצה. ביצוע תמרון הבלימה יאפשר למשתמש להחזיר לעצמו את השליטה בקפיצה ובאיזון הגוף.
- התחל בקפיצה בסיסית.
- בזמן שאתה נוחת, כופף את הברכיים בחדות - זה יאפשר לך לעצור את הקפיצה שלך.



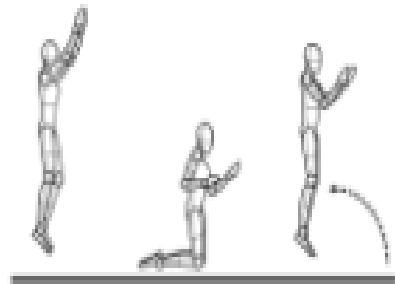
קפיצת ידיים-ברכיים:

- התחל בהקפצה בסיסית מבוקרת נמוכה.
- נחת על הידיים והברכיים תוך שמירה על גב ישר.
- שים דגש על נחיתה זהירה, טובה יציבה על ארבע. הדגש צריך להיות על נחיתה בטיחותית על ארבע, ולא על גובה הקפיצה.



קפיצת ברכיים:

- התחל בקפיצה בסיסית מבוקרת, נמוכה.
- נחת על הידיים והברכיים תוך שמירה על גב ישר.
- זקוף את הגוף והשתמש בזרועותיך כדי לשמור על איזון.
- קפץ בחזרה למצב הקפיצה הבסיסי על ידי הנפת זרועותיך כלפי מעלה.



קפיצת-ישיבה:

- בצע קפיצה בסיסית, ונחת בישיבה שטוחה.
- הקפד על מנח ידיים קרוב אל הירכיים.
- חזור למצב זקוף על הפעלת לחץ עם הידיים על גבי המשטח.



TRAMPOLINE

USER MANUAL



INTRODUCTION

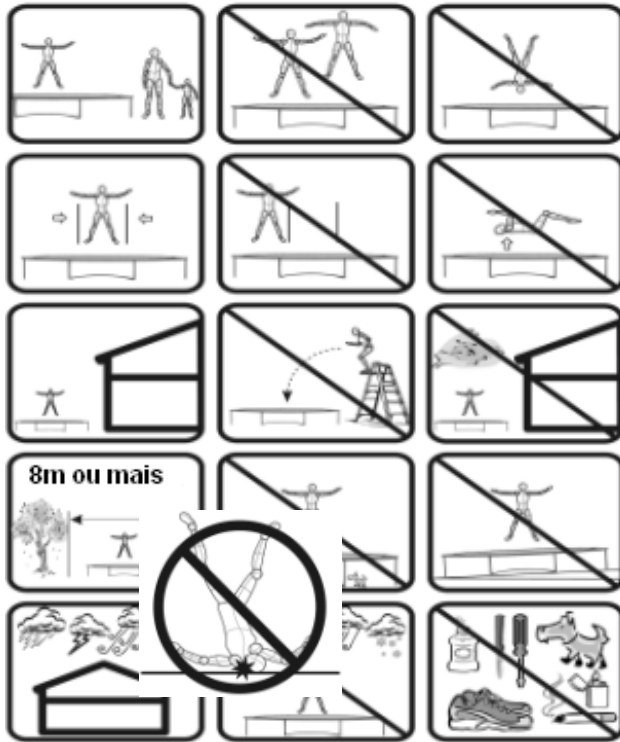
Before you begin to use this trampoline, you must read all the information in this manual. Just like any other type of physical recreational activities, Participants can be injured. To reduce the risk of injury is sure to follow the appropriate safety rules and tips.

- Misuse and abuse of this trampoline is dangerous and can cause serious injury!
- Trampolines are rebounding devices which propel the performer to unaccustomed heights through a variety of movements. So always use caution when playing on a trampoline.
- Always inspect the trampoline before each use.
- Proper assembly, care and maintenance of product, safety tips, warnings, and proper techniques in jumping and bouncing are all included in this manual. All users and supervisors must read and familiarize themselves with these instructions. Anybody who chooses to use this trampoline must be aware of their own limitations in regards to performing various jumps and bounces with this trampoline.

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



before
bounce
good



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

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

TRAMPOLINE GUIDELINES

1. GENERAL INSTRUCTIONS

1.1 PURPOSE

- The product is intended for home/domestic use only and is not suitable for professional or medical uses.
- The maximum weight: 4.5ft:70kgs, 6ft/8ft:100kgs; 10ft/12ft/13ft/14ft/15ft/16ft:150kgs.

Overloading the trampoline above the recommended user weight will cause damage to the trampoline which is not covered by the warranty

1.2 DANGER FOR CHILDREN

- Do not let unsupervised children near this product. Carry out the necessary safety precautions and supervise all trampoline activities. Be aware that the packaging material is not suitable for children. There is a danger of suffocation!
- Trampolines over 51cm (20inches) in height are not recommended for children under 6 years of age. Children do not recognize potential dangers from this product. Keep children away from this product, it is not a toy. The product has to be stored out of reach of children and pets.

1.3 ATTENTION – PRODUCT DAMAGES

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

1.4 ADVICE FOR THE ASSEMBLY

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

- After installing the product according to the instruction manual, please make sure that all screws, bolts and nuts are correctly installed and tightened and that all joints are tightly fixed.
- A clearance space of at least 7.3m is necessary above the trampoline. An appropriated clearance must be kept between the trampoline and possible sources of danger, such as electric cables, tree branched, playing devices, swimming pools and fences.
- The trampoline must be set up properly before use.
- Never set up the trampoline in rainy, windy or stormy conditions, especially lighting conditions. It is recommended that the trampoline be taken apart and stored in bad weather.
- The metal frame of the trampoline will conduct electricity. Lightning, extension cords and all electrical equipment must never be allowed to come in contact with the trampoline.
- The trampoline must always be used in a well-lit area.
- Do not place any objects under the trampoline.
- The trampoline in the vicinity of other leisure devices and constructions must not be used.
- When assembling or disassembling, please use gloves to protect your hands.

1.5 ADDITIONAL TIPS

- For additional stability you can place sand bags on the trampoline legs. This will prevent the trampoline from tipping over in the event of any side ward's force.
- Do not use during pregnancy.
- Do not use when suffering from high blood pressure.
- Jump with bare feet. Do not wear shoe, this will damage the jumping mat which is not covered by the warranty.
- No smoking
- Do not put cigarettes. Pets, sharp objects, or any other foreign objects, or any other foreign objects on the trampolines.
- Do not use the trampoline whilst under the influence of alcohol or drugs.
- Do not sit or lean on cover pads as it needs to be feeble so it can move with the jumping mat. Please do not allow small children to pull themselves up the

trampoline by using the cover pads. Tears in stitching caused by obstructing frame pads are not covered by warranty.

- Place trampoline on level ground. Preferably on grass. Locating the trampoline on hard surface will add stress to the frame and overtime cause damage which is not covered by the warranty. placing the trampoline on an uneven surface may result in the trampoline tipping over.
- Don not expose the trampoline to direct contact with open flames.
- Secure the trampoline against unauthorized use.
- Do not use if trampoline is wet.
- Trampoline should be tied down with anchors during windy conditions or dismounted and stored away.

WARNING

1. Please ensure that the safety enclosure net zipper is 100% closed and all three entrance hooks are re-hooked before jumping.
2. Do not intentionally jump into the safety net, it is only designed to stop persons from falling off the trampoline. Intentional jumping into the safety net may cause the trampoline to top over, or may damage your net. Abuse of the safety net is considered negligent use which is not covered by the warranty, please refer to the disclaimer.

2. SAFETY INSTRUCTIONS FOR TRAMPOLINES

- All user of the trampoline needs a supervisor. Regardless of the age and the experience of the user.
- The safety instructions of the trampoline should always be considered and obeyed.
- Somersaults must be avoided. Incorrect landings on the trampoline can lead to injuries, particularly to the back, neck or head. Injured may include paralysis. Or even death.
- Only one person should use the trampoline at a time. Multiple users on the trampoline will increase the risk of collision.
- The trampoline has to be examined for damaged, wearing or defective part before each usage, as it can impair the overall safety of the trampoline. The damaged, wearing or defective parts should be replaced immediately. In the meantime the trampoline must be restricted from access.
- No clothes with hooks or parts may be carried when jumping on the trampoline, in

order to avoid hooks getting caught.

- The trampoline must be set up only on a flat ground and non-slippery surfaces/
- Strong wind can blow the trampoline away. If strong winds are predicted. The trampoline must be moved to a protected place, and taken apart. Or fastened to the ground with cords and herrings. At least three anchorages are necessary. It is not enough to anchor the pennants in the ground since they can tear out of the patch cords.
- Try to avoid moving the assembled trampoline, because it could bend during transportation. Should it be necessary to move the trampoline, please consider the following: at least four people must be evenly spaced around the frame to lift the trampoline off the ground. The trampoline must be carried horizontally, and if the frame shifts position use four people to draw the trampoline in shape.
- Trampoline are jumping devices, enabling the user to jump to unusual heights as well as into a multiplicity of body movements. Jumping into the trampoline. Hitting the frame, cover pads or incorrect landing on the trampoline can lead to injury.
- Users should be familiar with the user manual. This manual contains assembly instructions... selected precautionary measures as well as recommendations for servicing and maintenance of the trampoline. In order to ensure a secured and fun use of the trampoline.
- It is the responsibility of the owner or the supervisor to guarantee that all users of the trampoline are informed sufficient space around it as a safety precaution.
- Never use it near water and keep sufficient space around it as a safety precaution.
- Beware of moving parts. Which could catch your arms and legs?
- Do not stick any foreign objects in to the trampoline,
- Do not allow anyone or any object to go under the trampoline whilst someone is jumping on the mat. The jumping mat is flexible and downwards force created by someone jumping can cause serious injury to a person.
- Implement all safety rules and make yourselves familiar with the information in the user manual
- The trampoline can be only used, if the jumping mat is clean and dry. Worn or damaged jumping mats should immediately be replaced.
- Object, which could be dangerous to the user, should be vacated from the area
- Avoid unauthorized and unsupervised use of the trampoline.
- Do not use the trampoline under influence of alcohol or drugs (including medicines)

- Learn the fundamental jumping techniques thoroughly. Before trying difficult jumps. For more information. See section-fundamental bounce techniques.
- Climb on the trampoline. Do not jump on it directly. Do not use the trampoline as jump board for other articles. For more information, see section-accident categories: mounting and dismounting
- For further information or exercise documents, you can turn to a trained trampoline teacher.

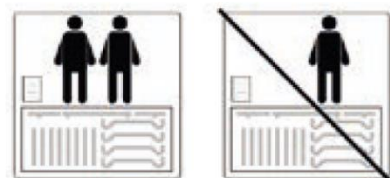
3. ASSEMBLY INSTRUCTIONS

- **To assemble this trampolines** all you need is our special spring loading tool provided with this product.
- During periods of non-use. This trampoline can be easily disassembled and stored.
- Please read the assembly instructions before beginning to assemble the product.

PRIOR TO ASSEMBINE

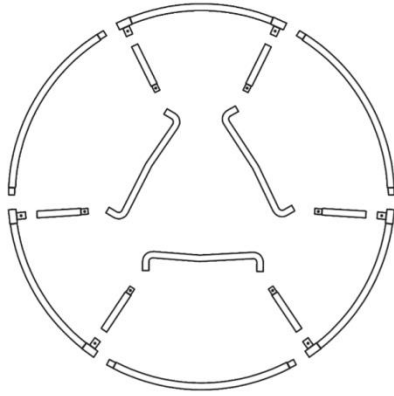
- Please refer to page for part descriptions and numbers. The assemble steps us these descriptions and numbers as reference for your convenience.
- Make sure that you have all parts listed. If you are missing any parts, please refer to page for Instructions on how to attain any parts.
- To prevent any injuries to your hands from pinch during assembly, **please use gloves to protect your hands.**

REMEMBER TO USE GLOVES DURING ASSEMBLY TO AVOID PINCHING and
IT WILL TAKE AT LEAST TWO PEOPLE TO ASSEMBLE THE TRAMPOLINE

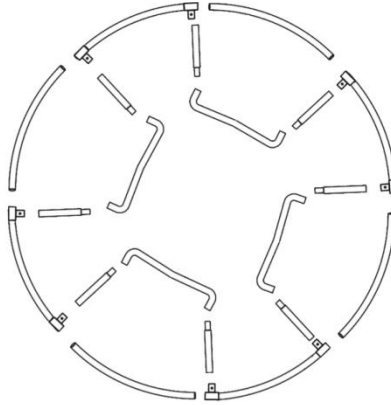


	MODEL SIZE	6FT	7FT	8FT	10FT-a	10FT-b	12FT	13FT	14FT	15FT	16FT
A	FRAME TUBE-A	3	3	3	3	4	4	4	4	5	6
B	FRAME TUBE-B	3	3	3	3	4	4	4	4	5	6
C	T CONNECTOR	6	6	6	6	8	8	8	8	10	12
D	COVER PADS	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
E	JUMPING MAT	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
F	LEG EXTENSION	-	-	-	-	8	8	8	8	10	12
G	LEG BASE	3	3	3	3	4	4	4	4	5	6
H	SPRINGS	36	36	42	54	64	72	80	80	90	108
I	SPRING TOOL	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
J	SCREWS	-	-	-	-	16	16	16	16	20	24
K	SCREW DRIVER	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1

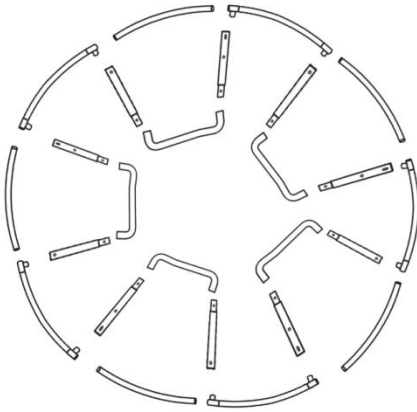
TRAMPOLINE BASE PARTS LIST



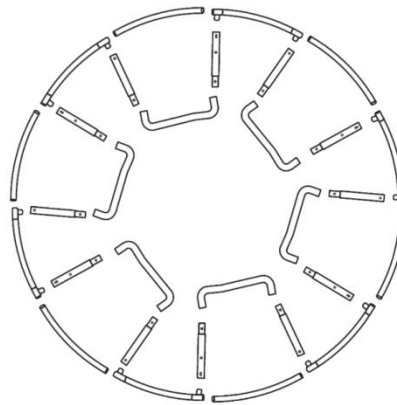
6FT/8FT/10FT (3 Legs)



12FT/13FT/14FT (4 Legs)

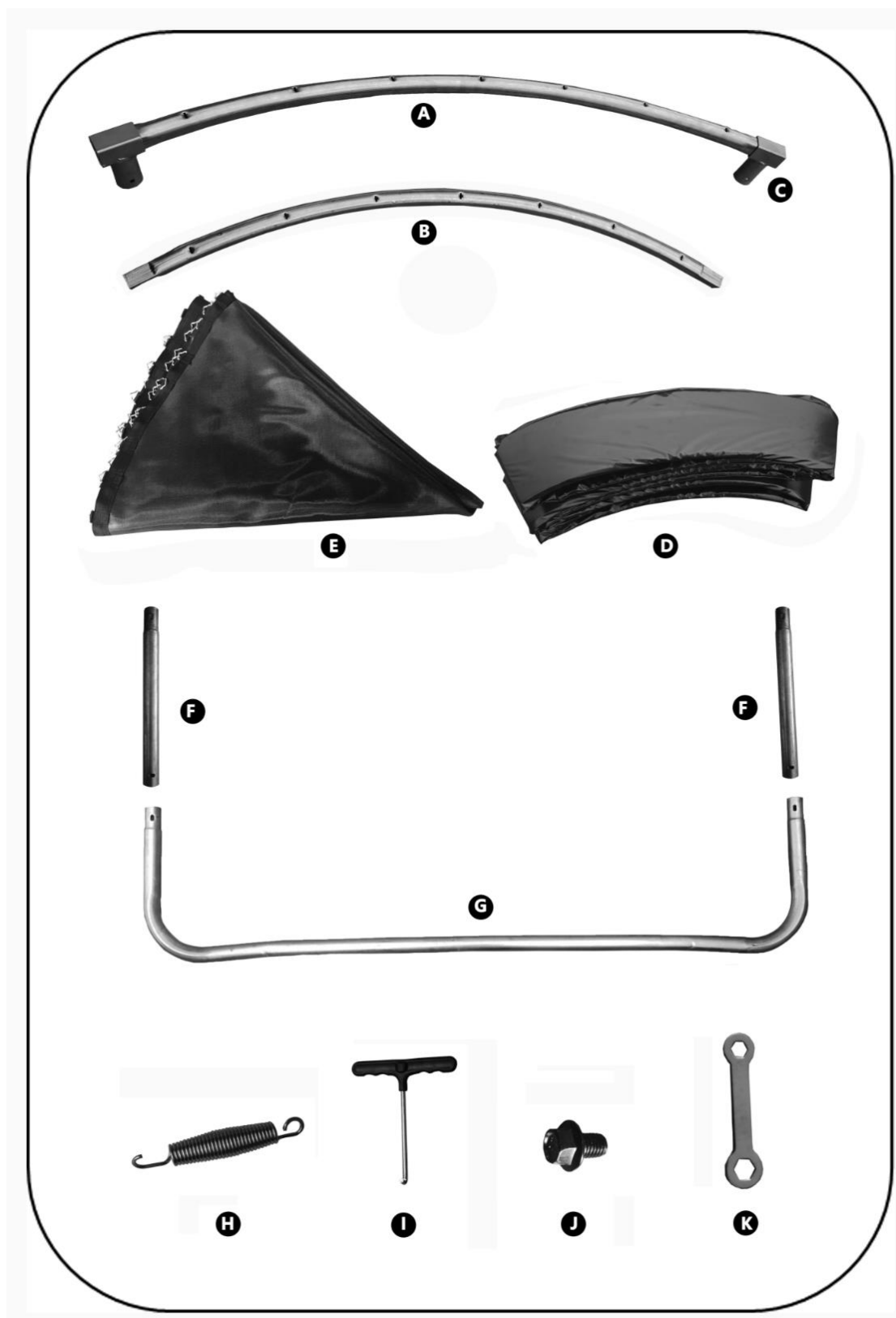


15FT (5 Legs)



16FT (6 Legs)

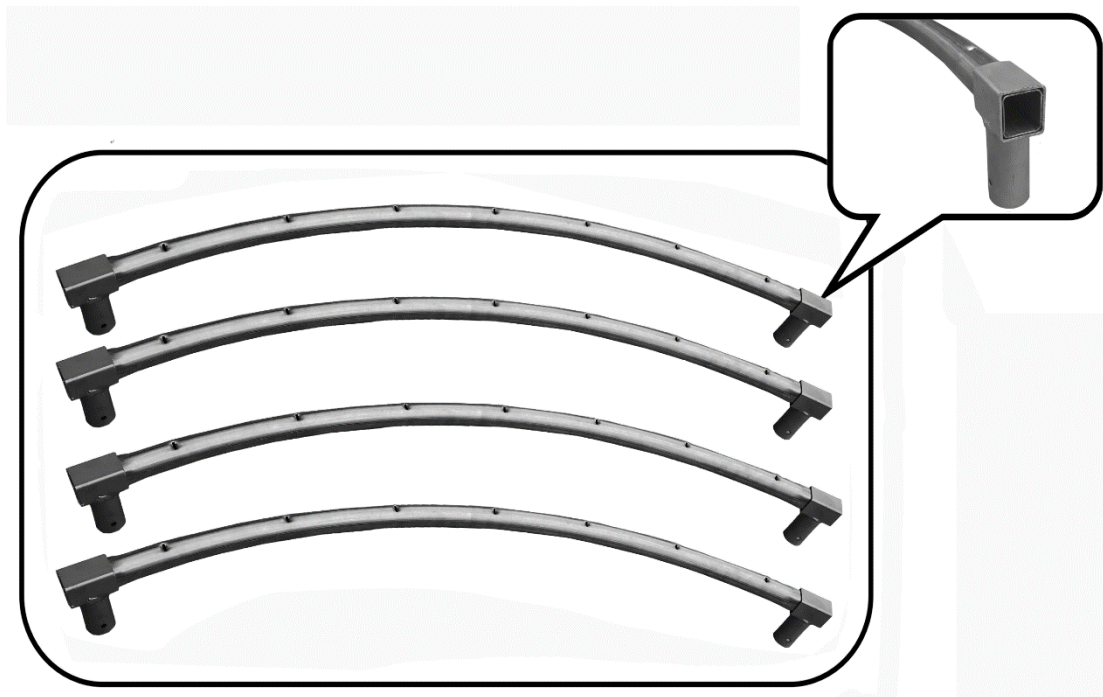
CONTINUE...TRAMPOLINE BASE PART LIST



TRAMPOLINE BASE ASSEMBLE

Step1:

Attach all the **T connectors (C)** to the two ends of **Frame tube A (A)**, Be sure it fits well.



Step2:

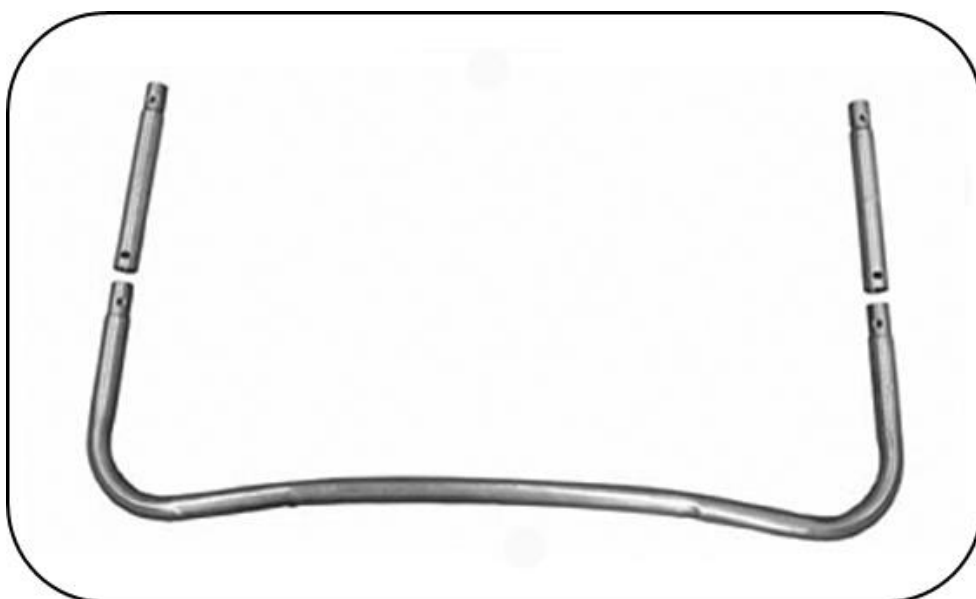
Connect all **Frame tube B (B)** with **Frame tube A (A)** (already fixed with the T connectors) to form a cycle. Connecting of the last two parts requires two persons; one holds the other end of the frame while the other connects both ends in cycle.



Step3:

Attach the **Leg extension(F)** to a **Leg base (G)** and secure together with the **Screws (J)**. Repeat for all leg supports.

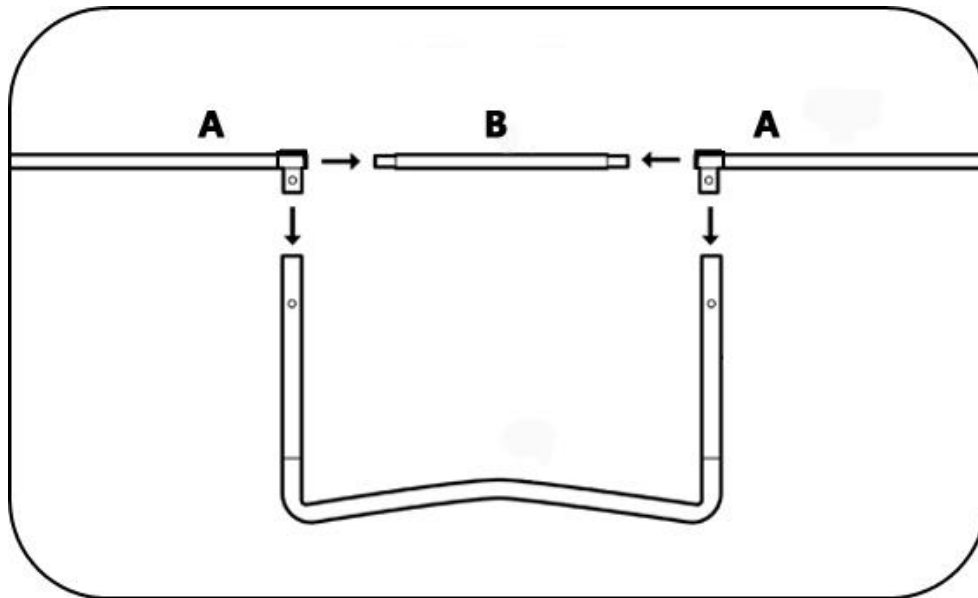
If no Leg extension(e.g.6ft/8ft/10fta), just go step 4.



Step4:

Attach the all leg supports to the top frame cycle.

Be sure each leg support connects with 2pcs of Frame tube A and a Frame tube B in the middle!



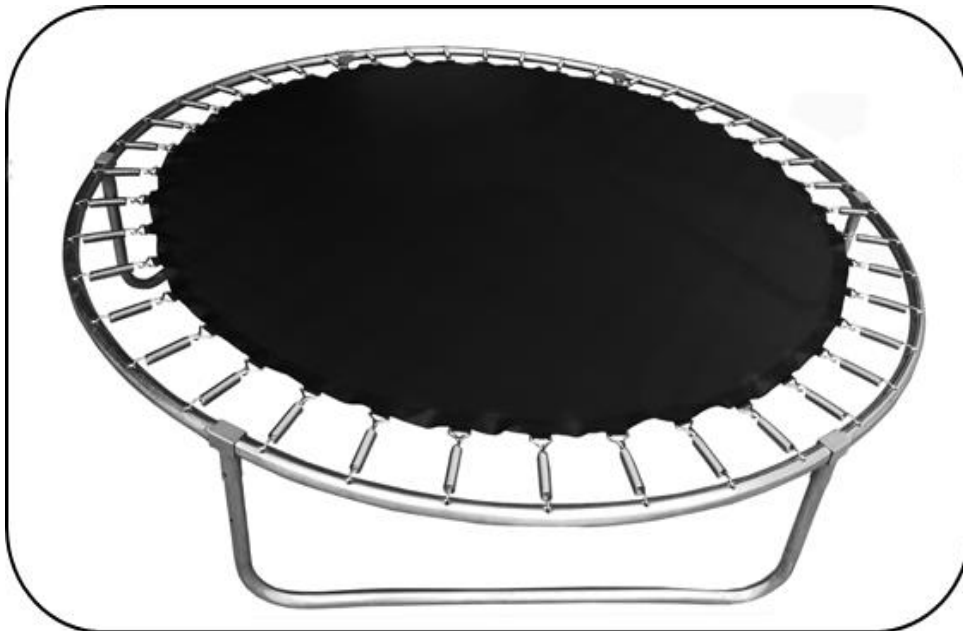
Step5:

Attach the **Springs (H)** using the **Spring tool (I)**. At first, strength each fifth spring so the **Jumping mat (E)** could be evenly tightened in the middle of the frame. Because of this, mounting of the residual springs will be easier.



Step6:

At this stage, the trampoline looks like this photo.



Step7: Place the **Cover pads (D)** for springs onto the trampoline so the springs are fully covered and fasten with rubber bands.



	MODEL SIZE	6FT	7FT	8FT	10FT	12FT	13FT	14FT	15FT	16FT
L	LOWER POLE	6	6	6	8	8	8	8	10	12
M	UPPER POLE	6	6	6	8	8	8	8	10	12
N	SAFETY NET	1	1	1	1	1	1	1	1	1
O	QUICK CLAMP	12	12	12	12	16	16	16	20	24
P	Plastic holder	6	6	6	6	8	8	8	10	12
Q	String	1	1	1	1	1	1	1	1	1

SAFETY NET PARTS LIST





SAFETY NET ASSEMBLE

Step1:

Lay out all the parts prior to assemble as below picture. We recommend that two people carry out the assembly.



Step2:

Fix the **lower poles (L)** to the leg base using the **Quick clamps (Q)**.



Step3:

Once all of the **lower poles (L)** fixed, your trampoline looks like this picture.



Step4:

Mount the **plastic holder (P)** onto the **upper poles(M)**. Then fit

the **upper poles(M)** by pushing them down to the readily assembled lower poles.



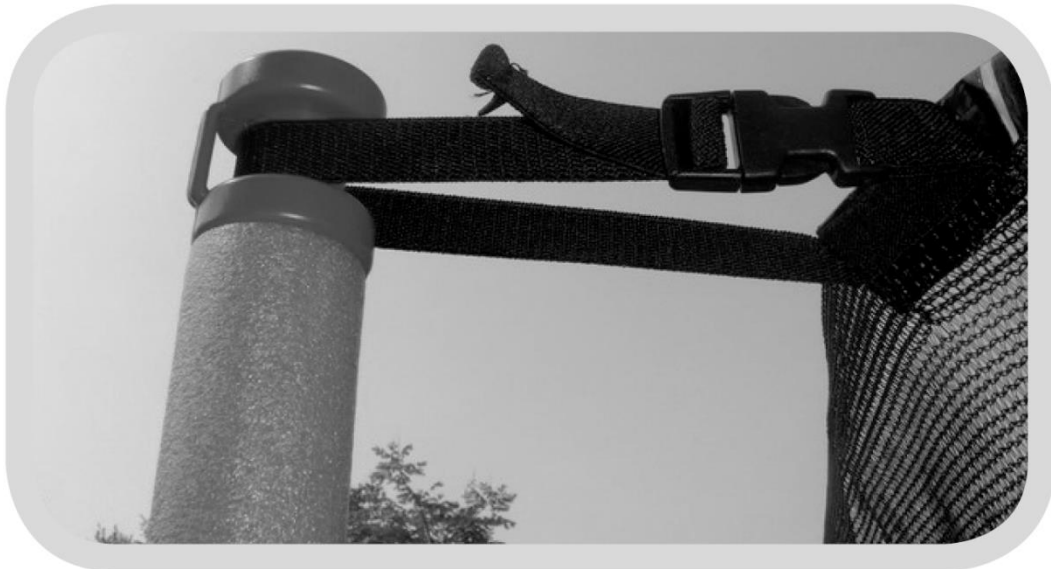
Step5:

Now you must fit the **safety net (N)**. Place it on the trampoline on the inner side of the fitted poles. The zip must be at the bottom and point outwards.



Step6:

Open the clasp and guide the straps through the hole of the **plastic holder(P)**. Close the strap and repeat with all the straps.



Step7:

Draw the **String (K)** through the eyelets in the bottom of the

Safety net (N) and through the triangle rings on the jumping mat at the same time.



Step8: Zip the entrance close, fasten all the entrance hooks, and tight all the screws and quick clamps. Now the trampoline assembly is finished.



TESTING THE TRAMPOLINE

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

Trampoline Safety Checks:

- Using a screw driver, check if all the screws are tightly secured.
- Look underneath the trampoline and check all the springs are hooked securely to the frame and triangle rings.
- Move the trampoline around and check the sturdiness of the frame.
- Using your two hands, put your body weight on one section of the trampoline and release to check that the floor is even.
- Inspect the cover pads and check if they completely cover the springs and frame.
- Make sure the strings of the pads are tied securely.

Enclosure Net Safety Checks:

- Hold onto pole net jacket and check that all the enclosure poles are sturdy by shaking it.
- Check the enclosure net and pole jacket for any tearing in the stitching or material.
- Check the enclosure net zipper and entrance hooks function properly.
- Check to see if all safety enclosure hooks are attached to the triangle ring underneath the trampoline

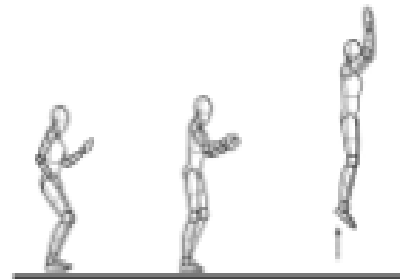
Once all the checks are performed and the trampolines have passed all the initial test (above), then your trampoline has one person test the trampoline by jumping on the center continuously for 5 minutes. If the trampoline feels sturdy then your trampoline passes the test. Congratulations, you have completed the trampoline assembly! Remember to abide by all the safety rules. Have fun, play safe...

FUNDAMENTAL BOUNCES TECHNIQUES

All trampoline users are recommended to understand and perfect these fundamental bounces.

THE BASIC BOUNCE

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

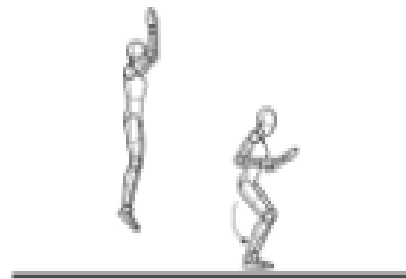


os dados do pé para baixo.

- **Deixe pés estar saporados quando aterra na esteira.**

THE BRAKING MANOEUVRE

- Occasionally they may lose control of their jump and bounce wildly. Performing the braking maneuver will allow the user to regain control of the jump and their balance.
- Start with a basic bounce.



- **Comece com um salto básico.**

THE HANDS AND KNEES BOUNCE

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

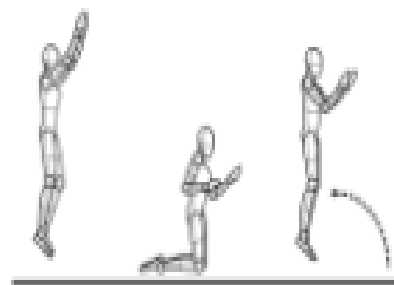


riedade. Isso vai permiti-lo a

suas costas directos. Você deve dar importância na aterragem, mas não na altura

KNEE BOUNCE

- Start with a low controlled basic bounce.
- Land on your knees keeping back straight. body erect and use your arms to maintain balance.
- Bounce back to the basic bounce position by swing your arms up.



costas directas. Levante o corpo e use os braços

SEAT BOUNCE

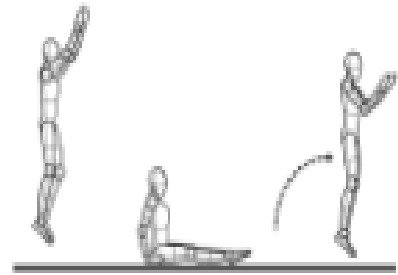
- Land in a flat sitting position.
- Place hands on mat beside your hips.

para manter a balança.

- Balance os seus braços para deixar o salto voltar à posição básica.

O SALTO DE ASSENTO

- Aterre com uma posição de sentar.
- Coloque braços na esteira, ao lado da sua coxa.
- Empurre os seus mãos para voltar para posição ereta.



Trampoline

