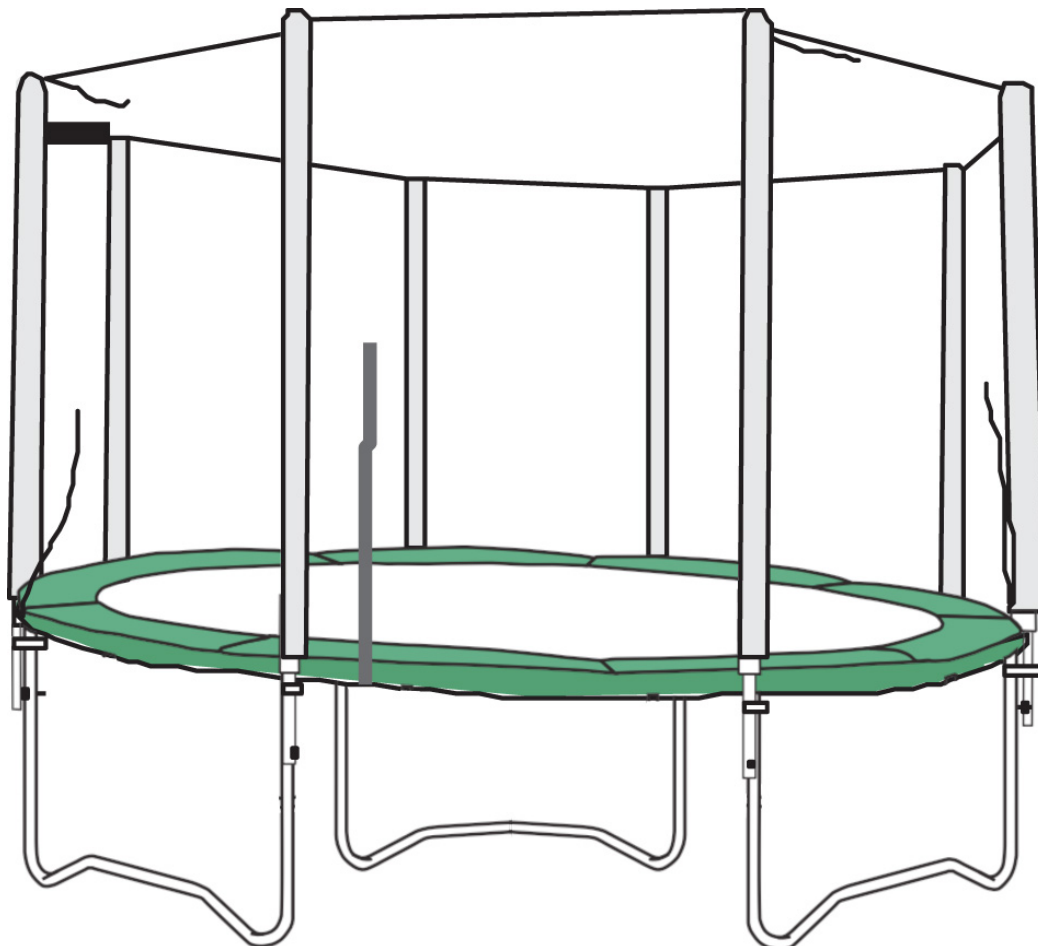




Tappeto elastico - Manuale per l'uso
Trampoline - User's Manual
Cama elástica - Manual de usuario

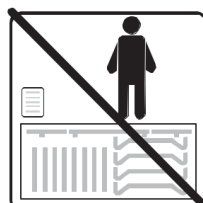
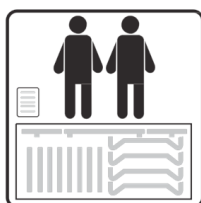


cod. 52287 - mod. ACHETA

Peso Massimo utilizzatore / Max. User Weight / Máx. peso del usuario: 100 Kg
Età minima / Min. Age / Edad mínima: 6+



Attenzione: Non idoneo per bambini di età inferiore ai 3 anni.
Warning: Not suitable for children under 3 years, due to lack of the ability.
Advertencia: No apto para niños menores de 3 años, debido a su falta de habilidades.



Per il montaggio del trampolino sono indispensabili due persone

INTRODUZIONE

Prima di iniziare ad utilizzare questo trampolino con la sua rete di protezione, verificare di aver letto attentamente tutte le informazioni fornite nel presente manuale affinché si faccia un uso sicuro e divertente del prodotto.

Come per altri tipi di attività fisiche di svago, i partecipanti possono infortunarsi. Per ridurre il rischio di infortunio, accertarsi che siano rispettate le seguenti norme sulla sicurezza e i consigli specifici.

- L'uso improprio e inadeguato del trampolino e della sua rete di protezione è pericoloso e può essere causa di gravi lesioni!
- Essendo il trampolino un dispositivo che fa rimbalzare l'utilizzatore, lo spinge a raggiungere altezze inusuali e a fare movimenti particolari con il corpo.
- Ispezionare sempre il trampolino prima di ogni uso per verificare la presenza di parti usurate, lente o mancanti.
- Nel presente manuale sono indicate le corrette istruzioni di montaggio e manutenzione del prodotto, vengono dati consigli e avvertenze sull'uso in sicurezza del prodotto e vengono illustrate le tecniche corrette di salto e rimbalzo.
- Tutti gli utilizzatori e i supervisori sono tenuti a leggere e ad acquisire familiarità con le presenti istruzioni. Chiunque scelga di utilizzare questo trampolino deve essere consapevole dei propri limiti di esecuzione di salti e rimbalzi.

ATTENZIONE



- NON tentare né consentire salti mortali sul trampolino. Cadute sulla testa o sul collo, anche al centro del tappeto, possono essere causa di paralisi e lesioni gravi o mortali.



- Non permettere l'ingresso all'interno della rete di protezione a più di una persona. L'utilizzo del tappeto da parte di più di una persona può provocare gravi lesioni.

- L'utilizzo di trampolini di altezza superiore ai 51 cm non è raccomandato ai bambini di età inferiore ai 6 anni.
- Utilizzare il trampolino esclusivamente sotto la supervisione di una persona adulta e preparata.
- Controllare il trampolino e la sua rete di protezione prima di ogni uso. Accertarsi che il supporto della rete, la rete e l'imbottitura di protezione del telaio siano posizionati correttamente e in sicurezza.
- Non cercare di saltare oltre la rete di protezione. Non scivolare sotto la rete. Non eseguire intenzionalmente un rimbalzo oltre la rete. Non appendersi alla rete, non tagliarla, non dare calci né cercare di arrampicarsi su di essa.
- Indossare un abbigliamento privo di cordoncini, ganci, lacci ad anello o qualsiasi altro oggetto che potrebbe restare impigliato nella rete.
- Non appendere alla rete di protezione oggetti che non siano accessori approvati dal produttore o che non siano parte del sistema di protezione.
- Entrare ed uscire dalla rete di protezione solo dall'apertura a ciò designata. Leggere tutte le istruzioni prima di utilizzare la rete di protezione. Le istruzioni e le indicazioni di avvertimento fornite per la cura, la manutenzione e l'utilizzo di questo trampolino vengono fornite affinché si possa fare un uso sicuro e divertente del prodotto.

CURA E MANUTENZIONE DEL TRAMPOLINO

Controllare il trampolino prima di ogni uso e sostituire qualsiasi parte danneggiata, difettosa o mancante. Le condizioni che seguono potrebbero rappresentare pericoli potenziali:

- Mancanza dell'imbottitura di protezione; imbottitura fissata inadeguatamente o non in sicurezza
- Lacerazioni, fori, strappi o punti usurati nel tappeto elastico o nell'imbottitura
- Logoramento della cucitura o del tessuto del tappeto o dell'imbottitura del tappeto
- Danni alle molle
- Curvature o rotture nel telaio
- Cedimento nel tappeto.
- Sporgenze affilate sul telaio o sul sistema a molle

INFORMAZIONI SULL'USO DEL TRAMPOLINO

- Inizialmente, è buona regola abituarsi a muoversi e a rimbalzare sul trampolino. Con la testa ben dritta, tenere lo sguardo rivolto verso il perimetro del trampolino. È opportuno fare pratica con i singoli salti (i salti base) fino ad acquisirne la tecnica e ad averne il controllo.
- Per interrompere un salto basta piegarsi sulle ginocchia prima che vengano a contatto con il tappeto elastico del trampolino. Questa tecnica andrebbe perfezionata mentre si impara ciascuno dei salti base. È necessario fare uso della propria capacità di bloccarsi quando si perde equilibrio o il controllo del salto.
- Salire e scendere correttamente dal trampolino. È pericoloso scendere o salire sul trampolino con un salto. Non utilizzare il trampolino per lanciarsi verso altri oggetti.
- Imparare bene prima di tutto le posizioni del corpo e i salti base prima di cimentarsi in abilità più avanzate. È possibile eseguire una serie diversa di attività sul trampolino svolgendo i fondamentali in diverse combinazioni, una dopo l'altra.
- Evitare di saltare troppo in alto. Mantenersi bassi fino a quando si acquisisce il controllo del rimbalzo e della caduta al centro del trampolino. Il controllo è più importante dell'altezza.
- Evitare di saltare quando si è stanchi. Utilizzare il trampolino per periodi brevi.
- Riporre bene in sicurezza il trampolino se non lo si utilizza. Proteggerlo da un uso non consentito. Se si utilizza la scala per accedere al trampolino, il supervisore è tenuto a rimuoverla dal trampolino quando lascia l'area per evitare l'accesso non controllato da parte di bambini di età inferiore ai 6 anni.
- Allontanare gli oggetti che potrebbero interferire con chi utilizza il prodotto. Tenere uno spazio libero intorno al trampolino.
- Non utilizzare il trampolino sotto l'effetto di alcol o droghe.
- Per ulteriori informazioni sull'attrezzatura del trampolino, contattare il produttore.
- Saltare solo quando la superficie del tappeto elastico è asciutta. Utilizzare solo in caso di brezza leggera. Non utilizzare il trampolino in condizioni di vento forte o a raffiche.

ISTRUZIONI SULLA SICUREZZA NELL'USO DEL TRAMPOLINO

UTILIZZATORI:

- Rimuovere qualsiasi oggetto duro e appuntito dal proprio abbigliamento prima di utilizzare il trampolino
- Salire e scendere correttamente e con la dovuta cautela. Non salire o scendere dal trampolino con un salto e non usare mai il trampolino per raggiungere oggetti con un salto.
- Imparare sempre il salto base e acquisire padronanza con ogni tipo di salto prima di provare tipi di salto più difficili. Esaminare la sezione "Salti fondamentali al trampolino" per imparare ad eseguire i fondamentali.
- Per interrompere il salto, piegare le ginocchia quando i piedi entrano in contatto con il tappeto elastico.
- Mantenere sempre il controllo del salto sul trampolino. Un salto ben controllato è quello che ti permette di atterrare sullo stesso punto di partenza. In caso di perdita di controllo del salto, cercare di interrompere i rimbalzi.
- Non saltare o rimbalzare per periodi prolungati di tempo né saltare ripetutamente troppo in alto.
- Per mantenere il controllo, tenere il proprio sguardo rivolto al tappeto elastico. In caso contrario, è possibile perdere l'equilibrio o il controllo.
- Non è consentito l'utilizzo del trampolino da parte di più di 1 persona alla volta.
- L'uso del trampolino è permesso solo in presenza di un supervisore.

SUPERVISORI

Imparare ad eseguire i salti base e le regole di sicurezza. Per prevenire e ridurre il rischio di lesioni, far osservare tutte le norme di sicurezza e assicurarsi che gli utilizzatori non esperti apprendano i salti base prima di esercitarsi in salti più difficili e di livello più avanzato.

- Accertarsi che il trampolino venga usato da una persona alla volta.
- Non utilizzare mai il trampolino quando è bagnato, sporco o usurato. Ispezionare il trampolino prima di ciascun utilizzo.
- Tenere fuori dalla portata degli utilizzatori tutti gli oggetti che potrebbero interferire con il salto compresi gli oggetti presenti sopra, sotto o intorno al trampolino.
- Per prevenire l'uso non autorizzato e senza supervisione del trampolino, mettere in sicurezza il trampolino quando non viene utilizzato.

POSIZIONAMENTO TRAMPOLINO

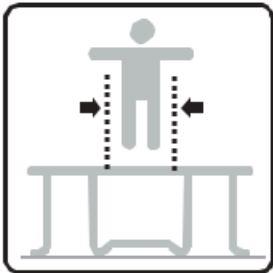
L'altezza minima di ingombro verticale richiesta è di 7 metri dal suolo. In termini di ingombro orizzontale, accertarsi che non vi siano nelle vicinanze del trampolino oggetti quali grossi rami, altre attrezzature sportive (giochi, piscine), reti elettriche, pareti, recinzioni, ecc.

Per un uso sicuro del trampolino e per scegliere il posto adeguato per il trampolino, verificare:

- che sia su una superficie piana
- che l'area sia ben illuminata
- che non ci siano ostacoli sotto il trampolino

Il mancato rispetto di queste linee guida può aumentare il rischio di infortunio.

ATTENZIONE!



PROGRAMMA LEZIONI

Si suggerisce il seguente programma di lezioni per apprendere i passi e i rimbalzi base prima di passare a salti più difficili e complessi. Prima di salire e utilizzare il trampolino, leggere e comprendere il significato di tutte le istruzioni sulla sicurezza. Il supervisore è tenuto ad illustrare all'utilizzatore la meccanica del salto e le linee guida che sono alla base dell'uso del trampolino.

Lezione 1

- A. Salita e Discesa – Dimostrazione delle tecniche corrette
- B. Il Salto Base – Dimostrazione e Pratica
- C. Interruzione (Controllo del salto) – Dimostrazione e Pratica. Imparare ad interrompere un salto a comando
- D. Salto a carponi – Dimostrazione e Pratica. Attenzione particolare ai quattro punti di atterraggio e all'allineamento.

Lezione 2

- A. Ripetizione e pratica delle tecniche apprese nella Lezione 1
- B. Salto sulle ginocchia- Dimostrazione e Pratica. Imparare ad eseguire il salto base e ad atterrare sulle ginocchia per poi tornare in posizione eretta prima di provare il mezzo giro a sinistra e a destra.
- C. Salto sui glutei –Dimostrazione e Pratica. Imparare ad eseguire il salto base, ad atterrare sui glutei e ad aggiungere un salto sulle ginocchia e quello a carponi; ripetere

Lezione 3

- A. Ripetizione e pratica delle abilità e delle tecniche apprese nelle lezioni precedenti
- B. Caduta in avanti – Imparare ad evitare le abrasioni da contatto e insegnamento della posizione del salto frontale. Viene chiesto a tutti gli allievi di assumere la posizione prona (faccia rivolta verso terra) mentre l'istruttore controlla eventuali posizioni errate che potrebbero provocare lesioni.
- C. Iniziare con il salto carponi, quindi distendersi in posizione prona per poi ritornare sul tappeto in posizione eretta.
- D. Fare pratica con salto carponi, salto facciale, ritorno in posizione eretta, salto sui glutei, ritorno in posizione eretta

Lezione 4

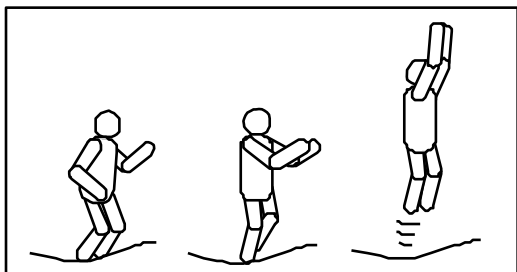
- A. Ripetizione e pratica delle abilità e delle tecniche apprese nelle lezioni precedenti
- B. Mezzo giro
 - Inizio dalla posizione di caduta in avanti e, al contatto con il tappeto, spingere con le braccia, a destra o a sinistra, e girare la testa e le spalle nella stessa direzione.
 - Durante la rotazione, fare in modo che la schiena sia parallela al tappeto e che la testa sia sollevata.
 - Una volta completata la rotazione, atterrare in posizione prona.

Alla fine della lezione, l'allievo avrà appreso gli elementi base del salto sul trampolino ma dovrà essere incoraggiato a cercare e sviluppare pratiche personali con l'obiettivo di mantenere il controllo e la forma.

Un gioco che potrebbe essere fatto con gli allievi per incoraggiarli e per cercare di sviluppare routine personali è "BOUNCE". In questo gioco, i giocatori contano da 1 a X. Il giocatore Uno inizia con un movimento. Il Giocatore Due deve fare il movimento del giocatore Uno e aggiungere un altro movimento. Il giocatore Tre fa i movimenti dei giocatori Uno e Due e poi aggiunge un terzo movimento. Il gioco continua fino a quando un giocatore non riuscirà a fare la routine personale e qualcuno pronuncia la parola "BOUNCE". Il concorrente che rimane è il vincitore. Anche quando si esegue questo gioco, è importante eseguire pratiche personali delle quali si ha il controllo e non cercare di eseguire salti difficili o di alta abilità dei quali non si è mai fatto pratica.

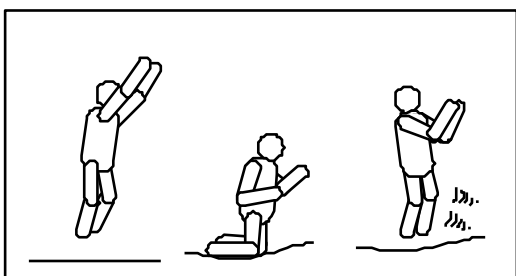
Per sviluppare le proprie abilità al trampolino, contattare un istruttore abilitato per il salto sul trampolino.

SALTI FONDAMENTALI AL TRAMPOLINO



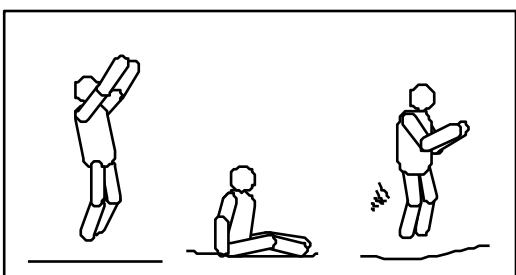
IL SALTO BASE

1. Iniziare dalla posizione eretta, piedi divaricati alla larghezza delle spalle, testa dritta e sguardo rivolto al tappeto
2. Oscillare le braccia in avanti e in alto, in un movimento circolare.
3. Saltare unendo i piedi e rivolgendo le punte verso il basso.
4. All'atterraggio, riportare i piedi paralleli rispetto alle spalle.



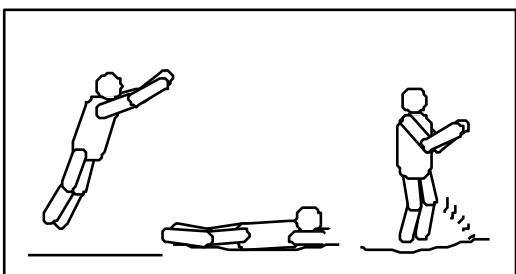
SALTO SULLE GINOCCHIA

1. Partire con il salto base tenendosi bassi
2. Atterrare sulle ginocchia tenendo la schiena dritta, il busto eretto e utilizzando le braccia per mantenere l'equilibrio
3. Ritornare alla posizione del salto base oscillando le braccia verso l'alto



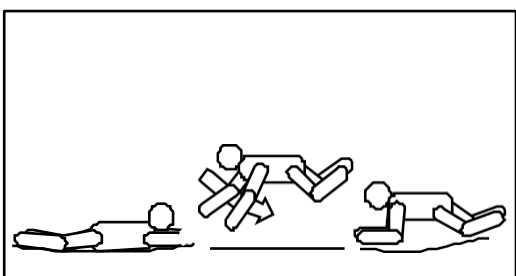
SALTO SUI GLUTEI

1. Atterrare in posizione seduta.
2. Posizionare le mani sul tappeto all'altezza dei fianchi
3. Ritornare in posizione eretta spingendosi con le mani



SALTO FRONTALE

1. Partire con la posizione di salto frontale
2. Atterrare in posizione prona (faccia rivolta verso il basso) e tenere mani e braccia distese in avanti sul tappeto
3. Spingere le braccia sul tappeto per tornare in posizione eretta



SALTO A 180°

1. Partire con la posizione di salto frontale
2. Spingersi con la mano e il braccio sinistro o destro (dipende dalla direzione verso la quale si vuole girare).
3. Mantenere la testa e le spalle nella stessa direzione, la schiena parallela al tappeto e la testa sollevata
4. Atterrare in posizione prona per poi tornare nella posizione eretta spingendosi con braccia e mani

ISTRUZIONI DI MONTAGGIO

Per il montaggio del trampolino sono indispensabili due persone.
Nei periodi di non utilizzo il trampolino può essere facilmente smontato e riposto in luogo idoneo. Leggere le istruzioni prima di procedere con il montaggio del prodotto.

Fare riferimento a questa sezione per le descrizioni e i numeri dei vari pezzi.
Verificare di avere a disposizione tutti i pezzi elencati.

Utilizzare guanti di protezione delle mani e scarpe adatte per evitare lesioni durante le varie fasi di montaggio.

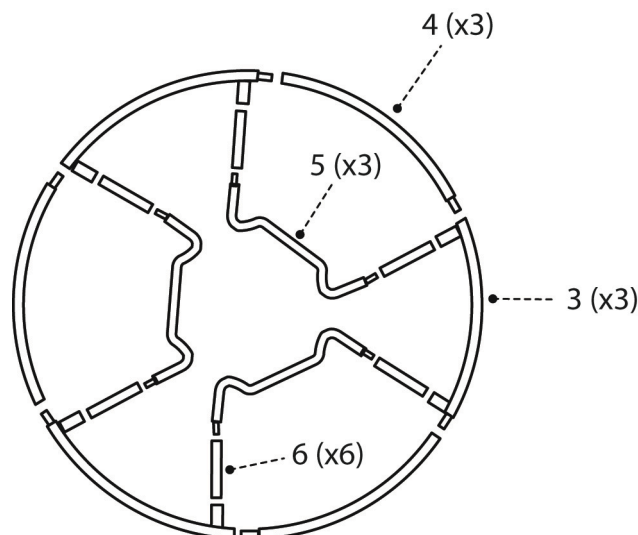
ELENCO PEZZI

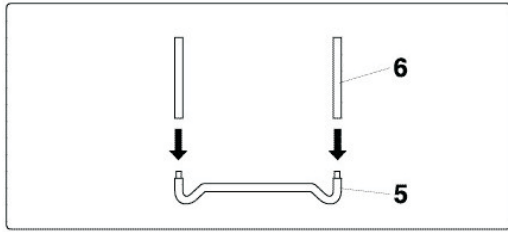
ALTRI ARTICOLI – Trampolini con tre gambe

Num. rif.	Descrizione	num. pezzi
1	Tappeto elastico, con Anelli a V	1
2	Imbottitura di protezione telaio	1
3	Tube perimetro munito di sostegno gambe	3
4	Tube perimetro	3
5	Gambe	3
6	Estensione verticale gamba	6
7	Molle galvanizzate	42
8	Etichetta istruzioni sicurezza	1
9	Utensile montaggio molle	1

FASE 1 – Disposizione del Telaio

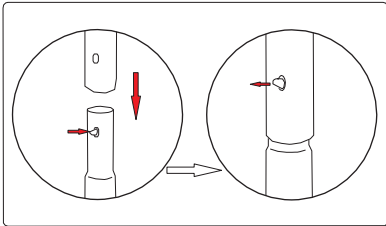
Con l'aiuto delle figure che seguono, individuare la quantità di tubi necessari in base al prodotto in possesso. Tutti i pezzi con lo stesso # sono interscambiabili e non hanno un orientamento a "destra" o a "sinistra"; per collegare i pezzi, basta scorrere la parte di tubo con l'estremità più piccola nella sezione adiacente che presenta l'apertura più larga. Tali connessioni sono chiamate "punti di giuntura".





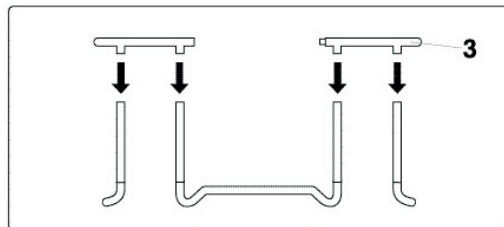
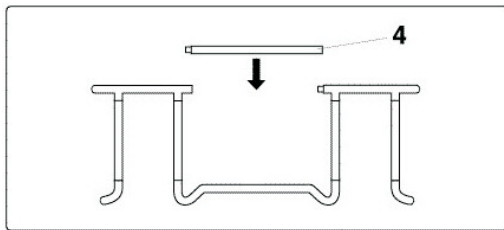
FASE 2 – Montaggio del Supporto

- A. Far scorrere tutte le estensioni verticali della gamba (6) sulla base della gamba (5) come indicato
- B. Inserire le estensioni verticali della gamba (6) sulla base della gamba (5), accertandosi che i perni a bottone siano completamente inseriti nel foro, come indicato, per evitare che si stacchino.



FASE 3- Montaggio tubi perimetro

- A. A questo punto sono necessarie due persone per montare il trampolino. Una persona solleva il gruppo di supporto dalla fase 2 ad una posizione dritta in verticale e inserisce uno dei sostegni del perimetro di tubi munito di sostegno (3) nella parte di estensione verticale della gamba del gruppo di supporto. L'altra persona mantiene l'altra estremità e inserisce quella sezione nell'altro gruppo di supporto, come indicato. A questo punto si avranno 2 gruppi di supporto tenuti insieme da 1 perimetro di tubi munito di sostegno. Accertarsi di utilizzare la vite, la rondella piatta e il dado cieco per il collegamento al perimetro di tubi munito di sostegno (3) per evitare che si stacchi. Importante: se è stata acquistata contemporaneamente una rete di sicurezza, a questo punto fare riferimento alle istruzioni della rete.

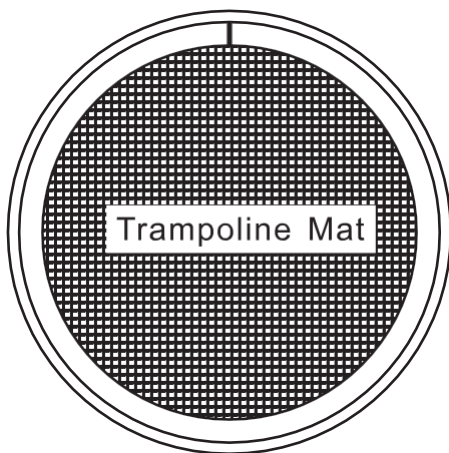


Accertarsi che i perni a bottone siano rivolti verso l'interno rispetto al trampolino, nel modo indicato, per mantenere l'allineamento dei fori del gruppo rete di sicurezza.

- B. A questo punto, installare gli altri tubi del perimetro(4) negli spazi tra le estensioni verticali delle gambe (3) inserendoli nelle aperture, come indicato nella foto.

FASE 4 – Montaggio tappeto elastico

Prestare particolare attenzione quando si agganciano le molle al tappeto elastico. In questa fase del montaggio, sono necessarie due persone. **ATTENZIONE** - Quando si agganciano le molle, i punti di giunzione potrebbero risultare punti a rischio di lesione nel momento in cui si serrano al trampolino.



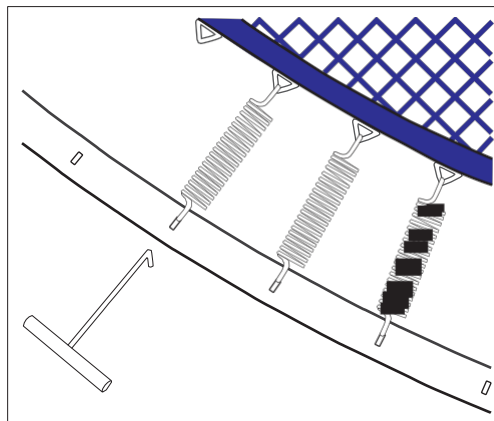
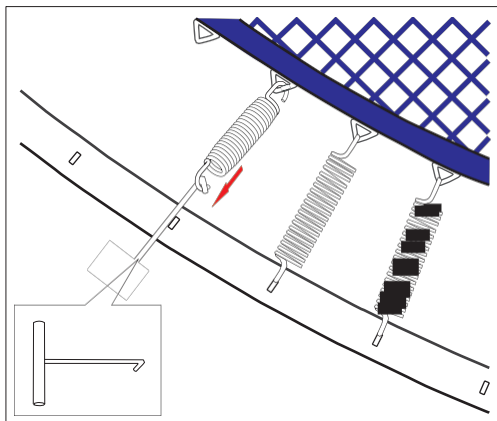
A. Distendere il tappeto elastico (1) all'interno del telaio

B. Come utilizzare l'attrezzo montaggio molle.

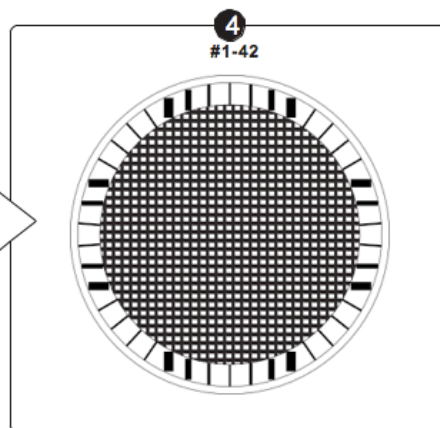
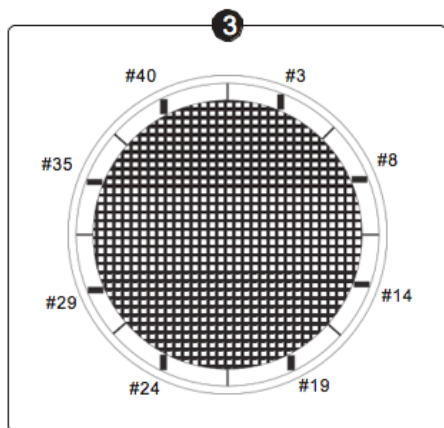
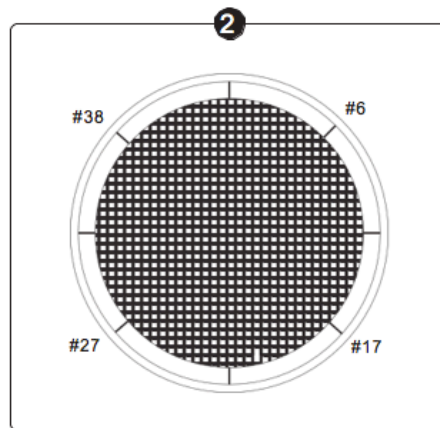
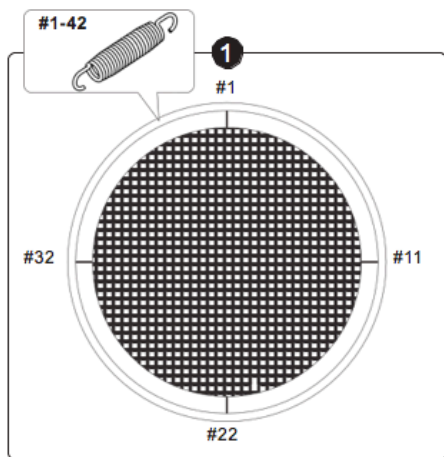
FASE I : Posizionare la molla nell'anello del tappeto elastico, fissare l'attrezzo e agganciare all'estremità del gancio della molla.

FASE II : Distendere l'attrezzo e collegare il gancio della molla al foro posto sul telaio del trampolino.

Durante il montaggio delle molle, non avvicinare mani e altri parti del corpo ai punti di giunzione in quanto diventano punti a rischio di lesione!

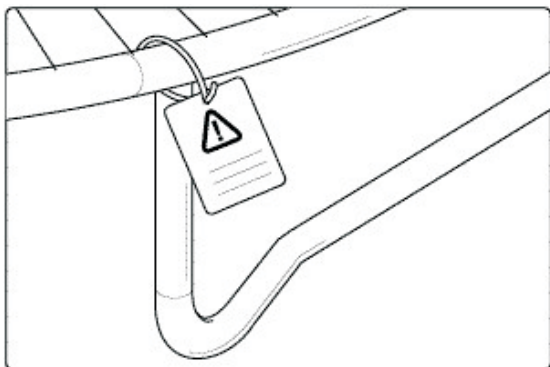


C. Individuare la quantità di molle necessarie.



FASE 5- Fissaggio targhetta di sicurezza

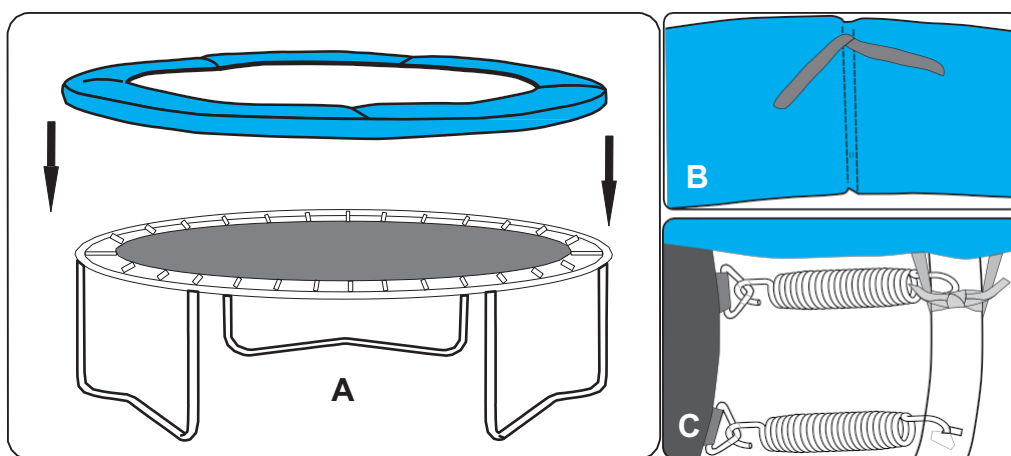
Con l'aiuto della fascetta, fissare la targhetta di sicurezza (8) al trampolino. Inserire la fascetta intorno al tubo verticale del telaio e al perimetro dei tubi per essere sicuri che non fuoriesca.



FASE 6- Montaggio imbottitura di protezione

A. Posizionare l'Imbottitura di protezione del telaio sul trampolino in modo da coprire le molle e il telaio in acciaio. Accertarsi che l'Imbottitura di protezione copra tutte le parti in metallo.

B-C. Legare la fascetta situata sotto l'imbottitura di protezione del telaio al telaio.

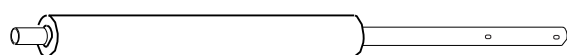


ISTRUZIONI DI MONTAGGIO PER RETE DI PROTEZIONE

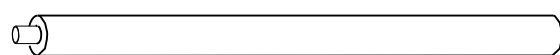
1. CONTENUTO

FIG.	DESCRIZIONE	Numero pezzi
1	TUBO INFERIORE	6
2	TUBO SUPERIORE	6
3	DISTANZIATORE	12
4	MORSETTI	6
4	SET VITI	12
5	RETE DI PROTEZIONE	1
6	CHIAVE	1
7	BRUGOLA	1

2. DISEGNI DEI PEZZI

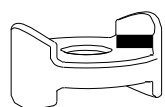


1. TUBO INFERIORE

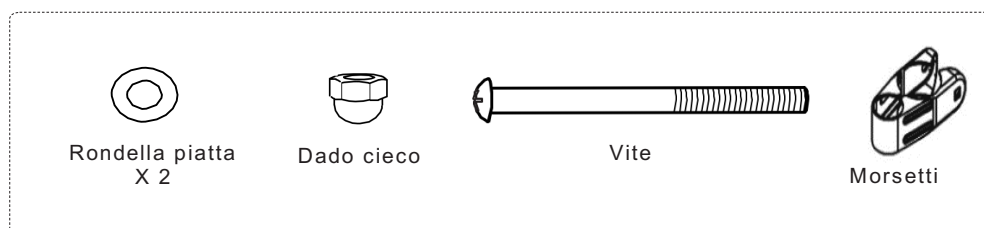


2. TUBO SUPERIORE

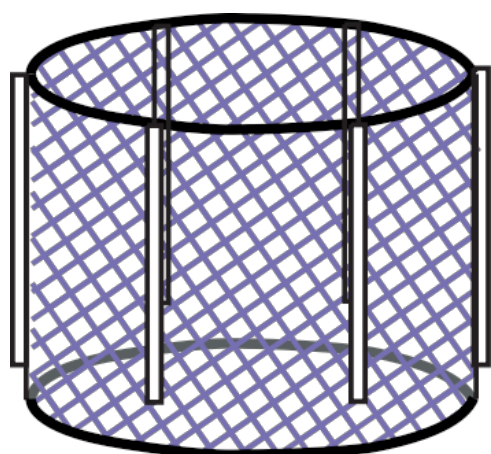
(I tubi presentano un manicotto di protezione dell'utilizzatore in caso di impatto durante l'uso – non rimuoverlo!)



3. DISTANZIATORE



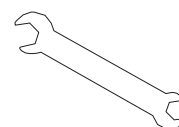
4. SET VITI



5. RETE DI PROTEZIONE



6. BRUGOLA



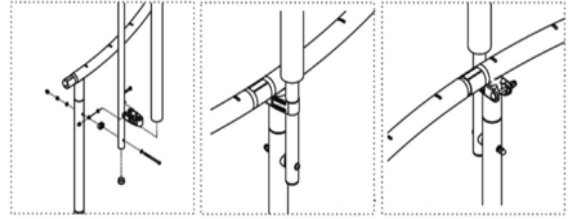
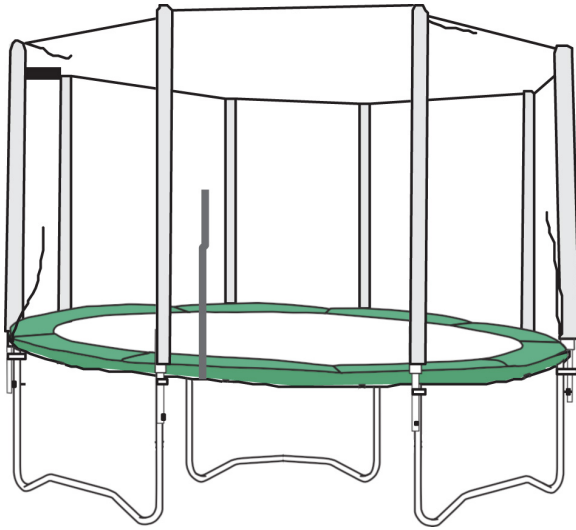
7. CHIAVE

ATTENZIONE

Utilizzare questa rete solo insieme ad alcuni tipi di trampolino. Leggere attentamente le istruzioni e le avvertenze per il montaggio ed attenersi rigorosamente ad esse

3 . MONTAGGIO:

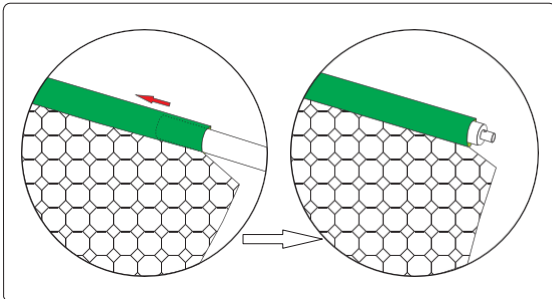
Fase 1:



Con l'aiuto del distanziatore, utilizzare la vite, la rondella piatta e il dado cieco per il collegamento al telaio, come mostrato nel disegno. Ripetere per tutte le basi.

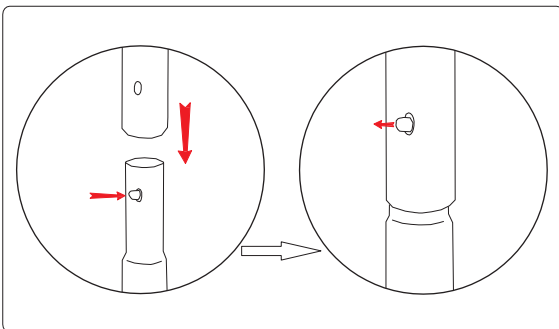
Accertarsi che tutti i dadi e i bulloni siano ben serrati.

Fase 2:



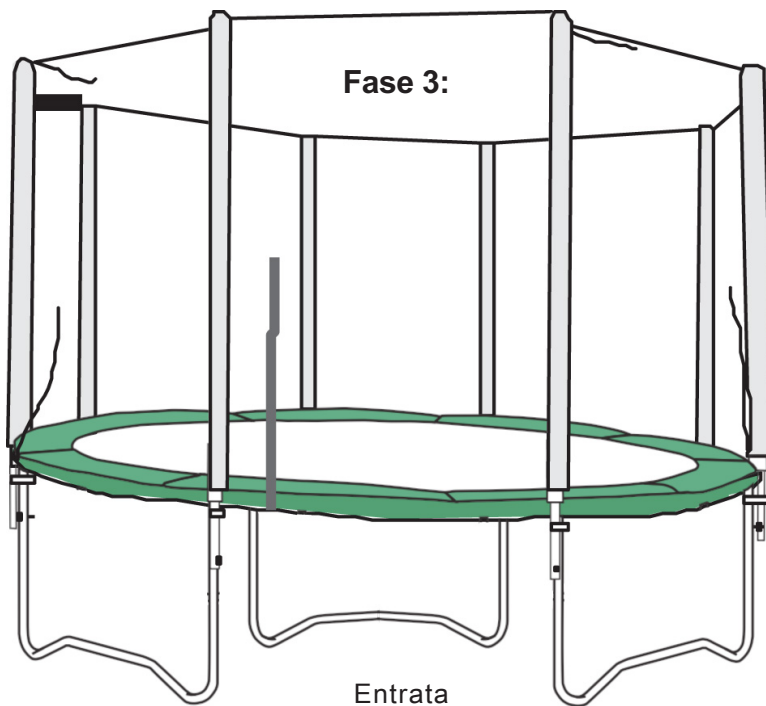
Inserire i tubi superiori in acciaio (2) nei manicotti della rete di protezione (5), come indicato in figura.

Nota: accertarsi che l'estremità del tubo in acciaio sia visibile come in figura.



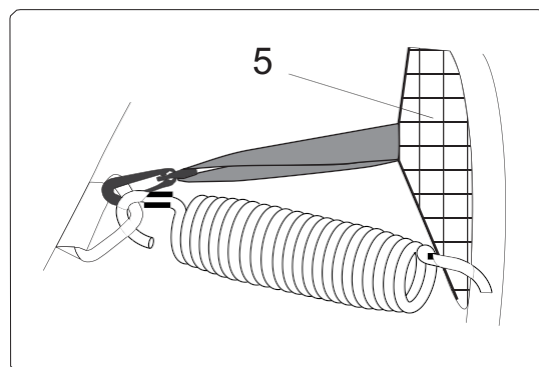
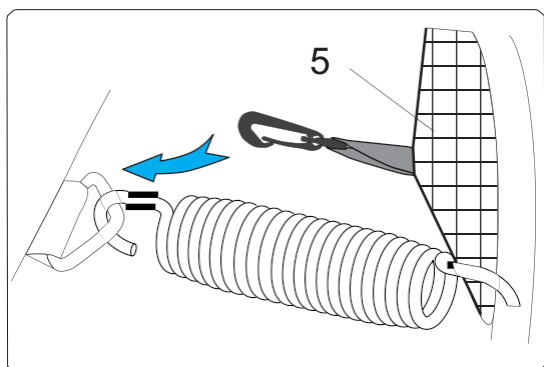
Posizionare il tubo superiore in acciaio (2) sul tubo inferiore in acciaio (1), accertandosi che il perno a bottone sia completamente inserito nell'apposito foro, come indicato nel disegno, per impedirne il distacco. Ripetere per tutti i pali.

Nota: potrebbe essere necessario rimuovere la protezione in gomma per posizionare il perno a bottone.



Adagiare la rete di protezione(5) tutt'intorno al trampolino, a livello dell'imbottitura di protezione del telaio.

Fase 4:



Infine, prendere la fascetta elastica, (posta lungo il bordo inferiore della rete), avvolgerla al telaio del trampolino e serrare utilizzando il gancio/anello. Fissare il gancio nell'anello.

AVVERTENZA IMPORTANTE

Controllare che tutti i ganci siano ben tesi ed eseguire un doppio controllo per verificare che tutte le parti siano ben fissate alla rete e che quest'ultima rimanga rigida.

Completare il montaggio.

MANUTENZIONE E CURA

Questo trampolino è stato progettato e realizzato con materiali e procedimenti di alta qualità. Con la corretta cura e manutenzione, il trampolino regalerà a tutti i suoi utilizzatori anni di esercizi, divertimento e gioco limitando il rischio di lesioni. Attenersi alle istruzioni di seguito indicate:

Questo trampolino è progettato per reggere un determinato peso e per un uso specifico. Accertarsi che il trampolino venga utilizzato da una persona alla volta. Non superare mai il peso massimo. Quando si utilizza il trampolino, indossare calzettoni, scarpe da ginnastica o rimanere a piedi nudi. Non indossare scarpe dalle soles rigide o scarpe da tennis. Per evitare che il tappeto elastico si tagli o danneggi, non far salire animali domestici sul tappeto. Prima di utilizzare il trampolino, eliminare qualsiasi oggetto appuntito dal proprio abbigliamento. Rimuovere qualsiasi oggetto affilato o appuntito dal tappeto elastico.

Controllare sempre il trampolino prima di ciascun uso per verificare la presenza di parti usurate o parti mancanti.

Diverse condizioni potrebbero aumentare la possibilità di lesioni. Fare attenzione in particolare a quanto segue:

- Lacerazioni, fori o strappi nel tappeto elastico
- Cedimenti nel tappeto elastico
- Cucitura lenta o logoramento del tappeto di qualsiasi tipo
- Curvature o rotture nel telaio, come ad esempio alle gambe
- Rottura o danni alle molle; molle mancanti
- Danni all'imbottitura; imbottitura mancante o non fissata adeguatamente
- Sporgenze di qualsiasi tipo (soprattutto affilate) sul telaio, su molle o sul tappeto

IN PRESENZA DI UNA DELLE SUDETTE CONDIZIONI O DI ALTRE CIRCOSTANZE CHE POTREBBERO CAUSARE LESIONI AGLI UTILIZZATORI, SMONTARE IL TRAMPOLINO O RENDERLO INUTILIZZABILE FINO ALLA RISOLUZIONE DEL PROBLEMA.

CONDIZIONI DEL VENTO

In situazioni di vento forte, il trampolino potrebbe essere sollevato da terra. Se si prevede una giornata ventosa, spostare il trampolino in un luogo riparato o smontarlo. Un'altra possibilità è quella di legare la parte tonda esterna (telaio superiore) del trampolino al terreno con l'uso di funi e picchetti, almeno in numero di tre (3) ciascuno, per garantire la sicurezza del trampolino. Non basta fissare le gambe del trampolino al terreno in quanto potrebbero sganciarsi dal telaio.

SPOSTAMENTO DEL TRAMPOLINO

Nel caso in cui sia necessario spostare il trampolino, sono indispensabili due persone. Tutti i punti di giuntura devono essere coperti e fissati con nastro adesivo idrorepellente, come ad esempio nastro isolante. Questo permetterà di tenere intatto il telaio durante lo spostamento impedendo ai punti di giunzione di staccarsi e disallinearsi. Nell'operazione di spostamento, sollevare il trampolino da terra e tenerlo in posizione orizzontale.

Per tipi diversi di spostamento, smontare prima il trampolino.

INTRODUCTION

Before you begin use of this trampoline and enclosure, be sure to carefully read all the information Provided to you in this manual to promote safe, enjoyable use of this equipment. Just like any other type of physical recreational activity, Participants can be injured. To reduce the risk of injury, be sure to follow appropriate safety rules and tips.

- Misuse and abuse of this trampoline and enclosure is dangerous and can cause serious injury!
- Trampoline, being rebounding devices, propel the performer to unaccustomed heights and into a variety of body movements.
- Always inspect the trampoline before each use for wear-out mat, loose or missing parts.
- 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.

WARNING



- DO NOT attempt or allow somersaults on the trampoline. Landing on the head or neck can cause serious injury, paralysis, or death, even when landing in the middle of the bed.



- Do not allow more than one person inside the trampoline enclosure. Use by more than one person at the same time can result in serious injuries.

- Trampolines over 51 cm tall are not recommended for use by children under 6 years of age.
- Use trampoline only with mature, knowledgeable supervision.
- Inspect the trampoline and enclosure before each use. Make sure the barrier and the enclosure support and frame support padding is correctly and securely positioned. Replace any worn, defective, or missing parts.
- Do not attempt to jump over the barrier. Do not attempt to crawl under the barrier. Do not intentionally rebound off the barrier.
- Do not hang from, kick, cut or climb on the barrier.
- Wear clothing free of drawstrings, hooks, loops or anything that could get caught in the barrier.
- Do not attach anything to the barrier that is not a manufacturer-approved accessory or part of the enclosure system.
- Enter and exit the enclosure only at the enclosure door or barrier opening designated for that purpose. Read all instructions before using the trampoline enclosure. Warnings and instructions for the care, maintenance, and use of this trampoline enclosure are included to promote safe, enjoyable use of this equipment.

CARE AND MAINTENANCE OF TRAMPOLINE

Inspect the trampoline before each use and replace any worn, defective, or missing parts. The following conditions could represent potential hazards:

- Missing, improperly positioned, or insecurely attached frame padding,
- Punctures, frays, tears, or holes worn in the bed or frame padding,
- Deterioration in the stitching or fabric of the bed or frame padding
- Ruptured springs,
- A bent or broken frame,
- A sagging bed, or
- Sharp protrusions on the frame or suspension system.

INFORMATION ON USE OF THE TRAMPOLINE

- Initially, you should get accustomed to the feel and bounce of the trampoline. While keeping the head erect, focus eyes on the trampoline toward the perimeter. you should practice each bounce (the basic bounces) until you can do each skill with ease and control.
- To brake a bounce, all you need to do is flex your knees sharply before they come in contact with the mat of the trampoline. This technique should practiced while you are learning each of the basic bounces. The skill of braking should be used whenever you lose balance or control of your jump.
- Climb on and off the trampoline. It is a dangerous practice to jump from the trampoline to the floor or ground when dismounting, or to jump onto the trampoline when mounting.
- Do not use the trampoline as a springboard to other objects.
- Learn fundamental bounces and body positions thoroughly before trying more advanced skills. A variety of trampoline activities can be carried out by performing the basic fundamentals in various series and combinations, performing one fundamental after another, with or without feet bounces between them.
- Avoid bouncing too high. Stay low until bounce control and repeated landing in the center of the trampoline can be accomplished. Control is more important than height.
- Avoid bouncing when tired. Keep turns short.
- Properly secure the trampoline when not in use. Protect it against unauthorized use. If a trampoline ladder is used, the supervisor should remove it from the trampoline when leaving the area to prevent unsupervised access by children under 6 years of age.
- Keep objects away which could interfere with the performer. Maintain a clear area around the trampoline.
- Do not use the trampoline while under the influence of alcohol or drugs.
- For additional information concerning the trampoline equipment, contact the manufacturer.
- Bounce only when the surface of the bed is dry. Wind or air movement should be calm to gentle. The trampoline must not be used in gusty or severe winds.
- Read all instructions before using the trampoline. Warnings and instructions for the care, maintenance, and use of this trampoline are included.

TRAMPOLINE SAFETY INSTRUCTIONS

JUMPERS:

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

SUPERVISORS

Educate yourself with the basic jumps and safety rules. To prevent and reduce the risk of injuries, enforce all safety rules and ensure that new jumpers learn the basic bounces before trying more difficult and advanced jumps.

- All jumpers need to be supervised, regardless of skill level or age.
- Never use the trampoline when it is wet, damaged, dirty, or worn out. The trampoline should be inspected before any jumpers start bouncing on it.
- Keep all objects that could interfere with the jumper away from the trampoline. Be aware of what is overhead, underneath, and around the trampoline.
- To prevent unsupervised and unauthorized use, the trampoline should be secured when not in use.

TRAMPOLINE PLACEMENT

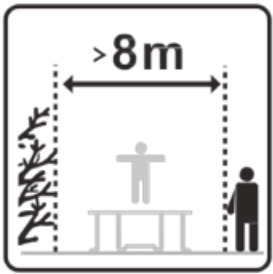
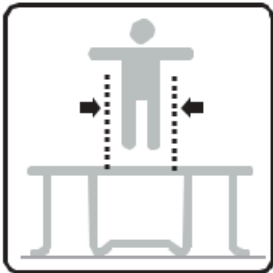
The minimum overhead clearance required is 7 meters. In terms of horizontal clearance, please ensure that no hazardous objects are near the trampoline such as tree limbs, other recreational objects (i.e. swing sets, swimming pools), electrical power wiring, walls, fences, etc.

For safe use of the trampoline, please be aware of the following when selecting a place for your trampoline:

- Make sure it is placed on a level surface
- The area is well-lighted
- There are no obstructions beneath the trampoline

If you do not follow these guidelines, you increase the risk of someone getting injured.

WARNING!



LESSON PLAN

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

Lesson 1

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

Lesson 2

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

Lesson 3

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

Lesson 4

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

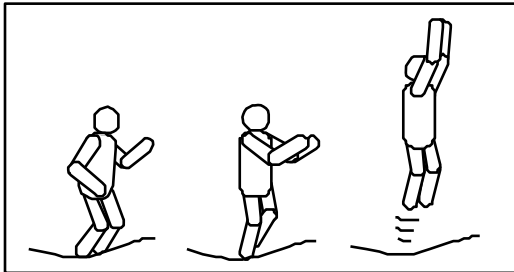
After completing this lesson, the student now has a basic foundation of trampoline bounces. Jumpers should be encouraged to try and develop their own routines with the emphasis on control and form.

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

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

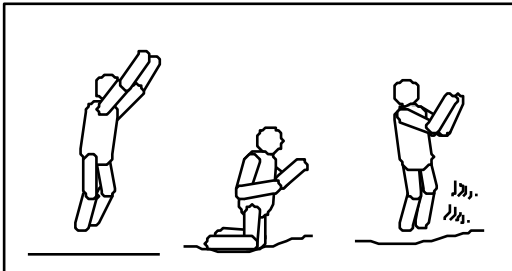
BASIC TRAMPOLINE BOUNCES

THE BASIC BOUNCE



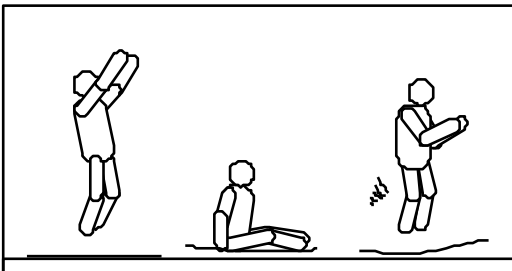
1. Start from standing position, feet shoulder width apart and with head up and eyes on mat.
2. Swing arms forward and up and around in a circular motion.
3. Bring feet together while in mid-air and point toes downward.
4. Keep feet shoulder width apart when landing on mat.

KNEE BOUNCE



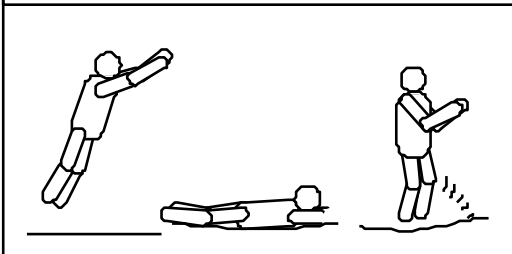
1. Start with basic bounce and keep it low
2. Land on knees keeping back straight, body erect and use your arms to maintain balance
3. Bounce back to basic bounce position by swinging arms up

SEAT BOUNCE



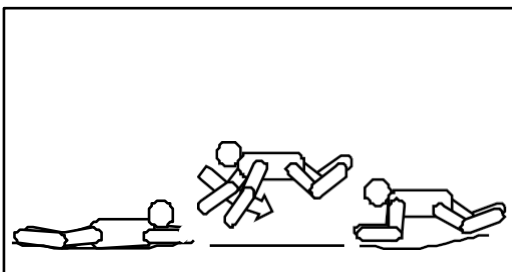
1. Land in a flat sitting position.
2. Place hands on mat besides hips
3. Return to erect position by pushing with hands.

FRONT BOUNCE



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

180° DEGREE BOUNCE



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

ASSEMBLY INSTRUCTIONS

To assemble this trampoline are necessary two people.
During periods of non-use. This trampoline can be easily disassembled and stored. Please read the assembly instructions before beginning to assemble the product.

Please refer to page for part descriptions and numbers.
Make sure that you have all parts listed.

To prevent any injuries to your hands from pinch points during assembly, please use gloves to protect your hands.

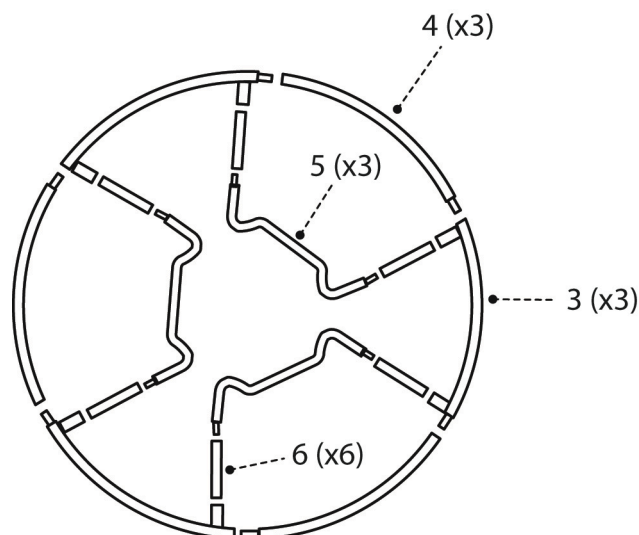
PARTS LIST

Trampolines have three legs

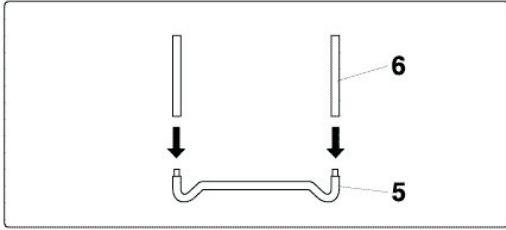
Reference number	Description	n. pcs
1	Trampoline Mat, stitched with V-Rings	1
2	Frame Pad	1
3	Top Rail with Leg Sockets	3
4	Top Rail	3
5	Leg Base	3
6	Vertical Leg Extension	6
7	Galvanized Springs	42
8	Safety Instruction Placard	1
9	Spring Loading Tool	1

STEP 1 – Frame Layout

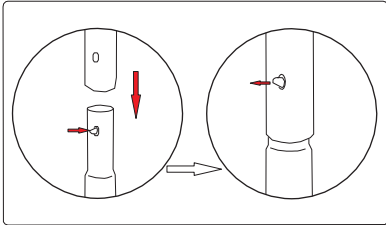
Please select your OWN tubing parts' quantity according to the products in your hand from following illustrations. All parts with the same par # are interchangeable and have not “right” or “left” orientation, to connect the parts, simply slide a section tubing that is smaller on one end into the adjacent section that has a larger opening. These joints are called “connector points”.



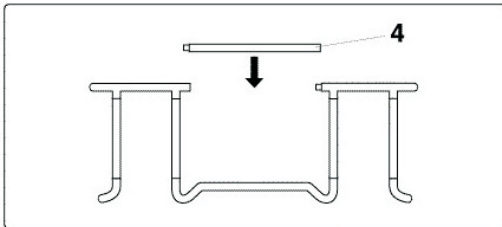
STEP 2 – Support Assembly



- A. Slide all Vertical Leg Extensions (6) onto the LegBase(5) as shown
- B. Locate Vertical Leg Extensions (6) over Leg Base(5), ensuring the button pin is fully located in the location hole as shown to prevent disconnection.

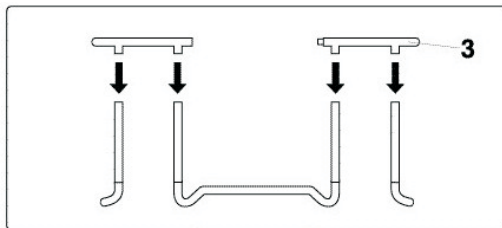


STEP 3 - Top Rail Assembly



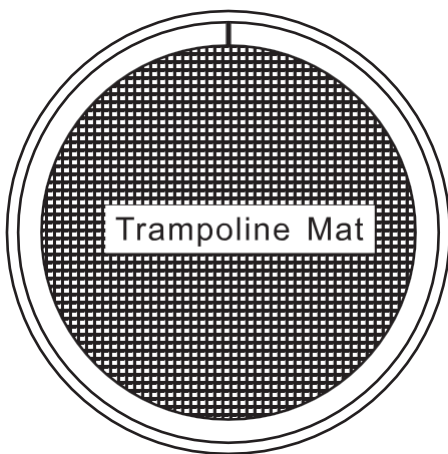
- A. Two people will be necessary at this point to assemble the trampoline. One person lifts the Support Assembly from step 2 to a standing (vertical) position and inserts one of the sockets of the Top Rail with Sockets (3) into the Vertical Leg Extension portion of the Support Assembly. The other person holds the other end and inserts that portion into the other Support Assembly as shown. You should now have 2 Support Assemblies held together by 1 Top Rail with Socket. Ensuring Using take Screw, Flat Washer ,Safety Nut and connect to the Top Rail with Sockets (3) to prevent disconnection. Important: if a trampoline enclosure has been purchased at the same time refer to the trampoline enclosure instructions at this point.

Ensure button pins face inside from the trampoline as shown to maintain hole alignment of Trampoline Enclosure assembly.



- B. Now, install the other 4 Top Rails(4) into the gaps between the Vertical Leg Extensions (3) by inserting them into the slots as shown.

STEP 4 – Montaggio tappeto elastico



When Attaching springs to the trampoline mat, Please be careful. You will need another person to help you with this portion of the assembly. CAREFUL-When attaching the Springs, the Connector Points can become pinch points since the trampoline is tightening up.

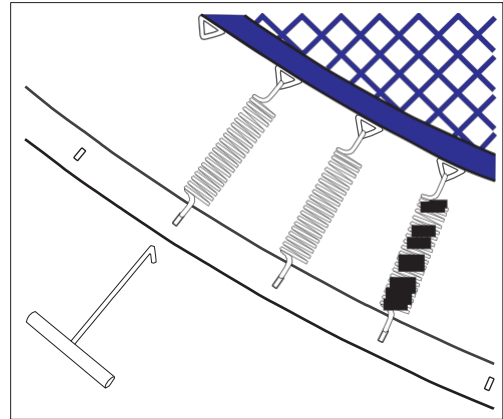
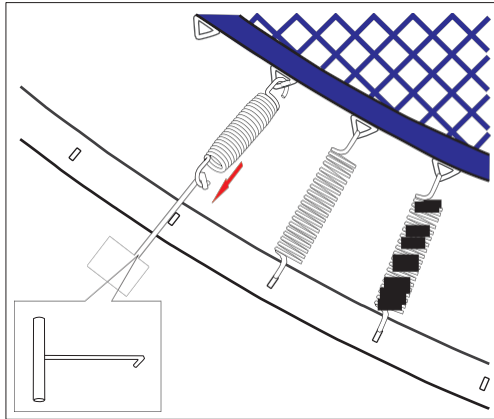
A. Lay out the Trampoline Mat (1) inside the frame

B. How to use the spring special tool.

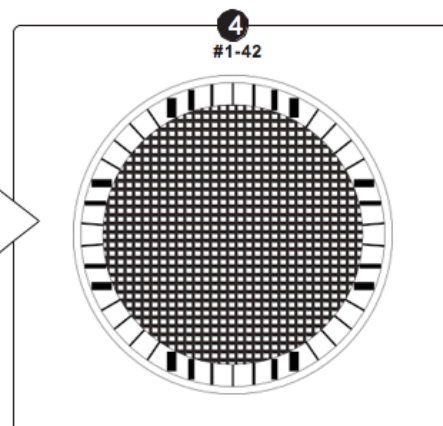
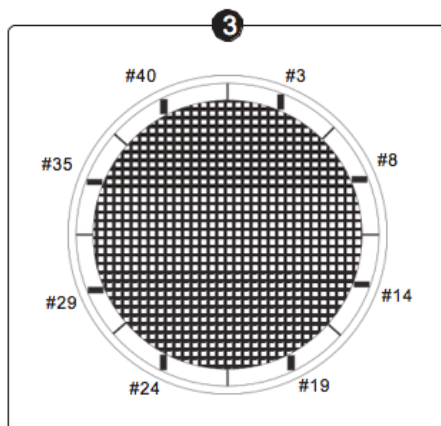
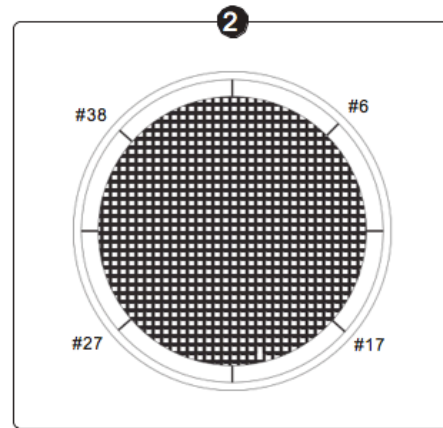
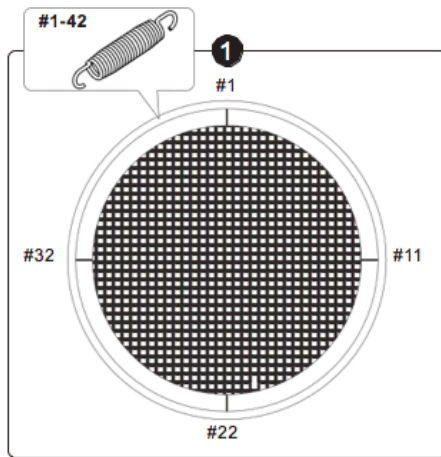
STEP I : Position the spring on the eyelet of the jumping mat, attach tool and link up to the end of the spring hook.

STEP II : Extend spring tool and link up spring hook to the hole on the trampoline frame.

Please be careful where you place your hands and other parts of your body during spring assembly as connector points become pinch points!

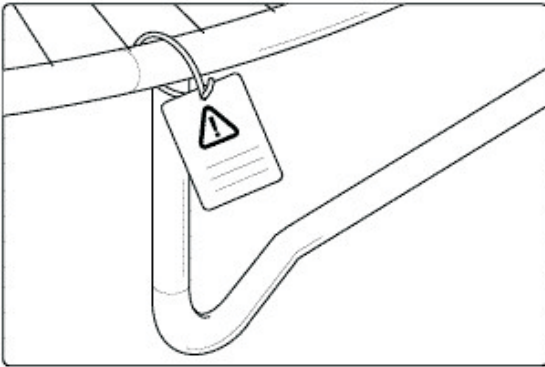


C. Select your spring quantity.



STEP 5 - Safety placard Attachment

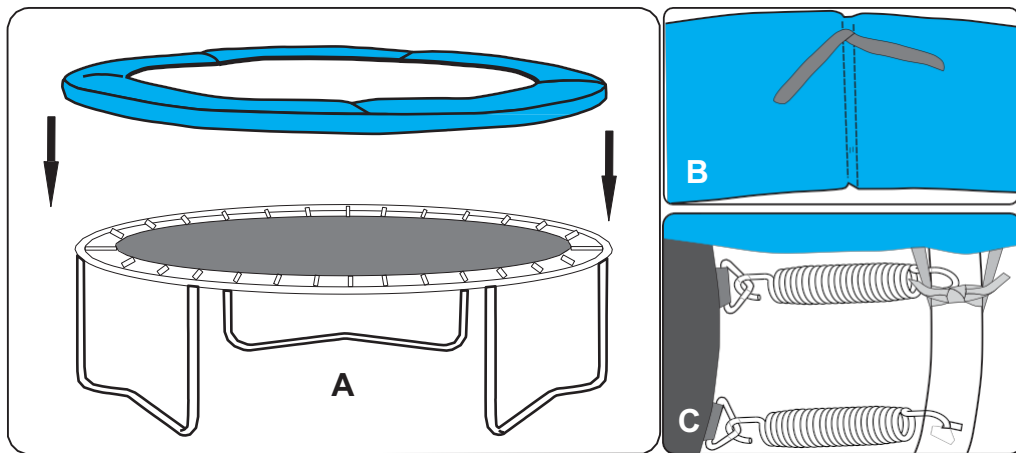
Using the tie wrap, attach the Safety Instruction Placard (8) to the trampoline. The tie wrap should go around the Vertical Frame joint and the Top Rail to ensure that it doesn't slide off the trampoline.



STEP 6- Frame Pad Assembly

A. Lay the Frame Pad (2) over the trampoline so that the springs and the steel frame is covered. Please ensure that the Frame Pad covers all metal parts.

B-C. Tie the strap located at the under side of the frame pad to the frame.

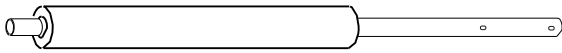


ASSEMBLY INSTRUCTIONS FOR PROTECTIVE NET

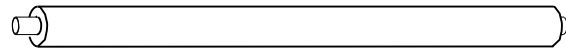
1. PACK CONTENTS

FIG.	PARTS NAME	PCS NUMBER
1	LOWER STEEL TUBE	6
2	UPPER (PADDED) STEEL TUBE	6
3	SPACER	12
4	CLAMPS	6
4	SCREW SET	12
5	ENCLOSURE NET	1
6	HEX KEY	1
7	SPANNER	1

2. DIAGRAMS FOR PARTS

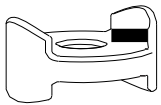


1. LOWER STEEL TUBE

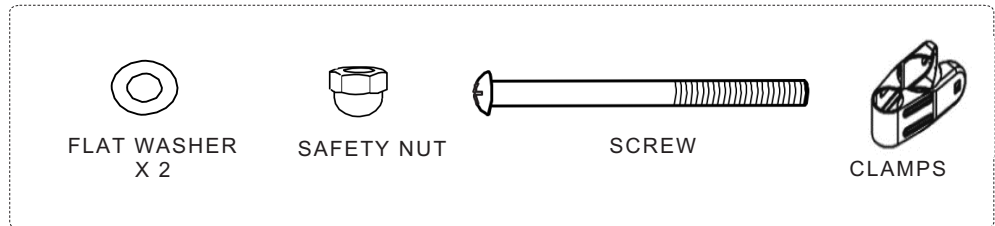


2. UPPER STEEL TUBE

(these tubes have a padded sleeve for protection of user in case of impact in use – please do not remove!)



3. SPACER



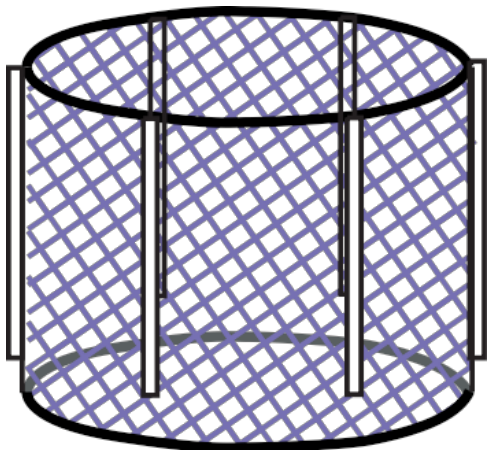
FLAT WASHER
X 2

SAFETY NUT

SCREW

CLAMPS

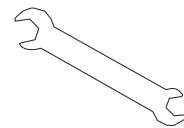
4. SCREW SET



5. ENCLOSURE NET



6. HEX KEY



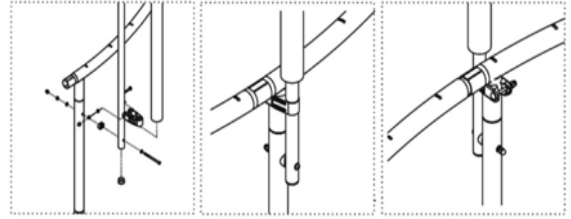
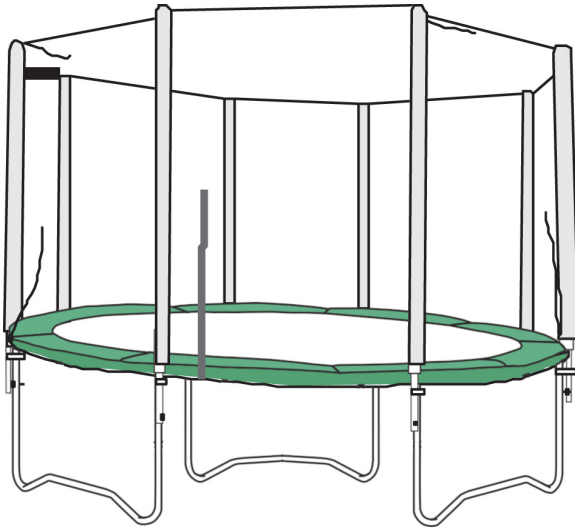
7. SPANNER

WARNING

This enclosure is to be used only in connection with certain trampolines. Read and follow all warnings and instructions.

3 . ASSEMBLY:

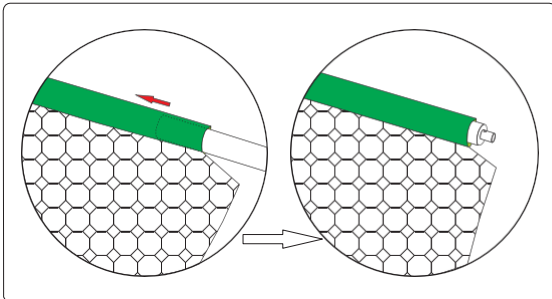
Step 1:



Using the Spacer take Screw, Flat Washer ,Safety Nut and connect to the frame as shown in diagram, In order repeat this all.

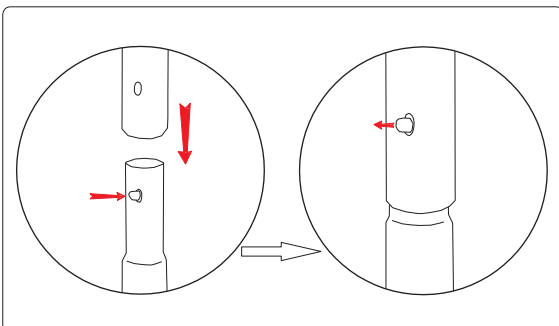
Ensure all nuts and bolts are securely tightened.

Step 2:



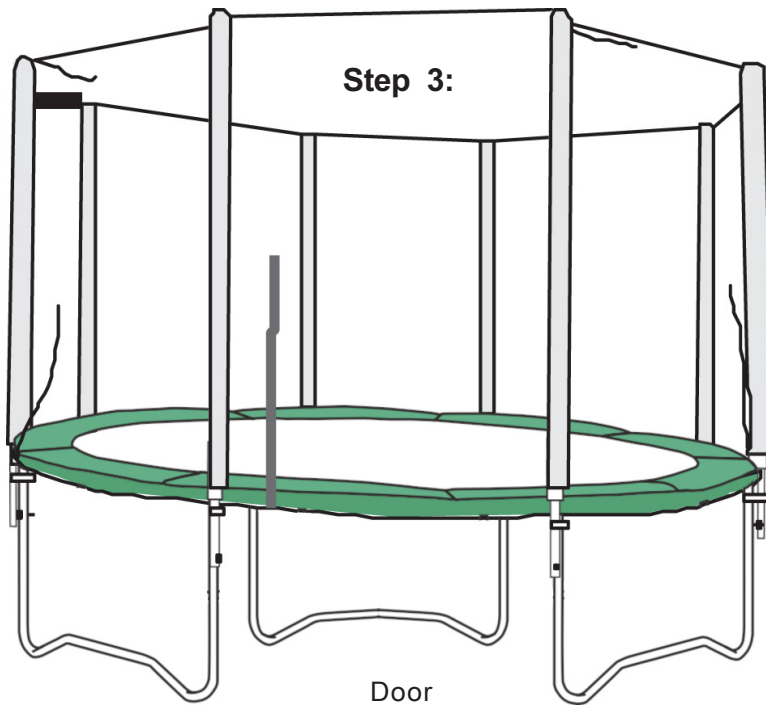
Insert the Upper Steel Tubes (2) into the sleeves of the enclosure net (5) as shown.

Note: Ensure end of steel tube is visible as shown.



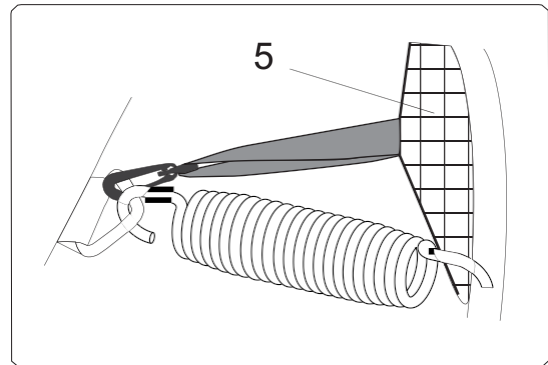
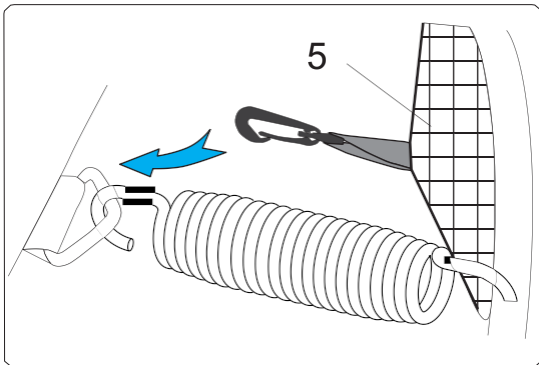
Locate Upper Steel Tube (2) over Lower Steel Tube (1), ensuring the button pin is fully located in the location hole as shown to prevent disconnection. Repeat for all poles.

Note: the foam protection may need to be moved to locate the button pin.



Working around the trampoline gradually ease the enclosure net(5) to the level of the trampoline pad.

Step 4:



Lastly, take each elasticated strap (along the bottom edge of the net), pass wrap around the trampoline frame fasten using the hook/ring. Fix the hook into ring in order.

IMPORTANT WARNING

You should go back now and stretch all attachment hooks tight and double check to see whether you have fastened the jigs use the screw sets or not , so the safety net stands stiff. Otherwise, the safety net will not function properly .

Then finish assembling.

CARE AND MAINTENANCE

This trampoline was designed and manufactured with quality materials and craftsmanship. If proper care and maintenance is provided, it will provide all jumpers with years of exercise, fun, and enjoyment as well as reduce the risk of injury. please follow the guidelines listed below:

This trampoline is designed to withhold a certain amount of weight and use. Please make sure that only one person at any one time uses the trampoline. Also, the person should weigh less than of request. Jumpers should either wear socks, gymnastics shoes, or be barefoot when using the trampoline. Please be aware that street shoes or tennis shoes should NOT be worn while using the trampoline. In order to prevent the trampoline mat from getting cut or damaged please do not allow any pets onto the mat. Also, jumpers should remove all sharp objects from their person prior to using the trampoline. Any type of sharp or pointed objects should be kept off the trampoline mat at all times.

Always inspect the trampoline before each use for worn, abused or missing parts.

A number of conditions could arise that may increase your chances of getting injured. Please be aware of:

- Sagging trampoline mat
- Loose stitching or any kind of deterioration of the mat
- Bent or broken frame parts, such as the legs
- Broken, missing, or damaged springs
- Damaged, missing, or insecurely attached frame pad
- Protrusions of any types (especially sharp types) on the frame, springs, or mat

IF YOU FIND ANY OF THE PREVIOUS CONDITIONS, OR ANYTHING ELSE THAT YOU FEEL COULD CAUSE HARM TO ANY USER, THE TRAMPOLINE SHOULD BE DISASSEMBLED OR SECURED FROM USE UNTIL THE CONDITION(S) HAS BEEN RESOLVED.

WINDY CONDITIONS

In severe wind situations, the trampoline can be blown about. If you expect windy weather conditions, the trampoline should be moved to a sheltered area or disassembled. Another option is to tie the round, outside portion (top frame) of the trampoline to the ground using ropes and stakes. To ensure security, at least three (3) tie downs should be used. Do not just secure the legs of the trampoline to the ground because they can pull out the frame sockets.

MOVING THE TRAMPOLINE

If you need to move the trampoline, two people should be used. All connector points should be wrapped secured with weather resistant tape, such as duct tape. This will keep the frame intact during the move and prevent the connector points from dislocating and separating. When moving, lift the trampoline slightly of the ground and keep it horizontal to the ground. For any type of other move, you should disassemble the trampoline.

INTRODUCCIÓN

Antes de iniciar el uso de esta cama elástica y el recinto, asegúrese de leer cuidadosamente toda la información proporcionada en este manual

Al igual que cualquier otro tipo de actividad física recreativa, los participantes pueden sufrir lesiones. Para reducir el riesgo de lesiones, asegúrese de seguir las normas de seguridad y los consejos apropiados.

- ¡El mal uso y abuso de esta cama elástica y el recinto es peligroso y puede causar lesiones graves!
- La cama elástica, siendo un dispositivo que rebota, impulsa al saltador hasta alturas no acostumbradas y a ejecutar diferentes movimientos del cuerpo.
- Siempre inspeccione la cama elástica antes de cada uso para ver si la lona está desgastada, si hay piezas sueltas o faltantes. En este manual se incluye: montaje correcto, cuidado y mantenimiento del producto, consejos de seguridad, advertencias, y técnicas adecuadas en saltar y rebotar.
- Todos los usuarios y los supervisores deben leer y familiarizarse con estas instrucciones.. Cualquiera que elija usar esta cama elástica debe ser consciente de sus propias limitaciones en cuanto a la realización de varios saltos y rebotes con la misma..

ADVERTENCIA



- NO intente ni permita saltos mortales en la cama elástica. La caída sobre la cabeza o el cuello puede causar lesiones graves, parálisis o la muerte, incluso cuando se cae en medio del colchón.



- No permita más de una persona en el interior del recinto de la cama elástica. El uso por más de una persona al mismo tiempo puede resultar en lesiones graves.

- Las camas elásticas más altas de 20 pul. (51 cm) no se recomiendan para niños de menos de 6 años.
- Utilice la cama elástica sólo bajo la supervisión de una persona madura y formada.
- Inspeccione la cama elástica y el recinto antes de cada uso. Asegúrese de que la barrera, el soporte del recinto y el acolchado del soporte del armazón estén correctamente posicionados y seguros. Sustituya las piezas gastadas, defectuosas o faltantes.
- No trate de saltar por encima de la barrera.
No trate de pasar por debajo de la barrera. No rebote intencionalmente fuera de la barrera.
- No se cuelgue, patee, corte o suba a la barrera.
- Use ropa sin cordones, ganchos, lazos o cualquier cosa que pueda quedar atrapada en la barrera.
- No conecte la barrera accesorios no aprobados por el fabricante o que no formen parte del sistema del recinto.
- Entre y salga del recinto sólo por la puerta del recinto o por la abertura de la barrera designada a tal efecto. Lea todas las instrucciones antes de utilizar la cama elástica con recinto. Las advertencias y las instrucciones para el cuidado, mantenimiento y uso de esta cama elástica con recinto se incluyen para promover el uso seguro y agradable de este equipo.

CUIDADO Y MANTENIMIENTO DE LA CAMA ELÁSTICA

Inspeccione la cama elástica antes de cada uso y cambie las piezas gastadas, defectuosas o faltantes. Las siguientes condiciones podrían representar riesgos potenciales:

- Acolchado del bastidor faltante, colocado de manera incorrecta o insegura.
- Pinchazos, deshilachados, roturas o agujeros en el colchón o el acolchado del bastidor,
- Deterioro de la costura o la tela del colchón o el acolchado del batidor,
- Resortes rotos,
- Un bastidor doblado o roto,
- Un colchón hundido o
- Salientes afilados en el bastidor o el sistema de suspensión.

INFORMACIÓN SOBRE EL USO DE LA CAMA ELÁSTICA

- Las camas elásticas más altas de 20 pul. (51 cm) no se recomiendan para niños de menos de 6 años.
- Inspeccione la cama elástica y el recinto antes de cada uso. Asegúrese de que el acolchado del bastidor esté correctamente posicionado y seguro. Sustituya las piezas gastadas, defectuosas o faltantes.
- Inicialmente, debe acostumbrarse a la sensación y el rebote de la cama elástica. Mientras mantiene la cabeza erguida, los ojos se deben centrar en la cama elástica, hacia el perímetro. Debe practicar cada rebote (los rebotes de base) hasta que pueda hacer cada ejercicio con facilidad y control.
- Para frenar un rebote, lo único que tiene que hacer es flexionar las rodillas bruscamente antes de que entren en contacto con la lona de la cama elástica. Esta técnica debe practicarse cuando se está aprendiendo cada uno de los rebotes básicos. La habilidad de frenado se debe utilizar cada vez que pierda el equilibrio o el control de su salto.
- Subir y bajar del trampolín. Es una práctica peligrosa saltar desde el trampolín al piso o al suelo durante el desmontaje o saltar al trampolín durante el montaje.
- No use la cama elástica como un trampolín para otros objetos.
- Aprenda a fondo los rebotes y las posiciones del cuerpo antes de intentar ejercicios más avanzados. Una variedad de actividades puede llevarse a cabo en la cama elástica mediante la realización de los ejercicios básicos en las diferentes series y combinaciones, realizando un ejercicio tras otro, con o sin rebote de pies entre ellos.
- Evite rebotar muy alto. Manténgase bajo hasta poder lograr el control del rebote y la caída repetida en el centro de la cama elástica. El control es más importante que la altura.
- Evite rebotar cuando esté cansado. Realice giros cortos.
- Bloquee adecuadamente la cama elástica cuando no está en uso. Protéjalo contra el uso no autorizado. Si se usa una escalera para subirse a la cama elástica, el supervisor debe sacarla de la cama elástica al salir del área para evitar el acceso no supervisado a los niños menores de 6 años de edad.
- Mantenga lejos los objetos puedan interferir con el saltador. Mantenga una zona libre alrededor de la cama elástica.
- No use la cama elástica mientras está bajo la influencia del alcohol o las drogas.
- Para obtener información adicional sobre el equipamiento de la cama elástica, póngase en contacto con el fabricante.
- Rebote solamente cuando la superficie del colchón esté seca. El viento o el movimiento del aire debe ser de calmado a suave. La cama elástica no debe ser utilizada cuando hay ráfagas de viento o viento demasiado fuerte.

INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD DE LA CAMA ELÁSTICA

SALTADORES:

- No use la cama elástica si ha consumido alcohol o alguna droga.
- Quítese todos los objetos duros o filosos antes de usar la cama elástica. Debe subir y bajar de manera controlada y cuidadosa. Nunca salte dentro o fuera de la cama elástica y nunca utilice la cama elástica como un dispositivo para rebotar sobre o dentro de otro objeto. Siempre aprenda el rebote básico y domine cada tipo antes de probar los tipos más difíciles de rebotes. Revise la sección de habilidades básicas para aprender a hacer las cosas básicas.
- Para detener el rebote, flexione las rodillas al aterrizar en la lona con los pies. Mantenga siempre el control cuando esté saltando en la cama elástica. Un salto controlado es cuando se atierra en el mismo lugar en que se despegó. Si en algún momento usted se siente fuera de control, trate de dejar su rebote.
- No salte o rebote durante períodos prolongados de tiempo o demasiado alto durante varios saltos.
- Mantenga sus ojos en la lona para mantener el control. Si no lo hace, podría perder el equilibrio o el control.
No permita más de 1 persona en la cama elástica en ningún momento.
- Haga que un supervisor lo vigile cuando esté en la cama elástica

SUPERVISORES

Edúquese a sí mismo con los saltos y las normas básicas de seguridad. Para prevenir y reducir el riesgo de lesiones, haga cumplir todas las normas de seguridad y asegure que los saltadores nuevos aprendan los rebotes básicos antes de intentar saltos más difíciles y avanzados.

- Todos los saltadores tienen que ser supervisados, independientemente del nivel de habilidad o edad.
- Nunca use la cama elástica si está húmeda, dañada, sucia o desgastada. La cama elástica debe ser inspeccionada antes de que los saltadores comiencen a saltar.
- Mantenga todos los objetos que puedan interferir con el saltador fuera de la cama elástica. Sea consciente de lo que está por encima, por debajo y alrededor de la cama elástica.
- Para evitar el uso no autorizado y no supervisado, la cama elástica debe ser asegurada cuando no esté en uso.

COLOCACIÓN DE TRAMPOLÍN

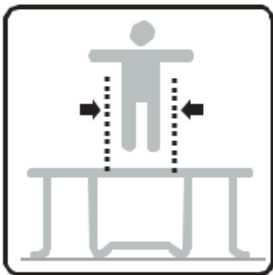
La altura de paso mínima requerida es de 7 metros. En términos de espacio horizontal, asegúrese de que no haya objetos peligrosos cerca de la cama elástica, como ramas de árboles, u otros objetos recreativos (es decir, conjuntos de columpios, piscinas), cableado eléctrico, paredes, vallas, etc.

Para un uso seguro de la cama elástica, tenga en cuenta lo siguiente al elegir un lugar para ubicarla:

- Asegúrese de que esté colocada en una superficie plana
- Que la zona esté bien iluminada
- Que no haya obstrucciones debajo de la cama elástica

Si no se siguen estas instrucciones, se aumenta el riesgo de que alguien salga herido.

ADVERTENCIA!



PROGRAMA DE LECCIONES

Se sugieren las siguientes lecciones con el fin de aprender los pasos y rebotes básicos antes de pasar a los rebotes más difíciles y complicados. Antes de realmente subirse y usar la cama elástica debe leer y comprender todas las instrucciones de seguridad. Debe haber una discusión completa y demostración de la mecánica corporal y de las directrices de la cama elástica entre el supervisor y el estudiante.

Lección 1

- A. Montaje y desmontaje - Demostración de las técnicas apropiadas
- B. Rebotes básicos - Demostración y práctica
- C. Frenado (Comprobación del rebote) - Demostración y práctica. Aprenda a frenar cuando se le pida
- D. Manos y rodillas - Demostración y práctica. La tensión debe estar en cuatro puntos de caída y alineación

Lección 2

- A. Revisión y práctica de las técnicas aprendidas en la lección 1
- B. Rebote de rodillas - Demostración y práctica. Aprenda la bajada básica hasta las rodillas y la subida antes de intentar un medio giro a la izquierda y derecha
- C. Rebote de sentado - Demostración y práctica. Aprenda el rebote de sentado básico y luego añada un rebote de rodillas, manos y rodillas; repita

Lección 3

- A. Revisión y práctica de las técnicas aprendidas en las lecciones anteriores
- B. Caída frontal - Para evitar quemaduras en la lona y enseñar la posición de rebote de frente, a todos los estudiantes se les pide estar en la posición de decúbito prono (boca abajo en el suelo), mientras que el instructor comprueba las posiciones defectuosas que podrían causar lesiones.
- C. Comience con un rebote de manos y rodillas y luego extienda el cuerpo en posición boca abajo, caiga a la lona y levántese.
- D. Rutina de práctica - Rebote de manos y rodillas, rebote frontal, levantarse, rebote de sentado, levantarse

Lección 4

- A. Revisión y práctica de las técnicas aprendidas en las lecciones anteriores
- B. Media vuelta
 - Comience con la posición de caída de frente y al tomar contacto con el tapiz, empuje con los brazos en la dirección derecha o izquierda y gire la cabeza y los hombros en la misma dirección.
 - Durante su giro, asegúrese de mantener la espalda paralela a la lona y la cabeza hacia arriba.
 - Después de completar su vuelta, caiga en posición de caída de frente.

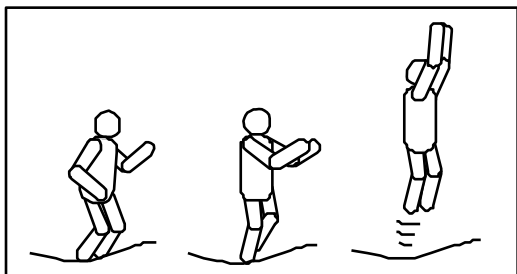
Después de finalizar esta lección, el estudiante ahora tiene un fundamento básico de rebotes en cama elástica. Los saltadores deben ser alentados a probar y desarrollar sus propias rutinas con el énfasis en el control y la forma.

Un juego que se puede jugar con el fin de animar a los estudiantes a tratar de desarrollar sus rutinas es "REBOTE". En este juego, los jugadores cuentan del 1 al X. El jugador uno comienza con una maniobra. El segundo jugador tiene que hacer la maniobra del Primer Jugador y añadir otra. El Tercer Jugador hace las maniobras del Primero y el Segundo, y luego agrega una tercera maniobra. Esto continúa hasta que un jugador no puede hacer la rutina mientras alguien pronuncia la palabra "REBOTE". ¡El competidor que haya quedado será considerado ganador! Incluso cuando se juega este juego, es importante llevar a cabo sus rutinas bajo control y no intentar rebotes difíciles o altamente cualificados que aún no haya dominado.

Debe contactar a un instructor de cama elástica certificado para desarrollar aún más sus habilidades en la cama elástica.

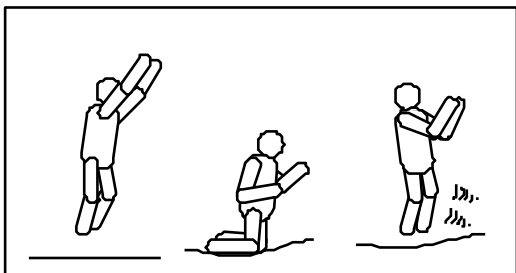
REBOTES BÁSICOS EN LA CAMA ELÁSTICA

EL REBOTE BÁSICO



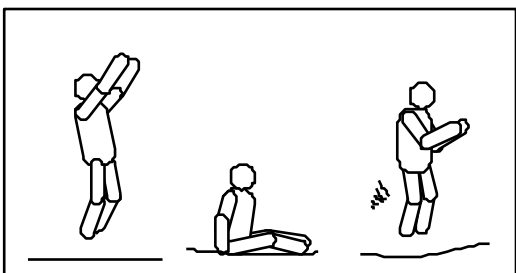
1. Comience desde la posición de pie, los pies al ancho de los hombros, con la barbilla erguida y los ojos fijando la lona.
2. Mueva los brazos hacia adelante, hacia arriba y alrededor en un movimiento circular.
3. Junte los pies juntos mientras está en el aire y apunte los dedos de los pies hacia abajo.
4. Mantenga los pies al ancho de los hombros al caer en la lona.

REBOTE DE RODILLA



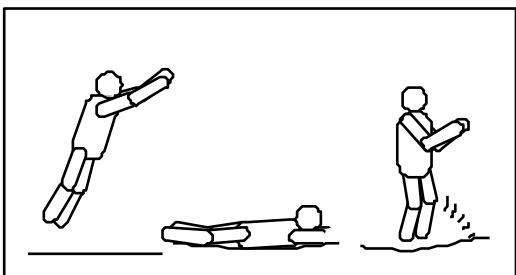
1. Comience con rebote básico y manténgase bajo.
2. Caiga sobre las rodillas manteniendo la espalda recta, el cuerpo erguido y use los brazos para mantener el equilibrio.
3. Vuelva a la posición de rebote básico moviendo los brazos hacia arriba.

REBOTE DE SENTADO



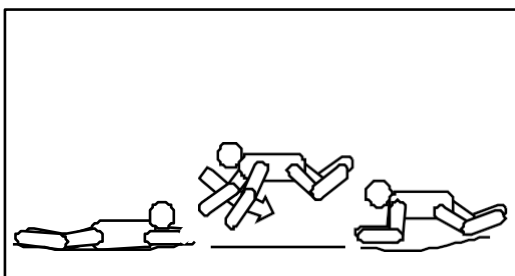
1. Caiga en posición plana sentado.
2. Coloque las manos en la lona al lado de las caderas.
3. Vuelva a la posición erguida empujando con las manos.

REBOTE DE FRENTE



1. Comience con la posición de rebote de frente.
2. Caiga en posición de decúbito prono (boca abajo) y mantenga las manos y los brazos extendidos hacia adelante en la lona.
3. Empuje del colchón con los brazos para volver a la posición de pie.

REBOTE DE 180 GRADOS



1. Comience con la posición de rebote de frente.
2. Empuje con la mano izquierda o la derecha y los brazos (dependiendo de la forma en que desea girar).
3. Mantenga la cabeza y los hombros en la misma dirección, mantenga la espalda paralela a la lona y la cabeza erguida.
4. Caiga en posición prona por el retorno a la posición de pie, empujando con las manos y los brazos.

INSTRUCCIONES DE MONTAJE

Para montar esta cama elástica todo lo que necesita es nuestra herramienta de carga de resorte especial suministrada con este producto.
Durante los períodos de inactividad. Esta cama elástica se puede desmontar fácilmente y se almacena. Por favor, lea las instrucciones de montaje antes de comenzar a ensamblar el producto

Por favor refiérase a la página correspondiente para ver las descripciones de piezas y numerous. Asegúrese de que tiene todos los componentes enumerados.

Para evitar lesiones en las manos por pellizcos durante el montaje, utilice guantes para proteger sus manos.

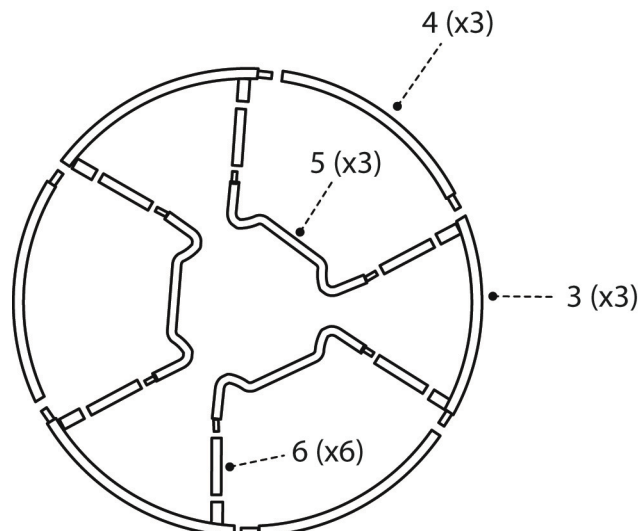
PARTS LIST

Las camas elásticas tienen tres patas

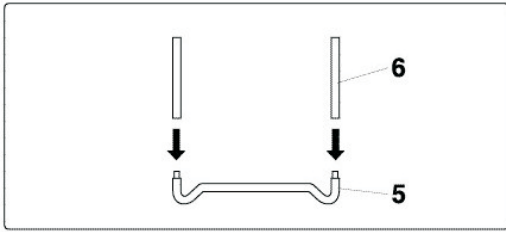
Núm. de referencia	Descripción	n. pcs
1	Lona de la cama elástica; cosida con Anillos V	1
2	Acolchado del bastidor	1
3	Riel superior con zócalos de las patas	3
4	Riel superior	3
5	Base de las patas	3
6	Extensión vertical de las patas	6
7	Resortes galvanizados	42
8	Placa de instrucciones de seguridad	1
9	Herramienta para la carga de los resortes	1

STEP 1 – Diseño del bastidor

Por favor seleccione la cantidad de SUS partes para tubería de acuerdo con los productos en su poder a partir de las ilustraciones siguientes. Todas las partes con el mismo número de pieza son intercambiables y no tienen orientación "derecha" o "izquierda", para acoplar las partes, basta con deslizar una sección de tubo que sea más pequeña en un extremo en una sección adyacente que tenga una abertura más grande. Estas juntas se llaman "puntos de conexión"

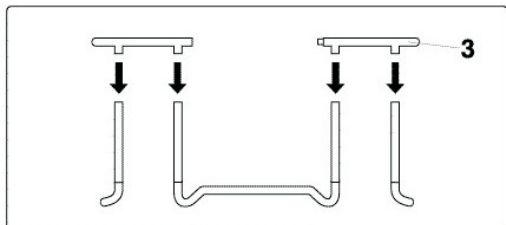
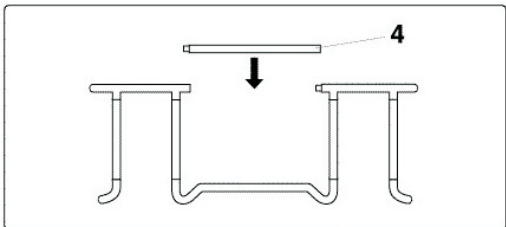
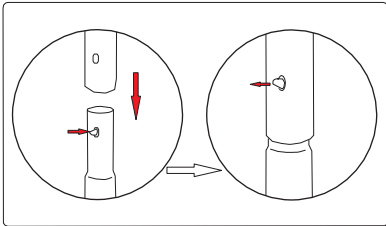


STEP 2 – Conjunto de soporte



- A. Deslice las extensiones verticales de las patas (6) en la base de las patas (5) como se muestra
- B. Localice las extensiones verticales de las patas (6) en la base de las patas (5), garantizando que el pasador esté completamente situado en el orificio de colocación, como se muestra, para evitar el desacople.

STEP 3 - Ensamblaje del riel superior

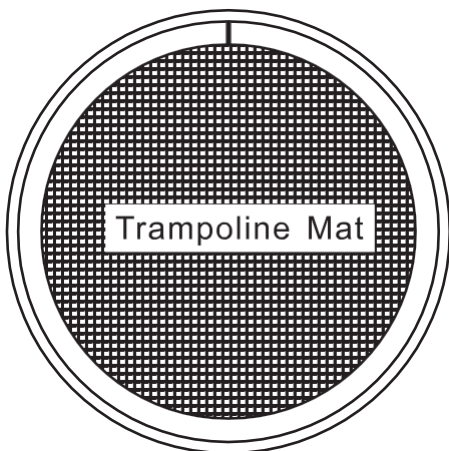


- A. Dos personas, será necesarias en este momento para montar la cama elástica. Una persona levanta el conjunto de soporte desde el paso 2 hasta una posición en pie (vertical) e inserta una de los zócalos del riel superior con zócalos (3) en la parte de la extensión vertical de las patas del conjunto de soporte. La otra persona sostiene el otro extremo e inserta la parte en el otro conjunto de soporte como se muestra. Ahora debe tener 2 conjuntos de soporte que se mantienen unidas por 1 riel superior con zócalo. Asegúrese de utilizar un destornillador, una arandela plana y una tuerca de seguridad y acople al riel superior con zócalos (3) para evitar el desacople. Importante: si también se ha comprado un recinto para la cama elástica, consulte las instrucciones de la cama elástica.

Asegurar que los botones pasadores miren hacia adentro desde la cama elástica como se muestra para mantener la alineación de los agujeros del conjunto de montaje de la cama elástica.

- B. Ahora, instale los otros 4 rieles superiores (4) en los espacios entre las extensiones de la pierna verticales (3) mediante su inserción en las ranuras, como se muestra.

STEP 4 – Conjunto de la lona de la cama elástica



Cuando coloque los resortes a la lona de la cama elástica, preste mucha atención. Usted necesitará otra persona que le ayude con esta parte del montaje. CUIDADOO - Al montar los resortes, los puntos de acoplamiento pueden convertirse en puntos de aplastamiento ya que la cámara elástica se está apretando.

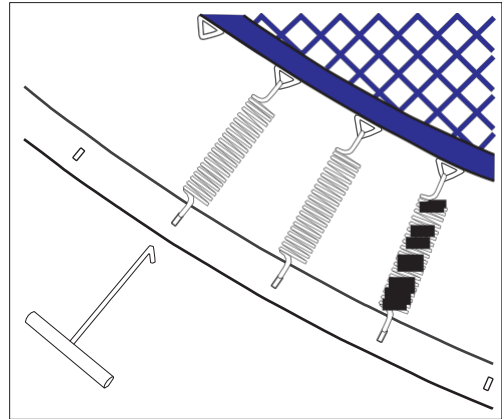
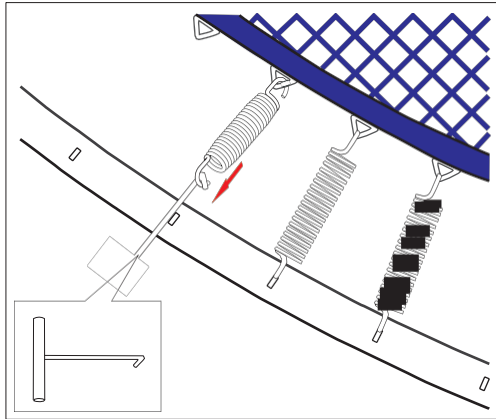
A. Coloque la lona de la cama elástica (1) dentro del bastidor

B. Como usar la herramienta especial para resortes.

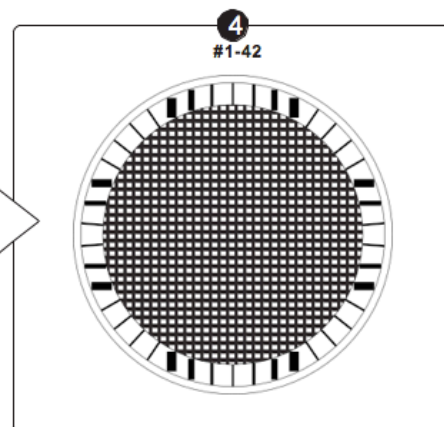
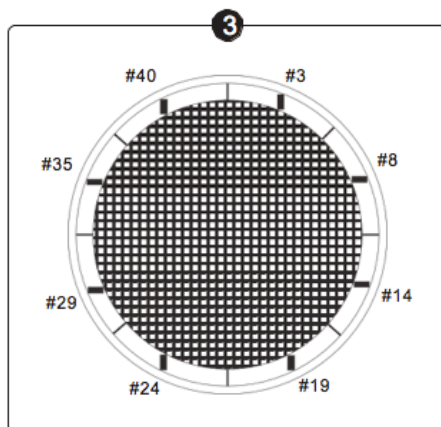
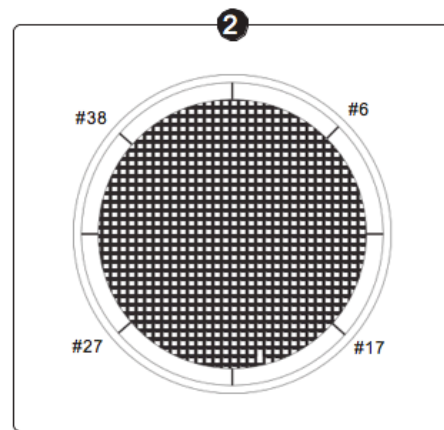
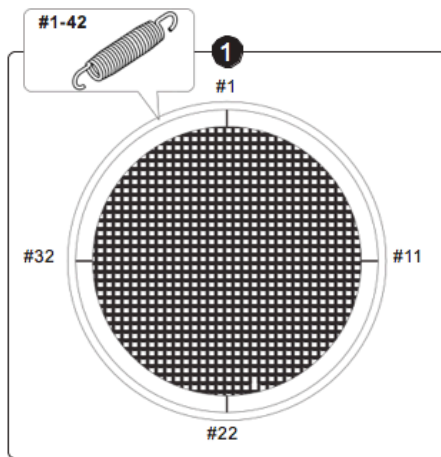
PASO I : Coloque el resorte en el ojal de la lona de salto, fije la herramienta y enganche al extremo del gancho de resorte.

PASO II : Extender la herramienta para resorte y enganche el gancho del resorte al agujero del bastidor de la cama elástica.

¡Por favor tenga cuidado donde coloque las manos y otras partes de su cuerpo durante el montaje del resorte ya que los puntos de acoplamiento se convierten en puntos de aplastamiento!

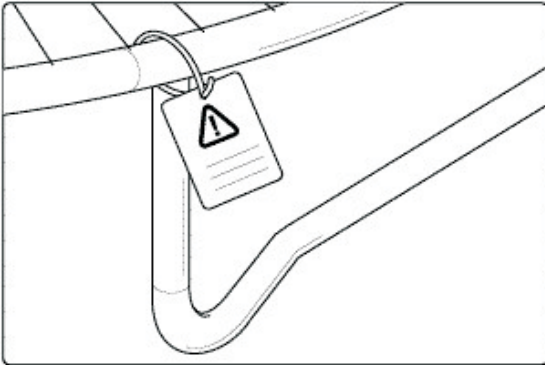


C. Seleccione la cantidad de resortes.



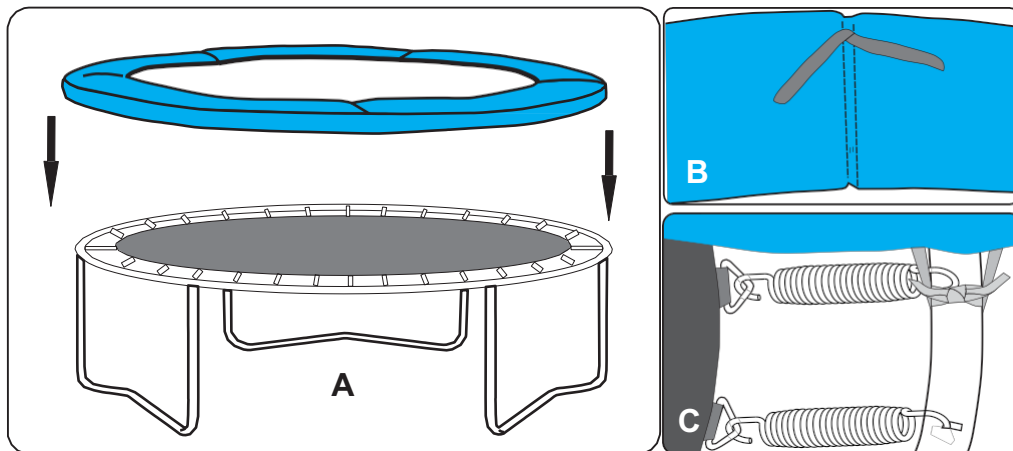
PASO 5 - Colocación de la placa de seguridad

Uso de la banda de sujeción, coloque la Placa de instrucciones de seguridad (8) en la cama elástica. La banda de sujeción debe ir alrededor de la conexión del Bastidor vertical y el Riel superior para asegurarse de que no se salga de la cama elástica.



PASO 6- Conjunto del acolchado del bastidor

A. Coloque el Acolchado del bastidor (2) sobre la cama elástica para cubrir los resortes y el bastidor de acero. Asegúrese de que el Acolchado del bastidor cubra todas las piezas de metal.
B-C. Amarre la banda situada en el lado inferior del Acolchado del bastidor al bastidor.

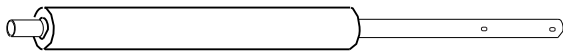


INSTRUCCIONES DE MONTAJE PARA LE RED DE PROTECCIÓN

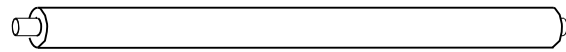
1. CONTENIDO DEL PAQUETE

FIG.	PIEZAS	PCS NUMBER
1	TUBO DE ACERO INFERIOR	6
2	TUBO DE ACERO SUPERIOR (ACOLCHADO)	6
3	ESPACIADOR	12
4	Abrazaderas	6
4	TORNILLO SET	12
5	RED DEL RECINTO	1
6	Llave hexagonal	1
7	Llave inglesa	1

2. DIAGRAMAS DE LAS PIEZAS

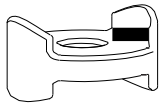


1. TUBO INFERIOR



2. TUBO SUPERIOR

(Estos tubos tienen una funda acolchada para la protección del usuario en caso de caídas.)



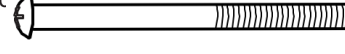
3. ESPACIADOR



Arandela plana
X 2



Tuerca de
seguridad

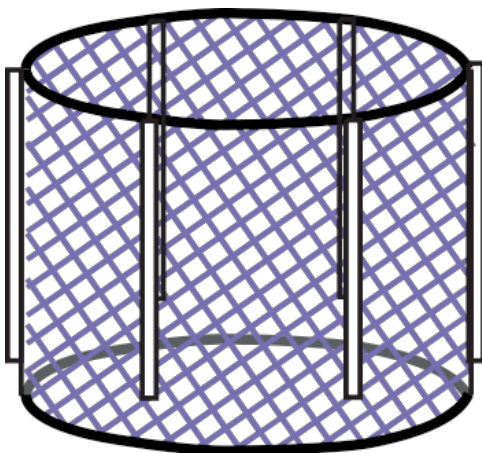


Tornillo



abrazaderas

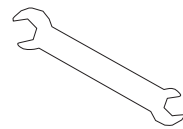
4. TORNILLO SET



7. RED DEL RECINTO



6. Llave
hexagonal



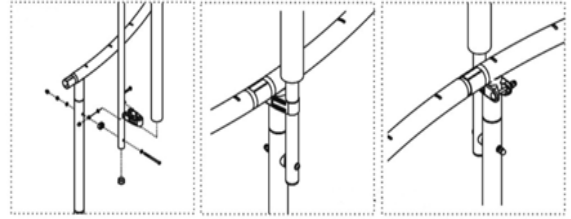
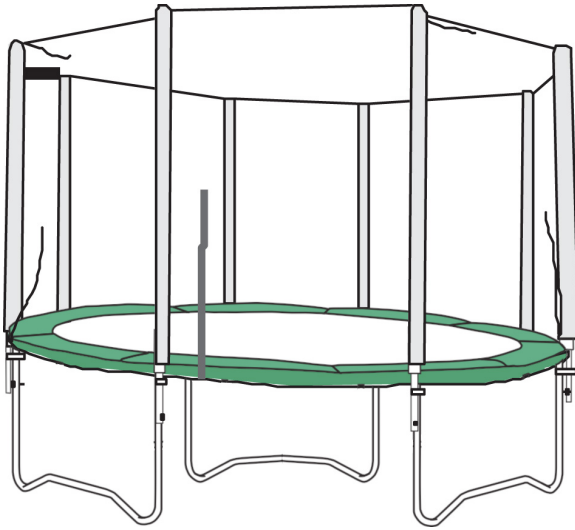
7. Llave inglesa

ADVERTENCIA

Este recinto es para ser utilizado sólo con ciertas camas alásticas. Lea y siga todas las advertencias e instrucciones.

3 . MONTAJE:

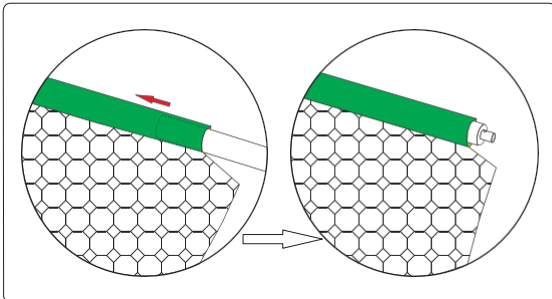
Paso 1:



Usando el espaciador, tome el Tornillo, la Arandela plana , la Tuerca de seguridad y realice el acoplamiento al bastidor como se muestra en el diagrama, repita en el mismo orden.

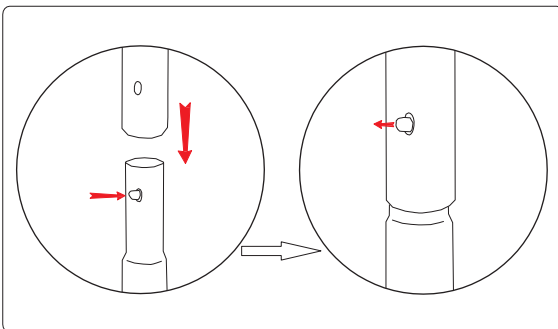
Asegúrese de que todas las tuercas y los tornillos estén bien apretados.

Paso 2:



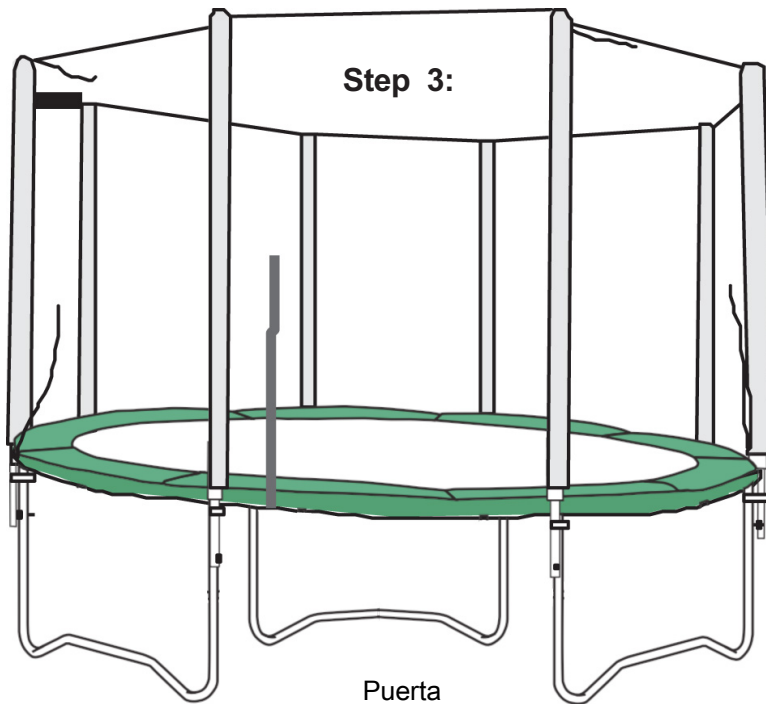
Inserte los Tubos de acero superiores (2) en las fundas de la red recinto (5) como se muestra.

Nota: Asegúrese de que el extremo del tubo de acero sea visible, como se muestra.



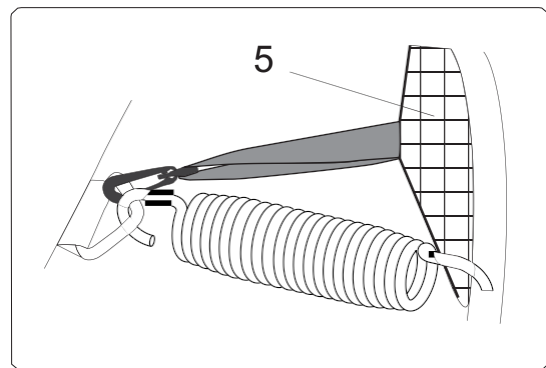
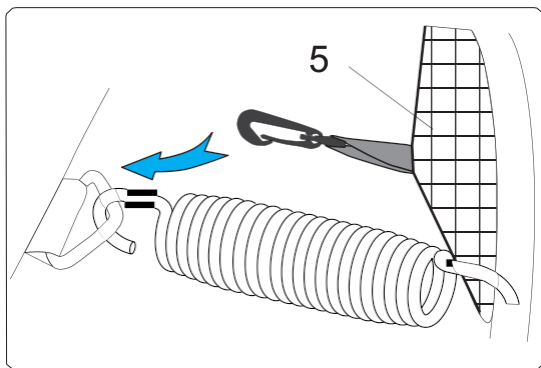
Coloque el Tubo de acero superior (2) sobre el Tubo de acero inferior (1), garantizando que el pasador esté completamente situado en el orificio de colocación, como se muestra, para evitar el desacople. Repita el procedimiento para todos los vástagos.

Nota : la protección de espuma puede necesitar moverse para localizar el pasador.



Caminando alrededor de la cama elástica, alivie gradualmente la red recinto (5) hasta el nivel del acolchado de la cama elástica.

Paso 4:



Por último, tome cada correa elástica (a lo largo del borde inferior de la red), pase una banda alrededor del bastidor de la cama elástica y apriete utilizando el gancho/anillo. Fije el gancho en el anillo en orden correcto.

¡ADVERTENCIA IMPORTANTE!

Ahora tiene que ir hacia atrás y estirar todos los ganchos de conexión bien, y verificar dos veces para ver si se han fijado las plantillas. Puede usar o no el conjuntos de tornillos , para que la red de seguridad que bien fijada. De lo contrario, la red de seguridad no funcionará correctamente.

Luego, terminar el montaje.

CUIDADO Y MANTENIMIENTO

Esta cama elástica ha sido diseñada y fabricada con materiales y mano de obra de calidad. Si se garantiza el cuidado y el mantenimiento adecuado, le proporcionará a todos los saltadores años de ejercicio, diversión y disfrute, así como reducirá el riesgo de lesiones. Por favor, siga las siguientes pautas:

Esta cama elástica está diseñada para soportar una cierta cantidad de peso y uso. Por favor, asegúrese de que sólo una persona en un momento dado utilice la cama elástica. Además, la persona debe pesar lo establecido. Los saltadores o bien deben usar calcetines, zapatos de gimnasia, o estar descalzos al usar la cama elástica. Tenga en cuenta que los zapatos de otros tipos o las zapatillas de tenis no se deben llevar durante el uso de la cama elástica. Con el fin de evitar que la lona de la cama elástica se corte o dañe, por favor no permita mascotas sobre la lona. Además, los saltadores deben quitarse todos los objetos punzantes antes de usar la cama elástica. Cualquier tipo de objetos cortantes o punzantes deben mantenerse fuera de la lona de la cama elástica en todo momento.

Siempre inspeccione la cama elástica antes de cada uso para ver si está desgastada, maltratada o si faltan piezas. Varias condiciones pueden surgir que pueden aumentar sus posibilidades de sufrir una lesión. Por favor tenga en cuenta:

- Perforaciones, agujeros o desgarros en la lona de la cama elastic
- Flacidez de la lona de la cama elástica
- Costuras sueltas o cualquier tipo de deterioro de la lona
- Partes del bastidor dobladas o rotas, como las patas
- Resortes rotos, faltantes o dañados
- Acolchado del bastidor dañado, faltante o colocado de manera incorrecta
- Salientes de cualquier tipo (tipos especialmente afilados) en el bastidor, los resortes, o la lona

SI ENCUENTRA ALGUNA DE LOS PROBLEMAS ANTERIORES, O CUALQUIER COSA QUE USTED PIENSE QUE PODRÍA CAUSAR DAÑOS A CUALQUIER USUARIO, LA CAMA ELÁSTICA SE DEBE DESMONTAR O DEJAR DE USAR HASTA QUE LOS PROBLEMAS SE HAYAN RESUELTO.

CONDICIONES VENTOSAS

En situaciones de viento fuerte, la cama elástica pudiera escapar. Si se espera que las condiciones climáticas serán ventosas, la cama elástica debe moverse a un área protegida o se debe desmontar. Otra opción es atar la parte redonda, exterior (bastidor superior) de la cama elástica al suelo con cuerdas y estacas. Para garantizar la seguridad, por lo menos tres (3) amarres deben ser utilizados. No se limite a fijar las patas de la cama elástica en el suelo, ya que pueden sacar los zócalos del bastidor.

MOVER LA CAMA ELÁSTICA

Si tiene que mover la cama elástica, esto lo deben hacer dos personas. Todos los puntos de acople se debe envolver con cinta resistente a la intemperie, tal como cinta adhesiva para tubos. Esto mantendrá el bastidor intacto durante el traslado y evitará que los puntos de acople se disloquen y separen. Durante el traslado, levante ligeramente la cama elástica de la suelo y manténgala horizontal al mismo. Para cualquier otro tipo de traslado, ustedes debe desmontar la cama elástica.

**DICHIARAZIONE DI CONFORMITA' CE**

FERRITALIA Soc.Coop., Via Longhin 71, 35129 Padova, tel. 0039-049-8076244 dichiara sotto la propria responsabilità che il prodotto descritto in questo manuale è conforme alle direttive europee 2009/48/EC, EN71-1:2014+A1:2018, EN71-14:2018 – Part. 14, EN71-2:2011+A1:2014.

DECLARACIÓN DE CONFORMIDAD CE

FERRITALIA Soc.Coop., declara que el producto conforme indicado en este manual, esta de acuerdo con las Directivas Europeas 2009/48/EC, EN71-1:2014+A1:2018, EN71-14:2018 – Part. 14, EN71-2:2011+A1:2014.
DISTRIBUDOR PARA ESPAÑA: A.FORGED TOOLS, S.A., Avenida de Andalucía 139, GRANADA

DECLARATION OF CONFORMITY CE

FERRITALIA Soc.Coop., Via Longhin 71, 35129 Padova, tel. 0039-049-807624, declares that the product as detailed in this manual is in accordance with European Directives 2009/48/EC, EN71-1:2014+A1:2018, EN71-14:2018 – Part. 14, EN71-2:2011+A1:2014.

FERRITALIA S.c.r.l.
Direttore Operativo

Padova – Novembre 2019