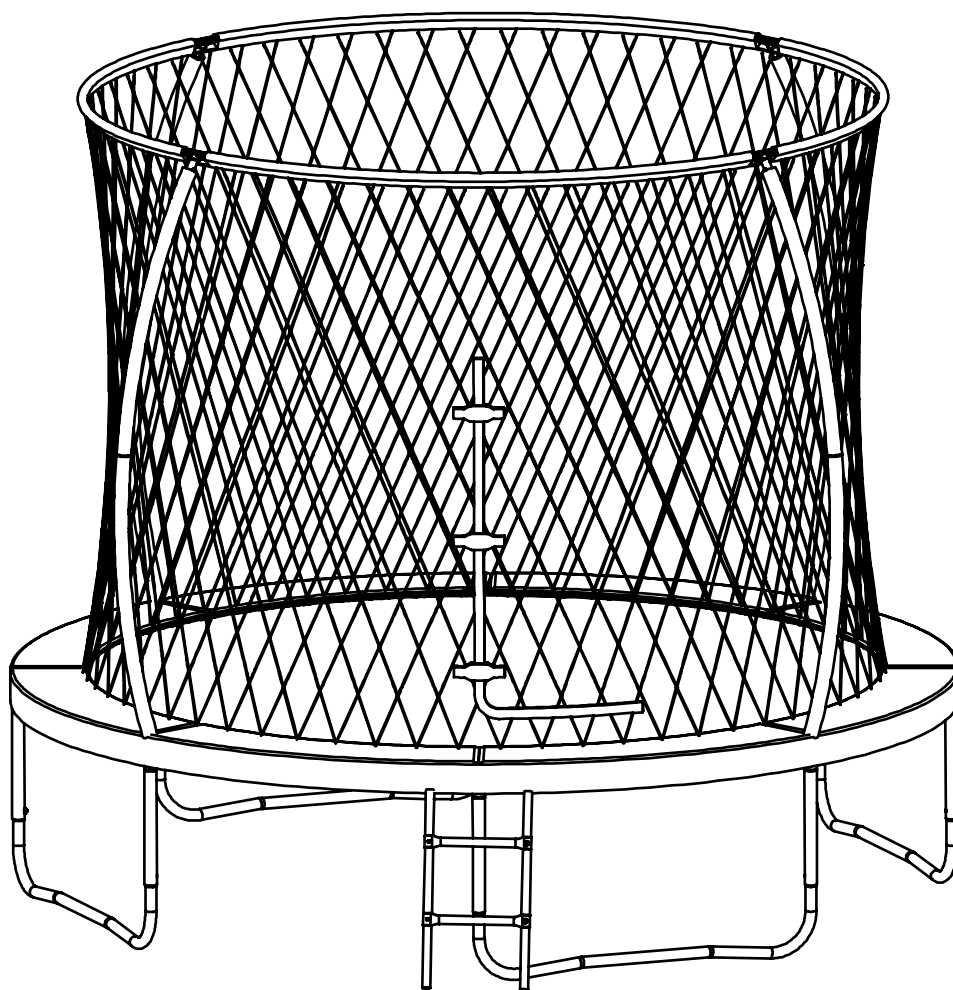


TRAMPOLIN BENUTZERHANDBUCH MANUEL D'UTILISATION DU TRAMPOLINE MANUAL DE USUARIO DEL TRAMPOLÍN MANUALE D'USO DEL TRAMPOLINO



WARNUNG | AVERTISSEMENT | ADVERTENCIA | ATTENZIONE

-Warnung! Erstickungsgefahr, Kleinteile | Attention ! Risque d'étouffement, petites pièces | ¡Advertencia! Peligro de asfixia por piezas pequeñas | Attenzione! Rischio di soffocamento, piccole parti.

-Zusammenbau durch Erwachsene erforderlich | Assemblage par un adulte requis | Requiere ensamblaje por parte de un adulto | Richiede il montaggio da parte di un adulto.

-Lesen Sie alle Vorsichtsmaßnahmen und Anweisungen in diesem Handbuch, bevor Sie dieses Gerät verwenden. Bewahren Sie dieses Handbuch zum späteren Nachschlagen auf | Lisez toutes les précautions et instructions de ce manuel avant d'utiliser cet équipement. Conservez ce manuel pour référence ultérieure | Lea todas las precauciones e instrucciones de este manual antes de utilizar este equipo. Guarde este manual para futuras consultas | Leggere tutte le precauzioni e le istruzioni in questo manuale prima di utilizzare questa attrezzatura. Conservare questo manuale per riferimento futuro.

Um das Risiko schwerer Verletzungen zu verringern, lesen und befolgen Sie alle Warnungen, Vorsichtsmaßnahmen und Anweisungen in diesem Handbuch, bevor Sie das Trampolingehäuse verwenden. Warnungen und Anweisungen zur Pflege, Wartung und Verwendung dieses Trampolins und des Gehäuses sind enthalten, um eine sichere und angenehme Verwendung dieses Geräts zu gewährleisten.

1. Der Besitzer und die Aufsichtspersonen des Trampolins und der Umzäunung sind dafür verantwortlich, dass alle Benutzer die in diesem Handbuch enthaltenen Sicherheitshinweise befolgen. Das Trampolin darf nur unter Aufsicht einer erwachsenen, sachkundigen Person verwendet werden.

2. Sichern Sie das Trampolin und die Trampolin-Sicherheitsnetze gegen unbefugte und unbeaufsichtigte Benutzung. Wenn Sie zum Auf- und Absteigen vom Trampolin eine Leiter verwenden, entfernen Sie diese unbedingt, wenn das Trampolin und das Sicherheitsnetz nicht benutzt werden.

3. Stellen Sie vor der Benutzung sicher, dass über dem Trampolin und dem Sicherheitsnetz genügend Freiraum vorhanden ist. Am besten ist es, wenn über dem Boden mindestens 7,3 Meter Freiraum vorhanden sind. In diesem Bereich dürfen sich keine Drähte, Äste oder andere Gefahren befinden.

4. Seitlicher Freiraum ist sehr wichtig. Stellen Sie das Trampolin und das Sicherheitsnetz nicht in der Nähe von Wänden, Gebäuden, Zäunen, Gehwegen und anderen Spielbereichen auf. Halten Sie auf allen Seiten des Trampolins und des Sicherheitsnetzes immer einen Freiraum frei.

5. Entfernen Sie alle Gegenstände, die den Teilnehmer behindern könnten. Halten Sie um und unter dem Trampolin einen freien Bereich frei.

6. Stellen Sie vor der Verwendung sicher, dass das Trampolin und das Sicherheitsnetz auf einer ebenen Fläche stehen.

7. Überprüfen Sie das Trampolin und die Umzäunung vor jedem Gebrauch. Stellen Sie sicher, dass Rahmen, Rahmenpolster, Umzäunungsnetz und Sicherheitsstangen richtig und sicher positioniert sind. Ersetzen Sie alle abgenutzten, defekten oder fehlenden Teile. (Springer können verletzt werden, wenn das Trampolin und die Umzäunung in schlechtem Zustand verwendet werden.)

8. Springen Sie nur, wenn die Oberfläche der Matte (des Bettes) trocken ist. Es sollte nur sehr wenig oder gar kein Wind oder Luftbewegung vorhanden sein. Das Trampolin und die Umzäunung dürfen nicht bei böigem oder starkem Wind verwendet werden.

9. Die Rahmen des Trampolins und der Umzäunung sind aus Metall. Sie sind nicht geerdet und leiten Strom. Aus diesem Grund besteht Stromschlaggefahr. Auf dem Trampolin oder in der Umzäunung sind zu keiner Zeit Lichter, elektrische Heizgeräte, Verlängerungskabel oder elektrische Haushaltsgeräte erlaubt.

10. Verwenden Sie das Trampolin und das Sicherheitsnetz in einem Bereich mit viel Licht. Wenn sich das Trampolin und das Sicherheitsnetz in Innenräumen oder in schattigen Bereichen befinden, müssen Sie möglicherweise künstliche (elektrische) Beleuchtung in dem Bereich verwenden.

11. Während der Wintermonate müssen die weichen Materialien des Trampolins entfernt und an einem trockenen Ort gelagert werden. Wenn sie während der Wintermonate stehen bleiben, können die Federn, die Sprungmatte, das Federpolster und das Gehäuse beschädigt werden. Die Garantie erlischt.

12. Dieses Trampolin und das Sicherheitsnetz sind für Benutzer mit einem Gewicht unter 180 kg geeignet.

13. Trampoline mit einer Höhe von mehr als 51 cm (20 Zoll) werden für die Benutzung durch Kinder unter 6 Jahren nicht empfohlen.

14. Die Trampolin-Sicherheitsabdeckung darf nur mit Trampolinen der Größe verwendet werden, für die sie ausgelegt ist.

15. Missbrauch und unsachgemäßer Gebrauch der Trampolinsicherheitshülle sind gefährlich und können zu schweren Verletzungen führen.

16. Befestigen Sie nichts an der Gehäusebarriere, das kein vom Hersteller zugelassenes Zubehör oder Teil des Gehäusesystems ist.

17. Bitte legen Sie vor dem Springen jeglichen Schmuck ab. Schmuck kann sich im Netz des Geheges verfangen.

18. Tragen Sie Kleidung ohne Kordeln, Haken, Schlaufen oder andere Gegenstände, die sich beim Benutzen des Trampolins/Sicherheitsnetzes verfangen und zu Verstrickungen, Strangulationen oder beidem führen könnten.

19. Lassen Sie NICHT mehr als eine Person gleichzeitig in das Trampolingehäuse. Zwei oder mehr Personen, die gleichzeitig springen, können schwere Verletzungen verursachen.

20. Springen Sie NICHT auf das Trampolin, wenn Sie irgendwelche Gegenstände haben oder halten, insbesondere keine scharfen oder zerbrechlichen.

21. Benutzen Sie das Trampolin und das Sicherheitsnetz NICHT, wenn Sie Alkohol oder Drogen konsumiert haben.

22. Versuchen oder erlauben Sie KEINE Saltos (Überschläge) auf dem Trampolin. Eine Landung auf dem Kopf oder Nacken kann zu schweren Verletzungen, Lähmungen oder zum Tod führen, selbst bei einer Landung in der Mitte der Sprungmatte.

23. Steigen Sie immer auf das Trampolin und wieder herunter. Es ist gefährlich, beim Absteigen vom Trampolin auf den Boden zu springen oder beim Aufsteigen auf das Trampolin zu springen.

24. Verwenden Sie das Trampolin NICHT als Sprungbrett zu anderen Objekten. Betreten und verlassen Sie den Bereich nur durch die dafür vorgesehene Bereichstür oder Absperrung.

25. Versuchen Sie NICHT, unter dem Abspernetz durchzukriechen, darüber zu springen, absichtlich davon abzupringen, sich daran zu hängen, darauf zu klettern, dagegen zu treten oder es durchzuschneiden.

26. Halten Sie den Kopf aufrecht und richten Sie Ihren Blick auf das Trampolin in Richtung der Begrenzung. So können Sie den Sprung besser kontrollieren.

27. Beenden Sie das Hüpfen, indem Sie die Knie beugen, wenn die Füße das Trapolintuch berühren. Erlernen Sie diese Fähigkeit, bevor Sie andere ausprobieren.

28. Vermeiden Sie zu hohe Sprünge. Bleiben Sie niedrig, bis Sie den Sprung kontrollieren und wiederholt in der Mitte des Trapolins landen können. Kontrolle ist wichtiger als Höhe.

29. Vermeiden Sie Hüpfen, wenn Sie müde sind. Machen Sie kurze Wendungen.

30. Lernen Sie grundlegende Sprünge und Körperpositionen gründlich, bevor Sie sich an fortgeschrittenere Fähigkeiten wagen. Eine Vielzahl von Trapolinaktivitäten kann durchgeführt werden, indem die grundlegenden Grundlagen in verschiedenen Serien und Kombinationen ausgeführt werden, wobei eine Grundübung nach der anderen ausgeführt wird und dazwischen Fußsprünge ausgeführt werden.

31. Weitere Informationen zur Trapolinausrüstung erhalten Sie beim Hersteller. Informationen zum Geschicklichkeitstraining erhalten Sie bei einem zertifizierten Trapolinlehrer.

32. Verwenden Sie das Trampolin nicht und stehen Sie nicht in der Nähe, wenn es windig oder böig ist. Ein Trampolin kann durch die Luft geschleudert werden, wenn es anhaltendem Wind oder böigem Wind ausgesetzt ist. Dies kann zu schweren Verletzungen, Lähmungen oder zum Tod sowie zu Sachschäden führen. Um diese Risiken zu verringern, bauen Sie das Trampolin und die Umzäunung auseinander und lagern Sie sie, bis sich die Wetterbedingungen verbessern. Die Verankerung eines Trapolinrahmens kann verhindern, dass sich das Trampolin durch den Wind bewegt, aber auch verankerte Trapoline können durch die Luft geschleudert oder beschädigt werden. Wenden Sie sich an einen qualifizierten Handwerker, um festzustellen, welche Art von Verankerung für Ihren Standort am besten geeignet ist.

Pour réduire le risque de blessures graves, lisez et respectez tous les avertissements, précautions et instructions de ce manuel avant d'utiliser l'enceinte du trampoline. Les avertissements et instructions d'entretien, de maintenance et d'utilisation de ce trampoline et de son enceinte sont inclus pour promouvoir une utilisation agréable et en toute sécurité de cet équipement.

1. Il incombe au propriétaire et aux responsables du trampoline et de l'enceinte de s'assurer que tous les utilisateurs respectent les consignes de sécurité données dans ce manuel. Le trampoline ne doit être utilisé que sous la surveillance d'une personne mature et compétente.

2. Sécurisez le trampoline et son enclos contre toute utilisation non autorisée et sans surveillance. Si vous utilisez une échelle pour monter et descendre du trampoline, veillez à la retirer lorsque le trampoline et son enclos ne sont pas utilisés.

3. Assurez-vous qu'il y a suffisamment d'espace libre au-dessus du trampoline et de l'enceinte avant utilisation. Il est préférable d'avoir au moins 7,3 mètres (24 pieds) d'espace libre au-dessus du sol. Cet espace doit être exempt de fils, de branches d'arbres et de tout autre danger potentiel.

4. Le dégagement latéral est très important. Ne placez pas le trampoline et l'enceinte à proximité de murs, de bâtiments, de clôtures, de trottoirs et d'autres zones de jeu. Gardez toujours un espace libre de tous les côtés du trampoline et de l'enceinte.

5. Retirez tous les objets qui pourraient gêner l'artiste. Maintenez une zone dégagée autour et sous le trampoline.

6. Assurez-vous que le trampoline et l'enceinte sont sur une surface plane avant utilisation.

7. Inspectez toujours le trampoline et l'enclos avant chaque utilisation. Assurez-vous que le cadre, le coussin de protection du cadre, le filet de l'enclos et les poteaux de sécurité sont correctement et solidement positionnés. Remplacez toute pièce usée, défectueuse ou manquante. (Les sauteurs peuvent être blessés si le trampoline et l'enclos sont utilisés alors qu'ils sont en mauvais état.)

8. Ne rebondissez que lorsque la surface du tapis (lit) est sèche. Il ne doit y avoir que très peu ou pas de vent ou de mouvement d'air. Le trampoline et l'enceinte ne doivent pas être utilisés en cas de vents violents ou de rafales.

9. Le trampoline et les structures de l'enceinte sont en métal. Ils ne sont pas reliés à la terre et sont conducteurs d'électricité. Pour cette raison, il existe un risque d'électrocution. Aucune lumière, aucun radiateur électrique, aucune rallonge électrique ou appareil électroménager ne sont autorisés sur le trampoline ou dans l'enceinte à aucun moment.

10. Utilisez le trampoline et l'enceinte dans un endroit bien éclairé. Si le trampoline et l'enceinte sont à l'intérieur ou dans des zones ombragées, vous devrez peut-être utiliser un éclairage artificiel (électrique) dans la zone.

11. Pendant les mois d'hiver, les matériaux souples du trampoline doivent être retirés et stockés dans un endroit sec. S'ils sont laissés en place pendant les mois d'hiver, ils peuvent endommager les ressorts, le tapis de saut, le coussin de ressort et l'enceinte. La garantie sera annulée.

12. Ce trampoline et son enclos sont conçus pour les utilisateurs qui pèsent moins de 400 lb.

13. Les trampolines de plus de 20 po (51 cm) de hauteur ne sont pas recommandés pour les enfants de moins de 6 ans.

14. L'enceinte du trampoline ne doit être utilisée qu'avec la taille de trampoline pour laquelle l'enceinte est conçue.

15. Une mauvaise utilisation ou un abus de la clôture du trampoline est dangereux et peut entraîner des blessures graves.

16. Ne fixez rien à la barrière de l'enceinte qui ne soit pas un accessoire approuvé par le fabricant ou qui ne fasse pas partie du système d'enceinte.

17. Veuillez retirer tous vos bijoux avant de commencer à sauter. Les bijoux peuvent rester coincés dans le filet de l'enclos.

18. Portez des vêtements sans cordons, crochets, boucles ou tout autre objet susceptible de se coincer pendant l'utilisation du trampoline ou de l'enceinte et d'entraîner un enchevêtrement, une strangulation ou les deux.

19. NE laissez PAS plus d'une personne à l'intérieur de l'enceinte du trampoline en même temps. Deux personnes ou plus qui sautent en même temps peuvent causer des blessures graves.

20. NE sautez PAS sur le trampoline lorsque vous portez ou tenez des objets, en particulier des objets pointus ou cassants.

21. N'utilisez PAS le trampoline et l'enceinte si vous avez consommé de l'alcool ou des drogues.

22. NE PAS tenter ni autoriser des sauts périlleux (sauts périlleux) sur le trampoline. Un atterrissage sur la tête ou le cou peut entraîner des blessures graves, une paralysie ou la mort, même en atterrissant au milieu du tapis de saut.

23. Montez et descendez toujours du trampoline. Il est dangereux de sauter du trampoline sur le sol ou le sol lors de la descente ou de sauter sur le trampoline lors de la montée.

24. N'utilisez PAS le trampoline comme tremplin vers d'autres objets. Entrez et sortez de l'enceinte uniquement par la porte de l'enceinte ou la barrière prévue à cet effet.

25. N'essayez PAS de ramper en dessous, de sauter par-dessus, de rebondir intentionnellement, de vous suspendre, de grimper dessus, de donner des coups de pied ou de couper le filet de protection.

26. Tout en gardant la tête droite, concentrez-vous sur le périmètre du trampoline. Cela vous aidera à contrôler le rebond.

27. Arrêtez de rebondir en étirant les genoux lorsque les pieds entrent en contact avec la toile du trampoline. Apprenez cette technique avant d'en essayer d'autres.

28. Évitez de rebondir trop haut. Restez bas jusqu'à ce que vous puissiez contrôler le rebond et effectuer des atterrissages répétés au centre du trampoline. Le contrôle est plus important que la hauteur.

29. Évitez de rebondir lorsque vous êtes fatigué. Faites des virages courts.

30. Apprenez soigneusement les rebonds fondamentaux et les positions du corps avant d'essayer des compétences plus avancées. Une variété d'activités de trampoline peuvent être réalisées en exécutant les fondamentaux de base dans diverses séries et combinaisons, en exécutant un fondamental après l'autre, avec des rebonds des pieds entre eux.

31. Pour plus d'informations sur l'équipement du trampoline, contactez le fabricant. Pour plus d'informations sur la formation aux compétences, contactez un instructeur de trampoline certifié.

32. N'utilisez pas le trampoline et ne vous tenez pas à proximité de celui-ci par vent fort ou violent. Un trampoline peut être emporté par le vent lorsqu'il est exposé à des vents soutenus ou violents. Cela peut entraîner des blessures graves, une paralysie ou la mort, ainsi que des dommages matériels. Pour réduire ces risques, démontez le trampoline et son enclos et rangez-les jusqu'à ce que les conditions météorologiques s'améliorent. L'ancrage d'un cadre de trampoline peut empêcher le trampoline de bouger sous l'effet du vent, mais même les trampolines ancrés peuvent être emportés par le vent ou endommagés. Consultez un entrepreneur qualifié pour déterminer le type d'ancrage le mieux adapté à votre emplacement.

Para reducir el riesgo de sufrir lesiones graves, lea y siga todas las advertencias, precauciones e instrucciones de este manual antes de utilizar el cerramiento del trampolín. Las advertencias e instrucciones para el cuidado, el mantenimiento y el uso de este trampolín y del cerramiento se incluyen para promover un uso seguro y placentero de este equipo.

1. Es responsabilidad del propietario y de los supervisores del trampolín y del cerramiento asegurarse de que todos los usuarios respeten las instrucciones de seguridad que se proporcionan en este manual. El trampolín solo debe utilizarse bajo la supervisión de una persona madura y con conocimientos.
2. Asegure el trampolín y su cerramiento contra el uso no autorizado y sin supervisión. Si utiliza una escalera para subir y bajar del trampolín, asegúrese de quitarla cuando no utilice el trampolín ni el cerramiento.
3. Asegúrese de que haya suficiente espacio libre sobre el trampolín y el cerramiento antes de usarlo. Lo mejor es tener al menos 24 pies (7,3 metros) de espacio libre sobre el suelo. Este espacio debe estar libre de cables, ramas de árboles y cualquier otro posible peligro.
4. El espacio libre lateral es muy importante. No coloque el trampolín ni el cerramiento cerca de paredes, edificios, vallas, aceras ni otras áreas de juego. Mantenga siempre un espacio libre a todos los lados del trampolín y del cerramiento.
5. Retire cualquier objeto que pueda interferir con el desempeño del artista. Mantenga un área despejada alrededor y debajo del trampolín.
6. Asegúrese de que el trampolín y el recinto estén sobre una superficie nivelada antes de usarlo.
7. Inspeccione siempre el trampolín y el cerramiento antes de cada uso. Asegúrese de que el marco, la almohadilla del marco, la red del cerramiento y los postes de seguridad estén colocados de forma correcta y segura. Reemplace cualquier pieza desgastada, defectuosa o faltante. (Los saltadores pueden resultar heridos si el trampolín y el cerramiento se utilizan cuando están en malas condiciones).
8. Salta solo cuando la superficie de la colchoneta (cama) esté seca. Debe haber muy poco o ningún movimiento de viento o aire. El trampolín y el cerramiento no deben usarse con vientos fuertes o racheados.
9. Los marcos de la cama elástica y del recinto están hechos de metal. No están conectados a tierra y conducen electricidad. Por este motivo, existe peligro de electrocución. No se permite el uso de luces, calentadores eléctricos, cables alargadores ni electrodomésticos en la cama elástica ni en el recinto en ningún momento.
10. Utilice el trampolín y el cerramiento en un área con mucha luz. Si el trampolín y el cerramiento están en interiores o en áreas sombreadas, es posible que necesite iluminación artificial (eléctrica) en el área.
11. Durante los meses de invierno, los materiales blandos del trampolín se deben quitar y almacenar en un lugar seco. Si se dejan en su lugar durante los meses de invierno, pueden dañarse los resortes, la lona para saltar, la almohadilla de resortes y el cerramiento. La garantía quedará anulada.
12. Este trampolín y recinto están hechos para usuarios que pesan menos de 400 libras.
13. Los trampolines de más de 20 pulgadas (51 cm) de altura no se recomiendan para uso de niños menores de 6 años.
14. El recinto del trampolín debe utilizarse únicamente con el tamaño de trampolín para el cual está diseñado.
15. El mal uso y abuso del recinto del trampolín es peligroso y puede causar lesiones graves.
16. No coloque nada en la barrera del gabinete que no sea un accesorio aprobado por el fabricante o parte del sistema del gabinete.
17. Quítese las joyas antes de comenzar a saltar, ya que pueden quedar atrapadas en la red del recinto.
18. Use ropa que no tenga cordones, ganchos, bucles ni nada que pueda engancharse mientras usa el trampolín/recinto y provocar enredos, estrangulamientos o ambos.
19. NO permita que más de una persona entre al recinto del trampolín al mismo tiempo. Dos o más personas saltando al mismo tiempo pueden causar lesiones graves.
20. NO salte en el trampolín mientras tenga o sostenga algún objeto, especialmente algo afilado o frágil.
21. NO use el trampolín ni el recinto si ha estado consumiendo alcohol o drogas.
22. NO intente ni permita saltos mortales en el trampolín. Caer sobre la cabeza o el cuello puede causar lesiones graves, parálisis o la muerte, incluso si cae en el medio de la lona de salto.

23. Siempre suba y baje del trampolín. Es peligroso saltar del trampolín al suelo al bajarse o al subirse.

24. NO utilice el trampolín como trampolín hacia otros objetos. Entre y salga del recinto únicamente por la puerta del recinto o por la barrera dispuesta para tal fin.

25. NO intente arrastrarse debajo, saltar por encima, rebotar intencionalmente, colgarse, trepar, patear o cortar la red de barrera.

26. Manteniendo la cabeza erguida, concentre la mirada en el trampolín hacia el perímetro. Esto ayudará a controlar el rebote.

27. Deje de rebotar flexionando las rodillas cuando los pies entren en contacto con la plataforma del trampolín. Aprenda esta habilidad antes de intentar otras.

28. Evite rebotar demasiado alto. Manténgase agachado hasta que pueda controlar el rebote y aterrizar repetidamente en el centro del trampolín. El control es más importante que la altura.

29. Evite rebotar cuando esté cansado. Mantenga los giros cortos.

30. Aprenda a fondo los saltos y las posiciones corporales fundamentales antes de intentar habilidades más avanzadas. Se pueden realizar diversas actividades en trampolín realizando los saltos básicos en varias series y combinaciones, realizando un salto fundamental tras otro, con los pies rebotando entre ellos.

31. Para obtener información adicional sobre el equipo de trampolín, comuníquese con el fabricante. Para obtener información sobre capacitación técnica, comuníquese con un instructor de trampolín certificado.

32. No utilice ni se pare cerca del trampolín en condiciones de viento o ráfagas de viento. Un trampolín puede volar por el aire si se expone a vientos constantes o ráfagas de viento. Esto puede provocar lesiones graves, parálisis o muerte, así como daños a la propiedad. Para reducir estos riesgos, desmonte el trampolín y el cerramiento y guárdelos hasta que mejoren las condiciones climáticas. Anclar el marco del trampolín puede evitar que este se mueva como resultado del viento, pero incluso los trampolines anclados pueden volar por el aire o dañarse. Consulte a un contratista calificado para determinar qué tipo de anclaje funciona mejor en su ubicación.

Per ridurre il rischio di gravi lesioni, leggere e seguire tutte le avvertenze, le precauzioni e le istruzioni contenute in questo manuale prima di utilizzare la recinzione del trampolino. Le avvertenze e le istruzioni per la cura, la manutenzione e l'uso di questo trampolino e della recinzione sono incluse per promuovere un uso sicuro e piacevole di questa attrezzatura.

1. È responsabilità del proprietario e dei supervisori del trampolino e della recinzione assicurarsi che tutti gli utenti rispettino le istruzioni di sicurezza fornite nel presente manuale. Il trampolino deve essere utilizzato solo sotto la supervisione di persone mature e competenti.
2. Proteggere il trampolino e la sua recinzione da un uso non autorizzato e non supervisionato. Se si utilizza una scala per salire e scendere dal trampolino, assicurarsi di rimuoverla quando il trampolino e la sua recinzione non vengono utilizzati.
3. Assicurarsi che ci sia abbastanza spazio libero sopra il trampolino e la recinzione prima dell'uso. È meglio avere almeno 24 piedi (7,3 metri) di spazio libero sopra il terreno. Questo spazio deve essere libero da fili, rami di alberi e qualsiasi altro possibile pericolo.
4. Lo spazio libero laterale è molto importante. Non posizionare il trampolino e la recinzione vicino a muri, edifici, recinti, marciapiedi e altre aree di gioco. Mantenere sempre uno spazio libero su tutti i lati del trampolino e della recinzione.
5. Rimuovi tutti gli oggetti che potrebbero interferire con l'artista. Mantieni un'area libera attorno e sotto il trampolino.
6. Prima dell'uso, assicurarsi che il trampolino e la recinzione siano posizionati su una superficie piana.
7. Ispezionare sempre il trampolino e la recinzione prima di ogni utilizzo. Assicurarsi che il telaio, il cuscinetto del telaio, la rete della recinzione, i pali di sicurezza siano posizionati correttamente e saldamente. Sostituire eventuali parti usurate, difettose o mancanti. (I saltatori potrebbero farsi male se il trampolino e la recinzione vengono utilizzati quando sono in cattive condizioni.)
8. Rimbalzare solo quando la superficie del tappetino (letto) è asciutta. Ci dovrebbe essere pochissimo o nessun movimento di vento o aria. Il trampolino e la recinzione non devono essere utilizzati in caso di raffiche di vento o vento forte.
9. I telai del trampolino e della recinzione sono realizzati in metallo. Non sono collegati a terra e conducono elettricità. Per questo motivo, esiste un rischio di folgorazione. Non sono consentite luci, riscaldatori elettrici, prolunghe o elettrodomestici sul trampolino o nella recinzione in nessun momento.
10. Utilizzare il trampolino e la recinzione in un'area con molta luce. Se il trampolino e la recinzione sono al chiuso o in zone ombreggiate, potrebbe essere necessario utilizzare illuminazione artificiale (elettrica) nell'area.
11. Durante i mesi invernali, i materiali morbidi del trampolino dovranno essere rimossi e conservati in un luogo asciutto. Se lasciati in posizione durante i mesi invernali, potrebbero danneggiare le molle, il tappeto elastico, il materassino elastico e la recinzione. La garanzia sarà nulla.
12. Questo trampolino e la relativa recinzione sono progettati per utenti che pesano meno di 400 libbre.
13. I trampolini alti più di 20 pollici (51 cm) non sono raccomandati per l'uso da parte di bambini di età inferiore a 6 anni.
14. La recinzione del trampolino deve essere utilizzata solo con trampolini delle dimensioni per cui è stata progettata.
15. L'uso improprio e l'abuso della rete di protezione del trampolino sono pericolosi e possono causare gravi lesioni.
16. Non fissare alla barriera di contenimento nulla che non sia un accessorio approvato dal produttore o parte del sistema di contenimento.
17. Si prega di rimuovere eventuali gioielli prima di iniziare a saltare. I gioielli potrebbero impigliarsi nella rete di recinzione.
18. Indossare indumenti privi di lacci, ganci, passanti o qualsiasi cosa che potrebbe impigliarsi durante l'utilizzo del trampolino/recinto e causare impigliamento, strangolamento o entrambi.
19. NON lasciare più di una persona all'interno del recinto del trampolino contemporaneamente. Due o più persone che saltano contemporaneamente possono causare gravi lesioni.
20. NON saltare sul trampolino mentre hai o stai tenendo in mano oggetti, in particolare oggetti taglienti o fragili.
21. NON utilizzare il trampolino e la recinzione se si è stati sotto l'effetto di alcol o droghe.
22. NON tentare o consentire salti mortali sul trampolino. Atterrare sulla testa o sul collo può causare gravi lesioni, paralisi o morte, anche se si atterra al centro del tappeto elastico.

23. Salire e scendere sempre dal trampolino. È una pratica pericolosa saltare dal trampolino al pavimento o al suolo quando si scende, o saltare sul trampolino quando si sale.

24. NON usare il trampolino come trampolino per raggiungere altri oggetti. Entrare e uscire dal recinto solo attraverso la porta o la barriera creata appositamente a tale scopo.

25. NON tentare di strisciare sotto, saltare, rimbalzare intenzionalmente, appendersi, arrampicarsi, calciare o tagliare la rete di protezione.

26. Mantenendo la testa eretta, concentrare lo sguardo sul trampolino verso il perimetro. Questo aiuterà a controllare il rimbalzo.

27. Smetti di rimbalzare flettendo le ginocchia quando i piedi entrano in contatto con il letto del trampolino. Impara questa abilità prima di provarne altre.

28. Evita di rimbalzare troppo in alto. Rimani basso finché non riesci a controllare il rimbalzo e ad effettuare ripetuti atterraggi al centro del trampolino. Il controllo è più importante dell'altezza.

29. Evita di rimbalzare quando sei stanco. Fai curve brevi.

30. Impara a fondo i rimbalzi fondamentali e le posizioni del corpo prima di provare abilità più avanzate. Si possono svolgere diverse attività sul trampolino eseguendo i fondamentali di base in varie serie e combinazioni, eseguendo un fondamentale dopo l'altro, con rimbalzi dei piedi tra di loro.

31. Per ulteriori informazioni riguardanti l'attrezzatura del trampolino, contattare il produttore. Per informazioni riguardanti l'addestramento di abilità, contattare un istruttore di trampolino certificato.

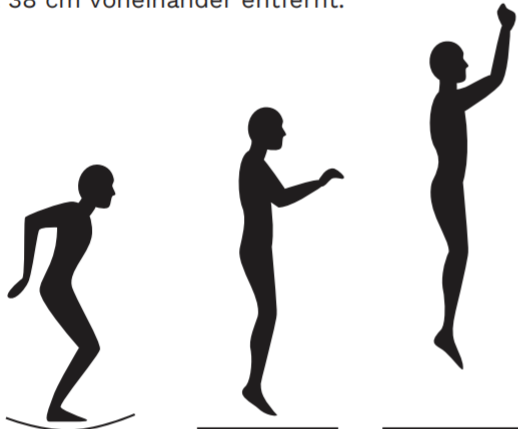
32. Non utilizzare o sostare vicino al trampolino in condizioni di vento o raffiche. Un trampolino può prendere aria se esposto a vento sostenuto o raffiche di vento. Ciò può causare gravi lesioni, paralisi o morte, nonché danni alla proprietà. Per ridurre questi rischi, smontare il trampolino e la recinzione e riporli fino a quando le condizioni meteorologiche non migliorano. L'ancoraggio di un telaio del trampolino può impedire al trampolino di muoversi a causa del vento, ma anche i trampolini ancorati possono prendere aria o danneggiarsi. Consultare un appaltatore qualificato per determinare quale tipo di ancoraggio funziona meglio nella tua posizione.

Die folgenden Lektionen sind Beispiele für ein Unterrichtsprogramm. Sie sollten auf eine ausführliche Diskussion und Demonstration der Körpermechanik zwischen dem Betreuer und dem/den Schüler(n) folgen.

1. Auf- und Absteigen: Demonstration und Übung der richtigen Techniken.
2. Grundlegender Sprung: Demonstration und Übung.
3. Abbremsen: Demonstration und Übung. Abbremsen auf Befehl.
4. Fallenlassen auf Händen und Knien: Demonstration und Übung, wobei die Vierpunktlandung und Ausrichtung betont werden.

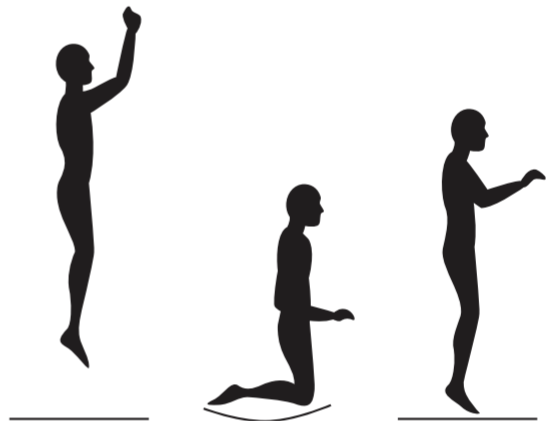
Lektion 1: Grundlegender Sprung

1. Beginnen Sie im Stehen mit erhobenem Kopf und den Augen auf das Rahmenpolster gerichtet.
2. Schwingen Sie Ihre Arme in kreisenden Bewegungen nach vorne und oben.
3. Bringen Sie Ihre Füße zusammen und richten Sie Ihre Zehen in der Luft nach unten.
4. Halten Sie Ihre Füße beim Landen auf der Matte etwa 38 cm voneinander entfernt.



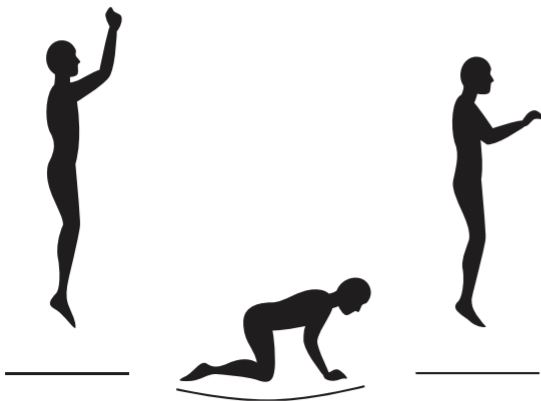
Lektion 2: Kniefall

1. Beginnen Sie aus dem Stand mit dem Hüpfen und behalten Sie dabei das Rahmenpolster im Auge.
2. Landen Sie auf Ihren Knien, halten Sie dabei Ihren Rücken gerade und Ihren Körper aufrecht.
3. Kommen Sie wieder in eine aufrechte Position.



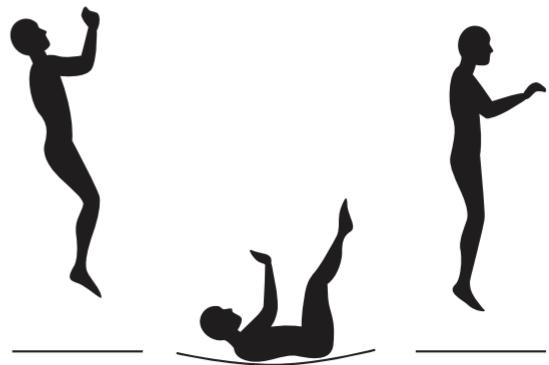
Lektion 3: Hand- und Kniefall

1. Beginnen Sie aus dem Stand mit dem Hüpfen und behalten Sie dabei das Rahmenpolster im Auge.
2. Landen Sie auf Händen und Knien auf der Matte.
3. Drücken Sie mit den Händen und kommen Sie wieder in eine aufrechte Position.



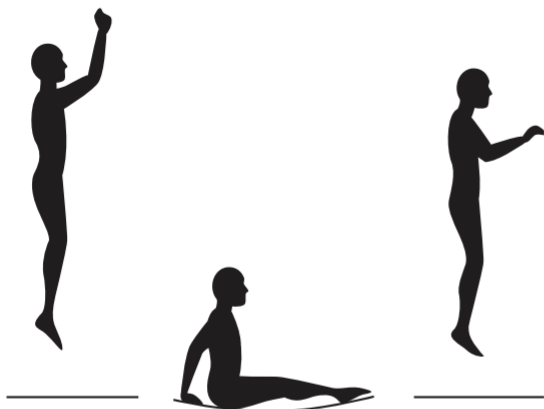
Lektion 4: Back Drop

1. Beginnen Sie mit einem niedrigen Sprung und landen Sie auf dem Rücken.
2. Halten Sie Ihr Kinn beim Landen nach vorne auf der Brust.
3. Treten Sie mit den Beinen nach vorne und oben, um in eine aufrechte Position zurückzukehren.



Lektion 5: Seat Drop

1. Landen Sie in einer sitzenden Position mit Ihren Beinen parallel zur Matte.
2. Legen Sie Ihre Hände neben Ihren Hüften auf die Matte.
3. Drücken Sie mit Ihren Händen, um in eine aufrechte Position zurückzukehren.



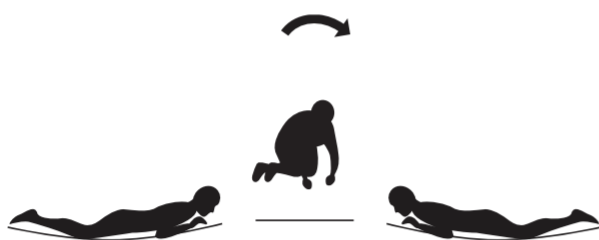
Lektion 6: Front Drop

1. Beginnen Sie mit einem niedrigen Sprung und landen Sie in Bauchlage auf der Matte.
2. Halten Sie Ihren Kopf hoch und Ihre Arme nach vorne auf der Matte ausgestreckt.
3. Drücken Sie mit Ihren Armen, um in eine aufrechte Position zurückzukehren.



Lektion 7: Halber Drehtisch

1. Beginnen Sie in der Front Drop-Position und drücken Sie sich nach links oder rechts, wobei Ihre Arme Ihren Körper in die entgegengesetzte Richtung drehen.
2. Drehen Sie Kopf und Schultern in die Richtung, in die sich Ihr Körper dreht.
3. Halten Sie Ihren Rücken parallel zur Matte und Ihren Kopf oben.
4. Landen Sie nach Abschluss einer halben Drehung in der Front Drop-Position.



Lektion 8: Hüftschwenken

1. Beginnen Sie mit einem Seat Drop.
2. Drehen Sie Ihren Kopf nach links oder rechts und schwingen Sie Ihre Arme in dieselbe Richtung nach oben.
3. Drehen Sie Ihre Hüften in dieselbe Richtung wie Ihren Kopf und Ihre Arme und vollenden Sie eine Drehung.
4. Landen Sie in der Seat Drop-Position.
5. Halten Sie Ihren Rücken parallel zur Matte und Ihren Kopf oben.
6. Landen Sie nach einer halben Drehung in der Front Drop-Position.



Sobald jede Lektion gelernt ist, sollte der Schüler ermutigt werden, Routinen zu entwerfen und zu organisieren, wobei der Schwerpunkt auf einer guten Form liegt. Der Lehrer kann die Schüler beurteilen oder benoten und Gruppen für weiteren Unterricht entsprechend zusammenstellen.

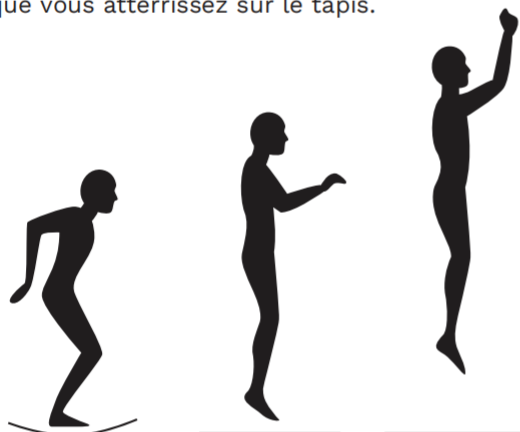
Um das Interesse am Wettbewerb zu wecken, kann das Spiel „Trampolinpferd“ eingeführt werden. Bevor das Spiel beginnt, müssen die Schüler abzählen. Zu Beginn des Spiels führt Schüler Nummer 1 einen Stunt aus. Schüler Nummer 2 steigt dann auf das Trampolin, führt denselben Stunt aus und fügt einen zweiten Stunt hinzu. Schüler Nummer 3 steigt auf und führt Stunt 1 und 2 aus und fügt einen dritten Stunt hinzu. So wird die Reihe der Stunts kontinuierlich verlängert. Die erste Person, die einen Stunt in der Reihe verpasst, nimmt den Buchstaben „H“ an und beginnt eine neue Reihe mit einem Stunt. Wenn eine Person erneut einen Stunt verpasst, nimmt sie den Buchstaben „O“ an. Wenn eine Person „P-O-R-S-E“ ansammelt, wird sie aus dem Spiel eliminiert. Der letzte verbleibende Teilnehmer ist der Gewinner. Die Unterrichtsplanung ab diesem Zeitpunkt sollte durch die Kontaktaufnahme mit einem zertifizierten Trampolinlehrer erleichtert werden.

Les leçons suivantes sont des exemples de programme d'enseignement. Elles doivent être suivies d'une discussion et d'une démonstration complètes de la mécanique corporelle entre le superviseur et l'élève(s).

1. Montée et descente : Démonstration et pratique des techniques appropriées.
2. Rebond fondamental : Démonstration et pratique.
3. Freinage : Démonstration et pratique. Freinage sur commande.
4. Chute des mains et des genoux : Démonstration et pratique, en insistant sur l'atterrissage en quatre points et l'alignement.

Leçon 1 : Rebond fondamental

1. Commencez en position debout, la tête droite et les yeux fixés sur le coussin du cadre.
2. Balancez vos bras vers l'avant et vers le haut dans un mouvement circulaire.
3. Rapprochez vos pieds et pointez vos orteils vers le bas en l'air.
4. Gardez vos pieds à environ 15 pouces l'un de l'autre lorsque vous atterrissez sur le tapis.



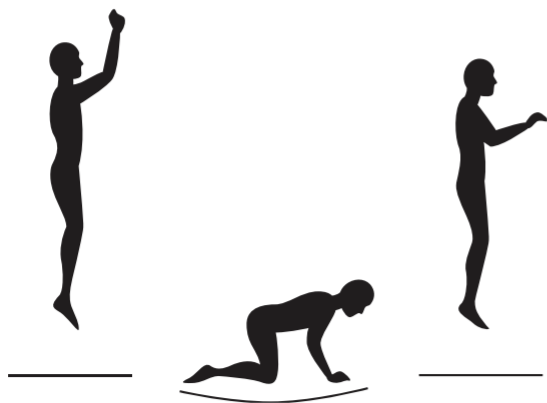
Leçon 2 : Chute de genoux

1. Commencez à rebondir en position debout, en gardant les yeux fixés sur le coussin du cadre.
2. Atterrissez sur vos genoux, en gardant le dos droit et le corps droit.
3. Revenez en position droite.



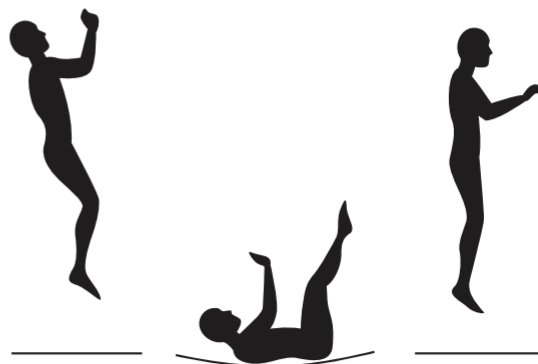
Leçon 3 : Chute des mains et des genoux

1. Commencez à rebondir en position debout, en gardant les yeux fixés sur le coussin du cadre.
2. Atterrissez sur le tapis à quatre pattes.
3. Poussez avec vos mains et revenez en position verticale.



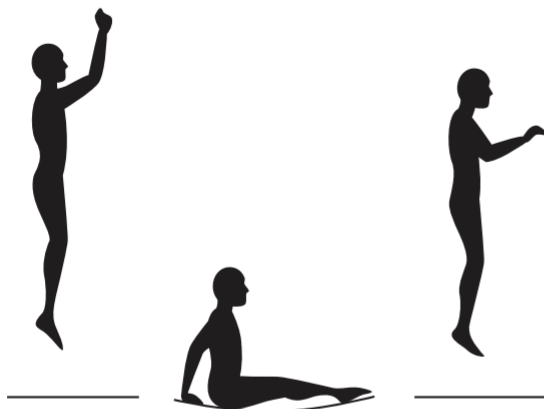
Leçon 4 : Chute sur le dos

1. Commencez par un rebond bas et atterrissez sur le dos.
2. Gardez votre menton vers l'avant sur votre poitrine lorsque vous atterrissez.
3. Donnez un coup de pied vers l'avant et vers le haut avec vos jambes pour revenir à une position droite.



Leçon 5 : Chute assise

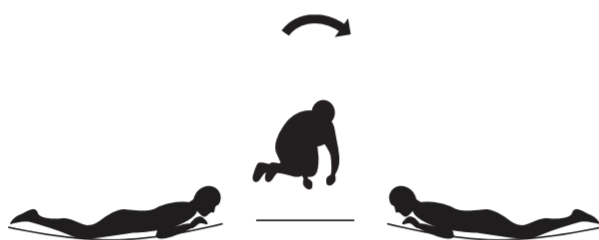
1. Atterrissez en position assise avec vos jambes parallèles au tapis.
2. Placez vos mains sur le tapis à côté de vos hanches.
3. Poussez avec vos mains pour revenir en position verticale.

**Leçon 6 : Front Drop**

1. Commencez par un rebond bas et atterrissez sur le tapis en position couchée.
2. Gardez la tête haute et les bras tendus vers l'avant sur le tapis.
3. Poussez avec vos bras pour revenir en position verticale.

**Leçon 7 : Demi-tour**

1. Commencez en position de chute avant et poussez vers la gauche ou la droite avec vos bras en tournant votre corps dans la direction opposée.
2. Tournez votre tête et vos épaules dans la direction dans laquelle votre corps tourne.
3. Gardez votre dos parallèle au tapis et votre tête haute.
4. Après avoir effectué un demi-tour, atterrissez en position de chute avant.

**Leçon 8 : Pivotement des hanches**

1. Commencez par une chute assise.
2. Tournez la tête vers la gauche ou la droite et balancez vos bras vers le haut dans la même direction.
3. Tournez vos hanches dans la même direction que votre tête et vos bras, en effectuant une rotation.
4. Atterrissez en position de chute assise.
5. Gardez votre dos parallèle au tapis et votre tête relevée.
6. Après avoir effectué un demi-tour, atterrissez en position de chute avant.



Une fois que chacune des leçons est apprise, l'élève doit maintenant être encouragé à concevoir et organiser des routines, en mettant l'accent sur la bonne forme. L'instructeur peut juger ou noter les élèves et organiser des groupes pour des instructions supplémentaires en conséquence.

Pour stimuler l'intérêt pour la compétition, le jeu du « cheval au trampoline » peut être introduit. Avant le début du jeu, les élèves doivent compter. Pour commencer le jeu, l'élève numéro 1 exécute une acrobatie. L'élève numéro 2 monte ensuite sur le trampoline, exécute la même acrobatie et ajoute une deuxième acrobatie. L'élève numéro 3 monte et exécute les acrobaties 1 et 2 et ajoute une troisième acrobatie. Ainsi, la série d'acrobaties s'allonge continuellement. La première personne à rater une acrobatie de la série prend la lettre « H » et commence une nouvelle série avec une acrobatie. Si une personne rate à nouveau, elle prend la lettre « O ». Lorsqu'une personne accumule « H-O-R-S-E », elle est éliminée du jeu. Le dernier concurrent restant est le gagnant. La planification des cours à partir de ce point doit être facilitée en contactant un instructeur de trampoline certifié.

INSTRUCCIONES Y LECCIONES MODELO

Las siguientes lecciones son ejemplos de un programa instructivo. Deben seguir una discusión completa y una demostración de la mecánica corporal entre el supervisor y el estudiante o los estudiantes.

1. Montar y desmontar: Demostración y práctica de las técnicas adecuadas.
2. Rebote fundamental: Demostración y práctica.
3. Frenar: Demostración y práctica. Frenar a la orden.
4. Caída de manos y rodillas: Demostración y práctica, haciendo hincapié en el aterrizaje en cuatro puntos y la alineación.

Lección 1: Rebote fundamental

1. Comienza de pie con la cabeza erguida y los ojos fijos en la almohadilla del marco.
2. Mueve los brazos hacia adelante y hacia arriba con un movimiento circular.
3. Junta los pies y apunta los dedos hacia abajo mientras estás en el aire.
4. Mantén los pies a unos 38 cm de distancia al aterrizar en la colchoneta.



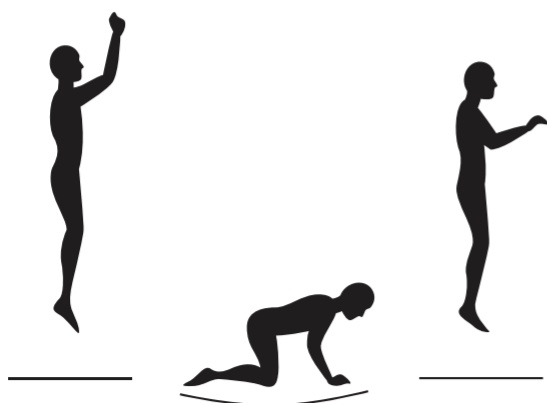
Lección 2: Caída de rodillas

1. Comience a rebotar desde una posición de pie, manteniendo la vista en la almohadilla del marco.
2. Aterrice sobre las rodillas, manteniendo la espalda recta y el cuerpo erguido.
3. Vuelva a la posición erguida.



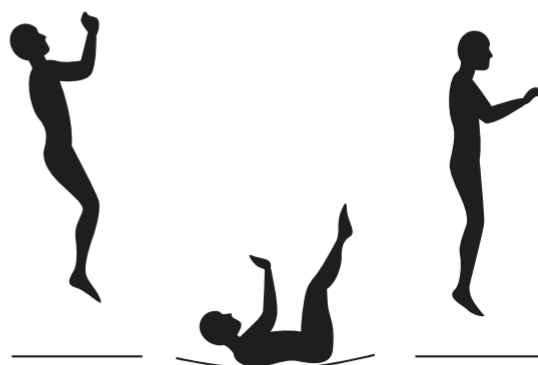
Lección 3: Caída de manos y rodillas

1. Comience a rebotar desde una posición de pie, manteniendo la vista en la almohadilla del marco.
2. Aterrice sobre la colchoneta sobre manos y rodillas.
3. Empuje con las manos y vuelva a la posición erguida.



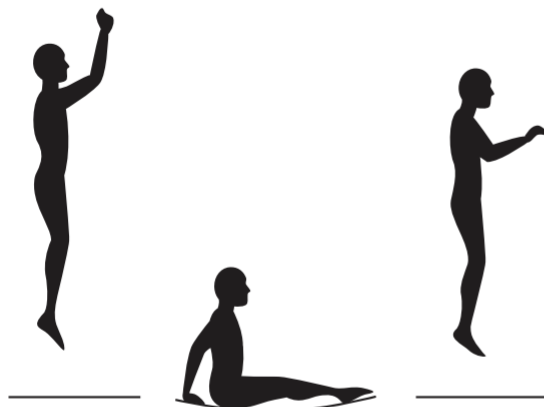
Lección 4: Caída hacia atrás

1. Comienza con un rebote bajo y aterrizas sobre tu espalda.
2. Mantén el mentón hacia adelante sobre el pecho mientras aterrizas.
3. Da patadas hacia adelante y hacia arriba con las piernas para volver a una posición erguida.



Lección 5: Sentado

1. Aterrizas en posición sentada con las piernas paralelas a la colchoneta.
2. Colocas las manos sobre la colchoneta junto a las caderas.
3. Empujas con las manos para volver a la posición erguida.



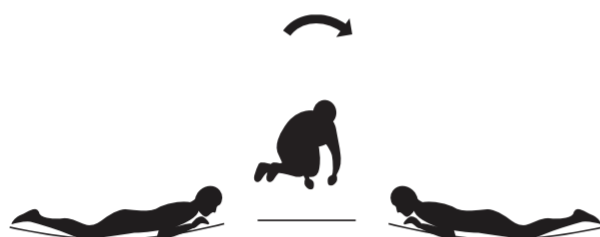
Lección 6: Caída frontal

1. Comienza con un rebote bajo y aterrizas sobre la colchoneta en posición boca abajo.
2. Mantén la cabeza erguida y los brazos extendidos hacia adelante sobre la colchoneta.
3. Empujas con los brazos para volver a la posición erguida.



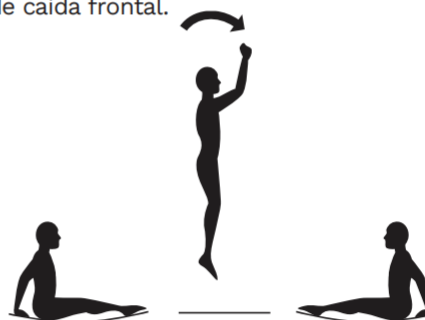
Lección 7: Media plataforma giratoria

1. Comienza desde la posición de caída frontal y empujas hacia la izquierda o la derecha con los brazos girando el cuerpo en la dirección opuesta.
2. Gira la cabeza y los hombros en la dirección en la que gira el cuerpo.
3. Mantén la espalda paralela a la colchoneta y la cabeza erguida.
4. Después de completar una media vuelta, aterrizas en la posición de caída frontal.



Lección 8: Giro de caderas

1. Comienza con una caída desde el asiento.
2. Gira la cabeza hacia la izquierda o la derecha y balanceas los brazos hacia arriba en la misma dirección.
3. Gira las caderas en la misma dirección que la cabeza y los brazos, completando un giro.
4. Aterrizas en la posición de caída desde el asiento.
5. Mantén la espalda paralela a la colchoneta y la cabeza erguida.
6. Después de completar medio giro, aterrizas en la posición de caída frontal.



Una vez que se han aprendido todas las lecciones, se debe alentar al estudiante a diseñar y organizar rutinas, con énfasis en la buena forma. El instructor puede juzgar o calificar a los estudiantes y organizar grupos para instrucción adicional en consecuencia.

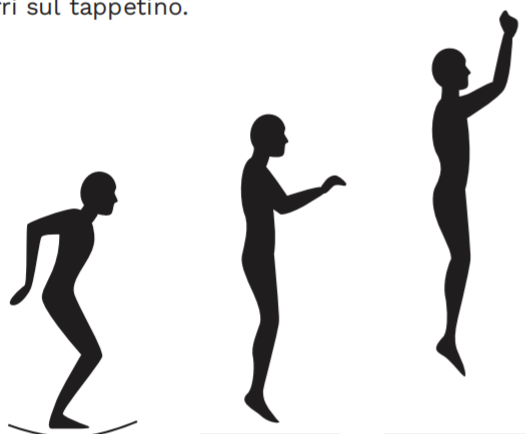
Para estimular el interés en la competencia, se puede introducir el juego del “Caballo en el trampolín”. Antes de que comience el juego, los estudiantes deben contar. Para comenzar el juego, el estudiante número 1 realiza una acrobacia. Luego, el estudiante número 2 se sube al trampolín, realiza la misma acrobacia y agrega una segunda acrobacia. El estudiante número 3 se sube y realiza las acrobacias 1 y 2 y agrega una tercera acrobacia. De esta manera, la serie de acrobacias se alarga continuamente. La primera persona que falla una acrobacia en la serie asume la letra “H” y comienza una nueva serie con una acrobacia. Si una persona falla nuevamente, asume la letra “O”. Cuando una persona acumula “CABALLO-S-E”, es eliminada del juego. El último concursante que quede será el ganador. La planificación de la lección a partir de este punto debe facilitarse poniéndose en contacto con un instructor de trampolín certificado.

Le lezioni che seguono sono esempi di un programma didattico. Dovrebbero seguire una discussione completa e una dimostrazione della meccanica del corpo tra la supervisione e lo studente/gli studenti.

1. Salita e discesa: dimostrazione e pratica delle tecniche appropriate.
2. Rimbalzo fondamentale: dimostrazione e pratica.
3. Rottura: dimostrazione e pratica. Rottura a comando.
4. Caduta di mani e ginocchia: dimostrazione e pratica, sottolineando l'atterraggio e l'allineamento a quattro punti.

Lezione 1: Rimbalzo fondamentale

1. Parti da una posizione eretta con la testa eretta e gli occhi sul pad del telaio.
2. Fai oscillare le braccia in avanti e verso l'alto con un movimento circolare.
3. Unisci i piedi e punta le dita dei piedi verso il basso mentre sei in aria.
4. Tieni i piedi a circa 15 pollici di distanza quando atterri sul tappetino.



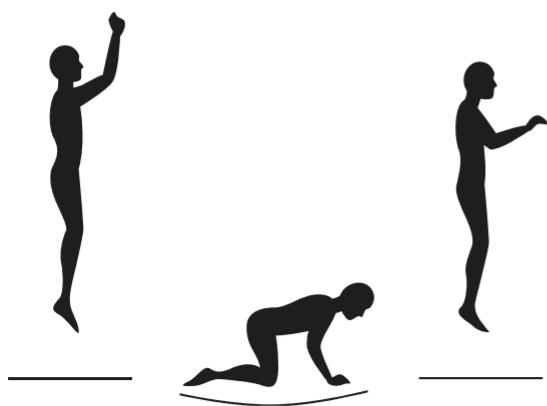
Lezione 2: Knee Drop

1. Inizia a rimbalzare da una posizione eretta, tenendo gli occhi sul pad del telaio.
2. Atterra sulle ginocchia, mantenendo la schiena dritta e il corpo eretto.
3. Torna in posizione eretta.



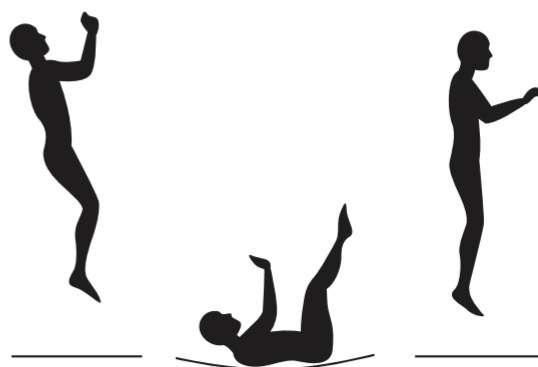
Lezione 3: Hand and Knee Drop

1. Inizia a rimbalzare da una posizione eretta, tenendo gli occhi sul pad del telaio.
2. Atterra sul tappetino su mani e ginocchia.
3. Spingi con le mani e torna in posizione eretta.



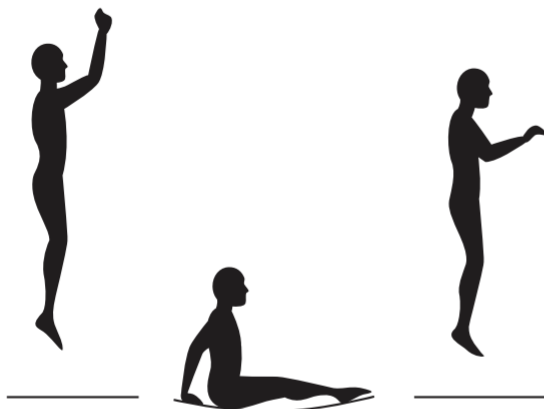
Lezione 4: Back Drop

1. Parti da un rimbalzo basso e atterra sulla schiena.
2. Tieni il mento in avanti sul petto mentre atterri.
3. Calcia in avanti e verso l'alto con le gambe per tornare in posizione eretta.



Lezione 5: Caduta del sedile

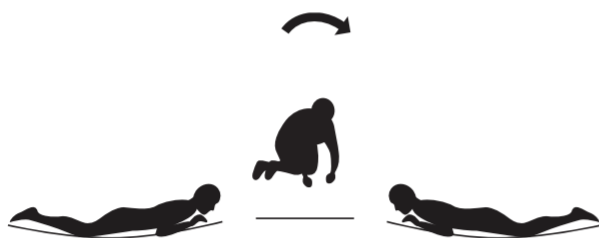
1. Atterra in posizione seduta con le gambe parallele al tappetino.
2. Appoggia le mani sul tappetino accanto ai fianchi.
3. Spingi con le mani per tornare in posizione eretta.

**Lezione 6: Front Drop**

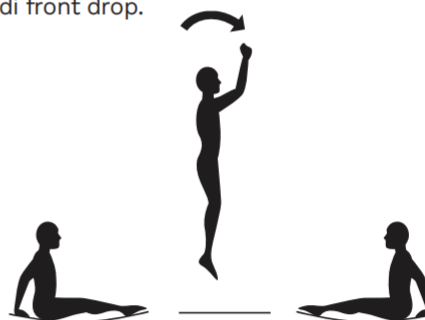
1. Parti da un rimbalzo basso e atterra sul tappetino in posizione prona.
2. Tieni la testa alta e le braccia distese in avanti sul tappetino.
3. Spingi con le braccia per tornare in posizione eretta.

**Lezione 7: Half Turntable**

1. Parti dalla posizione di caduta frontale e spingi verso sinistra o destra con le braccia che ruotano il corpo nella direzione opposta.
2. Gira la testa e le spalle nella direzione in cui sta girando il corpo.
3. Tieni la schiena parallela al tappetino e la testa alta.
4. Dopo aver completato un mezzo giro, atterra nella posizione di caduta frontale.

**Lezione 8: Rotazione dei fianchi**

1. Inizia con un seat drop.
2. Gira la testa a sinistra o a destra e fai oscillare le braccia nella stessa direzione.
3. Gira i fianchi nella stessa direzione della testa e delle braccia, completando una torsione.
4. Atterra nella posizione di seat drop.
5. Mantieni la schiena parallela al tappetino e la testa sollevata.
6. Dopo aver completato un mezzo giro, atterra nella posizione di front drop.



Una volta apprese tutte le lezioni, lo studente dovrebbe essere incoraggiato a progettare e organizzare routine, con enfasi sulla buona forma. L'istruttore può giudicare o classificare gli studenti e organizzare di conseguenza i raggruppamenti per ulteriori istruzioni.

Per stimolare l'interesse per la competizione, può essere introdotto il gioco del "Cavallo trampolino". Prima che il gioco inizi, gli studenti devono contare. Per iniziare il gioco, lo studente numero 1 esegue un'acrobazia. Lo studente numero 2 sale sul trampolino, esegue la stessa acrobazia e aggiunge una seconda acrobazia. Lo studente numero 3 sale ed esegue le acrobazie 1 e 2 e aggiunge una terza acrobazia. Quindi la serie di acrobazie viene continuamente allungata. La prima persona che sbaglia un'acrobazia nella serie assume la lettera "H" e inizia una nuova serie con un'acrobazia. Se una persona sbaglia di nuovo, assume la lettera "O". Quando una persona accumula "H-O-R-S-E", viene eliminata dal gioco. L'ultimo concorrente rimasto è il vincitore. La pianificazione delle lezioni da questo punto in poi dovrebbe essere facilitata contattando un istruttore di trampolino certificato.

Wie bei allen aktiven Freizeitsportarten können Teilnehmer auch beim Trampolinspringen verletzt werden. Es gibt jedoch Maßnahmen, die ergriffen werden können, um das Verletzungsrisiko zu verringern. In diesem Abschnitt werden die wichtigsten Unfallmuster identifiziert und die Verantwortlichkeiten von Betreuern und Springern bei der Unfallverhütung beschrieben.

UNFALLKLASSIFIZIERUNG

Saltos (Psaltos): Eine Landung auf dem Kopf oder Nacken, selbst in der Mitte der Trampolinmatte, erhöht das Risiko eines gebrochenen Rückens oder Nackens, was zu Lähmungen oder zum Tod führen kann. Solche Ereignisse können eintreten, wenn ein Springer beim Versuch, einen Vorwärts- oder Rückwärtssalto (Psalto) auszuführen, einen Fehler macht. Führen Sie auf diesem Gartentrampolin keine Saltos (Psaltos) aus.

Mehrere Springer: Wenn sich mehr als ein Springer gleichzeitig auf dem Trampolin befindet, erhöht sich die Gefahr, dass der Springer die Kontrolle über seinen Sprung verliert und sich verletzt. Springer können miteinander kollidieren, vom Trampolin fallen, auf oder durch die Federn fallen oder falsch auf der Matte landen. Der Springer mit dem geringsten Gewicht ist derjenige, der sich am wahrscheinlichsten verletzt.

Auf- und Absteigen (Auf- und Absteigen): Die Sprungmatte des Trampolins befindet sich mehrere Fuß über dem Boden. Sprünge vom Trampolin auf den Boden oder eine andere Oberfläche können zu Verletzungen führen. Auch das Springen auf das Trampolin von einem Dach, einer Terrasse oder anderen Objekten birgt Verletzungsgefahr. Kleinere Kinder benötigen möglicherweise Hilfe beim Auf- und Absteigen vom Trampolin. Steigen Sie vorsichtig auf das Trampolin und wieder herunter. Treten Sie nicht auf die Federn oder das Rahmenpolster. Greifen Sie nicht das Rahmenpolster, um sich auf das Trampolin zu ziehen.

Schlagen gegen den Rahmen oder die Federn: Verletzungen können durch Schlagen gegen den Rahmen oder Fallen durch die Federn beim Springen oder Auf- oder Absteigen vom Trampolin entstehen. Bleiben Sie beim Springen in der Mitte der Matte. Achten Sie darauf, dass die Rahmenpolsterung an Ort und Stelle bleibt, um den Rahmen abzudecken. Die Rahmenpolsterung ist nicht dafür ausgelegt oder vorgesehen, das Gewicht des Trampolinbenutzers zu tragen. Treten oder springen Sie nicht direkt auf die Rahmenpolsterung.

Kontrollverlust: Springer, die die Kontrolle über ihre Sprünge verlieren, landen möglicherweise falsch auf der Matte, auf dem Rahmen oder den Federn oder fallen vom Trampolin. Ein kontrollierter Sprung ist ein Sprung, bei dem die Landung an derselben Stelle erfolgt wie der Absprung. Bevor Sie einen schwierigeren Stunt lernen, sollten Sie in der Lage sein, einen Stunt mehrmals kontrolliert auszuführen. Wenn Sie einen Stunt versuchen, der über Ihr derzeitiges Können hinausgeht, erhöht sich die Wahrscheinlichkeit eines Kontrollverlusts. Um die Kontrolle wiederzuerlangen und Ihren Sprung zu stoppen, beugen Sie Ihre Knie bei der Landung scharf.

Alkohol- oder Drogenkonsum: Das Verletzungsrisiko steigt, wenn ein Springer Alkohol konsumiert oder Drogen genommen hat. Diese Substanzen beeinträchtigen die Reaktionszeit, das Urteilsvermögen und die körperliche Koordination einer Person.

Zusammenstoß mit Objekten: Wenn Sie auf einem Trampolin springen, während sich andere Personen, Haustiere oder Objekte darunter befinden, erhöht sich die Verletzungsgefahr. Wenn Sie springen und dabei ein Objekt auf dem Trampolin halten oder haben, insbesondere ein scharfes oder zerbrechliches, erhöht sich die Verletzungsgefahr. Wenn Sie ein Trampolin zu nahe an elektrischen Leitungen, Ästen oder anderen Objekten aufstellen, kann sich die Verletzungsgefahr erhöhen.

Schlechte Wartung des Trampolins: Springer können sich verletzen, wenn das Trampolin in schlechtem Zustand ist. Eine zerrissene Matte, ein verbogener Rahmen, eine gebrochene Feder oder ein fehlendes Rahmenpolster sollten beispielsweise ausgetauscht werden, bevor jemand springen darf. Überprüfen Sie das Trampolin vor jedem Gebrauch.

Wetterbedingungen: Ein nasses Trampolin ist zu rutschig für sicheres Springen. Böiger oder starker Wind kann dazu führen, dass Springer die Kontrolle verlieren. Um das Verletzungsrisiko zu verringern, verwenden Sie das Trampolin nur bei gutem Wetter.

Zugang: Um den Zugang zum Trampolin durch unbeaufsichtigte Kleinkinder zu verhindern, sollte die optionale Zugangsleiter bei Nichtgebrauch des Trampolins immer abmontiert und an einem sicheren Ort aufbewahrt werden.

Lors de l'utilisation du trampoline, comme dans tous les sports récréatifs actifs, les participants peuvent être blessés. Cependant, des mesures peuvent être prises pour réduire le risque de blessure. Dans cette section, les principaux types d'accidents sont identifiés et les responsabilités des superviseurs et des sauteurs en matière de prévention des accidents sont décrites.

CLASSIFICATION DES ACCIDENTS

Sauts périlleux (IP) : atterrir sur la tête ou le cou, même au milieu du tapis du trampoline, augmente le risque de fracture du dos ou du cou, ce qui peut entraîner une paralysie ou la mort. De tels événements peuvent se produire lorsqu'un sauteur commet une erreur en essayant d'effectuer un saut périlleux avant ou arrière (IP). N'effectuez pas de sauts périlleux (IP) sur ce trampoline de jardin.

Plusieurs sauteurs : Si plusieurs sauteurs sont présents simultanément sur le trampoline, le risque de blessure augmente. Les sauteurs peuvent entrer en collision les uns avec les autres, tomber du trampoline, tomber sur ou à travers les ressorts ou atterrir de manière incorrecte sur le tapis. Le sauteur le moins lourd est celui qui risque le plus de se blesser.

Monter et descendre (monter et descendre) : Le tapis du trampoline est à plusieurs mètres au-dessus du sol. Sauter du trampoline au sol ou sur toute autre surface peut entraîner des blessures. Sauter sur le trampoline depuis un toit, une terrasse ou d'autres objets présente également un risque de blessure. Les plus petits enfants peuvent avoir besoin d'aide pour monter ou descendre du trampoline. Montez et descendez du trampoline avec précaution. Ne marchez pas sur les ressorts ou le coussin de protection. Ne saisissez pas le coussin de protection du cadre pour vous hisser sur le trampoline.

Heurter le cadre ou les ressorts : Vous risquez de vous blesser si vous heurtez le cadre ou si vous tombez à travers les ressorts en sautant ou en montant ou en descendant du trampoline. Restez au centre du tapis lorsque vous sautez. Assurez-vous de maintenir le coussin de protection du cadre en place pour couvrir le cadre. Le coussin de protection du cadre n'est pas conçu pour supporter le poids de l'utilisateur du trampoline. Ne marchez pas et ne sautez pas directement sur le coussin de protection du cadre.

Perte de contrôle : les sauteurs qui perdent le contrôle de leurs sauts peuvent atterrir sur le tapis de manière incorrecte, atterrir sur le cadre ou les ressorts, ou tomber du trampoline. Un saut contrôlé est un saut où l'atterrissage se fait au même endroit que l'élan. Avant d'apprendre une cascade plus difficile, vous devriez être capable d'en faire une en boucle avec contrôle. Tenter une cascade au-delà de vos niveaux de compétence actuels augmente les risques de perte de contrôle. Pour reprendre le contrôle et arrêter votre saut, pliez brusquement les genoux à l'atterrissage.

Consommation d'alcool ou de drogue : le risque de blessure augmente lorsqu'un sauteur a consommé de l'alcool ou a pris des drogues. Ces substances altèrent le temps de réaction, le jugement et la coordination physique d'une personne.

Rencontre avec des objets : sauter sur un trampoline alors que d'autres personnes, des animaux domestiques ou des objets se trouvent en dessous augmente le risque de blessure. Sauter en tenant ou en ayant un objet sur le trampoline, en particulier un objet tranchant ou cassant, augmente le risque de blessure. Placer un trampoline trop près de fils électriques aériens, de branches d'arbres ou d'autres objets peut augmenter le risque de blessure.

Mauvais entretien du trampoline : les sauteurs peuvent se blesser si le trampoline est en mauvais état. Un tapis déchiré, un cadre plié, un ressort cassé ou un coussin de protection manquant, par exemple, doivent être remplacés avant que quiconque ne soit autorisé à sauter. Inspectez le trampoline avant chaque utilisation.

Conditions météorologiques : un trampoline mouillé est trop glissant pour sauter en toute sécurité. Des rafales de vent ou des vents violents peuvent faire perdre le contrôle aux sauteurs. Pour réduire les risques de blessures, utilisez le trampoline uniquement lorsque le temps est favorable.

Accès : Pour empêcher l'accès au trampoline aux jeunes enfants sans surveillance, l'échelle d'accès en option doit toujours être retirée et rangée dans un endroit sûr lorsque le trampoline n'est pas utilisé.

INFORMACIÓN DE SEGURIDAD PARA TRAMPOLÍN

Al igual que en todos los deportes recreativos activos, en el uso de trampolines los participantes pueden sufrir lesiones. Sin embargo, se pueden tomar medidas para reducir el riesgo de lesiones. En esta sección, se identifican los patrones primarios de accidentes y se describen las responsabilidades de los supervisores y los saltadores en la prevención de accidentes.

CLASSIFICATION DES ACCIDENTS

Volteretas (ips): caer sobre la cabeza o el cuello, incluso en el medio de la colchoneta del trampolín, aumenta el riesgo de fractura de espalda o cuello, lo que puede provocar parálisis o la muerte. Estos incidentes pueden ocurrir cuando un saltador comete un error al intentar realizar una voltereta hacia adelante o hacia atrás (ips). No realice volteretas (ips) en este trampolín para jardín.

Varios saltadores: si hay más de un saltador a la vez en el trampolín, aumenta la posibilidad de que un saltador se lesione al perder el control de su salto. Los saltadores pueden chocar entre sí, caerse del trampolín, caer sobre los resortes o atravesarlos, o aterrizar incorrectamente sobre la colchoneta. El saltador que pesa menos es el que tiene más probabilidades de lesionarse.

Subir y bajar (subir y bajar): La lona del trampolín se encuentra a varios pies por encima del nivel del suelo. Saltar del trampolín al suelo o a cualquier otra superficie puede provocar lesiones. Saltar al trampolín desde un techo, una plataforma u otros objetos también presenta riesgo de lesiones. Los niños más pequeños pueden necesitar ayuda para subir o bajar del trampolín. Suba y baje del trampolín con cuidado. No pise los resortes ni la almohadilla del marco. No agarre la almohadilla del marco para subirse al trampolín.

Golpes contra el marco o los resortes: puede sufrir lesiones si golpea el marco o se cae a través de los resortes al saltar o subirse o bajarse del trampolín. Manténgase en el centro de la colchoneta al saltar. Asegúrese de mantener la almohadilla del marco en su lugar para cubrir el marco. La almohadilla del marco no está diseñada ni diseñada para soportar el peso del usuario del trampolín. No pise ni salte directamente sobre la almohadilla del marco.

Pérdida de control: Los saltadores que pierden el control de sus saltos pueden caer sobre la colchoneta de forma incorrecta, sobre el marco o los resortes, o caerse del trampolín. Un salto controlado es aquel en el que el aterrizaje se produce en el mismo lugar que el despegue. Antes de aprender una acrobacia más difícil, debería poder hacer una y otra vez con control. Intentar una acrobacia que supere los niveles de habilidad actuales aumenta la posibilidad de perder el control. Para recuperar el control y detener el salto, dobla las rodillas bruscamente al caer.

Consumo de alcohol o drogas: la probabilidad de sufrir lesiones aumenta cuando un saltador ha consumido alcohol o drogas. Estas sustancias afectan el tiempo de reacción, el criterio y la coordinación física de una persona.

Choque con objetos: saltar en un trampolín mientras otras personas, mascotas u objetos se encuentran debajo de él aumentará la posibilidad de sufrir lesiones. Saltar mientras se sostiene o se tiene un objeto en el trampolín, en particular uno que sea afilado o frágil, aumentará la posibilidad de sufrir lesiones. Colocar un trampolín demasiado cerca de cables eléctricos, ramas de árboles u otros objetos puede aumentar la posibilidad de sufrir lesiones.

Mantenimiento deficiente del trampolín: los saltadores pueden sufrir lesiones si el trampolín está en malas condiciones. Por ejemplo, una colchoneta rota, un marco doblado, un resorte roto o una almohadilla del marco faltante deben reemplazarse antes de permitir que alguien salte. Inspeccione el trampolín antes de cada uso.

Condiciones climáticas: un trampolín mojado es demasiado resbaladizo para saltar de forma segura. Las ráfagas de viento o los fuertes vientos pueden hacer que los saltadores pierdan el control. Para reducir la posibilidad de lesiones, utilice el trampolín solo cuando el clima sea favorable.

Acceso: Para evitar el acceso al trampolín por parte de niños pequeños sin supervisión, la escalera de acceso opcional siempre debe retirarse y guardarse en un lugar seguro cuando el trampolín no esté en uso.

Nell'uso del trampolino, come in tutti gli sport ricreativi attivi, i partecipanti possono infortunarsi. Tuttavia, ci sono dei passaggi che possono essere adottati per ridurre il rischio di infortunio. In questa sezione, vengono identificati i principali modelli di incidenti e vengono descritte le responsabilità dei supervisori e dei saltatori nella prevenzione degli incidenti.

CLASSIFICAZIONE DEGLI INCIDENTI

Salto mortale (ips): atterrare sulla testa o sul collo, anche al centro del tappeto elastico, aumenta il rischio di fratture alla schiena o al collo, che possono causare paralisi o morte. Tali eventi possono verificarsi quando un saltatore commette un errore nel tentativo di eseguire un salto mortale in avanti o all'indietro (ip). Non eseguire salti mortali (ips) su questo trampolino da giardino.

Più saltatori: più di un saltatore alla volta sul trampolino aumenta la possibilità che un saltatore si infortuni perdendo il controllo del suo salto. I saltatori possono scontrarsi tra loro, cadere dal trampolino, cadere sulle molle o attraverso di esse, o atterrare in modo scorretto sul tappeto. Il saltatore che pesa meno è quello che ha più probabilità di infortunarsi.

Salita e discesa (salita e discesa): il tappeto elastico è a diversi piedi dal livello del suolo. Saltare dal tappeto elastico a terra o su qualsiasi altra superficie può causare lesioni. Anche saltare sul tappeto elastico da un tetto, una terrazza o altri oggetti presenta un rischio di lesioni. I bambini più piccoli potrebbero aver bisogno di assistenza per salire o scendere dal tappeto elastico. Salire e scendere con attenzione dal tappeto elastico. Non calpestare le molle o il cuscinetto di supporto. Non afferrare il cuscinetto del telaio per issarsi sul tappeto elastico.

Urto contro il telaio o le molle: si possono verificare infortuni urtando il telaio o cadendo attraverso le molle mentre si salta o si sale o si scende dal trampolino. Rimanere al centro del tappeto quando si salta. Assicurarsi di tenere il cuscinetto del telaio in posizione per coprire la superficie. Il cuscinetto del telaio non è fatto o concepito per sostenere il peso dell'utente del trampolino. Non calpestare o saltare direttamente sul cuscinetto del telaio.

Perdita di controllo: i saltatori che perdono il controllo dei loro salti possono atterrare sul tappeto in modo errato, atterrare sul telaio o sulle molle o cadere dal trampolino. Un salto controllato è quello in cui l'atterraggio avviene nello stesso punto dello stacco. Prima di imparare un'acrobazia più difficile, dovresti essere in grado di farne una più e più volte con controllo. Tentare un'acrobazia che supera i livelli di abilità attuali aumenta la possibilità di perdere il controllo. Per riprendere il controllo e fermare il salto, piega bruscamente le ginocchia quando atterri.

Uso di alcol o droghe: il rischio di infortuni aumenta quando un saltatore ha consumato alcol o assunto droghe. Queste sostanze compromettono il tempo di reazione, il giudizio e la coordinazione fisica di una persona.

Incontro con oggetti: saltare su un trampolino mentre altre persone, animali domestici o oggetti si trovano sotto di esso aumenterà la possibilità di farsi male. Saltare tenendo o tenendo un oggetto sul trampolino, in particolare uno che è affilato o fragile, aumenterà la possibilità di farsi male. Posizionare un trampolino troppo vicino a cavi elettrici sopraelevati, rami di alberi o altri oggetti può aumentare la possibilità di farsi male.

Scarsa manutenzione del trampolino: i saltatori potrebbero farsi male se il trampolino è in cattive condizioni. Un tappeto strappato, un telaio piegato, una molla rotta o un cuscinetto del telaio mancante, ad esempio, devono essere sostituiti prima che a chiunque sia consentito di saltare. Ispezionare il trampolino prima di ogni utilizzo.

Condizioni meteo: un trampolino bagnato è troppo scivoloso per un salto sicuro. Raffiche di vento o venti forti possono far perdere il controllo ai saltatori. Per ridurre il rischio di infortuni, utilizzare il trampolino solo quando il tempo è buono.

Accesso: per impedire l'accesso al trampolino da parte di bambini piccoli senza supervisione, la scaletta di accesso opzionale deve sempre essere rimossa e riposta in un luogo sicuro quando il trampolino non è in uso.

SICHERHEITSBEDÜRFNISSE FÜR TRAMPOLIN-ABSCHNITTE

Eine Trampolinumzäunung ist ein Freizeitprodukt. Die Informationen auf dieser Seite enthalten wichtige Sicherheitsvorkehrungen. Die Vorkehrungen sind nicht allumfassend, da eine Umzäunung auf eine Art und Weise verwendet werden kann, die in diesem Handbuch nicht vollständig behandelt werden kann.

Um Quetschungen und Schnitte während der Nutzung des Sicherheitsnetzes zu vermeiden, muss am Trampolin ein Rahmenpolster angebracht werden. Das Rahmenpolster muss vor dem Aufstellen des Sicherheitsnetzes auf das Trampolin gelegt werden. Das Rahmenpolster verringert die Verletzungsgefahr durch versehentlichen Kontakt mit den Federn und dem Rahmen.

SICHERER GEBRAUCH DES GEHÄUSES

Aufsicht von Kindern durch Erwachsene

Kinder, die ein Trampolin mit Sicherheitsnetz benutzen, müssen von Erwachsenen beaufsichtigt werden. Kleine Kinder müssen ständig beaufsichtigt werden. Erwachsene müssen besonders auf Folgendes achten:

- Dinge, die Kinder in das Gehege bringen
- Aktivitäten der Kinder innerhalb des Geheges
- Bedingungen innerhalb des Geheges, während Kinder es benutzen
- Die Art und Weise, wie Kinder das Gehege betreten und verlassen

Weitere Einzelheiten zur Verwendung von Sicherheitsgehäusen werden nachfolgend beschrieben:

Stromschlaggefahr durch den Metallrahmen des Trampolins und der Umzäunung

Die Rahmen des Trampolins und der Umzäunung bestehen aus verzinktem Stahl. Sie sind nicht geerdet und leiten Strom. Aus diesem Grund besteht Stromschlaggefahr. Auf dem Trampolin oder in der Umzäunung sind zu keiner Zeit Lichter, elektrische Heizgeräte, Verlängerungskabel oder elektrische Haushaltsgeräte erlaubt.

Gefahren beim Betreten und Verlassen des Trampolinschutzes

Ein auf einem Trampolin installiertes Trampolinschutznetz ist erhöht vom Boden. Die Höhe des Schutznetzes erhöht das Sturzrisiko, wenn ein Springer das Schutznetz betritt oder verlässt. Besonders kleine Kinder können Schwierigkeiten beim Betreten und Verlassen des Schutznetzes haben. Um das Sturzrisiko zu verringern, helfen Sie kleinen Kindern immer beim Ein- und Aussteigen aus dem Schutznetz.

Betreten und verlassen Sie das Trampolingehege nur durch die Tür des Geheges (die Öffnung in den Netzwänden). Die Trampolinmatte (Sprungtuch) und die Netzwände des Geheges sind separate Teile. Kein Springer, insbesondere kein Kleinkind, sollte das Gehege jemals verlassen, indem er zwischen der Matte und den Netzwänden hindurchgeht. Bei dem Versuch, auf diese Weise herauszukommen, besteht Erstickengefahr, weil man zwischen dem Trampolinrahmen und den Netzwänden eingeklemmt wird.

Dunkelheit erhöht die Sturzgefahr beim Betreten oder Verlassen des Sicherheitsnetzes. Benutzen Sie das Trampolin nur, wenn ausreichend Licht vorhanden ist.

Gefahren durch Tiere, scharfe oder zerbrechliche Gegenstände

Um Schäden an der Umzäunung und dem Trampolin zu vermeiden, lassen Sie keine Haustiere oder andere Tiere in die Umzäunung. Die Krallen und Zähne von Tieren können das Netz beschädigen. Springen Sie nicht auf das Trampolin, während Sie einen scharfen oder zerbrechlichen Gegenstand halten oder tragen.

BESOIN DE SÉCURITÉ POUR LES ENCEINTES DE TRAMPOLINE

Un filet de trampoline est un produit récréatif. Les informations sur cette page identifient les précautions de sécurité importantes. Ces précautions ne sont pas exhaustives, car un filet peut être utilisé d'une manière que ce manuel ne peut pas couvrir complètement.

Pour éviter les pincements et les coupures lors de l'utilisation de l'enceinte, un coussin de protection doit être installé sur le trampoline. Le coussin de protection doit être placé sur le trampoline avant le montage de l'enceinte. Le coussin de protection réduit les risques de blessures dues à un contact accidentel avec les ressorts et le cadre.

UTILISER LE BOÎTIER EN TOUTE SÉCURITÉ

Surveillance des enfants par un adulte

Les enfants qui utilisent un trampoline avec filet de protection doivent être surveillés par des adultes. Les jeunes enfants doivent être surveillés en permanence. Les adultes doivent prêter une attention particulière à :

- Les objets que les enfants apportent dans l'enclos
- Les activités des enfants à l'intérieur de l'enclos
- Les conditions à l'intérieur de l'enclos pendant que les enfants l'utilisent
- La façon dont les enfants entrent et sortent de l'enclos

Des détails supplémentaires sur l'utilisation de l'enceinte de sécurité sont décrits ci-dessous :

Risque d'électrocution associé au cadre métallique du trampoline et à son enceinte

Les structures du trampoline et de l'enceinte sont en acier galvanisé. Elles ne sont pas reliées à la terre et sont conductrices d'électricité. Il existe donc un risque d'électrocution. Aucune lumière, aucun radiateur électrique, aucune rallonge électrique ni aucun appareil électroménager ne sont autorisés sur le trampoline ou dans l'enceinte à aucun moment.

Risques associés à l'entrée et à la sortie de l'enceinte du trampoline

Un filet de protection installé sur un trampoline est surélevé par rapport au sol. La hauteur du filet augmente le risque de chute lorsqu'un sauteur entre ou sort du filet. Les jeunes enfants en particulier peuvent avoir des difficultés à entrer et à sortir du filet. Pour réduire le risque de chute, aidez toujours les jeunes enfants à entrer et à sortir du filet.

Entrez et sortez de l'enceinte du trampoline uniquement par la porte de l'enceinte (l'ouverture dans les parois du filet). Le tapis du trampoline (lit) et les parois du filet de l'enceinte sont des pièces séparées. Aucun sauteur, en particulier les jeunes enfants, ne doit quitter l'enceinte en passant entre le tapis et les parois du filet. Tenter de sortir de cette façon crée un risque d'étouffement en étant coincé entre le cadre du trampoline et les parois du filet.

L'obscurité augmente les risques de chute lorsqu'un sauteur entre ou sort de l'enclos. N'utilisez pas le trampoline à moins qu'il ne soit suffisamment éclairé.

Risques associés aux animaux, aux objets tranchants ou cassables

Pour éviter d'endommager le filet et le trampoline, ne laissez pas entrer les animaux domestiques ou autres à l'intérieur du filet. Les griffes et les dents des animaux peuvent endommager le filet. Ne sautez pas sur le trampoline en tenant ou en portant un objet tranchant ou cassant.

NECESIDAD DE SEGURIDAD PARA EL CERRAMIENTO DEL TRAMPOLÍN

Un cerramiento de trampolín es un producto recreativo. La información de esta página identifica precauciones de seguridad importantes. Las precauciones no son exhaustivas, ya que un cerramiento puede utilizarse de maneras que este manual no puede cubrir por completo.

Para evitar pinchazos y cortes durante el uso del cerramiento, se debe instalar una almohadilla para el marco en el trampolín. La almohadilla para el marco se debe colocar en el trampolín antes de montar el cerramiento. La almohadilla para el marco reduce la posibilidad de lesiones por contacto accidental con los resortes y el marco.

UTILIZO SICURO DEL RECINTO

Supervisión de niños por parte de adultos

Los niños que utilicen una cama elástica con una red de protección deben estar supervisados por adultos. Los niños pequeños deben estar supervisados constantemente. Los adultos deben prestar especial atención a:

- Cosas que los niños traen al recinto
- Actividades de los niños dentro del recinto
- Condiciones dentro del recinto mientras los niños lo usan
- La forma en que los niños entran y salen del recinto

A continuación se describen detalles adicionales sobre el uso del recinto de seguridad:

Peligro de electrocución asociado con el marco metálico del trampolín y su cerramiento

Los marcos de la cama elástica y del recinto están hechos de acero galvanizado. No están conectados a tierra y conducen electricidad. Por este motivo, existe peligro de electrocución. No se permite el uso de luces, calentadores eléctricos, cables alargadores ni electrodomésticos en la cama elástica ni en el recinto en ningún momento.

Peligros asociados con la entrada y salida del recinto del trampolín

Un trampolín instalado en un trampolín se eleva sobre el suelo. La altura del trampolín aumenta el riesgo de caída cuando un saltador entra o sale del mismo. Los niños pequeños en particular pueden tener dificultades para entrar y salir del trampolín. Para reducir el riesgo de caídas, siempre ayude a los niños pequeños a entrar y salir del trampolín.

Entre y salga del recinto de la cama elástica únicamente por la puerta del recinto (la abertura en las paredes de red). La lona de la cama elástica (cama) y las paredes de red del recinto son piezas separadas. Ningún saltador, especialmente los niños pequeños, debe salir del recinto por entre la lona y las paredes de red. Intentar salir de esta manera crea un riesgo de asfixia por quedar atrapado entre el marco de la cama elástica y las paredes de red.

La oscuridad aumenta las posibilidades de caída cuando un saltador entra o sale del recinto. No utilice el trampolín a menos que haya suficiente iluminación.

Peligros asociados con animales, objetos afilados o frágiles

Para evitar dañar el recinto del trampolín y el trampolín, no permita que mascotas u otros animales entren al recinto. Las garras y los dientes de los animales pueden dañar la red. No salte sobre el trampolín mientras sostiene o lleva un objeto afilado o frágil.

NECESSITÀ DI SICUREZZA PER IL RECINTO DEL TRAMPOLINO

Una recinzione per trampolino è un prodotto ricreativo. Le informazioni in questa pagina identificano importanti precauzioni di sicurezza. Le precauzioni non sono esaustive, perché una recinzione può essere utilizzata in modi che questo manuale non può coprire completamente.

Per evitare pizzicamenti e tagli durante l'uso della recinzione, è necessario installare un cuscinetto per telaio sul trampolino. Il cuscinetto per telaio deve essere posizionato sul trampolino prima che la recinzione venga montata. Il cuscinetto per telaio riduce la possibilità di lesioni da contatto accidentale con le molle e il telaio.

UTILIZZO SICURO DEL RECINTO

Supervisione degli adulti sui bambini

I bambini che utilizzano un trampolino con una recinzione per trampolini devono essere sorvegliati da adulti. I bambini piccoli devono essere sorvegliati costantemente. Gli adulti devono prestare particolare attenzione a:

- Cose che i bambini portano nel recinto
- Attività dei bambini all'interno del recinto
- Condizioni all'interno del recinto mentre i bambini lo stanno utilizzando
- Il modo in cui i bambini entrano ed escono dal recinto

Ulteriori dettagli sull'uso dell'involucro di sicurezza sono descritti di seguito:

Rischio di folgorazione associato alla struttura metallica del trampolino e della recinzione

I telai del trampolino e della recinzione sono realizzati in acciaio zincato. Non sono collegati a terra e conducono elettricità. Per questo motivo, esiste un rischio di folgorazione. Non sono consentite luci, riscaldatori elettrici, prolunghe o elettrodomestici sul trampolino o nella recinzione in nessun momento.

Pericoli associati all'entrata e all'uscita dal recinto del trampolino

Una recinzione per trampolini installata su un trampolino è sollevata da terra. L'altezza della recinzione aumenta il rischio di caduta quando un saltatore entra o esce dalla recinzione. I bambini piccoli in particolare possono avere difficoltà a entrare e uscire dalla recinzione. Per ridurre il rischio di caduta, aiutare sempre i bambini piccoli a entrare e uscire dalla recinzione.

Entrare e uscire dal recinto del trampolino solo attraverso la porta del recinto (l'apertura nelle pareti di rete). Il tappeto elastico (letto) e le pareti di rete del recinto sono pezzi separati. Nessun saltatore, in particolare i bambini piccoli, dovrebbe mai lasciare il recinto passando tra il tappeto e le pareti di rete. Cercare di uscire in questo modo crea un rischio di soffocamento dovuto al fatto di rimanere intrappolati tra la struttura del trampolino e le pareti di rete.

L'oscurità aumenta le possibilità di caduta quando un saltatore entra o esce dal recinto. Non usare il trampolino se non c'è abbastanza illuminazione.

Pericoli associati ad animali, oggetti taglienti o fragili

Per evitare danni alla recinzione del trampolino e al trampolino stesso, non permettere ad animali domestici o altri animali di entrare nella recinzione. Gli artigli e i denti degli animali possono danneggiare la rete. Non saltare sul trampolino mentre tieni o indossi un oggetto affilato o fragile.

DIE ROLLE DES AUFSICHTSPERSONALS BEI DER VERHINDERUNG VON UNFÄLLEN

Es liegt in der Verantwortung der Aufsichtspersonen von Trampolinbenutzern, eine sachkundige und reife Aufsicht zu gewährleisten. Sie müssen alle in diesem Handbuch abgedruckten Regeln und Warnungen kennen und durchsetzen, um die Wahrscheinlichkeit von Unfällen und Verletzungen zu minimieren. Sie müssen die Benutzer auch über diese Regeln informieren. In Zeiten, in denen keine oder keine ausreichende Aufsicht möglich ist, kann dies erfordern, dass das Trampolin abgebaut, in einem sicheren Bereich aufgestellt oder anderweitig gegen unbefugte Nutzung gesichert wird. Eine weitere Option, die in Betracht gezogen werden kann, ist das Abdecken des Trampolins mit einer schweren Plane, die mit Schlössern und Ketten gesichert werden kann. Es liegt in der Verantwortung der Aufsichtsperson, sicherzustellen, dass das Schild mit den Sicherheitshinweisen zum Trampolin am Trampolin angebracht bleibt und dass die Springer über diese Hinweise informiert werden.

DIE ROLLE DES SPRINGERS BEI DER VERHINDERUNG VON UNFÄLLEN

Aus Sicherheitsgründen ist eine Schulung des Benutzers unerlässlich. Benutzer müssen zuerst einen niedrigen, kontrollierten Sprung und dann die grundlegenden Landepositionen und Kombinationen erlernen, bevor sie zu fortgeschrittenen Fähigkeiten übergehen. Springer müssen verstehen, warum sie die „Kontrolle“ beherrschen müssen, bevor sie über andere Bewegungen nachdenken können. Das Verständnis der richtigen Fortschreitung der Fähigkeiten beim Trampolinspringen muss die erste Lektion sein. Lesen Sie dieses Handbuch, um mehr über die grundlegenden Techniken zur Verwendung des Trampolins zu erfahren. Befolgen Sie die Regeln auf dem Schild mit den Sicherheitshinweisen für Trampoline. Weitere Informationen oder zusätzliches Unterrichtsmaterial erhalten Sie von einem zertifizierten Trampolinlehrer.

SICHERHEITSHINWEISE FÜR TRAMPOLINE

Für die Aufsichtsperson

Lesen Sie die Anweisungen, bevor Sie das Trampolin benutzen. Halten Sie sich an alle Sicherheitsregeln. Machen Sie sich mit den Informationen in diesem Handbuch vertraut, damit Sie neuen Benutzern das Erlernen grundlegender Sprünge erleichtern und alle Benutzer die Sicherheitshinweise auf dem Trampolin beachten können. Alle Trampolinbenutzer müssen unabhängig von ihren Fähigkeiten oder ihrem Alter von einer reifen, sachkundigen Aufsichtsperson beaufsichtigt werden. Dieses Trampolin wird nicht für die Benutzung durch Kinder unter 6 Jahren empfohlen. Überprüfen Sie das Trampolin vor der Benutzung. Benutzen Sie das Trampolin nicht, wenn die Rahmenpolster nicht sicher am Rahmen befestigt sind. Benutzen Sie das Trampolin nicht bei Nässe oder Wind. Eine abgenutzte oder beschädigte Matte, Feder oder ein Rahmenteil sollten sofort ausgetauscht werden.

Springen

Erlernen Sie grundlegende Sprünge und Körperpositionen gründlich, bevor Sie sich an fortgeschrittenere Fähigkeiten wagen. Kennen Sie Ihre eigenen Grenzen bei der Ausführung der einzelnen Trampolinsprünge. Studieren Sie dieses Handbuch, um grundlegende Sprünge zu erlernen. Stoppen Sie Ihren Sprung, indem Sie Ihre Knie beugen, wenn Ihre Füße die Trampolinmatte berühren. Erlernen Sie diese Fähigkeit, bevor Sie andere ausprobieren.

GEFAHREN BEI STARKEM WIND

Ein Trampolin mit Umzäunung kann bei starkem Wind umgeworfen oder weggeweht werden. In diesem Fall können Personen auf dem Weg oder innerhalb der Umzäunung verletzt werden. Wenn Sie mit starkem Wind rechnen, entfernen Sie das Umzäunungsnetz und befestigen Sie den Trampolinrahmen am Boden oder bringen Sie das Trampolin und die Umzäunung an einen geschützten Ort. Die einzige sichere Methode, Ihr Trampolin und die Umgebung bei starkem Wind zu schützen, besteht darin, das Gerät vollständig zu zerlegen und drinnen zu lagern. Schäden durch Wind oder Wetter werden nicht durch die Garantie abgedeckt.

RÔLE DU SURVEILLANT DANS LA PRÉVENTION DES ACCIDENTS

Il incombe au surveillant des utilisateurs de trampoline de fournir une supervision compétente et mature. Il doit connaître et appliquer toutes les règles et avertissements imprimés dans ce manuel afin de minimiser le risque d'accidents et de blessures. Il doit également informer les utilisateurs de ces règles. Pendant les périodes où la surveillance n'est pas disponible ou inadéquate, cela peut nécessiter de démonter le trampoline, de le placer dans une zone sécurisée ou de le sécuriser d'une autre manière contre toute utilisation non autorisée. Une autre option qui peut être envisagée est de couvrir le trampoline avec une bâche lourde qui peut être sécurisée avec des cadenas et des chaînes. Il incombe au surveillant de s'assurer que l'affiche contenant les consignes de sécurité du trampoline est affichée sur le trampoline et que les sauteurs sont informés de ces instructions.

LE RÔLE DU SAUTEUR DANS LA PRÉVENTION DES ACCIDENTS

L'éducation de l'utilisateur est indispensable pour la sécurité. Les utilisateurs doivent d'abord apprendre à rebondir bas et de manière contrôlée, puis à apprendre les positions et combinaisons de réception de base avant de passer aux compétences intermédiaires. Les sauteurs doivent comprendre pourquoi ils doivent maîtriser le « contrôle » avant de pouvoir commencer à penser à d'autres mouvements. Comprendre la progression appropriée des compétences en matière de saut sur un trampoline doit être la première leçon. Consultez ce manuel pour en savoir plus sur les techniques de base d'utilisation du trampoline. Suivez les règles figurant sur la plaquette contenant les consignes de sécurité du trampoline. Pour plus d'informations ou pour obtenir des documents pédagogiques supplémentaires, contactez un instructeur de trampoline certifié.

CONSIGNES DE SÉCURITÉ DU TRAMPOLINE

Pour le superviseur

Lisez les instructions avant d'utiliser le trampoline. Appliquez toutes les règles de sécurité. Familiarisez-vous avec les informations contenues dans ce manuel afin de pouvoir aider les nouveaux utilisateurs à apprendre les sauts de base et tous les utilisateurs à respecter les règles de sécurité du trampoline. Tous les utilisateurs de trampoline doivent être supervisés par une personne mature et compétente, quels que soient leurs compétences ou leur âge. Ce trampoline n'est pas recommandé pour les enfants de moins de 6 ans. Inspectez le trampoline avant de l'utiliser. N'utilisez pas le trampoline sans que le coussin de protection du cadre ne soit solidement en place pour couvrir le cadre. N'utilisez pas le trampoline dans des conditions humides ou venteuses. Un tapis, un ressort ou une pièce du cadre usés ou endommagés doivent être remplacés immédiatement.

Saut

Apprenez soigneusement les sauts fondamentaux et les positions du corps avant d'essayer des compétences plus avancées. Connaissez vos propres limites dans l'exécution de chacun des sauts sur trampoline. Étudiez ce manuel pour apprendre à faire des sauts de base. Arrêtez votre rebond en exant vos genoux lorsque vos pieds entrent en contact avec le tapis du trampoline. Apprenez cette compétence avant d'en essayer d'autres.

RISQUES LIÉS AUX VENTS VIOLENTS

Un trampoline avec un enclos peut être déplacé ou renversé par des vents violents. Toute personne se trouvant sur son chemin ou à l'intérieur de l'enclos peut être blessée si cela se produit. Si vous prévoyez des vents violents, retirez le filet de l'enclos et fixez le cadre du trampoline au sol, ou déplacez le trampoline et l'enclos dans un endroit abrité. La seule méthode sûre pour protéger votre trampoline et l'environnement environnant en cas de vents violents est de démonter complètement l'appareil et de le ranger à l'intérieur. Les dommages causés par le vent ou les intempéries ne sont pas garantis.

EL PAPEL DEL SUPERVISOR EN LA PREVENCIÓN DE ACCIDENTES

Es responsabilidad de los supervisores de los usuarios de trampolines proporcionar una supervisión madura y bien informada. Deben conocer y hacer cumplir todas las reglas y advertencias impresas en este manual para minimizar la probabilidad de accidentes y lesiones. También deben informar a los usuarios sobre estas reglas. Durante los períodos de tiempo en que la supervisión no esté disponible o sea inadecuada, esto puede requerir que el trampolín se desmonte, se coloque en un área segura o se asegure de algún otro modo contra el uso no autorizado. Otra opción que se puede considerar es cubrir el trampolín con una lona pesada que se pueda asegurar con candados y cadenas. Es responsabilidad del supervisor asegurarse de que el cartel con las instrucciones de seguridad del trampolín se mantenga pegado en el trampolín y que los saltadores estén informados sobre estas instrucciones.

EL PAPEL DEL SALTADOR EN LA PREVENCIÓN DE ACCIDENTES

La educación por parte del usuario es imprescindible para la seguridad. Los usuarios deben aprender primero un rebote bajo y controlado y luego aprender las posiciones y combinaciones básicas de aterrizaje antes de pasar a las habilidades intermedias. Los saltadores deben comprender por qué tienen que dominar el "control" antes de poder empezar a pensar en otros movimientos. Comprender la progresión adecuada de las habilidades para saltar en un trampolín debe ser la primera lección. Revise este manual para aprender las técnicas básicas para usar el trampolín. Siga las reglas del cartel con las instrucciones de seguridad del trampolín. Para obtener más información o materiales instructivos adicionales, comuníquese con un instructor de trampolín certificado.

INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD PARA EL TRAMPOLÍN

Para el supervisor

Lea las instrucciones antes de usar el trampolín. Haga cumplir todas las reglas de seguridad. Familiarícese con la información de este manual para poder ayudar a los nuevos usuarios a aprender los saltos básicos y a todos los usuarios a seguir las normas de seguridad del trampolín. Todos los usuarios del trampolín deben tener una supervisión madura y con conocimientos, independientemente de su habilidad o edad. Este trampolín no está recomendado para niños menores de 6 años. Inspeccione el trampolín antes de usarlo. No use el trampolín sin la almohadilla del marco colocada de forma segura para cubrir el marco. No use el trampolín en condiciones húmedas o ventosas. Una colchoneta, un resorte o una pieza del marco desgastados o dañados deben reemplazarse de inmediato.

Saltos

Aprenda los saltos fundamentales y las posiciones corporales a fondo antes de intentar habilidades más avanzadas. Conozca sus propios límites al realizar cada uno de los saltos del trampolín. Estudie este manual para aprender a hacer saltos básicos. Detenga el rebote flexionando las rodillas cuando sus pies entren en contacto con la colchoneta del trampolín. Aprenda esta habilidad antes de intentar cualquier otra.

PELIGROS ASOCIADOS A LOS VIENTOS FUERTES

Los fuertes vientos pueden mover o derribar una cama elástica con una cubierta. Cualquier persona que se encuentre en su camino o dentro de la cubierta puede resultar herida si esto sucede. Si prevé vientos fuertes, retire la red de la cubierta y fije la estructura de la cama elástica al suelo con estacas, o mueva la cama elástica y la cubierta a un lugar protegido. El único método seguro para proteger su cama elástica y el entorno circundante durante vientos fuertes es desmontar completamente la unidad y guardarla en el interior. No se garantizan los daños causados por el viento o el clima.

IL RUOLO DEL SUPERVISORE NELLA PREVENZIONE DEGLI INCIDENTI

È responsabilità dei supervisori degli utenti del trampolino fornire una supervisione competente e matura. Devono conoscere e far rispettare tutte le regole e le avvertenze stampate in questo manuale per ridurre al minimo la probabilità di incidenti e lesioni. Devono anche informare gli utenti di queste regole. Durante i periodi di tempo in cui la supervisione non è disponibile o è inadeguata, potrebbe essere necessario smontare il trampolino, posizionarlo in un'area sicura o proteggerlo in altro modo dall'uso non autorizzato. Un'altra opzione che può essere presa in considerazione è quella di coprire il trampolino con un telo pesante che può essere fissato con lucchetti e catene. È responsabilità del supervisore assicurarsi che il cartello con le istruzioni di sicurezza del trampolino sia affisso sul trampolino e che i saltatori siano informati di queste istruzioni.

IL RUOLO DEL SALTATORE NELLA PREVENZIONE DEGLI INCIDENTI

L'istruzione da parte dell'utente è un must per la sicurezza. Gli utenti devono prima imparare un rimbalzo basso e controllato e poi imparare le posizioni di atterraggio di base e le combinazioni prima di procedere alle abilità intermedie. I saltatori devono capire perché devono padroneggiare il "controllo" prima di poter iniziare a pensare ad altre mosse. Comprendere la corretta progressione delle abilità nel saltare su un trampolino deve essere la prima lezione. Rivedere questo manuale per apprendere le tecniche di base per l'utilizzo del trampolino. Seguire le regole sul cartello con le istruzioni di sicurezza del trampolino. Per ulteriori informazioni o materiale didattico aggiuntivo, contattare un istruttore di trampolino certificato.

ISTRUZIONI DI SICUREZZA PER IL TRAMPOLINO

Per il supervisore

Leggere le istruzioni prima di usare il trampolino. Applicare tutte le norme di sicurezza. Acquisire familiarità con le informazioni contenute in questo manuale in modo da poter aiutare i nuovi utenti a imparare i salti di base e tutti gli utenti a seguire le norme di sicurezza del trampolino. Tutti gli utenti del trampolino devono essere supervisionati da persone mature e competenti, indipendentemente dalle loro abilità o età. Questo trampolino non è raccomandato per l'uso da parte di bambini di età inferiore a 6 anni. Ispezionare il trampolino prima di usarlo. Non usare il trampolino senza il cuscinetto del telaio saldamente in posizione per coprire il telaio. Non usare il trampolino in condizioni di bagnato o vento. Un tappetino, una molla o un pezzo del telaio usurati o danneggiati devono essere sostituiti immediatamente.

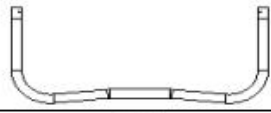
Salto

Imparare a fondo i salti fondamentali e le posizioni del corpo prima di provare abilità più avanzate. Conoscere i propri limiti nell'esecuzione di ciascuno dei salti sul trampolino. Studiare questo manuale per imparare a fare i salti di base. Interrompere il rimbalzo sollevando le ginocchia quando i piedi entrano in contatto con il tappetino del trampolino. Impara questa abilità prima di provarne altre.

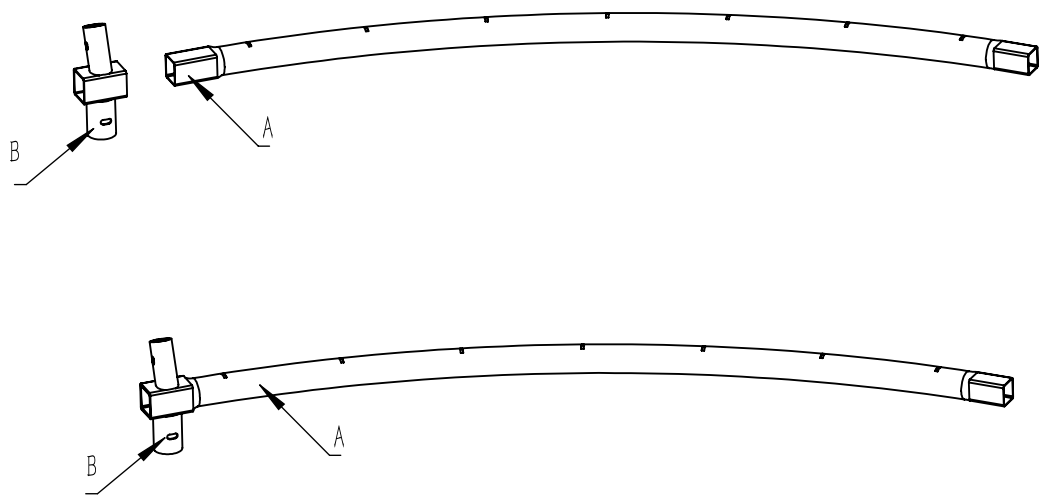
PERICOLI ASSOCIATI A FORTI VENTI

Un trampolino con una recinzione può essere spostato o rovesciato da forti venti. Chiunque si trovi sul suo percorso o all'interno della recinzione potrebbe ferirsi se ciò accade. Se si prevedono forti venti, rimuovere la rete della recinzione e picchettare il telaio del trampolino a terra, oppure spostare il trampolino e la recinzione in un luogo riparato. L'unico metodo sicuro per proteggere il trampolino e l'ambiente circostante durante i forti venti è smontare completamente l'unità e riporla al chiuso. I danni causati dal vento o dalle intemperie non sono garantiti.

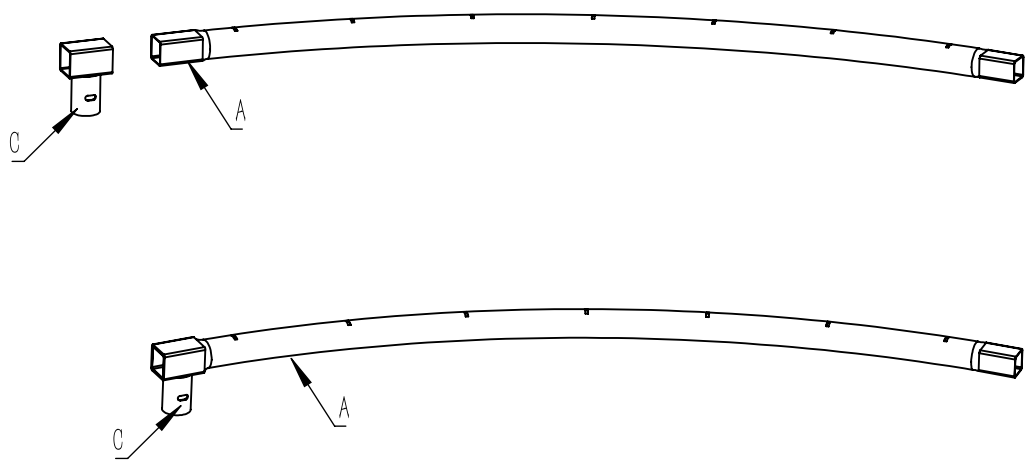
STÜCKLISTE | LISTE DES PIÈCES | LISTA DE | ELENCO DEI PEZZI

	MAX WEIGHT		6FT	7.5FT	9.5FT	11.8FT
A		Frame	6	6	8	10
B		Four-way iron joint	3	3	4	5
C		Three-way iron joint	3	3	4	5
D		Leg Extension	/	/	8	10
E		W Shaped Leg	3	3	4	5
F		Jumping Mat	1	1	1	1
G		Spring	36	42	56	70
H		Frame Cover	1	1	1	1
I		Bottom Pole	3	3	4	5
J		Upper Pole	3	3	4	5
K		Plastic T-Connector	3	3	4	5
L		The iron connectors used on the fiber rods	3	3	4	5
M		Fiberglass Stick	6	6	8	10
N		Enclosure Net	1	1	1	1
O		Spring Tool T-Hook	1	1	1	1
P		Hex Wrench	1	1	1	1
Q		M6 Screw	6	6	16	20
R		M6 Arc-shaped gasket	6	6	16	20
S		Ladder Pipe	/	2	2	2
T		Ladder Steps	/	1	2	2
U		Ladder Screw	/	2	4	4
V		M6 Ladder Nut	/	2	4	4
W		M6 Arc-shaped gasket	/	2	4	4
X		Stair nosing (Pre-installed)	/	2	2	2
Y		Wrench	/	1	1	1

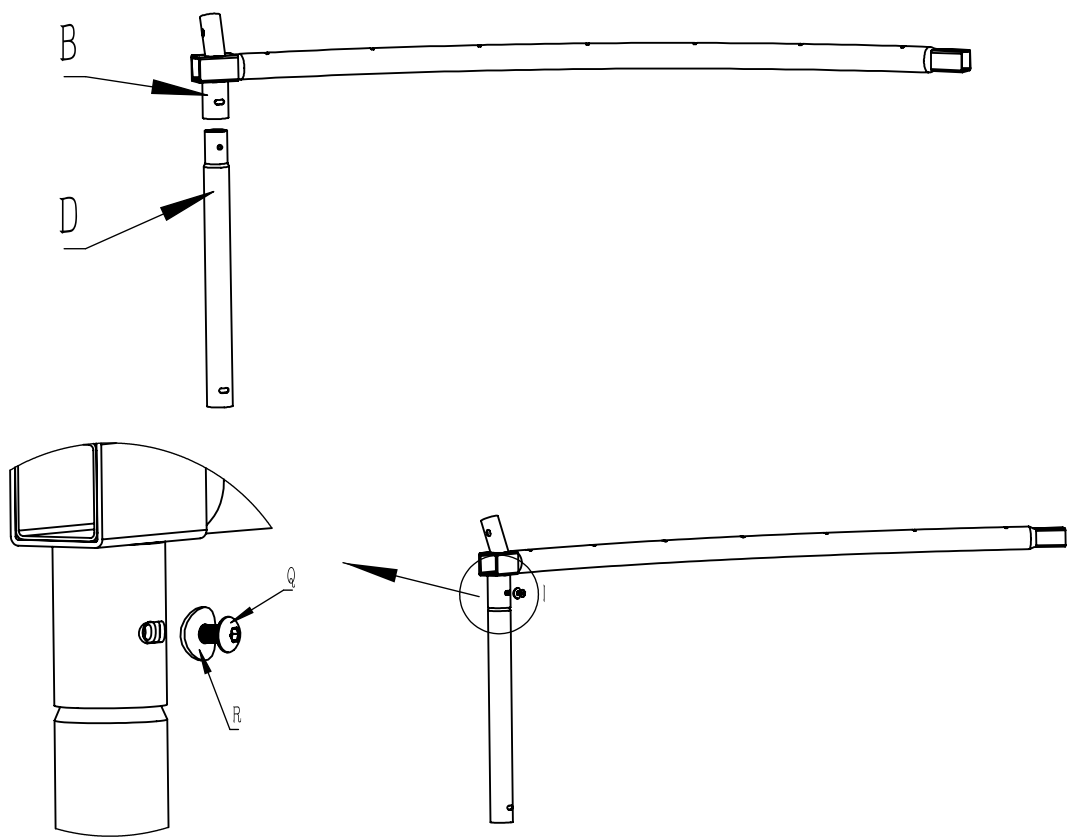
STEP 1: Steel Pipe Set



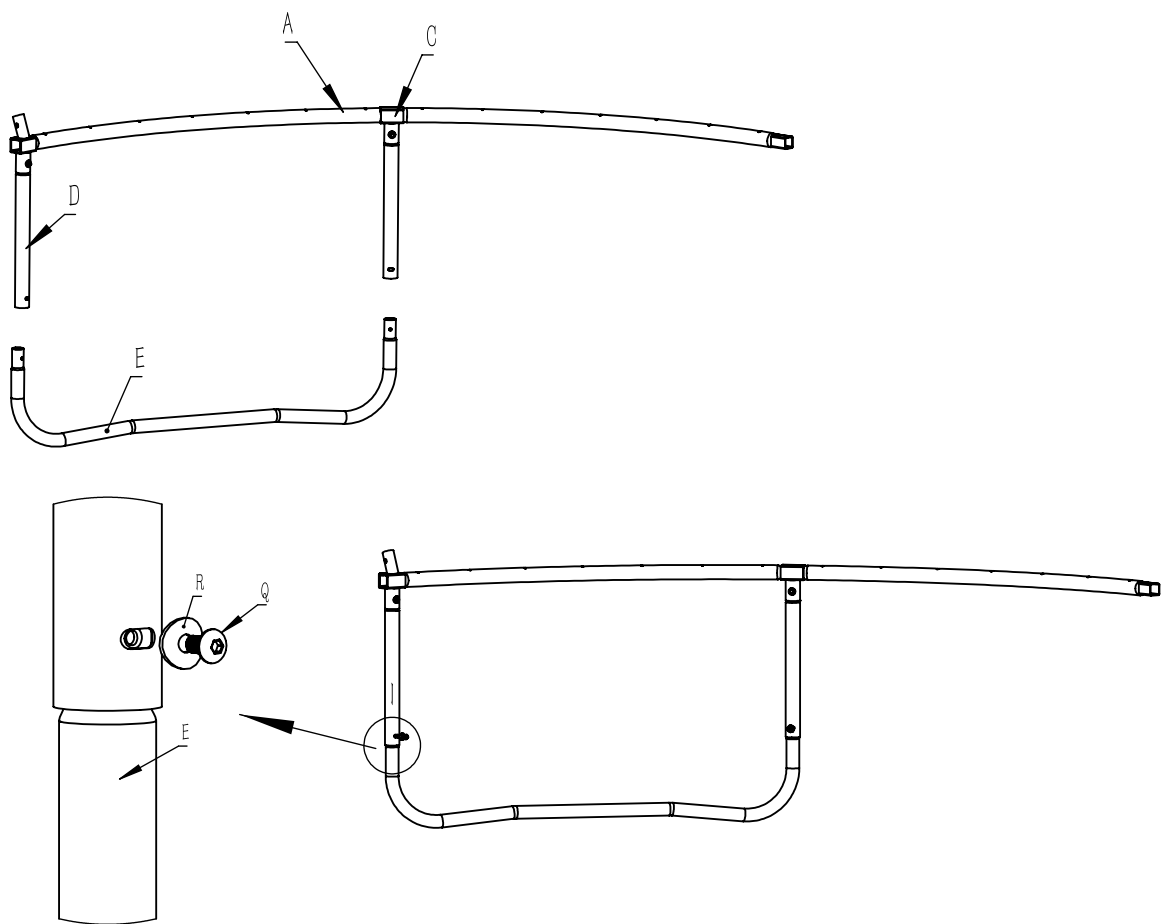
STEP 2: Steel Pipe Set



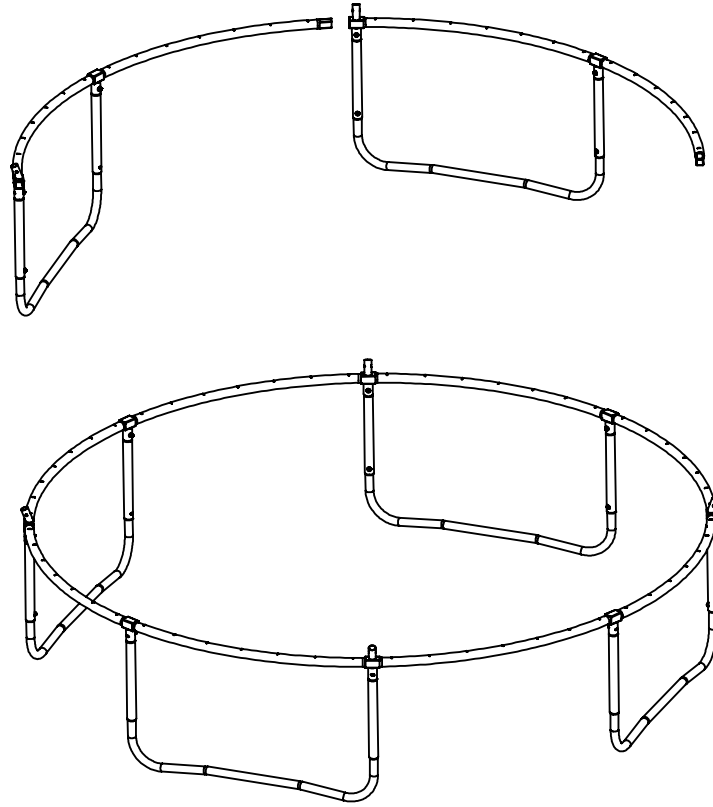
STEP 3: Install the Leg Extension



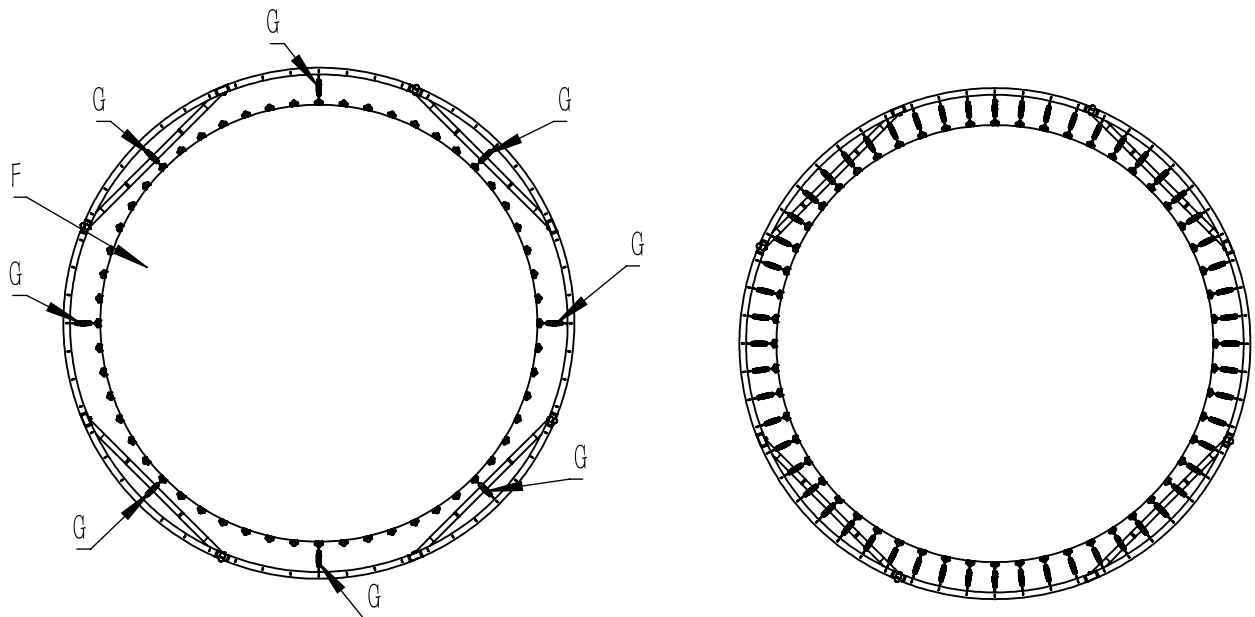
STEP 4: Round pipe + Foot Pipe Set



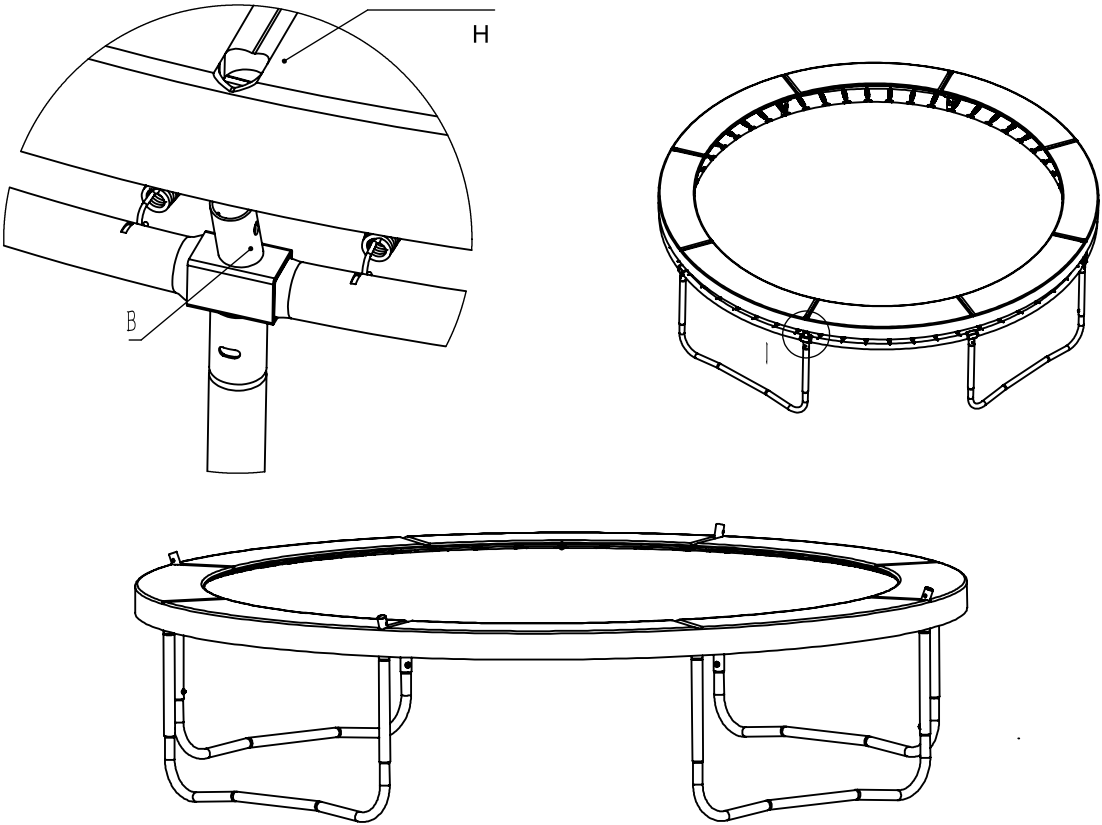
STEP 5: Steel Pipe Set



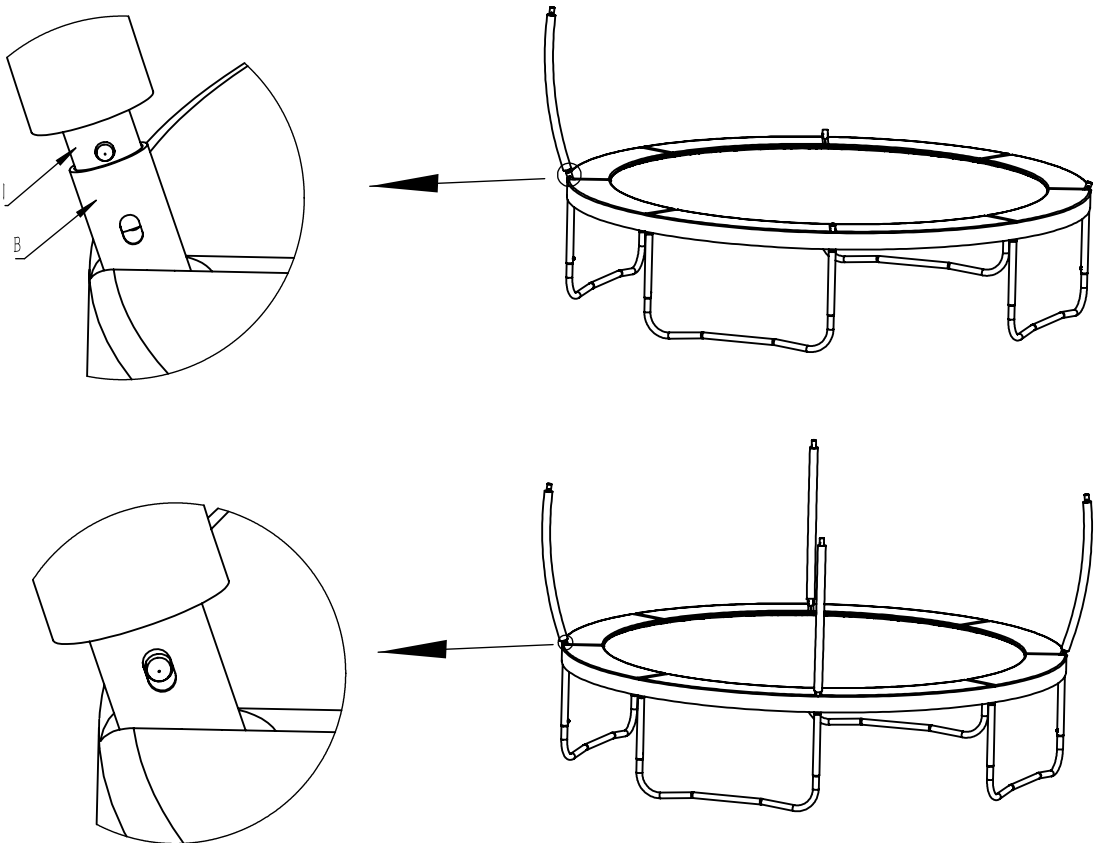
STEP 6: Jump Mat Set



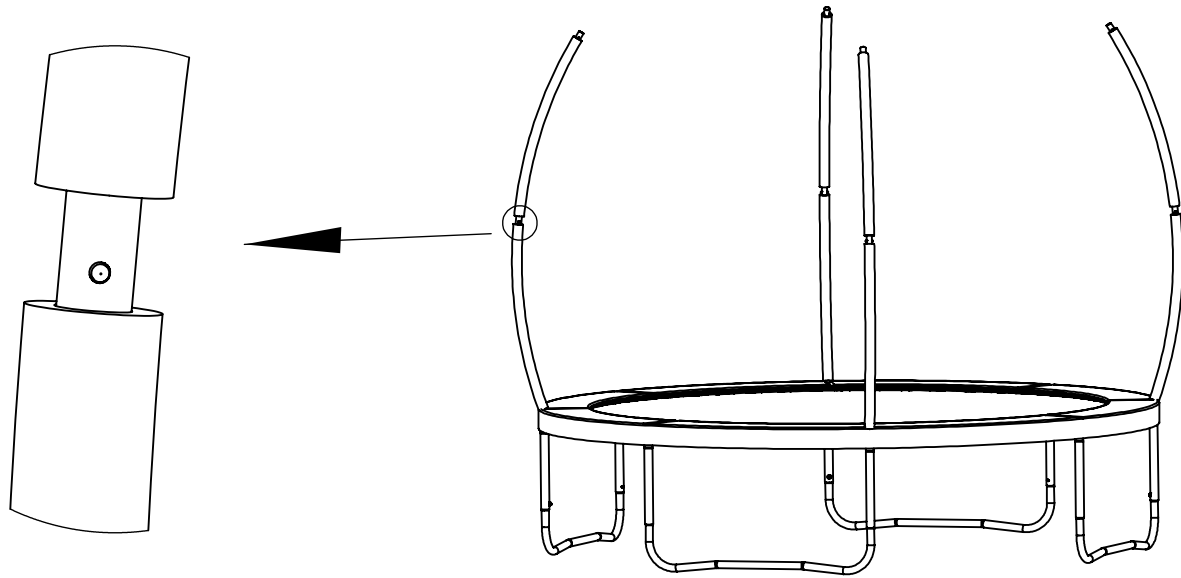
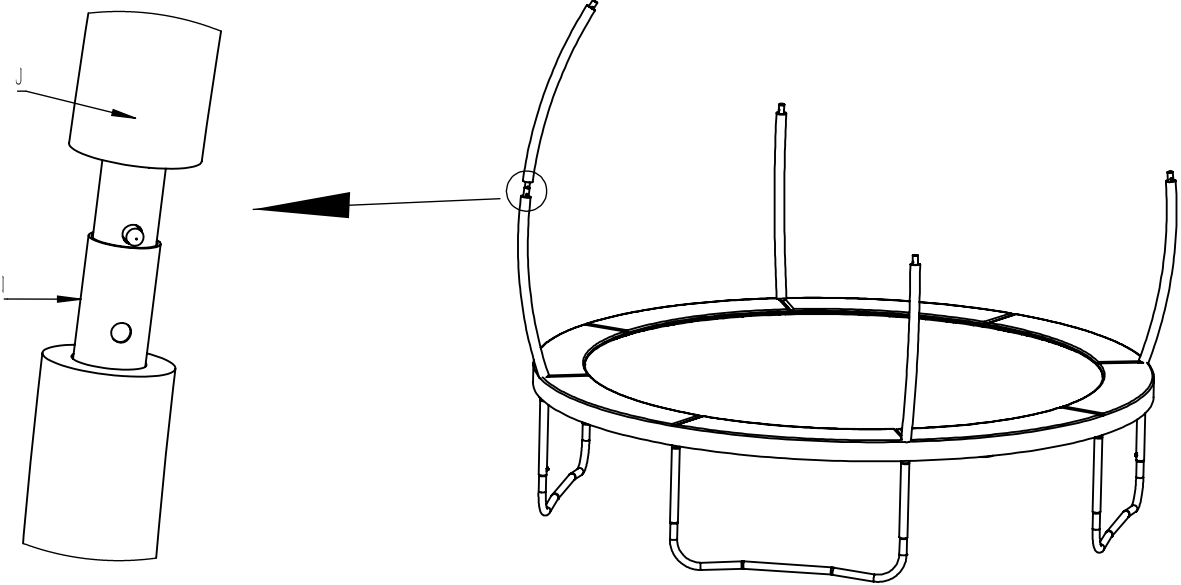
STEP 7: Outer Net Set



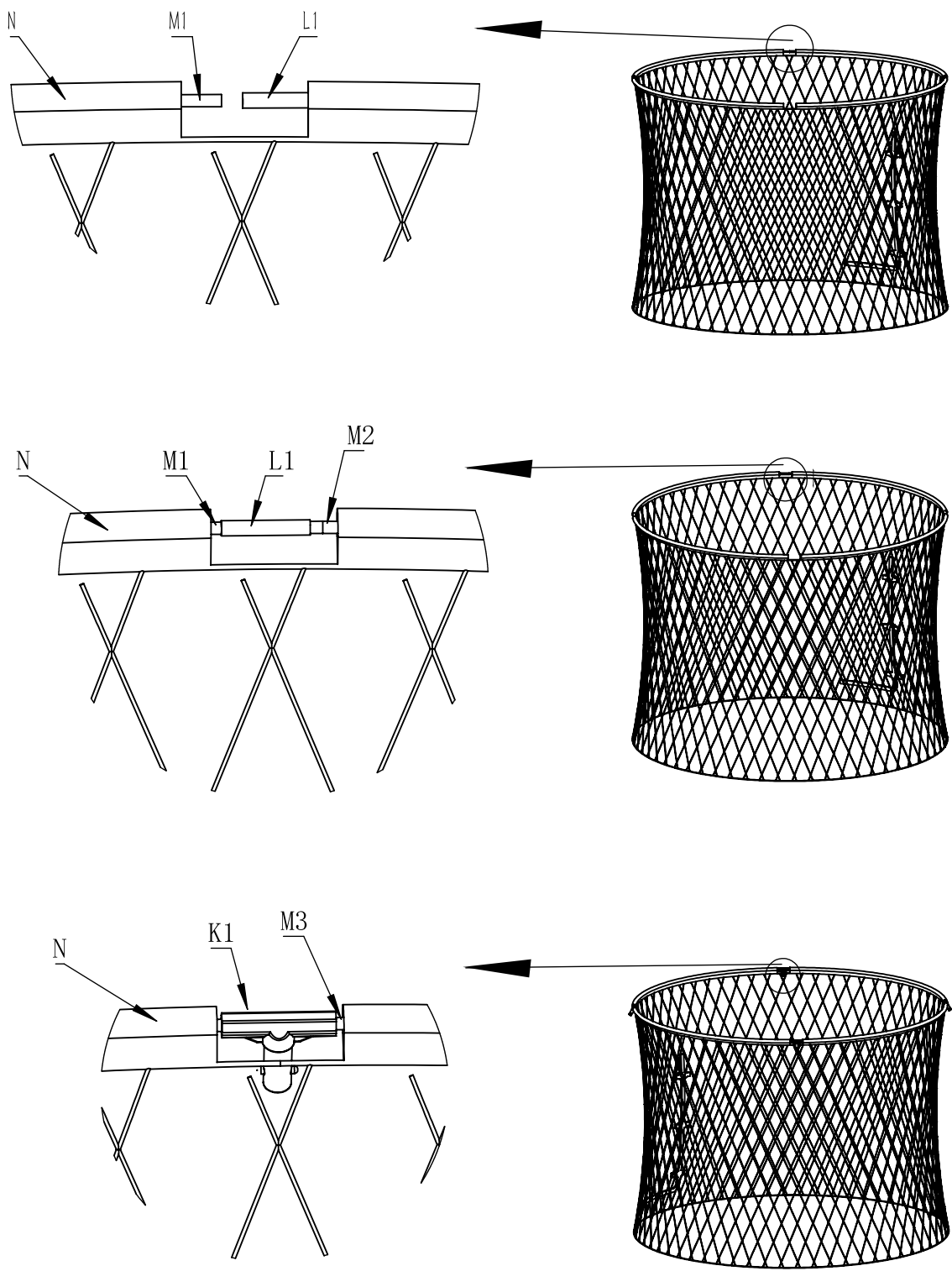
STEP 8: Net Rod + Bed Frame Set



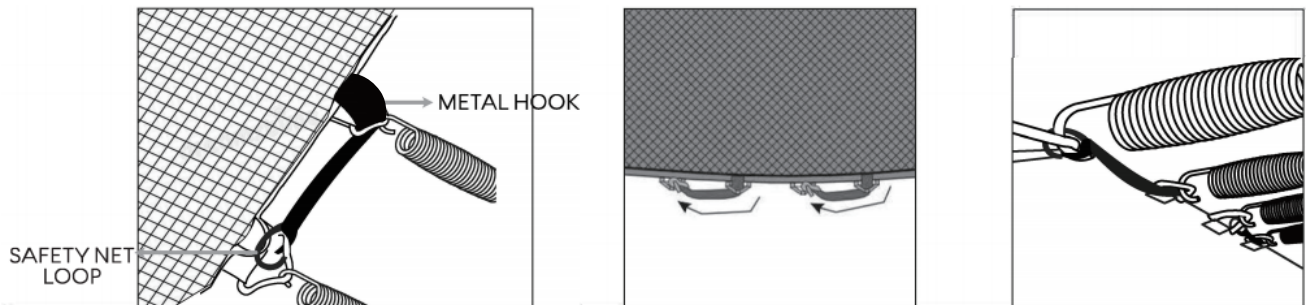
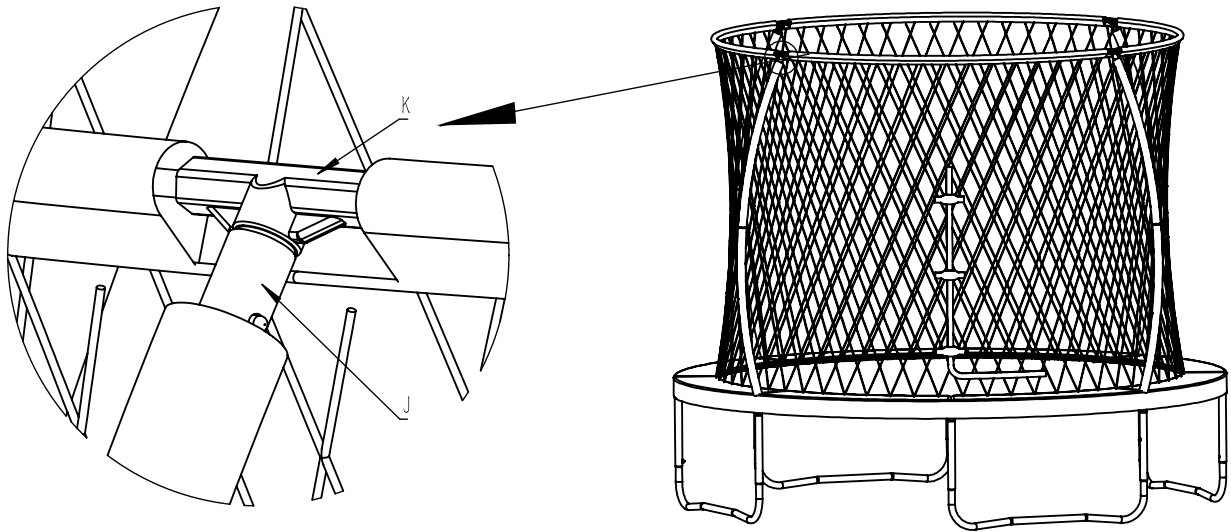
STEP 9: Inner Upper and Lower Net Rod Set



STEP 10:Install the fiber rod

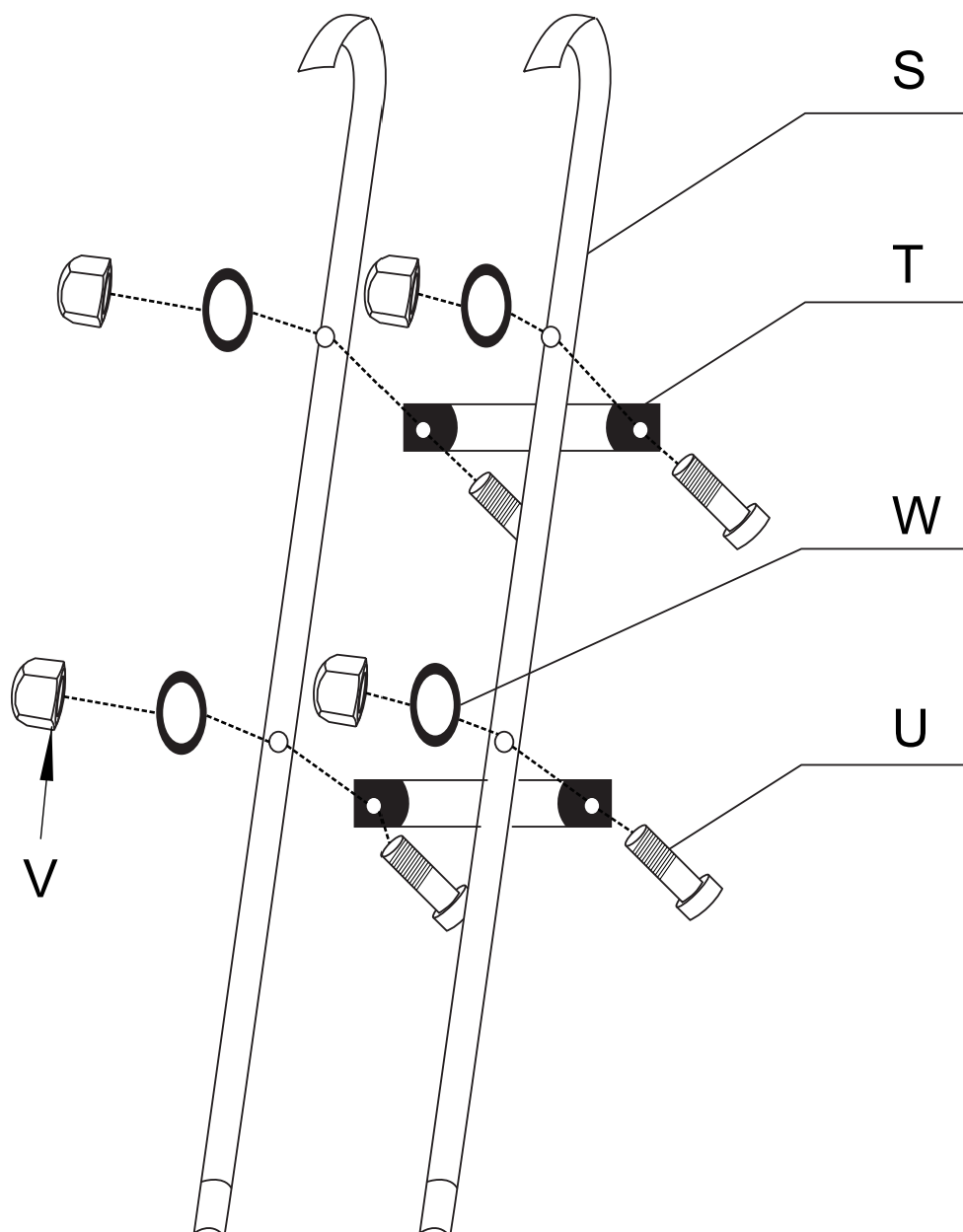


STEP 11: Safety Net Set



Pass each strap of the safety net over the top of the metal triangle on the spring and secure it with the buckle around the next triangle to the left.

Repeat this process in the same manner.



! WARNING | AVERTISSEMENT | ADVERTENCIA | ATTENZIONE !

Um das Risiko einer Verletzung zu vermeiden, befolgen Sie bitte unbedingt die Montageanleitung der Leiter.
Pour éviter tout risque de blessure, veuillez à suivre les instructions d'installation de l'échelle.
Para evitar el riesgo de lesiones, asegúrese de seguir las instrucciones de instalación de la escalera.
Per evitare il rischio di lesioni, assicurarsi di seguire le istruzioni di installazione della scala.

BEREIT ZUM SPRINGEN! | PRÊT À SAUTER !
¡LISTO PARA SALTAR! | PRONTI A SALTARE!

LC100

