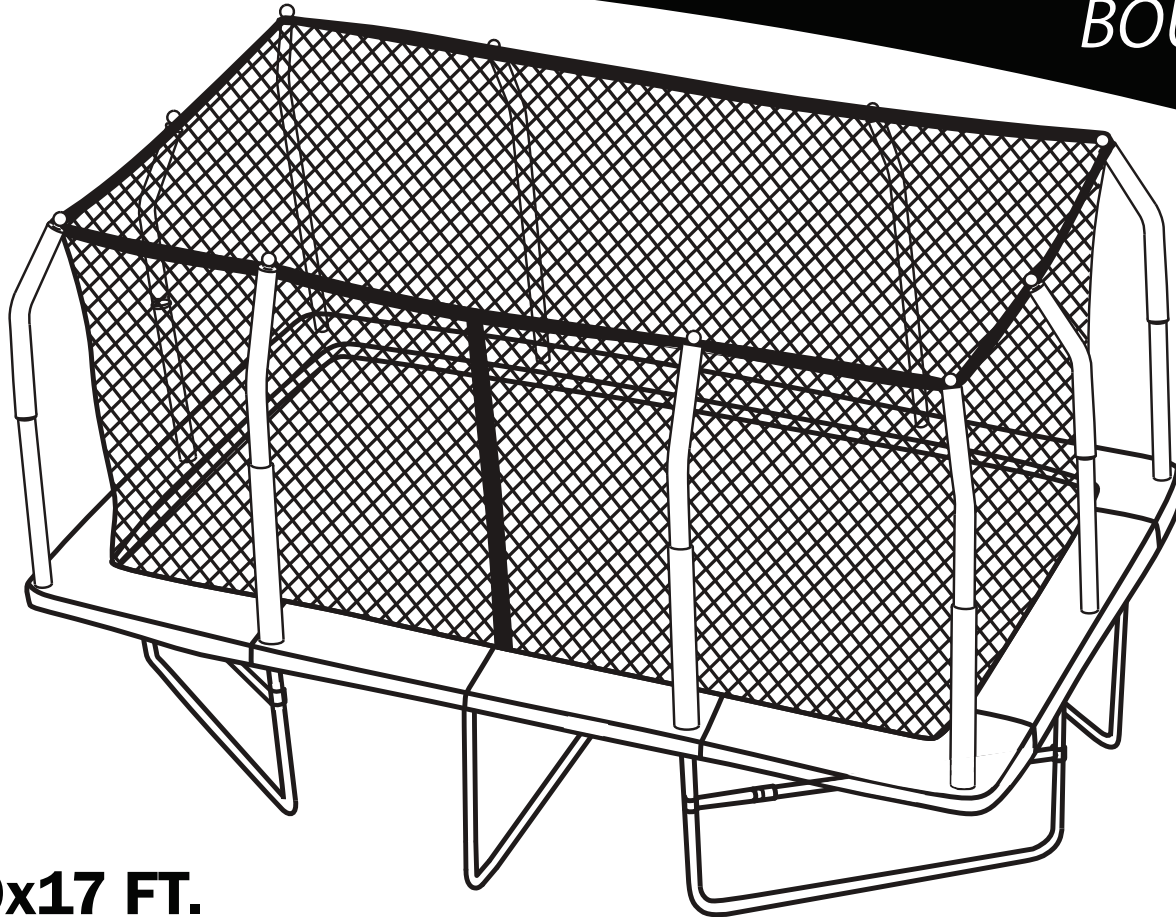


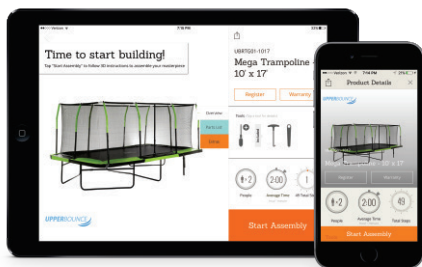


**10x17 FT.  
RECTANGULAR TRAMPOLINE  
USER MANUAL**

Model # S  
**UBRTG01-1017  
UB03EC-1017E**

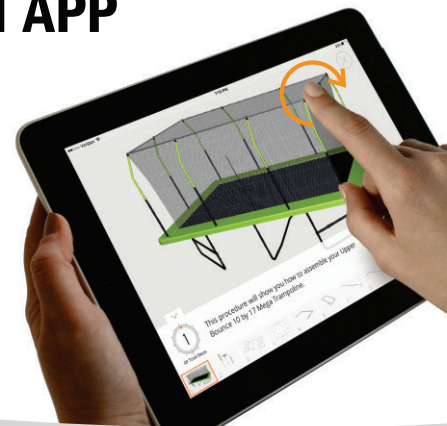
Assembly, Installation, Care, Maintenance and Use Instructions

**WARNING:** Read these materials prior to assembling and using this trampoline.



**FOR 3D STEP-BY-STEP INSTRUCTIONS  
DOWNLOAD THE FREE BILT APP**  
AND ASSEMBLE QUICKLY AND EASILY!

**BILT**®



**UPPER BOUNCE**

Inc. 2 Mill St. Cornwall N-Y 12518,  
1-888-965-3331 [www.upperbounce.com](http://www.upperbounce.com)

Manual Version #05



**USA**



**Call us**

**UK**

**1-888-965-3331**

**020-3150-0484**



**Email us**

**support@upperbounce.com**

**support@upperbounce.co.uk**



**Check out our website**

**www.uppperbounce.com**

**THANK YOU FOR PURCHASING THE UPPER BOUNCE® TRAMPOLINE**

Simply follow the assembly and safety instructions in this manual and you will soon be starting your **UPPER BOUNCE®** exercise program for a happier, healthier and more fun lifestyle!

Should you have any questions, please call our Customer Service Department  
Toll-free number: **1-888-965-3331**

**MONDAY - THURSDAY**

9:30 A.M. - 5:00 P.M.  
Eastern Time.

**FRIDAY**

9:00 A.M. - 12:00 P.M.  
Eastern Time.

## **TABLE OF CONTENTS**

|                                                                       | <b>Page</b>  |
|-----------------------------------------------------------------------|--------------|
| <b>Instructions, Proper Assembly &amp; Use, Safety Tips, Warnings</b> | <b>3-6</b>   |
| <b>Trampoline Parts List</b>                                          | <b>7</b>     |
| <b>Trampoline Frame Assembly</b>                                      | <b>8-9</b>   |
| <b>Trampoline Mat Assembly</b>                                        | <b>10</b>    |
| <b>Trampoline Pad Assembly</b>                                        | <b>11</b>    |
| <b>Enclosure Set Parts List</b>                                       | <b>12</b>    |
| <b>Enclosure Set Assembly</b>                                         | <b>12-14</b> |
| <b>Testing the Trampoline</b>                                         | <b>16</b>    |
| <b>Fundamental Bounce Techniques</b>                                  | <b>17</b>    |

## GENERAL INSTRUCTIONS

Included in this manual are instructions for: Proper assembly, care and maintenance of product, safety tips, warnings, and proper use; in order to ensure a secure and fun use of the trampoline. All users and supervisors must read and familiarize themselves with all these instructions and all other information in this manual.

As with any type of recreational physical activity, without being careful participants can be injured. Anybody who chooses to use this trampoline must be aware of their own limitations in regards to performing various jumps and bounces with this trampoline. Trampolines are rebounding devices which propel the performer to unaccustomed heights through a variety of movements, so initially; you should get accustomed to the feel and bounce of the trampoline. The focus must be on your body position, and you should practice each fundamental bounce until you can do each bounce with skill before moving on to more difficult and advanced bounces. Do not behave recklessly on the trampoline, emphasis must be made on good control and the mastering of various bounce techniques.

### Proper Assembly

- The assembly of the product must be done carefully by at least two able-bodied adults. Contact us, or ask any technically qualified person if you have any difficulties.
- Beware that when using tools or doing technical work, there is always a risk of injury, so assemble the product carefully, and use gloves to protect your hands.
- Remove all packaging materials and lay down all parts on a free space. This gives you an overview and simplifies the assembly procedure. Check with the parts list that no parts are missing and dispose of the packaging material when the assembly is completed.
- Work in a danger free environment, do not leave tools or hazardous materials scattered around the workspace.
- Place trampoline on level and non-slippery ground, preferably on grass. Locating the trampoline on a hard surface will add stress to the frame and over time cause damage which is not covered by warranty. Placing the trampoline on uneven surfaces could result in the trampoline tipping over.
- A clearance space of at least 24ft is necessary above the trampoline. An appropriated clearance must be kept between the trampoline and possible sources of danger, such as electric cables, tree branches, playing devices, swimming pools and fences.
- After assembling the trampoline according to the instructions, please make sure that all screws, bolts and nuts are correctly installed and tightened, and that all joints are tightly sealed.
- For additional stability you can place sand bags on the trampoline legs. This will prevent the trampoline from tipping over in the event of any sideward force.

- Never set up the trampoline in rainy, windy or stormy conditions, especially lightening conditions. It is recommended that the trampoline be taken apart and stored in bad weather.
- Do not alter the product; use it only as described in this manual.

## Care and Maintenance

- Always inspect the trampoline before each use. Check for damage, wear or defective parts, as they can impair the overall safety of the trampoline. The damaged, worn, or defective parts should be replaced immediately. In the meantime access to the trampoline must be restricted.
- Use the trampoline only in a well-lit area.
- Do not place any objects under the trampoline.
- Repairs should only be carried out by qualified technicians, using only original spare parts. Improper repairs can compromise the safety of your trampoline.
- Strong winds can compromise the stability of the trampoline. If strong winds are predicted, the trampoline must be fastened to the ground with cords and moorings, moved to a protected place, or taken apart and stored.
- Try to avoid moving the assembled trampoline, it could bend during transportation. Should it be necessary to move the trampoline, please consider the following: At least four people, evenly spaced around the frame, are needed to lift the trampoline off the ground. The trampoline must be carried horizontally, and if the frame shifts position, use four people to draw the trampoline back into the correct shape.
- The trampoline can only be used if the jumping mat is clean and dry. Worn or damaged jumping mats should be replaced immediately.

## Safety Guidelines

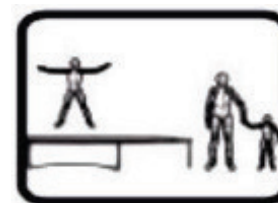
To reduce the risk of injury, please carefully read and follow the appropriate safety rules and tips, implementing all safety rules at all times.

- The product is intended for home/domestic use only and is not suitable for professional or medical uses.
- No more than one person at a time is allowed on the trampoline! Multiple jumpers increase the risk of mid-air collisions resulting in injury.





- Do not perform somersaults on the trampoline as this will increase the chances of landing on your head or neck, paralysis or even death can result.
- Children do not recognize the potential dangers of this product, so do not allow your children to play on this product without adult supervision.
- Trampolines over 51 cm (20") in height are not recommended for children under 6 years of age.



## Warnings

- Secure the trampoline against unauthorized use.
- Do not use during pregnancy or if suffering from high blood pressure.
- Do not smoke on the trampoline or use the trampoline when under the influence of alcohol or drugs (incl. Medication).
- Protect the product against humidity and high temperatures.
- Do not put cigarettes, pets, sharp objects or any other foreign objects on the trampoline.



- Do not expose the trampoline to open flames.
- The metal frame of the trampoline will conduct electricity. Lighting, extension cords and all electrical equipment must never be allowed to come in to contact with the trampoline parts.
- The trampoline may not be used in the close vicinity of other leisure devices and constructions.
- Do not allow anyone or any object to go under the trampoline while someone is jumping on the mat. The jumping mat is flexible and the downward force created by someone jumping can cause serious injuries.



- Take care to keep the packaging materials beyond children's reach, as they present a choking hazard.

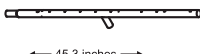
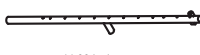
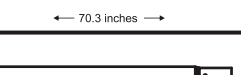
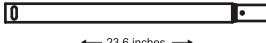
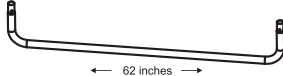
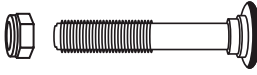
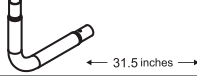
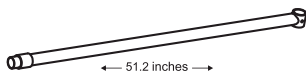
## Proper Use

- The maximum weight allowed on the trampoline is 500 lbs. Overloading the trampoline above the recommended user weight will cause damage to the trampoline.
- No more than one person at a time should be allowed on the trampoline!
- Avoid unsupervised use of the trampoline.
- Do not use the trampoline if it is wet.
- Do not wear shoes while jumping; this will damage the jumping mat.
- Do not sit or lean on the cover pad as it needs to be flexible so it can move with the jumping mat.
- Objects that could be dangerous should be vacated from the playing area.
- Do not allow small children to pull themselves up onto the trampoline by using the cover pads, as this may damage the pads and compromise the safety of your trampoline.
- Do not wear clothes with hooks or loose parts when jumping on the trampoline, in order to avoid getting stuck in any trampoline parts.
- Carefully climb onto trampoline. Do not jump into it directly, or use it as a jump board for other activities. Jumping into the trampoline, hitting the frame, cover pads, and landing incorrectly on the trampoline; can lead to injury.

It is the responsibility of the owner or the supervisor to guarantee that all users of the trampoline are informed about all safety rules and that there is sufficient space around the trampoline to allow for safe play.

Learn the fundamental jumping techniques thoroughly before trying difficult jumps, see section: Fundamental Bounce Techniques for further guidance.

# TRAMPOLINE PARTS LIST FOR UBRTG01-1017

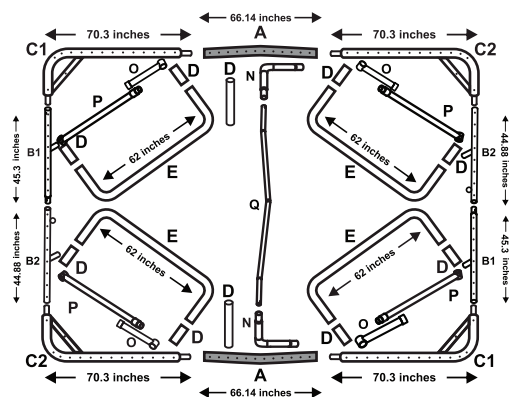
|                          |                 |                           |                                                                                      |                        |                      | CUSTOMER<br>FILL OUT |
|--------------------------|-----------------|---------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|----------------------|----------------------|
| SELECT                   | MANUAL<br>ITEM# | DESCRIPTION               | PRODUCT IMAGE                                                                        | MANUFACTURER<br>MODEL# | QTY.<br>IN<br>MANUAL | QTY.                 |
| <input type="checkbox"/> | A               | TOP RAIL A                |     | UBRPTR1-1017           | 2                    |                      |
| <input type="checkbox"/> | B               | TOP RAIL B                | B1  | UBRPTR2-1017           | 2                    |                      |
| <input type="checkbox"/> |                 |                           | B2  | UBRPTR3-1017           | 2                    |                      |
| <input type="checkbox"/> | C               | CORNER<br>TUBE            | C1  | UBRPCT1-1017           | 2                    |                      |
| <input type="checkbox"/> |                 |                           | C2  | UBRPCT2-1017           | 2                    |                      |
| <input type="checkbox"/> | D               | LEG<br>EXTENSION          |     | UBRPLE-1017            | 10                   |                      |
| <input type="checkbox"/> | E               | LEG BASE                  |     | UBRPL1-1017            | 4                    |                      |
| <input type="checkbox"/> | F               | JUMPING<br>MAT            |     | UBRPM-1017             | 1                    |                      |
| <input type="checkbox"/> | G               | COVER<br>PADS             |   | UBRPP-1017             | 1                    |                      |
| <input type="checkbox"/> | H               | SPRINGS                   |   | UBHWD-SP-7             | 108                  |                      |
| <input type="checkbox"/> | I               | TOP RAIL SCREWS<br>& NUTS |   | UBRPRS-1017            | 10                   |                      |
| <input type="checkbox"/> | J               | LEG BASE<br>SCREWS        |   | UBRPSW-1017            | 22                   |                      |
| <input type="checkbox"/> | K               | WASHER                    |   | UBRPSW-1017            | 32                   |                      |
| <input type="checkbox"/> | L               | SPRING PULLING<br>TOOL    |   | UBHWD-TH               | 1                    |                      |
| <input type="checkbox"/> | N               | CORNER<br>SUPPORT         |   | UBRPN-1017             | 2                    |                      |
| <input type="checkbox"/> | O               | LEG SUPPORT<br>SHORT      |   | UBRPLS2-1017           | 4                    |                      |
| <input type="checkbox"/> | P               | LEG SUPPORT<br>LONG       |   | UBRPLS1-1017           | 2                    |                      |
| <input type="checkbox"/> | Q               | MIDDLE SUPPORT            |   | UBRPL2-1017            | 1                    |                      |

# FRAME ASSEMBLY FOR MODEL UBRTG01-1017

## Step 1

### Frame Layout

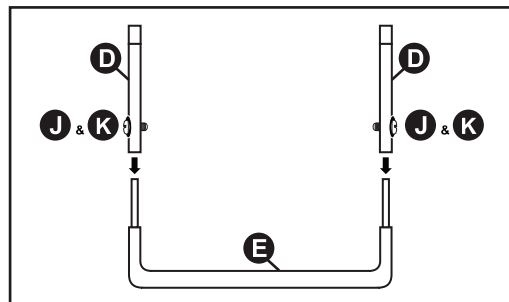
Lay out the trampoline parts on the ground so that you start to form a rectangle with the top rail sections. Make sure to keep all the tubes in the same direction all around the trampoline frame.



## Step 2

### Construct the Legs

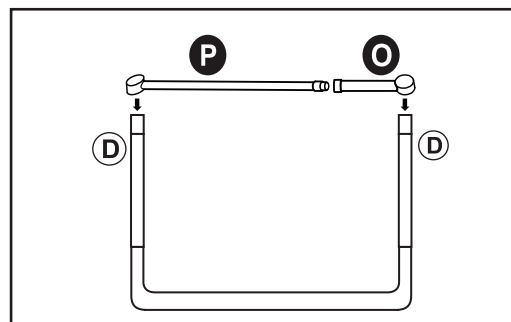
Attach the leg extensions (part D), to the leg base (part E), and tightly secure together with screws (part J) and washers (part K). Repeat this step for all 4 legs.



## Step 3

### Attach the Middle Support to the Legs.

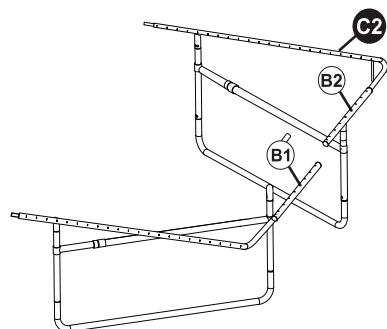
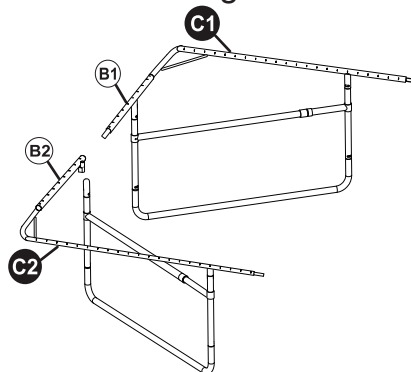
Attach part P and part O. Once they are attached, connect the pole to the legs by sliding it on to the leg extensions (part D). Slide the pole down the legs until it stops. Repeat this step for all 4 legs.



## Step 4

### Assemble the Frame Corners

Lay out the trampoline parts as shown in the figure. Connect the corner rails (part C) to the top rails (Part B) using screws and nuts (part I). Part C1 connects to part B1 and part C2 connects to part B2. Then attach to the leg bases as shown using screws and washers (parts J & K).



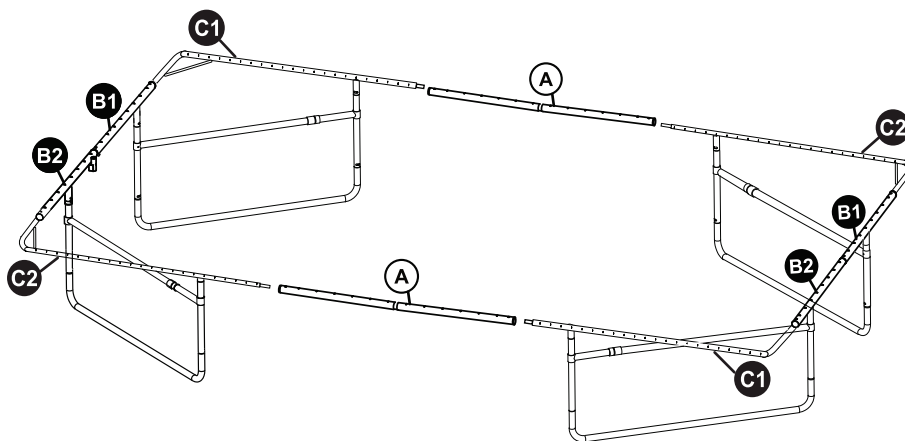
### Note:

Make sure that all screw holes that connect the B rails to the legs are facing the inside of the frame.

## Step 5

### Assemble the Frame

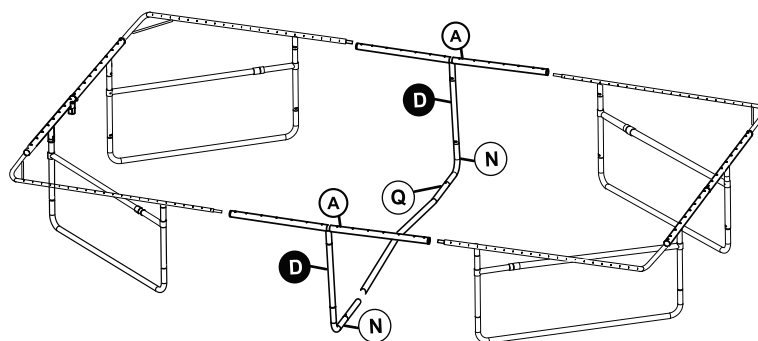
Connect the top rails B1 and B2. Attach part A- the long side of the trampoline, to the corners part C, making sure that the longer side of part C is on the longer side of the trampoline, as shown. Secure with screws and nuts (part I).



## Step 6

### Assemble the Center Leg Base

Take two leg extensions (part D) and connect to the center top rails (part A). Then attach the corner supports (part N) to the leg extensions (part D), making sure to attach the legs to the shorter side of the corner support. Then connect the middle support (part Q) to the corners (part N).



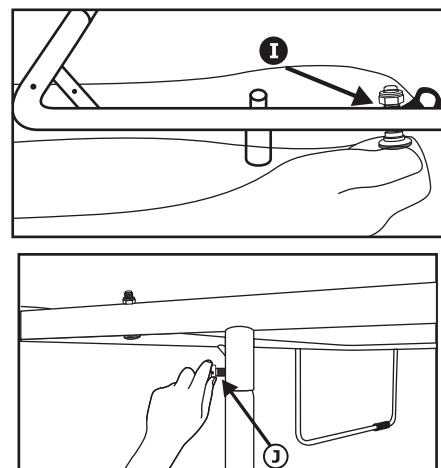
### IMPORTANT:

You may not be able to fully connect the middle support (part Q) to the corner (part N), as it may be too short. You will need to attach the jumping mat first; see instructions on page 10. After attaching the mat you will be able to fully attach part Q. Secure with screws and washers.

## Step 7

### Secure the Frame

Secure all the frame pieces together using the various screws, nuts and washers. Ensure that you use the proper screws for the proper parts- Part I for the top rails and Parts J and K for the legs. Make sure to tighten all screws.



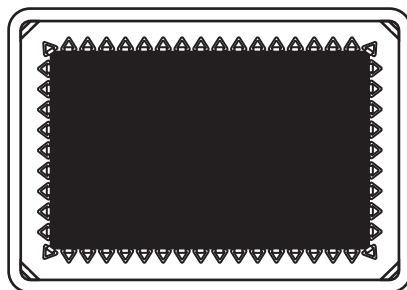


# TRAMPOLINE MAT ASSEMBLY

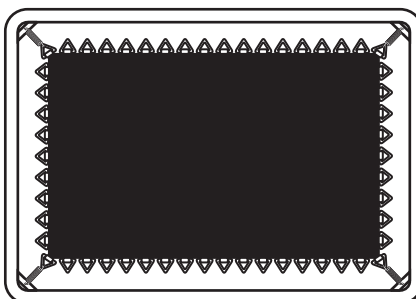
## WARNING:

Be careful where you place your hands during spring assembly as connector points can pinch!

1. Lay out the trampoline mat inside the frame.

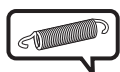


2. Connect all 4 springs to the corner top rails

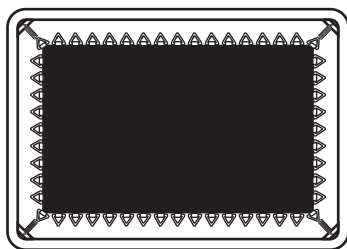


## Note:

Make sure the v-rings between the springs matches the number of holes in the frame between the springs.

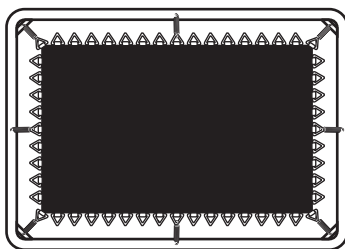


1



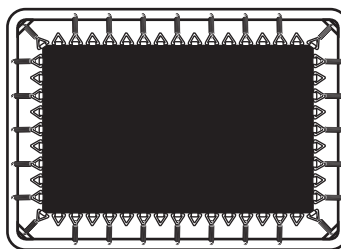
First connect the 4 corner springs.

2



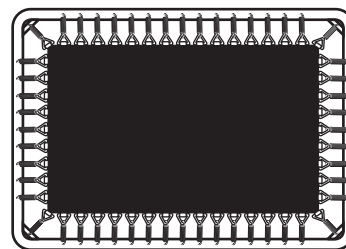
Follow by connecting 4 additional springs in the center of the quarters.

3



Then continue, connecting every few springs

4



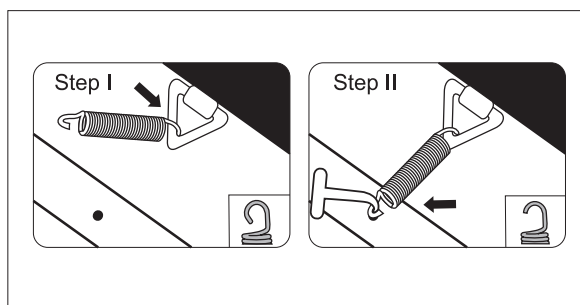
Complete the rest of the springs

## How To Use The Spring Pulling Tool

**Step I:** Hook the more rounded end of the spring onto the trampoline mat's triangular rings.

**Step II:** Extend the spring pull tool and link it up with the other end of the spring. Pull the tool in the direction of the trampoline frame until the spring head is lined up with the hole in the trampoline frame.

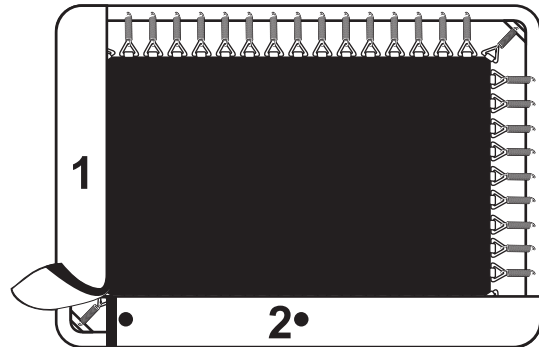
**Step III:** Slide the spring end into the hole as you remove the tool.



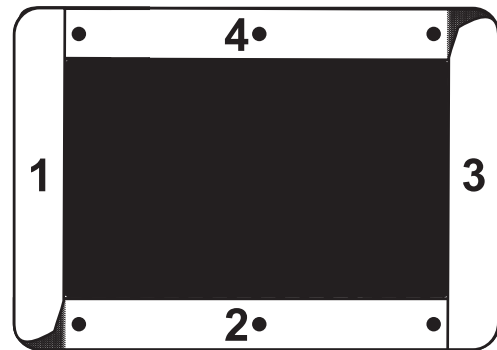
# TRAMPOLINE COVER PAD ASSEMBLY

The trampoline is almost complete, with all the springs in place. Before using the trampoline please attach the provided safety pads.

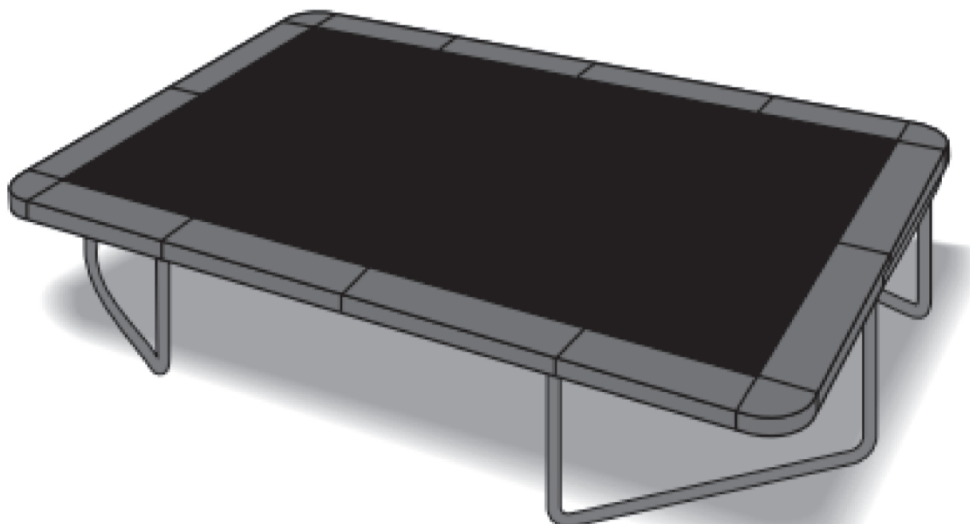
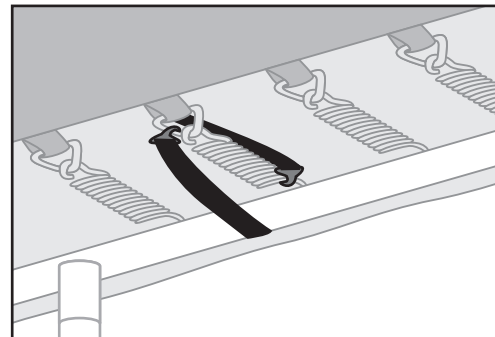
- 1.** Lay out the two sides of the safety pad shown here and connect with the attached velcro strip.



- 2.** Lay out the other two pads and connect with velcro.

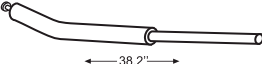
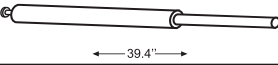
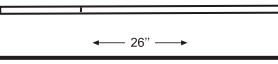
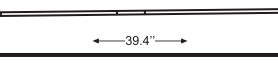
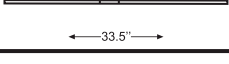
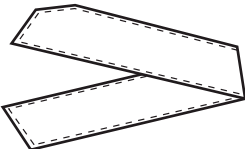
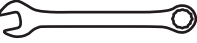


- 3.** Tie all the cover pad strings onto the top rail of the trampoline. The middle of the pad has a set of strings with two S-shaped hooks at the end. Attach one S-shaped hook to the springs of the mat, and the other S-shaped hook to the V-rings of the mat. Attach the hooks from underneath the mat.



# ENCLOSURE PARTS LIST 1017

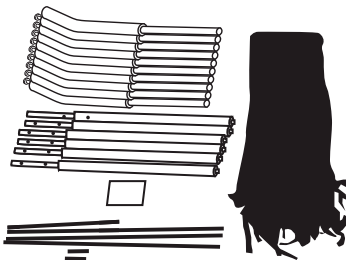
CUSTOMER  
FILL OUT

| SELECT                   | MANUAL<br>ITEM# | DESCRIPTION              | PRODUCT IMAGE                                                                       | MANUFACTURER<br>MODEL# | QTY.<br>IN<br>MANUAL | QTY. |
|--------------------------|-----------------|--------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|----------------------|------|
| <input type="checkbox"/> | A               | PLASTIC CAP<br>WITH HOLE |    | UBRPPC-814,915,1017    | 10                   |      |
| <input type="checkbox"/> | B               | UPPER POLE<br>WITH FOAM  |    | UBRPUP-814,915,1017    | 10                   |      |
| <input type="checkbox"/> | C               | LOWER POLE<br>WITH FOAM  |    | UBRPLP-814,915,1017    | 10                   |      |
| <input type="checkbox"/> | D               | FIBERGLASS<br>ROD        |    | UBRPFG3-1017           | 2                    |      |
| <input type="checkbox"/> |                 |                          |    | UBRPFG1-1017           | 8                    |      |
| <input type="checkbox"/> |                 |                          |    | UBRPFG2-1017           | 6                    |      |
| <input type="checkbox"/> | E               | SAFETY<br>ENCLOSURE NET  |    |                        | 1                    |      |
| <input type="checkbox"/> | F               | POLE SCREW               |    | UBRPPS-814,915,1017    | 20                   |      |
| <input type="checkbox"/> | G               | PVC SLEEVE               |   | UBRPRS-1017            | 10                   |      |
| <input type="checkbox"/> | H               | WRENCH                   |  |                        | 1                    |      |
| <input type="checkbox"/> | I               | FIBER GLASS<br>CORNERS   |  | UBRPCC-1017            | 4                    |      |
| <input type="checkbox"/> | J               | PUSH BUTTON              |  |                        | 4                    |      |
| <input type="checkbox"/> | K               | BIG ROPE                 |  | UBRPR-1017             | 1                    |      |
| <input type="checkbox"/> | L               | POLE CAP<br>SCREW        |  |                        | 10                   |      |

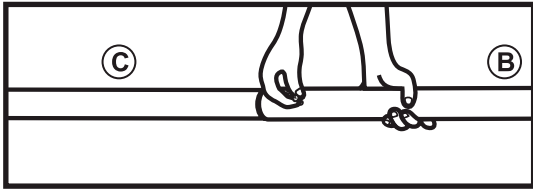
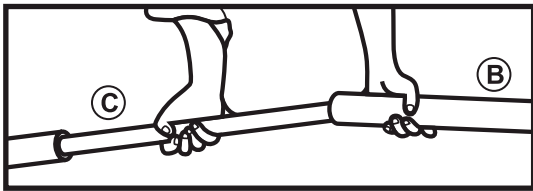
## SAFETY ENCLOSURE ASSEMBLY

### WARNING:

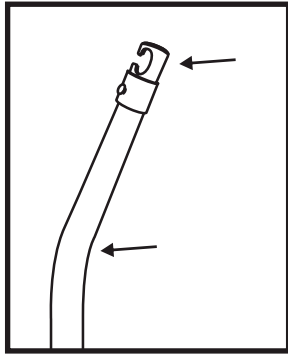
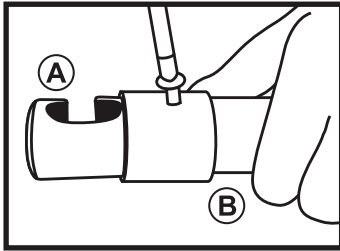
2 adults in good physical condition are required for the following assembly. Wear proper shoes and maintain balance to prevent a fall. Failure to follow all instructions and warnings exactly may result in serious injury.



1. Lay out all parts prior to assembly. Please note: Picture may vary slightly with the different trampoline models.



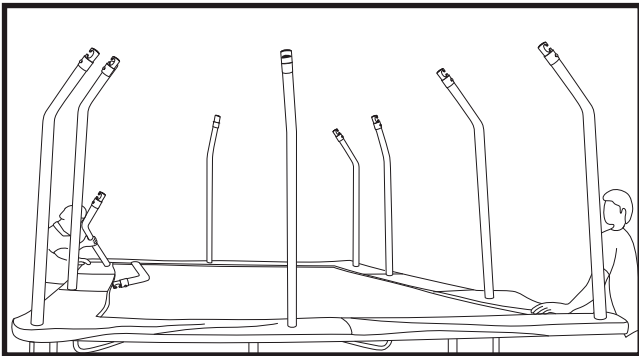
2. Connect the lower poles to the upper poles, connect it to the straighter part of the upper pole. Secure it together with screws at the point where it connects. Make sure the EPE foams are covering the poles.



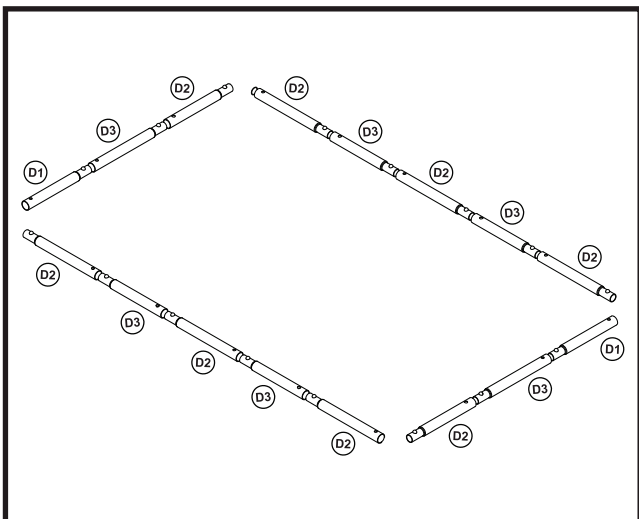
3. Connect the pole cap (A) on the top of upper pole (B). Repeat for each pole.

Refer to the picture to clearly see which way to attach the pole cap, the opening of the pole cap has to be on the same side as the outside bend of the upper pole.

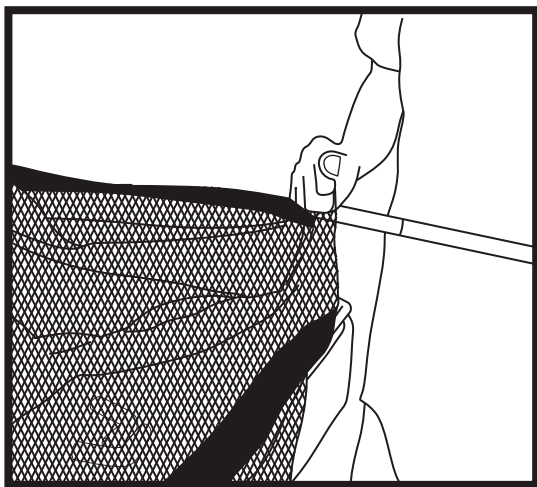
4. Cover all the poles with PVC sleeve (G)



5. Place the assembled poles with the opening of the pole caps facing away from the trampoline, and screw the poles into the trampoline frame with pole screws.

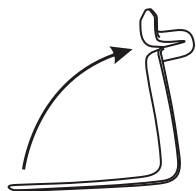
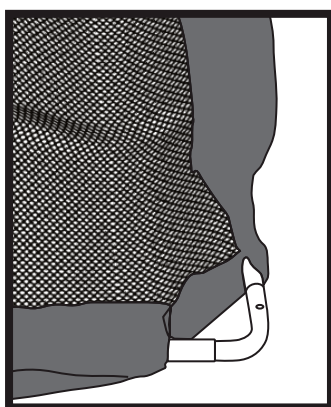


6. Connect the fiberglass pieces together, using 5 pcs of fiber glass to make the long line, and 3 pcs to make the short. Refer to the figure at the left to see which fiberglass pieces to use when assembling it.



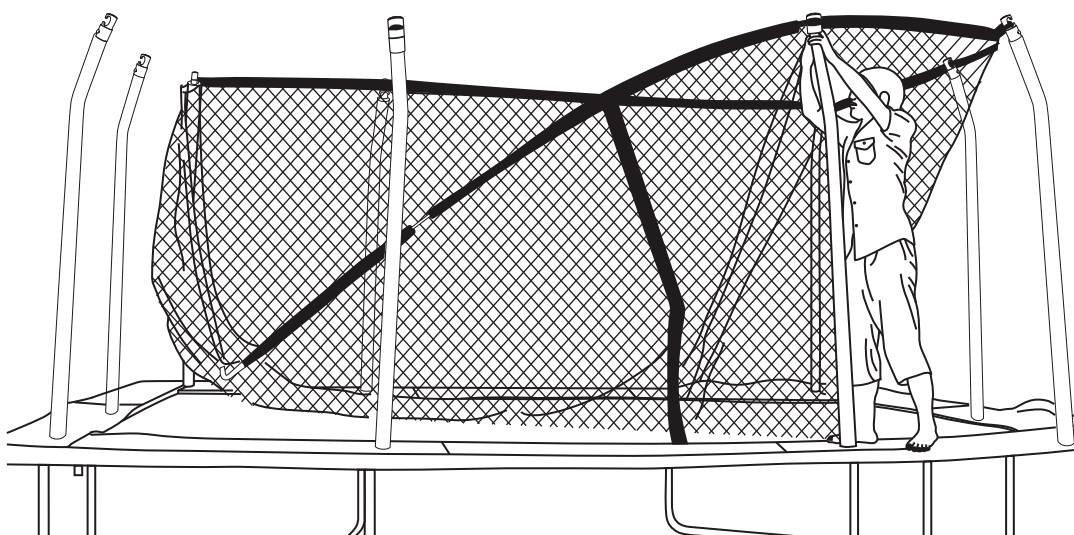
7. Insert the fiber glass into the the sleeve of the safety net. Long fiberglass for long side, short for shorter side; as explained in the previous step.

**Note: Make sure that the opening of the net (the zipper) is placed on the long side of the trampoline.**



8. After inserting the fiber glass into the sleeve of the enclosure net, both the long side and short side, connect the shorter side to the longer side with the corner pieces - part #J. (This step should be done while the net is laid out on the trampoline jumping mat you will only attach it afterwards to the poles).

The push buttons need to be inserted into the corner pieces. Press the ends of the push button together and push it all they way to the end of the corner piece, making sure that the button pops out through the hole

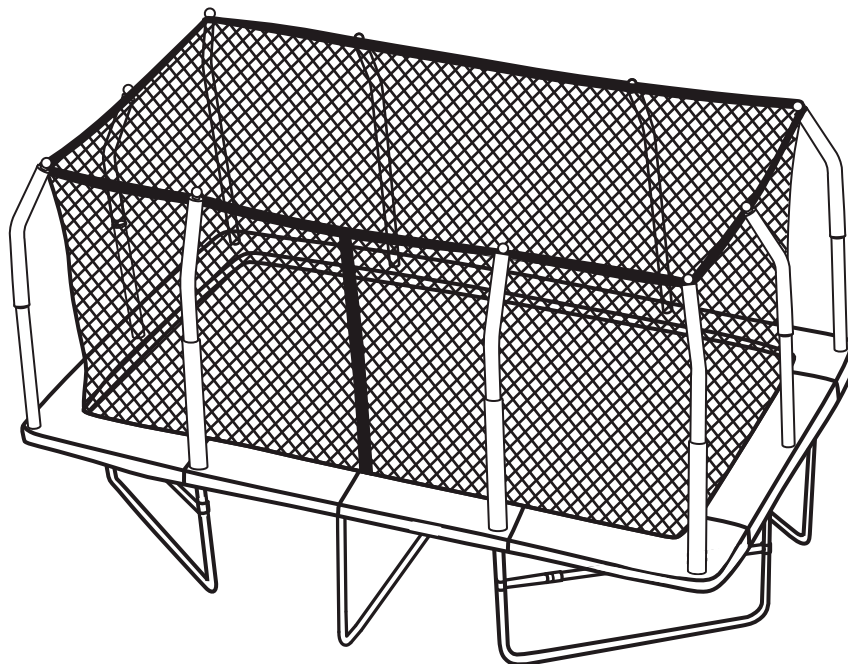
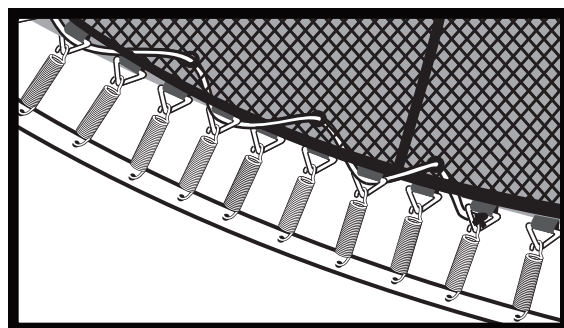
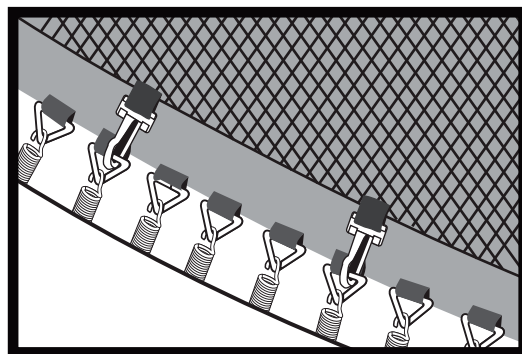


9. Connect the fiber glass to the top of the poles by clicking it into the pole caps. Do this step to all 10 poles.

# SECURE THE BOTTOM OF THE NET

1. Connect the net to the V-rings of the trampoline mat using the attached clips, securing at regular intervals. This holds the net in place for you to complete the attachment with rope.
2. Secure one end of the rope by knotting it to the V-ring closest on one side to the trampoline entrance zipper.
3. Weave the rope through the net and every second v-ring successively, moving around the trampoline in the direction away from the entrance zipper.
4. When you complete the weaving and reach the other side of the entrance zipper, secure the other end of the rope also by knotting it to the V-ring closest to the entrance on that side.

Your trampoline safety net is now fully secured. Follow the safety checks in the 'Testing the Trampoline' section before using the trampoline net.





# TESTING THE TRAMPOLINE

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

## **Trampoline Safety Checks:**

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

## **Enclosure Net Safety Checks:**

- Hold onto the safety net and shake it to check that all the enclosure poles are sturdy. Re-tighten any that seem loose.
- Check the safety net for any tears in the stitching or fabric.
- Check the enclosure net zipper and entrance hooks function properly.
- Check to see if all safety net enclosure hooks are attached to the triangle ring under the trampoline.

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

## **PLEASE NOTE:**

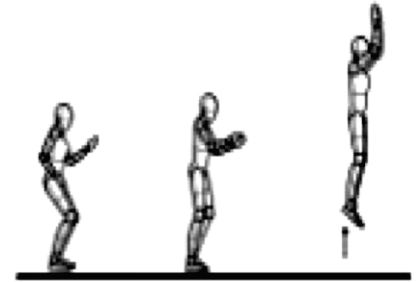
CERTAIN PARTS MAY HAVE TO BE REPLACED OVER TIME FROM YOUR SUPPLIER, DUE TO WEAR AND TEAR.

# FUNDAMENTAL BOUNCE TECHNIQUES

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

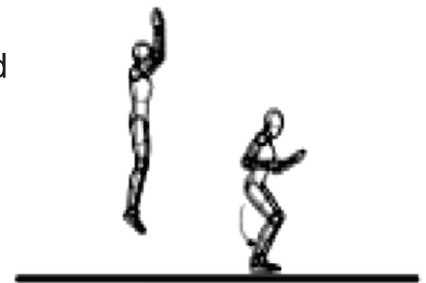
## THE BASIC BOUNCE

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



## THE BREAKING MANEUVER

- Occasionally the user may lose control of their jump and bounce wildly. Performing the breaking maneuver will allow the user to regain control of the jump and their balance.
- Start with a basic bounce.
- As you land, bend your knees sharply and this will allow you to stop your jump.



## THE HANDS AND KNEES BOUNCE

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



## KNEE BOUNCE

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



## SEAT BOUNCE

- Land in a flat sitting position.
- Place hands on the mat beside your hips.
- Return to erect position by pushing with your hands.



### Other Accessories :

|                                                                                            |                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|
| Ladder                                                                                     | UBL3S-42-G         |
| Ladder with Flat Steps                                                                     | UBLBFS3-42         |
| Trampoline Shoe Bag                                                                        | UBSHB-3            |
| Trampoline Anchor Kit (Set of 4)                                                           | UBHWD-AK-4         |
| Deep Fastening Spiraled Anchor Kit- Set Of 4                                               | UBHWD-AKB-4        |
| Trampoline Spring Pull Tool (T-Hook)                                                       | UBHWD-TH           |
| Upper bounce ®Trampoline Jumping Skate                                                     | UB-TJB             |
| Springs                                                                                    | UBHWD-SP-7-15      |
| Economy Trampoline Weather Protection Cover, Fits for 9 x 15 FT. Rectangular Frames -Black | UBWCRTG-159-BK     |
| 44 Inch Trampoline Pole Foam sleeves, fits for 1.5" Diameter Pole - Set of 12 - Blue       | UBFS44-1.5D-B-S12  |
| 44 Inch Trampoline Pole Foam sleeves, fits for 1.5" Diameter Pole - Set of 16 - Blue       | UBFS44-1.5D-B-S16  |
| 44 Inch Trampoline Pole Foam sleeves, fits for 1.5" Diameter Pole - Set of 12 - Black      | UBFS44-1.5D-BK-S12 |
| 44 Inch Trampoline Pole Foam sleeves, fits for 1.5" Diameter Pole - Set of 12 - Black      | UBFS44-1.5D-BK-S16 |
| Trampoline Pole sleeves protector - set of 4 - Blue                                        | UBFPS-4            |
| Trampoline Pole sleeves protector - set of 6 - Blue                                        | UBFPS-6            |



### Trampoline Replacement Parts

While we provide a large variety of trampolines, we also pride ourselves in the large selection of our trampoline replacement parts which are compatible with most trampolines regardless of their brand.

If you have difficulty finding the correct replacement part for your trampoline,  
Please give us a call : **1-888-965-3331**  
or email us at : **[sales@upperbounce.com](mailto:sales@upperbounce.com)**

Our Customer Service Department staff are trained in the details of all trampolines and will help you find the right part to get you bouncing again.

We never forget our goal... **Get the Upper Bounce!**

Take  
**15% OFF**

for any trampoline parts  
purchased from us

USE CODE:  
**15OFFMANUAL**



To explore all trampoline parts checkout our buying guide at  
[www.upperbounce.com/buyingguide](http://www.upperbounce.com/buyingguide)



To process an exchange go to  
[www.upperbounce.com/exchange](http://www.upperbounce.com/exchange)

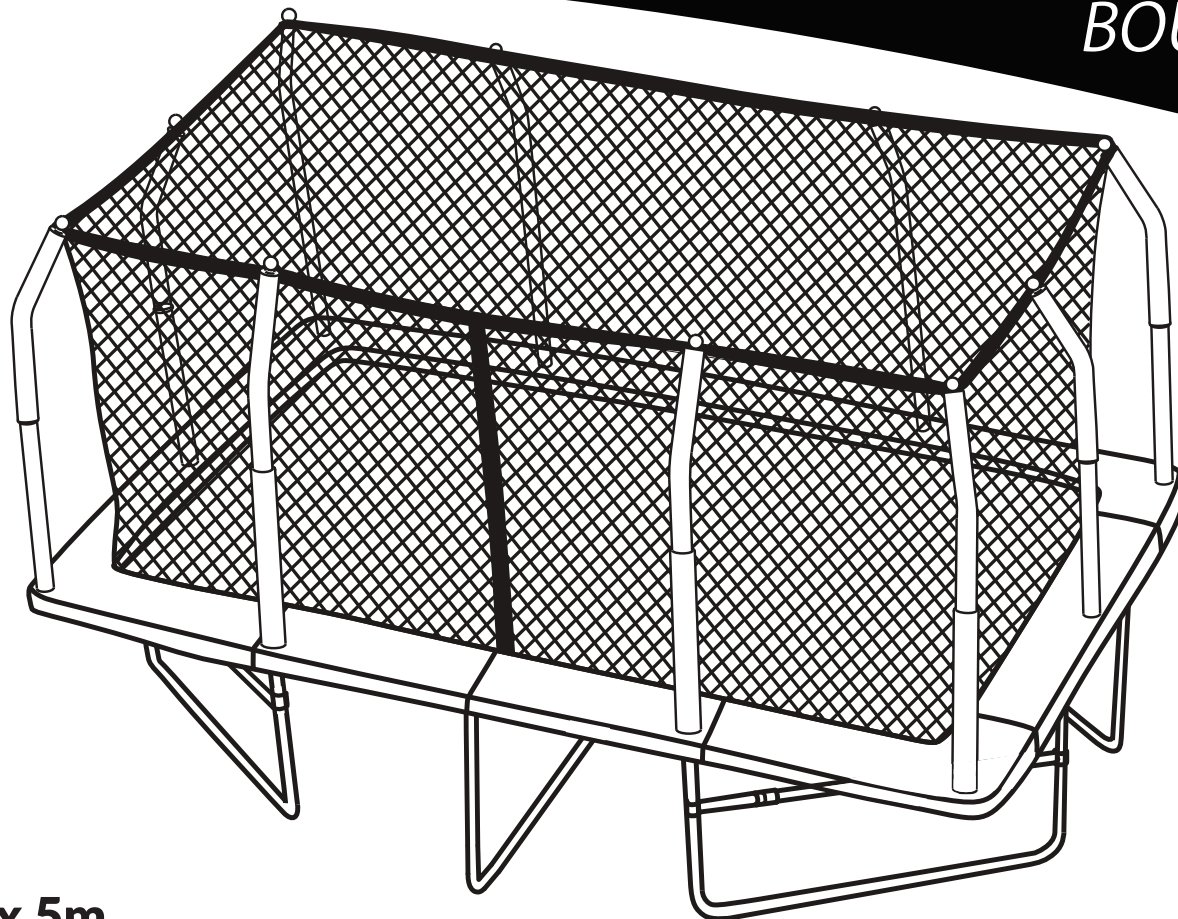


 1-888-965-3331

 Upper Bounce Inc.  
2 Mill St. Cornwall NY 12518

 [www.upperbounce.com](http://www.upperbounce.com)

 [support@upperbounce.com](mailto:support@upperbounce.com)



3m x 5m

# Manuel d'utilisation du trampoline rectangulaire

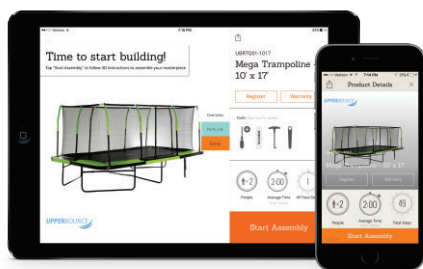
Model # S

UBRTG01-1017

UB03EC-1017E

Instructions pour monter, installer, entretenir, maintenir et utiliser le trampoline

**Avertissement:** Lisez attentivement les consignes avant d'assembler ou d'utiliser le trampoline.



**Déchargez gratuitement l'application BILT.**  
Suivez la marche à suivre pas à pas et procédez à  
l'assemblage rapidement et facilement.

# BILT®



**UPPER BOUNCE**

Inc. 2 Mill St. Cornwall N-Y 12518,  
1-888-965-3331 [www.upperbounce.com](http://www.upperbounce.com)

ÉDITION FRANÇAISE

Manuel Version #04



**USA**

**UK**



**Téléphonez-nous**

**1-888-965-3331**

**020-3150-0484**



**Envoyez-nous un Email**

**support@upperbounce.com**

**support@upperbounce.co.uk**



**Consultez notre Website**

**www.upperbounce.com**

**MERCI D'AVOIR ACHETÉ CE TRAMPOLINE UPPER BOUNCE®!**

Avant toute utilisation du trampoline, veuillez suivre les instructions de montage et de sécurité détaillées dans ce manuel : vous pourrez ensuite commencer le programme d'exercices conçu par Upper Bounce pour une vie saine, heureuse et divertissante!

Si vous avez des questions, n'hésitez pas à contacter notre service clientèle  
Numéro gratuit : **1-888-965-3331**

**DU LUNDI AU JEUDI**

9:30 A.M. – 5:00 P.M.

Heure de l'Est

**VENDREDI**

9:00 A.M. – 12:00 P.M.

Heure de l'Est

**TABLES DES MATIÈRES**

|                                                                                         | <b>Page</b>  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| Instructions, Assemblage et Utilisations Corrects, Conseils de Sécurité, Avertissements | <b>3-6</b>   |
| Liste des pièces du trampoline                                                          | <b>7</b>     |
| Instructions pour l'assemblage                                                          | <b>8-9</b>   |
| Instructions pour l'assemblage de la Toile de Saut                                      | <b>10</b>    |
| Instructions pour l'assemblage des coussins                                             | <b>11</b>    |
| Liste des pièces de l'Enceinte de sécurité                                              | <b>12</b>    |
| Instructions pour l'assemblage de l'Enceinte                                            | <b>12-14</b> |
| Test de contrôle pour le trampoline                                                     | <b>16</b>    |
| Techniques de saut de base                                                              | <b>17</b>    |



## CONSIGNES GENERALES

Vous trouverez dans ce manuel des directives pour bien assembler, entretenir et préserver ce produit ainsi que des conseils de sécurité et des avertissements pour que vous sachiez utiliser le trampoline à bon escient. Avant toute utilisation de votre trampoline, veuillez impérativement prendre connaissance et vous familiariser avec toutes les informations fournies dans ce manuel que vous soyez utilisateur ou superviseur : vous pourrez dès lors sauter en toute confiance et profiter un maximum du trampoline.

Comme dans toute activité sportive et physique, les participants risquent de se blesser. Pour réduire toute éventualité de blessure, veuillez à lire les règles et les conseils de sécurité appropriés. Toute personne qui utilise le trampoline doit être conscient de ses limites lorsqu'elle effectue des sauts et des rebonds. Les trampolines sont des appareils de saut qui propulsent l'utilisateur à des hauteurs inhabituelles grâce à différents mouvements. Gardez toujours le contrôle lorsque vous jouez sur le trampoline. Il faut au départ s'habituer au trampoline et se familiariser avec l'effet de chaque rebond. Concentrez-vous sur la position du corps et entraînez-vous à faire des sauts de base jusqu'à ce que vous les maîtrisiez avant de passer à des sauts plus compliqués. Ne soyez pas imprudent sur le trampoline. Gardez le contrôle et la maîtrise des différentes techniques de saut.

### Assemblage Correct

- L'assemblage du produit doit se faire avec précision par au moins deux adultes bien portants. Si vous rencontrez des difficultés, contactez-nous ou prenez conseil auprès d'une personne qualifiée.
- Gardez en tête qu'il existe toujours un risque de blessure lorsqu'on travaille avec des outils et que l'on fait un travail technique. Faites attention et utilisez des gants pour protéger vos mains.
- Enlevez les emballages et posez les pièces par terre dans un espace libre. Cela donne une idée d'ensemble et facilite le processus de montage. Vérifiez avec la liste des pièces que rien ne manque. Débarrassez-vous des emballages une fois l'assemblage terminé.
- Travaillez sur une surface sécurisée. Ne laissez pas d'outils dans l'espace de travail.
- Placez le trampoline au niveau du sol, de préférence sur la pelouse. Placer le trampoline sur une surface dure peut tendre le cadre et provoquer à l'usure des dégâts non couverts par la garantie. Le trampoline peut basculer sur un sol inégal.
- Il est nécessaire d'avoir un espace libre de 7.30 m au-dessus du trampoline. Il faut aussi de la distance entre le trampoline et toutes sources de dangers éventuels telles que des câbles électriques, des branches d'arbre, des jouets, une piscine ou des barrières.
- Après l'installation du produit selon les instructions du manuel, vérifiez que les vis, les boulons et les écrous sont bien vissés et serrés fermement et que les joints sont bien scellés.
- Pour plus de stabilité, lester les pieds du trampoline avec des sacs de sable. Cela va empêcher qu'il bascule en cas de fortes pressions.

- N'installez jamais le trampoline lorsque le temps est pluvieux et qu'il y a de fortes rafales de vent, des orages et surtout des éclairs. En cas d'intempéries, il est recommandé de démonter le trampoline et de le ranger au sec.
- Ne transformez pas le produit ; utilisez-le seulement comme c'est indiqué dans le manuel.

## Entretien et Maintien

- Contrôlez toujours le trampoline avant chaque utilisation : vous pourrez ainsi déceler des anomalies ou des pièces défectueuses qui remettent en cause la sécurité. Toute pièce endommagée ou usée doit être changée immédiatement. Il est interdit de se servir du trampoline tant que les réparations ne sont pas effectuées.
- La zone du trampoline doit toujours être bien éclairée.
- Ne placez rien sous le trampoline.
- Les réparations doivent être effectuées uniquement par des techniciens qualifiés qui utilisent seulement les pièces de rechange originales. Ne pas faire les réparations selon les règles, peut compromettre la sécurité de votre trampoline.
- Des fortes rafales peuvent faire basculer le trampoline. En cas de prévision d'intempéries, attachez-le au sol fermement avec des cordes et des amarres ou démontez-le et mettez-le à l'abri.
- Evitez de changer le trampoline de place, il pourrait se tordre pendant le transport. Si c'est vraiment nécessaire, soyez au moins quatre personnes autour du cadre pour le soulever du sol. Le trampoline doit être porté horizontalement et si le cadre se tord, les quatre personnes doivent le remettre en forme.
- Utilisez le trampoline uniquement si la toile de saut est propre et sèche. Une toile de saut endommagée ou usée doit être remplacée immédiatement.

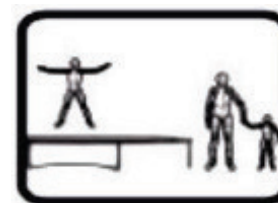
## Directives de Sécurité

Pour réduire les risques de blessures, veuillez lire attentivement et suivre scrupuleusement toutes les consignes et les conseils de sécurité.

- Ce produit est conçu pour un usage personnel. Il n'est pas adapté à un usage professionnel ou pour des soins médicaux.
- Une seule personne à la fois ! Plusieurs utilisateurs multiplient les chances de collision.



- Ne faites pas de sauts périlleux sur le trampoline car vous pourriez atterrir sur la tête ou le cou ce qui peut engendrer la paralysie ou la mort.
- Les enfants n'ont pas conscience des dangers potentiels de ce produit. Ne laissez pas les enfants jouer sur le trampoline sans la supervision d'un adulte.
- Les trampolines de plus de 51cm de hauteur ne sont pas recommandés pour les enfants de moins de 6 ans.



## Avertissements

- Ne permettez l'usage du trampoline sans autorisation.
- Ne pas utiliser le trampoline si vous êtes enceinte ou si vous avez une tension artérielle élevée.
- Ne fumez pas sur le trampoline. Ne faites pas de trampoline sous l'emprise de l'alcool ou de la drogue ou de médicaments.
- Protégez le produit contre l'humidité et les températures élevées.
- Ne mettez pas de cigarettes, d'animaux domestiques, d'objets pointus sur le trampoline.



- N'exposez pas le trampoline aux flammes.
- Le cadre en métal du trampoline est conducteur d'électricité. Aucun équipement électrique (lumière, rallonges...) ne doit rentrer en contact avec le trampoline.
- Ne pas utiliser le trampoline à côté d'autres jeux ou de sites de construction.
- Ne rien mettre sous le trampoline lorsque quelqu'un saute sur la toile. La toile est souple et la force engendrée par le sauteur peut provoquer de sérieuses blessures.



- Ne laissez pas des enfants seuls approcher le trampoline. Appliquez les règles de sécurité et supervisez toutes les activités sur le trampoline. Faites attention : le matériel d'emballage n'est pas un jouet et peut provoquer l'étouffement !

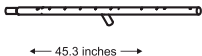
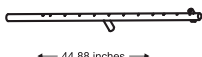
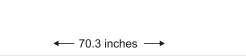
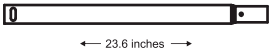
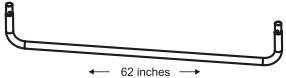
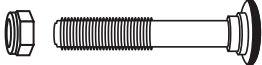
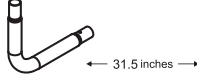
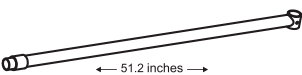
## Utilisation Correcte

- Le poids maximum sur le trampoline est de 400 lb (180 kg). Surchargez le trampoline provoque des dégâts.
- Une seule personne à la fois peut sauter sur le trampoline !
- Evitez l'utilisation du trampoline sans supervision.
- Ne pas utilisez le trampoline s'il est humide.
- Ne portez pas de chaussures lorsque vous sautez. Cela abime la toile de saut.
- Ne vous asseyez pas ou ne vous appuyez pas sur les coussins de protection afin qu'ils restent souples pour suivre le mouvement de la toile.
- Enlevez les objets dangereux de l'espace de jeu.
- Ne permettez pas aux petits enfants de se hisser sur le trampoline en utilisant les coussins car cela peut endommager les coussins et cela peut compromettre la sécurité du trampoline.
- Evitez les vêtements lâches avec des accessoires qui pourraient se coincer dans le trampoline.
- Faites attention en grimpant dans le trampoline. Ne sautez pas dedans directement. Ne l'utilisez pas comme un tremplin pour d'autres activités. On peut se blesser en n'atterrissant pas dans une bonne position si l'on saute dans le trampoline. On risque de se cogner contre le cadre ou les coussins de protection.

Il est de la responsabilité du propriétaire ou du superviseur de s'assurer que tous les utilisateurs du trampoline soient informés des mesures de sécurité et qu'il y ait suffisamment d'espace autour du trampoline pour plus de sécurité.

Apprenez et maîtrisez les techniques de saut de base avant d'essayer des figures plus compliquées. Voir la section : Techniques de saut de base pour plus d'information.

# LISTE DES PIECES DU TRAMPOLINE

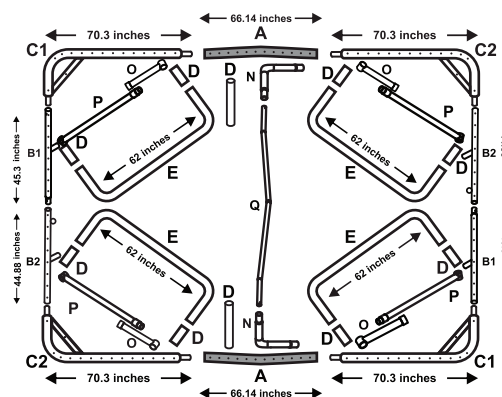
|                          | ARTICLE | DESCRIPTION                       | IMAGE                                                                                | MODELE       | QTY | QTY |
|--------------------------|---------|-----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-----|-----|
| <input type="checkbox"/> | A       | Rail supérieur A                  |     | UBRPTR1-1017 | 2   |     |
| <input type="checkbox"/> | B       | Rail supérieur B                  | B1  | UBRPTR2-1017 | 2   |     |
| <input type="checkbox"/> |         |                                   | B2  | UBRPTR3-1017 | 2   |     |
| <input type="checkbox"/> | C       | Tube pour coin                    | C1  | UBRPCT1-1017 | 2   |     |
| <input type="checkbox"/> |         |                                   | C2  | UBRPCT2-1017 | 2   |     |
| <input type="checkbox"/> | D       | Rallonge de pied                  |     | UBRPLE-1017  | 10  |     |
| <input type="checkbox"/> | E       | Pied de support                   |     | UBRPL1-1017  | 4   |     |
| <input type="checkbox"/> | F       | Toile de saut                     |     | UBRPM-1017   | 1   |     |
| <input type="checkbox"/> | G       | Coussins                          |   | UBRPP-1017   | 1   |     |
| <input type="checkbox"/> | H       | Ressorts                          |   | UBHWD-SP-7   | 108 |     |
| <input type="checkbox"/> | I       | Vis et écrous pour rail supérieur |   | UBRPRS-1017  | 10  |     |
| <input type="checkbox"/> | J       | Vis pour support pied             |   | UBRPSW-1017  | 22  |     |
| <input type="checkbox"/> | K       | Rondelles                         |   | UBRPSW-1017  | 32  |     |
| <input type="checkbox"/> | L       | Outil de fixation des ressorts    |   | UBHWD-TH     | 1   |     |
| <input type="checkbox"/> | N       | Support pour coin                 |   | UBRPN-1017   | 2   |     |
| <input type="checkbox"/> | O       | Support court pour pied           |   | UBRPLS2-1017 | 4   |     |
| <input type="checkbox"/> | P       | Support long pour pied            |   | UBRPLS1-1017 | 2   |     |
| <input type="checkbox"/> | Q       | Support intermédiaire             |   | UBRPL2-1017  | 1   |     |

# INSTRUCTIONS POUR L'ASSEMBLAGE

## Etape 1

### Positionnement du cadre

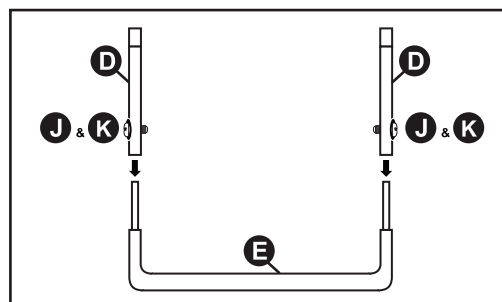
Poser les pièces du cadre sur le sol pour commencer de former un rectangle avec les rails supérieurs. Faites attention de garder les tubes dans la même direction tout autour du rectangle.



## Etape 2

### Construction des Pieds

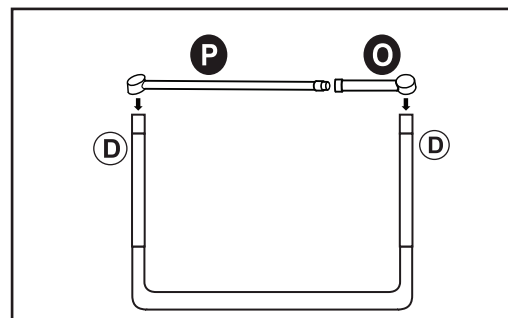
Attachez les rallonges de pieds (pièce D) aux supports (pièce E) et fixez fortement avec les vis (pièce J) et les rondelles (pièce K). Répétez cette opération pour les 4 pieds.



## Etape 3

### Attachez les Tubes de Soutien Intermédiaires aux Pieds

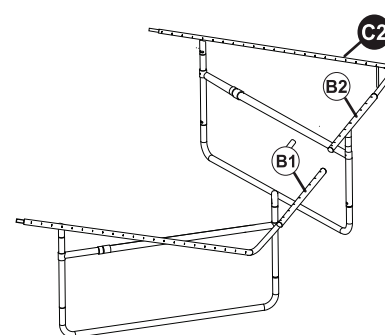
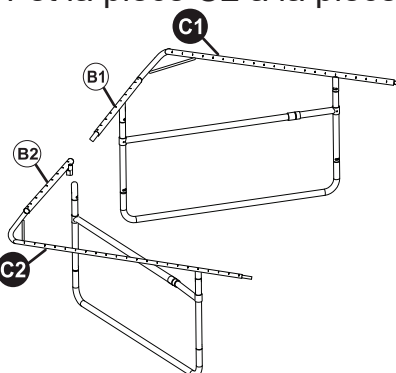
Attachez ensemble la pièce P et la pièce O. Une fois attachées, connectez les tubes aux pieds en insérant les rallonges (pièce D) dans les pieds. Faites glisser les tubes sur les rallonges des pieds aussi loin que possible. Répétez cette opération sur les 4 pieds.



## Etape 4

### Assemblage des coins du cadre

Posez les pièces du trampoline comme c'est indiqué sur le dessin. Connectez les tubes de coin (pièce C) aux rails supérieurs (pièce B) à l'aide de vis et des écrous (pièce I). La pièce C1 se rattache à la pièce B1 et la pièce C2 à la pièce B2. Puis fixez les coins aux bases des pieds avec des vis et des rondelles (pièces J et K) comme sur le schéma.



### Remarque :

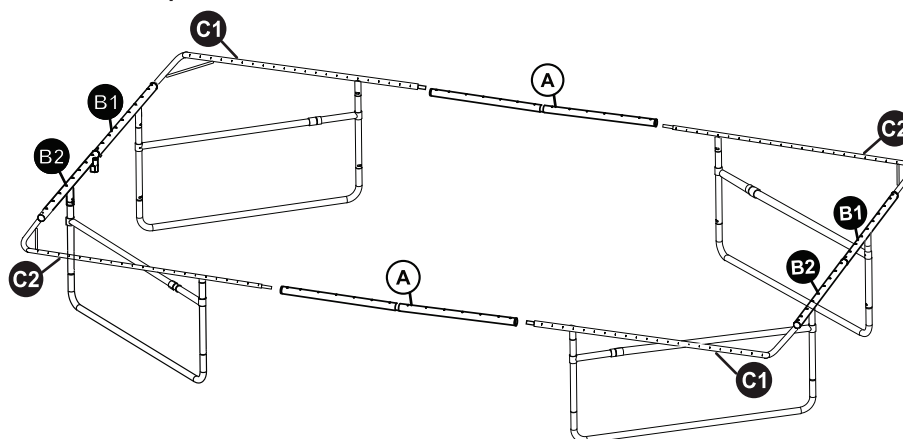
Assurez-vous que tous les trous pour les vis qui connectent les rails B aux pieds soient bien face à l'intérieur du cadre.



## Etape 5

### Assemblage du cadre

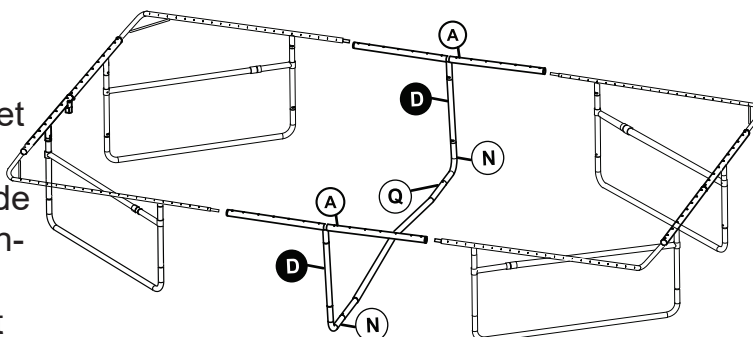
Attachez les deux rails supérieurs B1 et B2. Attachez la pièce A (sur la longueur du trampoline) aux coins (pièce C) en faisant attention que le long côté de C est bien placé sur la longueur du trampoline comme sur le schéma. Fixez avec des vis et des écrous (pièce I).



## Etape 6

### Assemblage du pied de base central

Prenez deux rallonges de pied (pièce D) et connectez-les aux rails supérieurs du milieu (pièce A). Puis attachez les tubes de soutien pour les coins (pièce N) aux rallonges de pied (pièces D) en vous assurant d'attacher les pieds aux côté le plus court des tubes de soutien pour les coins. Puis connectez le tube de soutien intermédiaire (pièce Q) aux coins (pièces N).



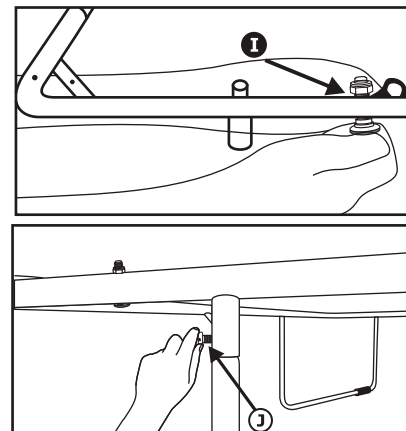
### IMPORTANT

Vous pourriez rencontrer des difficultés lors de la connexion du tube de soutien intermédiaire (pièce Q) au coin (pièce N) car il peut être trop court. Il vous faudra attacher la toile de saut d'abord selon les instructions page 10. Après avoir attaché la toile, il sera aisé d'attacher la pièce Q. Fixez avec des vis et des rondelles.

## Etape 7

### Fixation du Cadre

Fixez toutes les pièces du cadre ensemble à l'aide de vis et d'écrous (pièces I). Serrez très fermement. Assurez-vous d'utiliser les pièces adéquates : les pièces I pour les rails supérieurs et les pièces J et K pour les pieds.

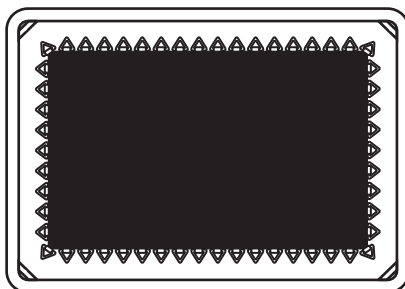


# ASSEMBLAGE DE LA TOILE DU TRAMPOLINE

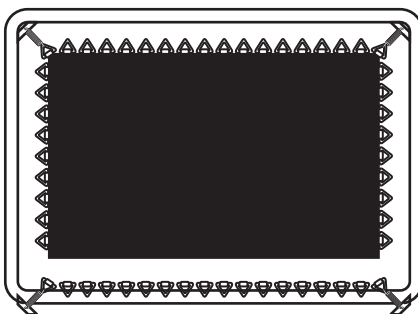
## AVERTISSEMENT :

Faites attention où vous placez vos mains pendant la mise en place des ressorts. On risque de se pincer aux points de jonction !

### 1. Posez la toile de trampoline à l'intérieur du cadre.

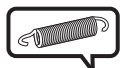


### 2. Attachez les quatre ressorts de coin au rail supérieur.



#### Remarque :

Vérifiez qu'il y a bien le même nombre de bagues en V entre les ressorts que le nombre de trous dans le cadre entre les ressorts.

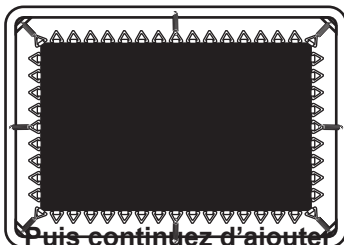


1



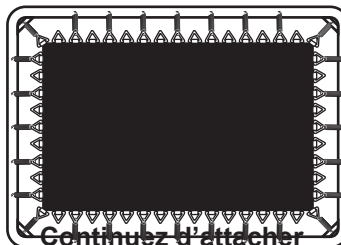
Attachez en premier  
les 4 ressorts de coin

2



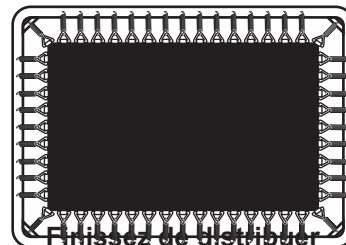
Puis continuez d'ajouter  
4 ressorts au centre  
de chaque quart

3



Continuez d'attacher  
tous les quelques ressorts

4



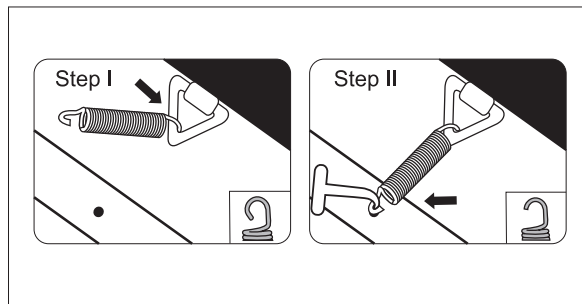
Finissez de distribuer  
tous les ressorts

## Comment utiliser l'outil de fixation des ressorts

**1ère étape :** Accrochez la partie la plus incurvée du ressort aux bagues triangulaires de la toile de trampoline.

**2ème étape :** Tendez l'outil de fixation des ressorts et accrochez-le à l'autre extrémité du ressort. Etirez dans la direction du cadre du trampoline jusqu'à ce que l'extrémité du ressort soit alignée au trou dans le cadre du trampoline.

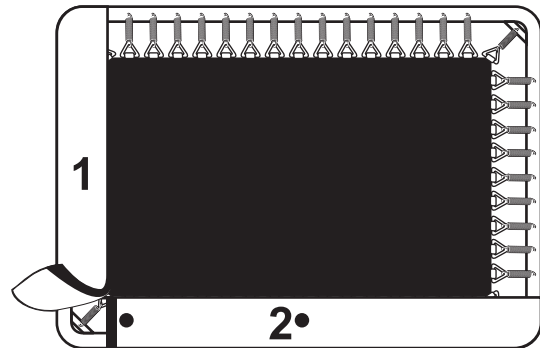
**3ème étape :** Faire glisser le bout du ressort dans le trou tout en dégageant l'outil.



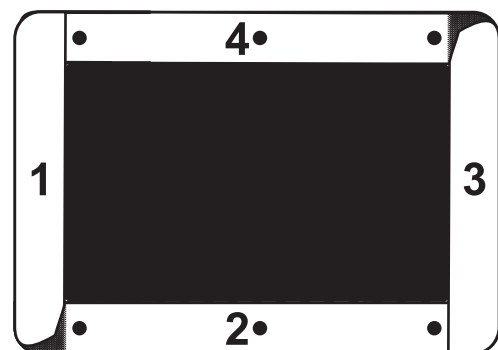
# ASSEMBLAGE DES COUSSINS DE PROTECTION

Le montage de votre trampoline est presque terminé. Tous les ressorts sont en place. Avant d'utiliser le trampoline, veuillez attacher les coussins de protection fournis.

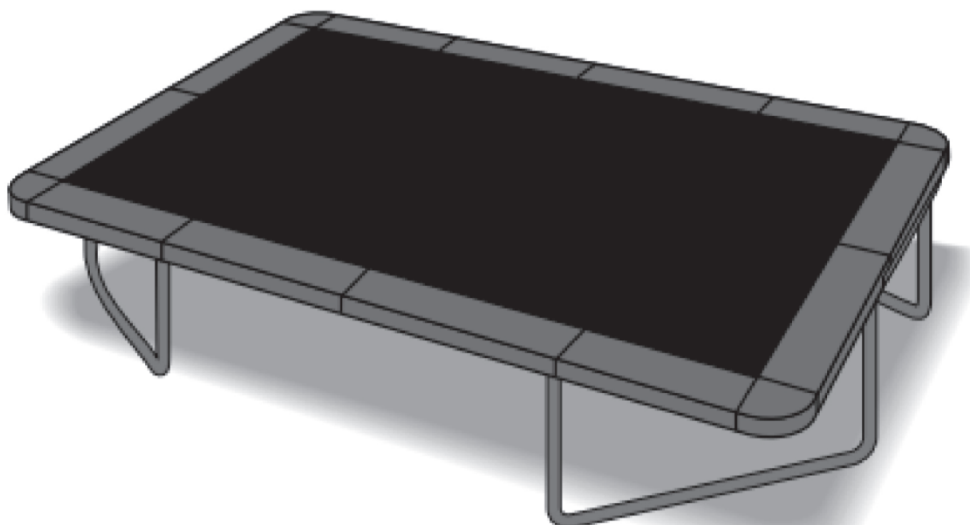
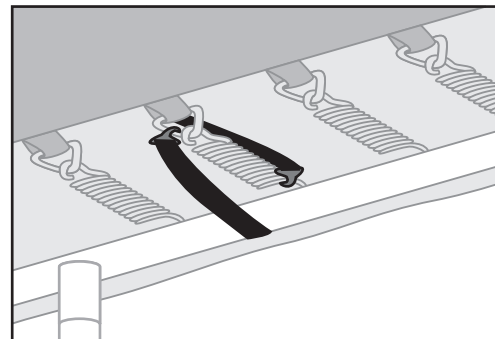
- 1.** Posez deux côtés de coussins comme on le voit sur l'illustration et reliez-les avec la bande de velcro qui y est attachée.



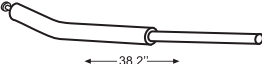
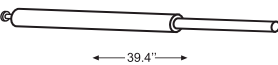
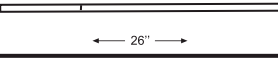
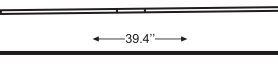
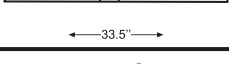
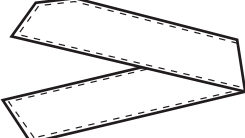
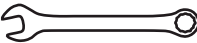
- 2.** Posez les deux autres coussins et reliez-les avec le velcro.



- 3.** Attachez toutes les lanières des coussins sur le rail supérieur du trampoline. Le coussin du milieu a un set de lanières munis de deux crochets en forme de S au bout. Attachez un crochet en forme de S aux ressorts de la toile et l'autre crochet en forme de S aux bagues en forme de V de la toile. Attachez les crochets par en dessous de la toile.



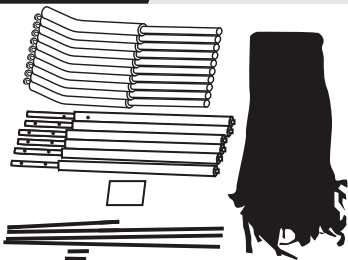
# LISTE DES PIÈCES DE L'ENCEINTE 1017

|                          | ARTICLE | DESCRIPTION                          | IMAGE DE LA PIÈCE                                                                   | MODELE              | QTY | QTY |
|--------------------------|---------|--------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|-----|-----|
| <input type="checkbox"/> | A       | Capuchon en plastique avec ouverture |    | UBRPPC-814,915,1017 | 10  |     |
| <input type="checkbox"/> | B       | Tube partie haute avec mousse        |    | UBRPUP-814,915,1017 | 10  |     |
| <input type="checkbox"/> | C       | Tube partie basse avec mousse        |    | UBRPLP-814,915,1017 | 10  |     |
| <input type="checkbox"/> | D       | Tiges en fibre de verre              |    | UBRPFG3-1017        | 2   |     |
| <input type="checkbox"/> |         |                                      |    | UBRPFG1-1017        | 8   |     |
| <input type="checkbox"/> |         |                                      |    | UBRPFG2-1017        | 6   |     |
| <input type="checkbox"/> | E       | Filet de protection pour enceinte    |    |                     | 1   |     |
| <input type="checkbox"/> | F       | Vis pour poteau                      |    | UBRPPS-814,915,1017 | 20  |     |
| <input type="checkbox"/> | G       | Manche en PVC                        |   | UBRPRS-1017         | 10  |     |
| <input type="checkbox"/> |         |                                      |                                                                                     |                     |     |     |
| <input type="checkbox"/> | H       | Clef                                 |  |                     | 1   |     |
| <input type="checkbox"/> | I       | Coins en fibre de verre              |  | UBRPCC-1017         | 4   |     |
| <input type="checkbox"/> | J       | Bouton clip                          |  |                     | 4   |     |
| <input type="checkbox"/> | K       | Grande corde                         |  | UBRPR-1017          | 1   |     |
| <input type="checkbox"/> | L       | Vis pour capuchon                    |  |                     | 10  |     |

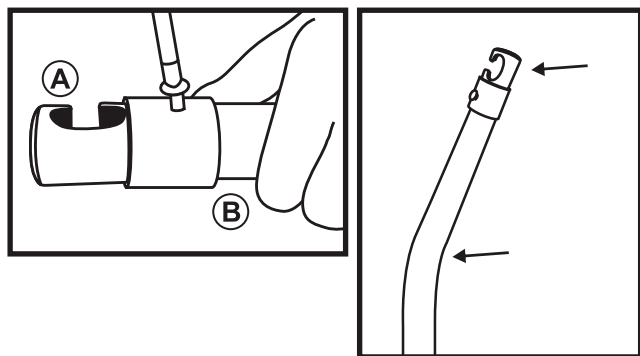
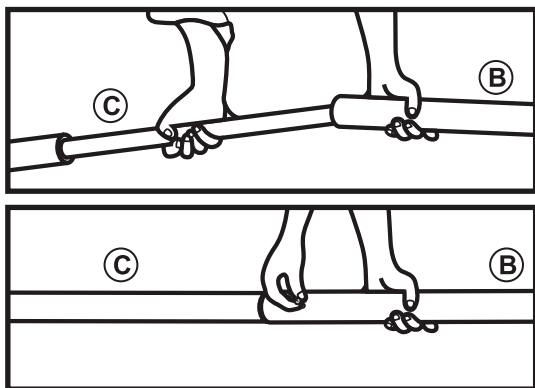
## ASSEMBLAGE DE L'ENCEINTE DE PROTECTION

### AVERTISSEMENT :

Il faut deux adultes en bonne condition physique pour procéder à l'assemblage suivant. Pour votre sécurité, portez des chaussures et des vêtements adéquats. Vous pourriez vous blesser si vous ne suivez pas ces instructions.



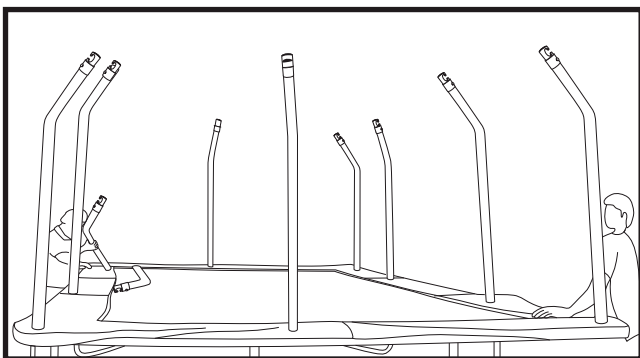
1. Etalez toutes les pièces avant d'assembler. Prenez en compte que les pièces sont parfois légèrement différentes de l'illustration selon les modèles de trampoline.



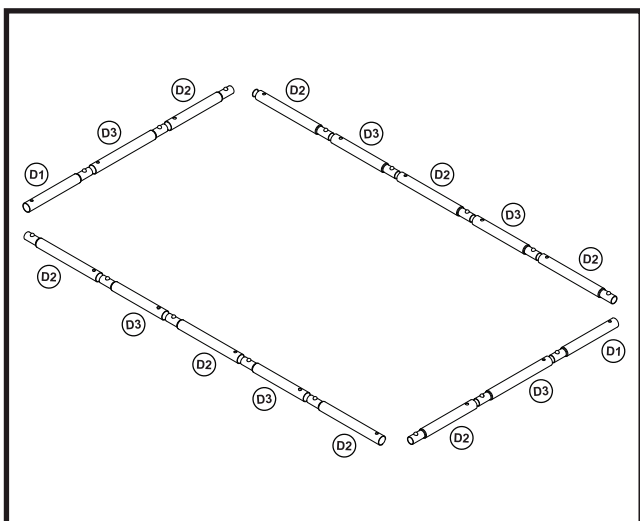
2. Connectez les tubes inférieurs aux tubes supérieurs en insérant dans la partie la plus droite du tube supérieur. Fixez avec des vis au point de rencontre. Assurez-vous que la mousse EPE recouvre bien les tubes.

3. Enfoncez le capuchon (A) sur l'extrémité supérieure du tube partie haute (B). Répétez l'opération sur chaque tube. Observez l'image pour voir dans quelle position attacher le capuchon. L'ouverture du capuchon doit se trouver vers l'extérieur.

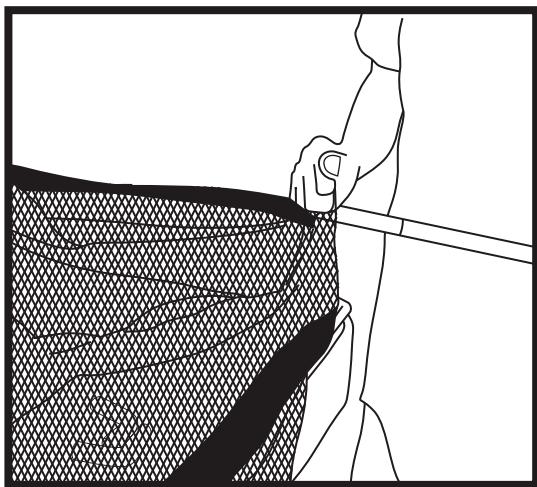
4. Couvrez tous les tubes avec les manches en PVC (G)



5. Placez les tubes assemblés coiffés par les capuchons dont l'ouverture fait face à l'extérieur du trampoline et vissez-les tubes dans la cadre du trampoline avec des vis.

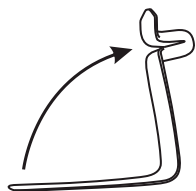
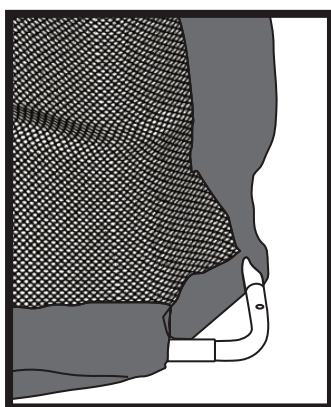


6. Connectez le cadre en fibre de verre en utilisant 5 morceaux en fibre de verre pour faire le long côté et 3 morceaux pour faire le petit côté. Aidez-vous du schéma sur la gauche.



7. Insérez la fibre de verre dans le fourreau du filet de sécurité. Les tiges longues pour le long coté et les courtes pour la largeur comme indiqué précédemment.

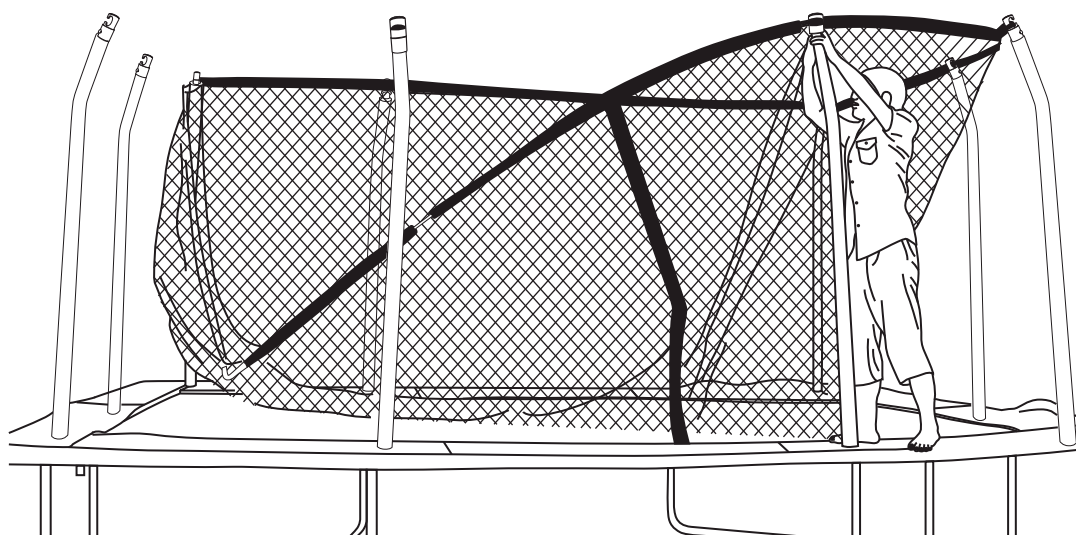
**Remarque : Assurez-vous que l'ouverture du filet (la fermeture éclair) est placée sur la longueur du trampoline.**



8. Après avoir inséré la fibre de verre de tous les côtés du filet de l'enceinte, faites se rejoindre la longueur et la largeur par des coins (pièces J)

**Remarque : Procédez à cette étape lorsque le filet est posé sur la toile du trampoline à l'intérieur du cadre. Vous l'attacherez après aux tubes.**

Les boutons clic doivent être insérés dans les pièces de coin. Appuyez sur le clic et enfoncez-le bouton jusqu'au bout de la pièce de coin. Assurez-vous que le clic réapparaisse hors de l'ouverture.

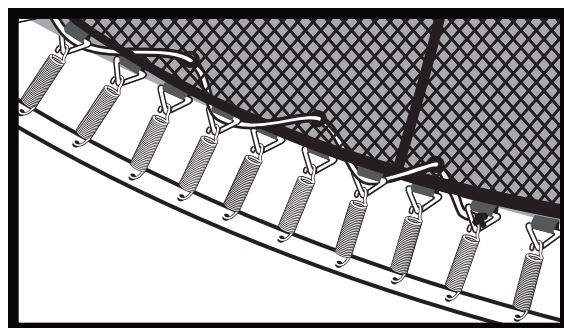
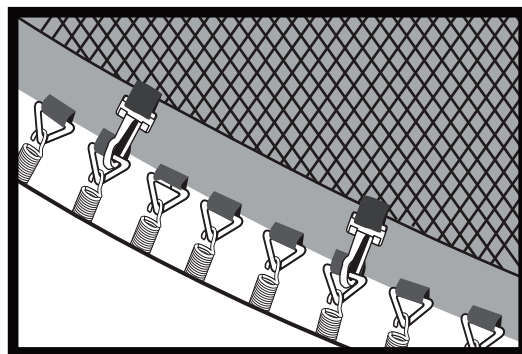


9. Connectez la fibre de verre à l'extrémité supérieure des poteaux en les insérant dans l'ouverture des capuchons. Répétez l'opération 10 fois.

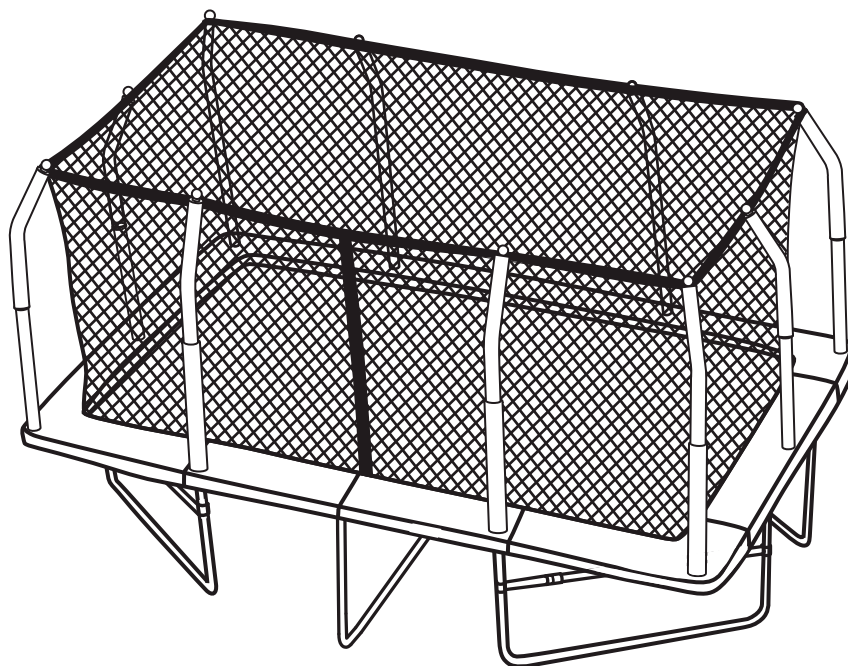


# FIXATION DU FOND DU FILET

1. Attachez le filet aux bagues en forme de v autour de la toile du trampoline en utilisant les clips d'attaches à intervalles réguliers. Cela maintient le filet en place et permet le passage de la corde.
2. Attachez un bout de la corde en la nouant sur la bague en forme de v la plus proche d'un des côtés de la fermeture éclair.
3. Faites passer la corde en zigzag toutes les deux bagues en v autour du trampoline dans la direction opposée à la fermeture éclair.
4. Lorsque vous avez terminé et atteint l'autre côté de la fermeture éclair, fixez l'autre bout de la corde en faisant un nœud dans la bague en v la plus proche de ce côté-là de l'entrée.



Votre filet de sécurité de trampoline est complètement fixé. Suivez les consignes de sécurité dans 'Testez le Trampoline' avant l'utilisation du filet.



# TESTEZ LE TRAMPOLINE

**Après le montage, il est important de procéder à des vérifications :**

## **Contrôles de sécurité pour le trampoline :**

- A l'aide d'un tournevis, vérifiez que toutes les vis sont serrées fermement.
- Regardez sous le trampoline, assurez-vous que tous les ressorts sont accrochés entre le cadre et les bagues en triangle.
- Faites bouger le trampoline de tous les côtés et vérifiez la solidité du cadre.
- Mettez tout le poids du corps à l'aide de vos deux mains sur une partie du trampoline puis relâchez pour voir si le sol est plat.
- Inspectez les coussins de protection et vérifiez qu'ils recouvrent tous les éléments métalliques (les ressorts et le cadre).
- Vérifiez que les cordes des coussins de protection sont attachées fermement.

## **Vérifications du filet d'enceinte :**

- Tenez le filet de protection et vérifiez que tous les poteaux sont solides en les secouant.
- Vérifiez que le filet de protection n'est pas déchiré sur les points de couture ou dans le tissu.
- Assurez-vous que la fermeture éclair du filet d'enceinte et les crochets d'entrée fonctionnent normalement.
- Vérifiez que le filet d'enceinte de protection est bien attaché aux bagues en forme de triangle en essayant de le soulever à intervalles réguliers. Si vous détectez des espaces, resserrez la corde d'attache jusqu'à ce que l'espace disparaisse.

Après avoir passé tous les tests initiaux, il reste un dernier contrôle : une personne saute au centre du trampoline sans arrêt pendant 5 minutes. Si la structure est stable, votre trampoline a rempli toutes les consignes de sécurité.

Félicitations, vous avez terminé le montage du trampoline ! N'oubliez pas de respecter les consignes de sécurité. Amusez-vous et ne prenez pas de risques...

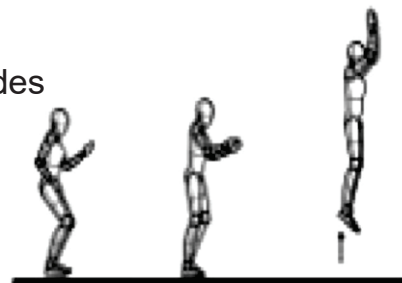
### **A NOTER :**

Après un certain temps, il arrive qu'il faille parfois remplacer des éléments du trampoline qui sont usés ou déchirés. Rendez-vous chez votre fournisseur.

**Il est recommandé que tous les utilisateurs du trampoline se familiarisent avec les sauts de base. Faites des exercices jusqu'à la maîtrise totale des sauts.**

## Le saut de base

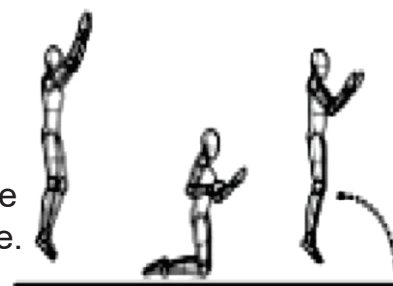
- Démarrez en position debout, les pieds écartés de la largeur des épaules, la tête droite et les yeux fixés sur la toile de saut.
- Elancez les bras en avant et vers le haut, au-dessus de votre tête en effectuant des mouvements circulaires.
- Une fois en l'air, resserrez les jambes et pointez les pieds vers le bas.
- Au moment d'atterrir sur le tapis, gardez les pieds écartés de la largeur de vos épaules.



## Techniques de freinage

Il arrive que l'on perde contrôle du saut et que le rebond soit violent. En appliquant les techniques de freinage on peut retrouver le contrôle du saut et l'équilibre.

- Commencez par un saut de base
- En atterrissant, pliez les genoux fermement : cela provoque l'arrêt du saut.



## Le saut sur les mains et les genoux

- Commencez par un saut de base de faible amplitude.
- Atterrissez sur les mains et les genoux, en gardant le dos droit.
- Mettez l'accent sur une bonne position d'atterrissage sur 4 points et non pas sur la hauteur du saut.

## Le saut sur les genoux

- Commencez par un saut de base de faible amplitude
- Atterrissez sur les genoux en gardant le dos droit et une ferme position du corps en tendant les bras pour maintenir l'équilibre.
- Rebondissez en position de base en lançant les bras vers le haut.

## Le saut assis

- Atterrissez en position assise
- Placez les mains sur le tapis de chaque côté des hanches
- Poussez sur les mains pour revenir en position debout.



#### Autres Accessoires :

|                                                                                                 |                    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|
| Echelle                                                                                         | UBL3S-42-G         |
| Echelle avec marches plates                                                                     | UBLBFS3-42         |
| Range-chaussures                                                                                | UBSHB-3            |
| Kit d'ancrage pour trampoline- Set de 4                                                         | UBHWD-AK-4         |
| Kit d'ancrage de fixation avec vrille –Set de 4                                                 | UBHWD-AKB-4        |
| Outil de tension des ressorts (crochet en forme de T)                                           | UBHWD-TH           |
| Skate Upper Bounce pour sauter                                                                  | UB-TJB             |
| Ressorts                                                                                        | UBHWD-SP-7-15      |
| Bâche de protection économique contre intempéries pour 2.74m× 4.57m cadres rectangulaires- Noir | UBWCRTG-159-BK     |
| Manches de protection en mousse pour poteau de 1.10m diamètre 3.80cm set de 12- Bleu            | UBFS44-1.5D-B-S12  |
| Manches de protection en mousse pour poteau de 1.10m diamètre 3.80cm set de 16 -Bleu            | UBFS44-1.5D-B-S16  |
| Manches de protection en mousse pour poteau de 1.10m diamètre 3.80cm set de 12- Noir            | UBFS44-1.5D-BK-S12 |
| Manches de protection en mousse pour poteau de 1.10m diamètre 3.80cm set de 16- Noir            | UBFS44-1.5D-BK-S16 |
| Manche de protection pour poteau- set de 4- Bleu                                                | UBFPS-4            |
| Manche de protection pour poteau- set de 6- Bleu                                                | UBFPS-6            |



## PIÈCES DE RECHANGE POUR TRAMPOLINE

Nous fournissons non seulement une grande variété de trampolines mais nous sommes aussi fiers de notre large sélection de pièces de rechange adaptables à toutes les marques de trampoline.

Si vous avez des difficultés à trouver des pièces de rechange pour votre trampoline, envoyez-nous un email à [sales@upperbounce.com](mailto:sales@upperbounce.com)

Ou téléphonez au **188-965-3331**

Pour ce qui concerne la garantie, envoyez un email à [\*\*support@upperbounce.com\*\*](mailto:support@upperbounce.com)

Notre équipe du service clientèle a été spécialement formée pour vous aider à trouver la pièce exacte qui vous permettra de bondir à nouveau.

Nous n'oublions jamais notre but...  
**Faites confiance à Upper Bounce !**

**Recevez  
15% de réduction  
sur tout achat de  
pièce de rechange ef-  
fectué chez nous**

**CODE:  
15OFFMANUAL**



N'hésitez pas à feuilleter notre guide d'achat pour y découvrir toutes les pièces de trampoline sur le site :

**[www.upperbounce.com/buyingguide](http://www.upperbounce.com/buyingguide)**



Pour procéder à l'échange d'une pièce allez sur le site :

**[www.upperbounce.com/exchange](http://www.upperbounce.com/exchange)**



**1-888-965-3331**



**Upper Bounce Inc.  
2 Mill St. Cornwall NY 12518**



**[www.upperbounce.com](http://www.upperbounce.com)**



**[support@upperbounce.com](mailto:support@upperbounce.com)**