









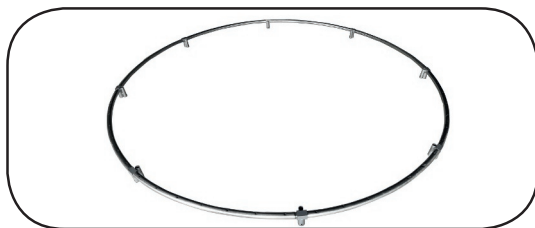
## Krok 1

Nasuňte nástavce nohy na nohu ve tvaru U a zašroubujte šroubky. Stejně sestavte všechny nohy trampolíny.



## Krok 2

Spojte všechny trubky rámu pomocí T-spoje tak, aby vytvořily kruh. Spojení posledních dvou dílů vyžaduje pomoc druhé osoby, která by měla přidržovat protější stranu kruhu.



## Krok 3

Přípevněte nohy trampolíny ke kruhovému rámu a vše zajistěte šroubky.



## Krok 4

Skákací plocha musí být umístěna křížem/logem nahoru. První čtyři pružiny zahákněte vždy proti sobě tak, aby vytvořily tvar kříže. Tím dojde k souměrnému napnutí skákací plochy. Stejným způsobem umístěte zbyvající pružiny.

**UPOZORNĚNÍ:** Pro napínání pružin použijte napínací nářadí, které je součástí balení a věnujte zvýšenou pozornost ochraně očí a rukou.





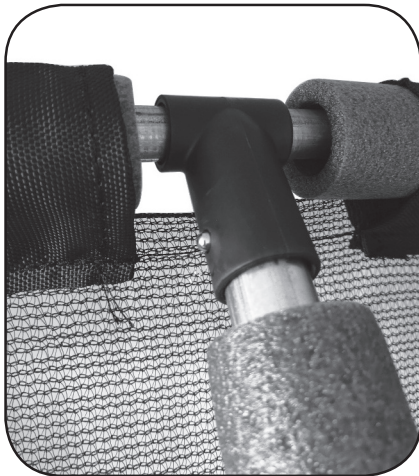
### Krok 9

Vydvihněte takto vzniklou obruč i se sítí do výšky a připojte dolní ústí T-spojů ke stojnám ochranné sítě.



### Krok 10

Ujistěte se, že všechny aretační kolíky jsou řádně zacvaknuté.



### Krok 11

Provlékněte upínací lanko otvory v ochranné síti a zároveň poutky na skákací ploše. Po ukončení montáže ještě znovu zkontrolujte všechny spoje a pevně dotáhněte.



### Krok 12

Vaše trampolína je nyní sestavená. Konstrukci zabezpečte kotvicí sadou (není součástí balení) proti vlivu povětrnostních podmínek a jako aretaci proti nežádoucímu posunutí.



## Gratulujeme, nyní je vaše trampolína připravena k použití

**Před použitím trampolíny se poradte se svým lékařem, zda je pro vás tato aktivita vhodná a bezpečná.**

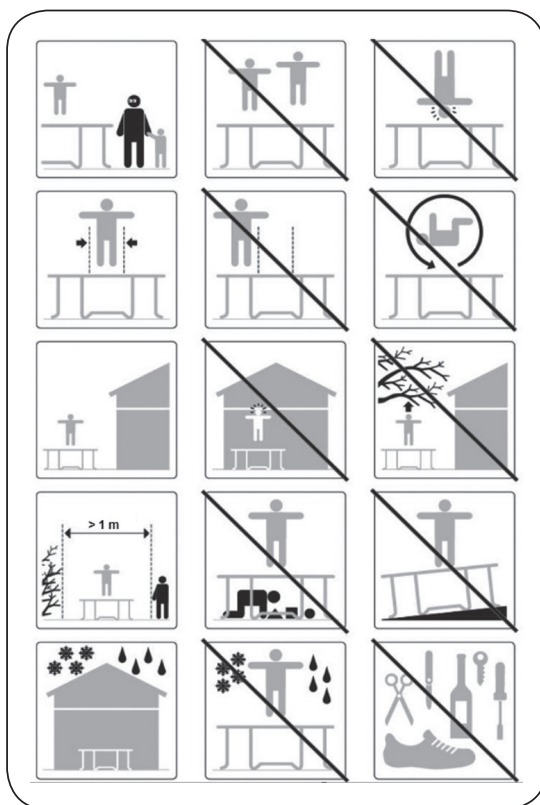
Před každým použitím trampolínu zkontrolujte. Zvýšenou pozornost věnujte skákací ploše a případně chybějícím či uvolněným dílům.

- Na trampolíně smí skákat pouze 1 osoba.
- Není dovoleno skákat salta, přemety a kotouly. Může dojít k vážnému zranění nebo dokonce úmrtí.
- Majitel trampolíny či dozorující osoba jsou plně odpovědní za správné používání trampolíny všemi uživateli.
- Pokud nemůžete zajistit dohled nad aktivitami na trampolíně, nepoužívejte ji.
- Dozorující osoba je odpovědná za umístění bezpečnostní plakety na trampolínu, která je součástí tohoto návodu. Dále musí zajistit, aby se všichni seznámili s bezpečnostními pravidly pohybu na trampolíně.
- Dozorující osoba musí být vždy přítomna bez ohledu na stáří a zkušenosti uživatele.
- Pokud trampolínu nepoužíváte, bezpečnostní síť uzavřete zipem i přezkami a žebřík uklidte na bezpečné místo.
- Maximální váha uživatele nesmí přesáhnout stanovený limit trampolíny:  
pro trampolíny do 244 cm = 50 kg  
pro trampolíny od 305 do 457 cm = 150 kg
- Nedodržení pravidel bezpečného používání může vést k vážným úrazům.
- Seznamte se s technikou skákání a chováním skákací plochy. Mějte vaše tělo neustále pod kontrolou.
- Neskákejte úmyslně do ochranné sítě.
- Odložte oděvy s háčky a ostrými konci.
- Skákejte bez obuvi.
- Vyvarujte se skoků na kryt pružin, hrozí protržení.
- Nevytahujte se pomocí krytu pružin a nevstupujte na pružiny.
- Neskákejte na trampolínu z vyšších míst a ani neskákejte z trampolíny na zem.
- Před vstupem na trampolínu odložte všechny předměty z kapes.
- Během skákání není dovoleno mít cokoli v ústech nebo rukách.
- Trampolína je určená dospělým a dětem od 3 let.
- Asistujte malým dětem při nástupu a následném slezení z trampolíny.
- Po skončení montáže zkontrolujte, zda jsou všechny pružiny pevně zaháknuty v rámu a bezpečností lanko sítě je správně provlečené a přivázané.
- Pružiny musí být zcela zakryty.
- Stabilitu trampolíny je možné zvýšit položením pytlů s pískem na nosné nohy.
- Po kompletní kontrole všech spojů skákejte ve středu trampolíny cca 5 minut. Poté znovu proveďte kontrolu. Pokud bude všechno v pořádku, trampolína je připravená k používání.



## Trampolínu nepoužívejte

- při špatném osvětlení
- v případě těhotenství nebo vysokého tlaku
- v blízkosti vody
- při silném větru a dešti
- v případě, že skákací plocha je mokrá
- pod vlivem látek ovlivňujících dobu reakce, prostorové vidění a koordinační schopnosti
- pokud se pod ní nacházejí jakékoli předměty nebo osoby
- pokud jsou na skákací ploše jakékoli předměty



Na trampolíně smí skákat pouze 1 osoba. Více osob zvyšuje riziko úrazu.



Není dovoleno skákat salta, přemety a kotouly. Může dojít k vážnému zranění nebo dokonce úmrtí.





## Pečujte o trampolínu

V případě silného větru a deště trampolínu zabezpečte ukotvením nebo rozebráním a uložením na bezpečné místo. Ukotvením je třeba zajistit jak horní, tak dolní část trampolíny. Při silném až extrémním větru nebo při náhlých poryvech větru nemusí být ukotvení účinné. Při očekávání silného větru doporučujeme z trampolíny demontovat ochrannou síť a trampolínu dodatečně zajistit (např. betonové bloky na nohy apod.). Opravy smí provádět pouze kvalifikované osoby za použití originálních náhradních dílů. Neodborné zásahy mohou snížit životnost trampolíny.

Během chladnějších a deštivých měsíců trampolínu uložte na místo, kde nebude vystavena vysokým nebo naopak nízkým teplotám a slunečnímu záření. Při dlouhodobém nepoužívání trampolínu demontujte a uskladněte.

Životnost rámu zvýšíte promazáním např. vazelinou nebo jinými mazivy. Nezapomeňte ani na otvory, pružiny a spojovací body.

Při čištění trampolíny používejte pouze vlhký hadřík bez chemikálií či jiných abrazivních prostředků.

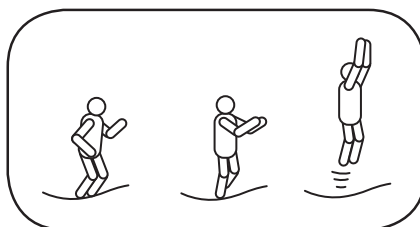
Ochranná síť by měla být vyměněna každé 2 roky.

## Základní techniky skákání

Dbejte na to, abyste vždy dopadli na stejné místo, ze kterého jste se odrazili. Skákejte vždy do středu trampolíny. Nesprávná technika skákání může vést k úrazu, proto si následující kapitole pečlivě prostudujte.

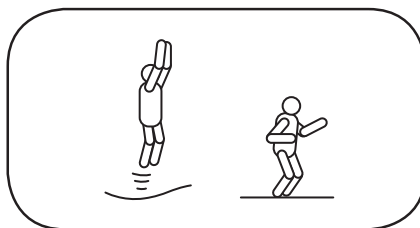
### Základní skok

- start ze stoje, nohy rozkročeny na šíři ramen, oči směřují na skákačskou plochu
- máchněte rukama dopředu a otáčejte jimi nahoru
- ve výskoku dejte chodidla k sobě
- při dopadu jsou nohy opět od sebe na šíři ramen



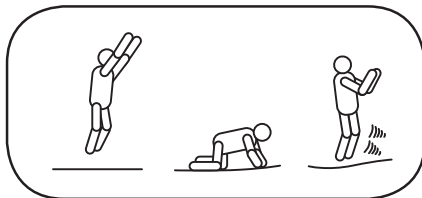
### Přerušovací manévr

- pokud ztratí skokan kontrolu, přerušovacím manévrem ji může získat zpět
- začněte základním skokem, ale při dopadu nechte pokrčená kolena – tím skok přerušíte



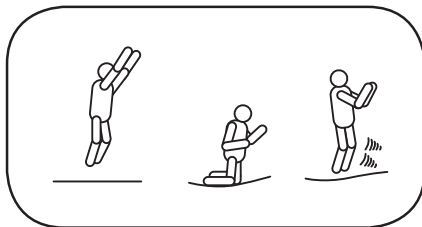
## Skok na ruce/kolena

- začněte nízkým kontrolovaným základním skokem
- dopadněte na ruce, kolena a záda držte rovně
- při dopadu na čtyři dejte pozor, výška není důležitá



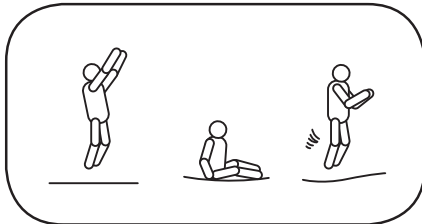
## Skok na kolena

- začněte nízkým kontrolovaným základním skokem
- dopadněte na kolena, přitom držte rovná záda, použijte paže na udržení rovnováhy
- skočte zpět do základní polohy, zatímco pažemi máchnete vzhůru



## Skok do sedu

- dopadněte v ploché poloze do sedu
- ruce dejte vedle boků
- s pomocí rukou se uveďte opět do vzpřímené polohy



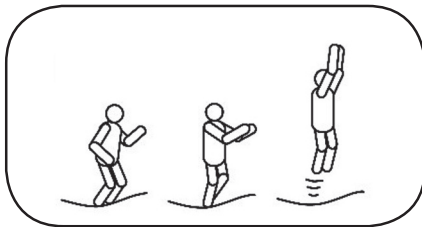
## Tréninkový plán

Dříve než se odhodláte k obtížnějším skokům, měli byste zvládnout základní. Proto postupujte podle tohoto tréninkového plánu. Pečlivě si prostudujte bezpečnostní pokyny.

Dozírající osoba i uživatelé by se měli podrobně informovat nejen o směrnících platných pro užívání trampolín, ale také o fyzických limitech uživatelů.

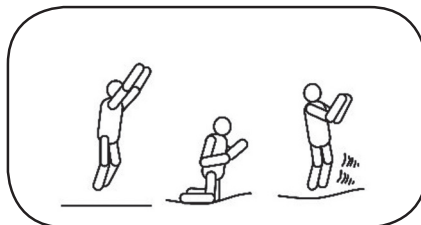
## 1. lekce

- nastupování a vystupování
- základní skok – předvedení a praktické provádění
- přerušovací manévr – předvedení a praktické provádění
- skok na ruce/kolena - předvedení a praktické provádění



## 2. lekce

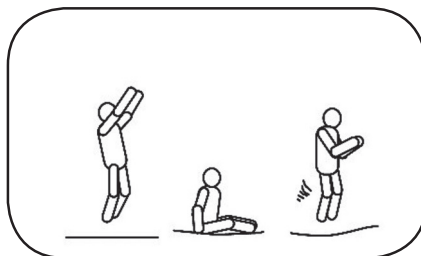
- zopakování 1. lekce
- skok do sedu – předvedení a praktické provádění
- skok na kolena – předvedení a praktické provádění
- začněte skokem do sedu a ukončete skokem na kolena



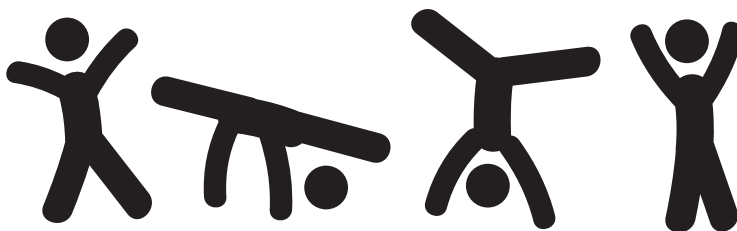
## 3. lekce

- zopakujte si, co jste se naučili v předchozích lekcích

Absolvováním těchto tří lekcí si osvojíte základní techniky skákání na trampolíně. V budoucnu dávejte stále pozor na kontrolu a techniku prováděných skoků.



Následující hru lze hrát za účelem postupného přivykání uživatelů na trampolínu: Hráč č.1 začne jedním skokem, hráč č. 2 tento skok zopakuje a přidá další. Hráči se střídají a vždy jeden skok přidají. Ten, kdo dokáže provést všechny skoky až do konce, se stane vítězem. I zde je důležité, aby všechny skoky byly skákány kontrolovaně! Nezkoušejte příliš těžké skoky, které neovládáte. Pokud své umění chcete dále zlepšovat, měli byste vyhledat kvalifikovaného instruktora pro používání trampolíny. Také mějte na paměti, že na trampolíně smí v jeden okamžik skákat pouze jeden uživatel. Skákání ve dvou a více lidech může vést k úrazu.



## Bezpečnostní plaketa – trampolína

- Před použitím si důkladně přečtěte návod.
- Nepoužívejte trampolínu bez dozírající osoby, která je seznámena s bezpečnostními pravidly.
- Není dovoleno skákat salta, přemety a kotouly. Na trampolíně může skákat vždy jen jedna osoba.
- Skákejte bez obuvi.
- Pokud je skákaací plocha mokrá, trampolínu nepoužívejte.
- Neskákejte na trampolínu z výše umístěného objektu ani z trampolíny na zem.
- Nepoužívejte trampolínu pod vlivem alkoholu či jiných návykových látek a látek ovlivňujících schopnost koordinace a dobu reakce.
- Nepoužívejte trampolínu jako pomůcku k přeskokům z objektu na objekt.
- Neskákejte příliš vysoko, skok je bezpečný pouze do té výšky, dokud dokážete dopadnout zpátky na prostředek.
- Pod trampolínu se nesmí nacházet žádné předměty, osoby ani zvířata.
- Prostor nad trampolínu musí být volný.
- Pokud jsou zhoršené větrné podmínky, trampolínu nepoužívejte a zajistěte ji (ukotvěte).
- Trampolína musí být umístěna na rovném povrchu.
- Nepoužívejte trampolínu bez krytu pružin a ochranných obalů.
- Trampolína musí být umístěna v dobře osvětleném prostoru.
- Před každým použitím zkontrolujte, zda jsou všechny části na svém místě a v dobrém stavu.
- Trampolína je určena pouze pro domácí venkovní použití.
- Maximální váha uživatele nesmí přesáhnout stanovený limit trampolíny:  
pro trampolíny do 244 cm = 50 kg  
pro trampolíny od 305 do 457 cm = 150 kg

**VAROVÁNÍ** Nevhodné pro děti do 3 let. Nedostatečné motorické schopnosti. Nebezpečí zranění.

**VAROVÁNÍ** Používat pod přímým dozorem dospělé osoby.

**VAROVÁNÍ** Určeno pro 1 osobu. Nebezpečí kolize.

## Ochranná síť

- Neskákejte do ochranné sítě.
- Nelezte na síť, ani nepodlézejte pod ní.
- Před každým použitím trampolíny ochrannou síť zkontrolujte, zda není poškozená. Pokud ano, trampolínu nepoužívejte.
- Zip u vchodu musí být před použitím úplně zapnut a zajištěn přezkami.
- Síť by měla být vyměněna každé 2 roky.

Okolo trampolíny musí být minimálně 1 metr volného prostoru.

Pečujte o trampolínu dle originálního manuálu.

**DISTRIBUTOR: MARIMEX CZ, S.R.O., LIBUŠSKÁ 221/264, PRAHA 4, TEL. 261 222 111**





## Záruční podmínky

- Trampolína byla vyrobena z materiálů vysoké kvality provedení. Všechny součástky byly zkontrolovány a shledány nezávadnými.
- Záruka platí po dobu dvou let od data nákupu. Uschovejte všechny doklady o nákupu společně s návodem. Doklad o nákupu bude požadován při uplatňování záručních nároků.
- Reklamacce zboží se řídí právním řádem ČR.
- Záruka se vztahuje na veškeré vady způsobené chybou ve výrobě nebo vadou materiálu ovlivňující jejich funkčnost.
- Kupující je povinen po zakoupení trampolíny zkontrolovat, zda není porušen transportní obal nebo poškozena jiná část. V případě, že dojde ke zjištění vady, tak neprodleně o této skutečnosti informujte prodejce.
- Vykazuje-li trampolína zjevné vady, které se projeví ihned po zprovoznění, a pro které zařízení nelze užívat, je kupující povinen zboží bez odkladu reklamovat.
- Při zjištění závady na jednotlivých částech trampolíny reklamujte pouze vadnou část s viditelně označeným místem poškození.

## Záruka se nevztahuje na

- Opotřebení v důsledku nesprávné instalace nebo nesprávného používání, příp. nesprávného uskladnění.
- Běžné opotřebení zařízení odpovídající charakteru a době jeho užívání.
- Vady způsobené mechanickým poškozením.
- Vady způsobené vlivem živelných sil.
- Vady vzniklé v důsledku použití nestandardních prostředků a nevhodných čistících pomůcek.
- Přirozenou ztrátu stálobarevnosti s ohledem na působení slunečního záření.
- Deformace vzniklé v souvislosti s nestabilním nebo neupraveným podložím.
- Konstrukce a schůdky nejsou vyrobeny z nerezového materiálu a proto může dojít působením vlhkosti ke korozi. Záruka se nevztahuje na případnou korozi ocelové konstrukce nebo schůdků.

BEZPEČNOST  
OVĚŘENA

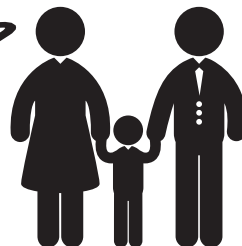


### Kontakty

[www.marimex.cz](http://www.marimex.cz)

Zákaznické centrum  
tel.: 261 222 111

e-mail: [info@marimex.cz](mailto:info@marimex.cz)



# Návod k trampolíne Marimex Premium

## Pod'akovanie

Ďakujeme, že ste si zakúpili trampolínu od spoločnosti Marimex. Veríme, že vám bude slúžiť mnoho rokov a spoločne zažijete pekné chvíle nielen vy, ale aj vaši blízki. Pred zostavením trampolíny si starostlivo preštudujte tento návod. Odporúčame návod uschovať pre prípad budúcej potreby.

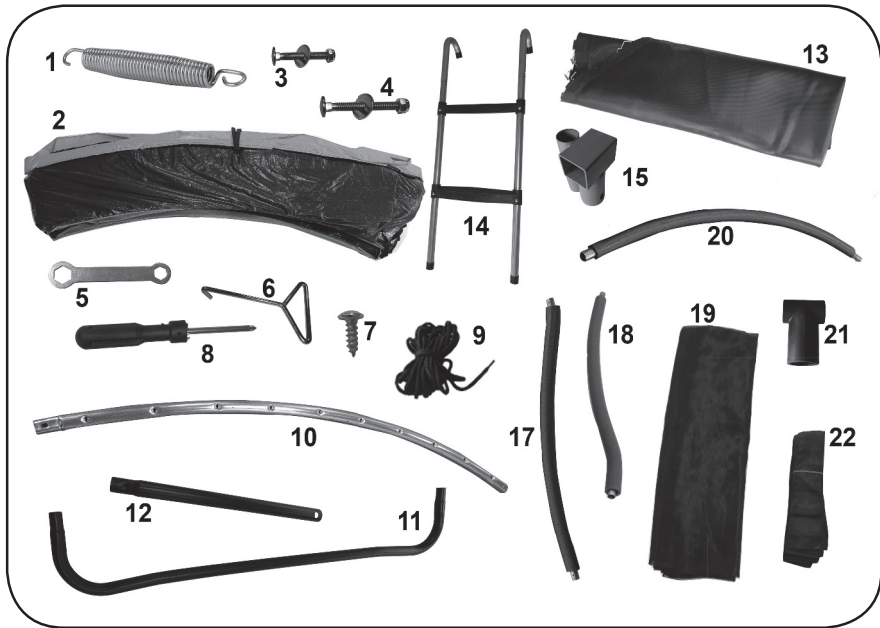
Váš Marimex



## Obsah balenia

Č.	244 cm	305 cm	366 cm	396 cm	457 cm	Název dielu	244 cm	305 cm	366 cm	396 cm	457 cm
1	19000835	19000835	19000835	19000835	19000863	Pružina	48	56	72	80	90
2	19000943	19000881	19000886	19000400	19000893	Kryt pružín	1	1	1	1	1
3	19000401	19000401	19000401	19000401	19000401	M6x45 set skrutiek	0	8	8	8	10
4	19000402	19000402	19000402	19000402	19000402	M6x75 set skrutiek	6	8	8	8	10
5	19000850	19000850	19000850	19000850	19000850	Kľúč	1	1	1	1	1
6	19000849	19000849	19000849	19000849	19000849	Upínací nástroj	1	1	1	1	1
7	19000403	19000403	19000403	19000403	19000403	M4x12 skrutka	6	8	8	8	10
8	19000848	19000848	19000848	19000848	19000848	Skrutkovač	1	1	1	1	1
9	19000944	19000842	19000859	19000404	19000897	Lanko upínacie	1	1	1	1	1
10	19000945	19000405	19000423	19000406	19000407	Trubka rámu	6	8	8	8	7
11	19000946	19000408	19000409	19000410	19000411	Noha trampolíny	3	4	4	4	2
12	19000424	19000424	19000424	19000424	19000425	Nástavec na nohu	0	8	8	8	10
13	19000947	19000880	19000853	19000412	19000892	Skákacia plocha	1	1	1	1	1
14	19000948	19000841	19000841	19000841	19000896	Rebrik	1	1	1	1	1
15	19000413	19000413	19000413	19000413	19000414	T-spoj rámu	6	8	8	8	10
16	-	-	-	-	-	Návod		1	1	1	1
17	19000415	19000415	19000415	19000415	19000415	Stojka ochrannej siete horná	6	8	8	8	10
18	19000416	19000416	19000416	19000416	19000416	Stojka ochrannej siete dolná	6	8	8	8	10
19	19000953	19000882	19000887	19000417	19000894	Ochranná sieť	1	1	1	1	1
20	19000954	19000418	19000419	19000420	19000421	Obruč ochrannej siete	6	8	8	8	10
21	19000422	19000422	19000422	19000422	19000422	T-spoj obruče	6	8	8	8	10
22	19000870	19000870	19000870	19000870	19000870	Rukáv ribbon	6	8	8	8	10





## Upozornenie

Pred stavbou a následným používaním je potrebné sa zoznámiť s inštrukciami v tomto návode. Návod uschovajte pre prípad, že uvedené informácie budete niekedy v budúcnosti potrebovať.



## Skôr ako začnete stavať

Pred začiatkom stavby si pozorne prečítajte tento návod. Trampolínu musia zostavovať minimálne dve dospelé osoby podľa tohto návodu. Trampolína musí byť umiestnená na rovnom, pevnom a nešmyklavom povrchu. V opačnom prípade hrozí prevrhnutie. Súčasne sa trampolína nesmie stavať na betón alebo iné tvrdé podklady. Trampolína nesmie byť zapustená do zeme. Trampolínu neumiestňujte v okolí elektrického prúdu. Je dôležité, aby sa min. 1 meter od trampolíny nenachádzali ďalšie predmety. Ďalej je potrebné dohliadnuť, aby sa nad trampolínu nenachádzali konáre, elektrické drôty alebo nízky strop.

Po dokončení montáže všetky spoje skontrolujte a utiahnite. Obalový materiál zlikvidujte zodpovedajúcim spôsobom. Zloženie trampolínu nepresúvajte. Ak je to nevyhnutné, je potrebná asistencia 4 osôb. Vždy ju prenášajte v horizontálnej polohe a potom ju skontrolujte. Trampolína je určená iba na domáce použitie vonku. Pri montáži používajte vhodné náradie, pracujte s ním opatrne. Ďalej používajte ochranné rukavice.









## Gratulujeme, teraz je vaša trampolína pripravená na použitie

**Pred použitím trampolíny sa porad'te so svojim lekárom, či je pre vás táto aktivita vhodná a bezpečná.**

Pred každým použitím trampolíny skontrolujte. Zvýšenú pozornosť venujte skákacej ploche a prípadne chýbajúcim či uvoľneným dielom.

- Na trampolíne smie skákať iba 1 osoba.
- Nie je dovolené skákať saltá, premety a kotrmele. Môže dôjsť k vážnemu zraneniu alebo dokonca k smrti.
- Majiteľ trampolíny, alebo dozorujúca osoba sú plne zodpovední za správne používanie trampolíny všetkými užívateľmi.
- Pokiaľ nemôžete zaistiť dohľad nad aktivitami na trampolíne, nepoužívajte ju.
- Dozorujúca osoba je zodpovedná za umiestnenie bezpečnostnej plakety na trampolíne, ktorá je súčasťou tohto návodu. Ďalej musí zaistiť, aby sa všetci zoznámili s bezpečnostnými pravidlami pohybu na trampolíne.
- Dozorujúca osoba musí byť vždy prítomna bez ohľadu na vek a skúsenosti užívateľa.
- Pokiaľ trampolínu nepoužívate, bezpečnostnú sieť uzavrite zipsom aj sponami a rebrík odložte na bezpečné miesto.
- Maximálna váha užívateľa nesmie prekročiť stanovený limit trampolíny:  
pre trampolíny do 244 cm = 50 kg  
pre trampolíny do 305 do 457 cm = 150 kg
- Nedodržanie pravidiel bezpečného používania môže viesť k vážnym úrazom.
- Zoznamte sa s technikou skákania a chovaním skákacej plochy. Majte Vaše telo neustále pod kontrolou.
- Neskáčte úmyslne do ochrannej siete.
- Odložte oblečenie s háčikmy a ostrými koncami.
- Skáčte bez obuvi.
- Vyvarujte sa skokom na kryt pružín, hrozí roztrhnutie.
- Nevyťahujte sa pomocou krytu pružín a nevstupujte na pružiny.
- Neskáčte na trampolínu z vyšších miest a ani neskáčte z trampolíny na zem.
- Pred vstupom na trampolínu odložte všetky predmety z vreciek.
- V priebehu skákania nieje dovolené mať čokoľvek v ústach alebo v rukách.
- Trampolína je určená dospelým a deťom od 3 rokov.
- Asistujte malým deťom pri nástupe a následnom schádzaní z trampolíny.
- Po skončení montáže skontrolujte, či sú všetky pružiny pevne zachytené v ráme a bezpečnostné lanko siete je správne prevlečené a priviazané.
- Pružiny musia byť celkom zakryté.
- Stabilitu trampolíny je možné zvýšiť položením vriec s pieskom na nosné nohy.
- Po kompletnej kontrole všetkých spojov skáčte v strede trampolíny cca 5 minút. Potom znovu opakujte kontrolu. Pokiaľ bude všetko v poriadku, trampolína je pripravená na používanie.







## Starajte sa o trampolínu

V prípade silného vetra a dažďa trampolínu zabezpečte ukotvením alebo rozobra-  
ním a uložením na bezpečné miesto. Ukotvením je potrebné zaistiť jak hornú, tak  
aj dolnú časť trampolíny. Pri silnom až extrémnom vetru alebo pri náhlých porывech  
vetru nemusia byť ukotvenia účinné. Pri očakávaní silného vetru doporučujeme  
z trampolíny demontovať ochrannú sieť a trampolínu dodatočne zajištiť (napr.  
betonové bloky na nohy apod.).

Opravy môžu prevádzkovať iba kvalifikované osoby za použitia originálnych náhrad-  
ných dielov.

Neodborné zásahy môžu znížiť životnosť trampolíny.

V priebehu chladnejších a daždivejších mesiacov trampolínu uložte na miesto, kde  
nebude vystavená vysokým, alebo naopak nízkym teplotám a slnečnému žiareniu.  
Pri dlhodobom nepoužívaní trampolíny demontujte a uskladnite.

Životnosť rámu zvýšite premazaním napr. vazelínou alebo inými mazivami. Nezabudni-  
te ani na otvory, pružiny a spojovacie body.

Pri čistení trampolíny používajte iba vlhkú handru bez chemikálií či iných abraziv-  
ných prostriedkov.

Ochranná sieť by mala byť vymenená každé 2 roky.

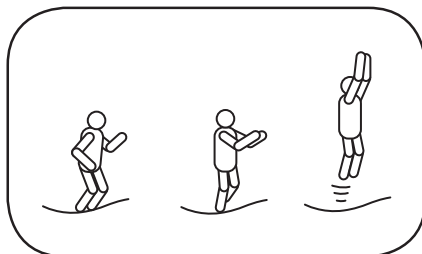
## Základné techniky skákania

Dbajte na to, aby Ste vždy dopadli na rovnaké miesto, z ktorého Ste sa odrazili.

Skáčajte vždy do stredu trampolíny. Nesprávna technika skákania môže viesť k úrazu,  
preto si nasledujúcu kapitolu starostlivo preštudujte.

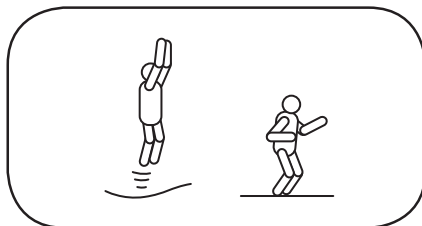
### Základný skok

- Štart zo stoja, nohy rozkročené na šír-  
ku ramien, oči smerujú na skákaciu  
plochu
- máchnite rukami dopredu a otáčajte  
nimi hore
- pri výskoku dajte chodidla k sebe
- pri dopade sú nohy opäť od seba  
na šírku ramien



### Prerušovací manéver

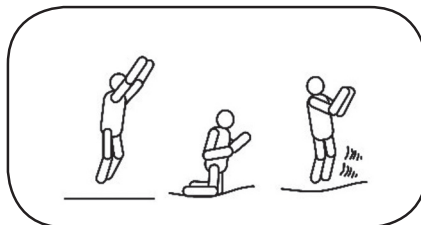
- pokiaľ stratí skokan kontrolu, preru-  
šovacím manévrom ju môže získať  
späť.
- začnite základným skokom, ale pri  
dopade nechajte pokrčené kolena –  
tým skok prerušíte





## 2. Lekcia

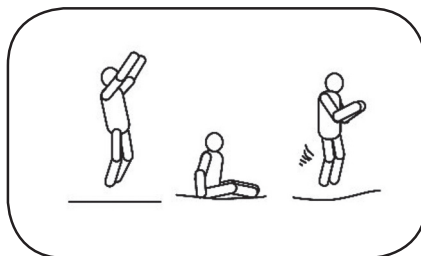
- opakovanie 1. lekcie
- skok do sedu – predvedenie a praktické predvádzanie
- skok na kolena – predvedenie a praktické predvádzanie
- začnite skokom do sedu a ukončíte skokom na kolena



## 3. Lekcia

- opakujte si, čo Ste sa naučili v predchádzajúcich lekciiach

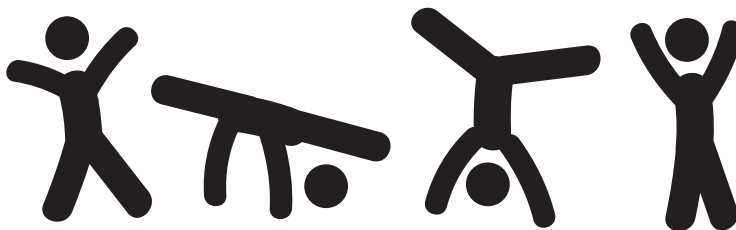
Absolvovaním týchto troch lekcii si osvojíte základné techniky skákania na trampolíne. V budúcnosti dávajte stále pozor na kontrolu a techniku predvádzaných skokov.



Následujúcu hru je možné hrať za účelom postupného privykania užívateľov na trampolínu:

Hráč č. 1 začne jedným skokom, hráč č. 2 tento skok zopakuje a pridá ďalší. Hráči sa striedajú a vždy jeden skok pridajú. Ten, kto dokáže predviesť všetky skoky až do konca, stane sa víťazom. Aj tu je dôležité, aby všetky skoky boli skákané kontrolovane!

Neskúšajte príliš ťažké skoky, ktoré neovládate. Pokiaľ svoje umenie chcete aj ďalej zlepšovať, mali by Ste vyhľadať kvalifikovaného inštruktora pre používanie trampolíny. Taktiež majte na pamäti, že na trampolíne smie v jeden okamžik skákať iba jeden užívateľ. Skákanie vo dvojici a viacerých ľudí môže viesť k úrazu.



## Bezpečnostná plaketa – trampolína

- Pred použitím si dôkladne preštudujte návod.
- Nepoužívajte trampolínu bez dozorujúcej osoby, ktorá je oboznámena s bezpečnostnými pravidlami.
- Nieje dovolené skákať salta, premety a kotrmelce. Na trampolíne môže skákať vždy len jedna osoba.
- Skáčajte bez obuvi.
- Pokiaľ je skákaacia plocha mokrá, trampolínu nepoužívajte.
- Neskáčajte na trampolínu z vyššie umiestneného objektu ani z trampolíny na zem.
- Nepoužívajte trampolínu pod vplyvom alkoholu, či iných návykových látok a látok ovplyvňujúcich schopnosť koordinácie a dobu reakcie.
- Nepoužívajte trampolínu ako pomôcku k preskokom z objektu na objekt.
- Neskáčajte príliš vysoko, skok je bezpečný iba do takej výšky, pokiaľ dokážete dopadnúť späť do prostriedku.
- Pod trampolínom sa nesmú nachádzať žiadne predmety, osoby ani zvierata.
- Priestor nad trampolínom musí byť voľný.
- Pokiaľ sú zhoršené veterné podmienky, trampolínu nepoužívajte a zaistite ju (ukotvite).
- Trampolína musí byť umiestnená na rovnom povrchu.
- Nepoužívajte trampolínu bez krytu pružín a ochranných obalov.
- Trampolína musí byť umiestnená v dobre osvetlenom priestore.
- Pred každým použitím skontrolujte, či sú všetky časti na svojom mieste a v dobrom stave.
- Trampolína je určená iba pre domáce vonkajšie použitie.
- Maximálna váha užívateľa nesmie prekročiť stanovený limit trampolíny:  
pre trampolíny do 244 cm = 50 kg  
pre trampolíny od 305 do 457 cm = 150 kg

**VAROVANIE** Nevhodné pro deti do 3 rokov. Nedostatočné motorické schopnosti. Nebezpečenstvo zranenia.

**VAROVANIE** Používať pod priamym dozorom dospelšej osoby.

**VAROVANIE** Určené pre 1 osobu. Nebezpečenstvo kolízie.

## Ochranná sieť

- Neskáčajte do ochrannej siete.
- Nelezte na sieť, ani pod ňu nepodliezajte.
- Pred každým použitím trampolíny, ochrannú sieť skontrolujte, či nieje poškodená. Pokiaľ ano, trampolínu nepoužívajte.
- Zips pri vchode musí byť pred použitím úplne zapnutý a zaistený sponami.
- Sieť by mala byť vymenená každé 2 roky.

Okolo trampolíny musí byť minimálne 1 meter voľného priestoru.

**DISTRIBUTOR: MARIMEX CZ, S.R.O., LIBUŠSKÁ 221/264, PRAHA 4, TEL. 261 222 111**





## Záručné podmienky

- Trampolína bola vyrobená z materiálov vysokej kvality prevedenia. Všetky súčiastky boli skontrolované a uznané nezávadnými.
- Záruka platí po dobu dvoch rokov od dátumu nákupu. Uschovajte všetky doklady o nákupe spoločne s návodom. Doklad o nákupe bude požadovaný pri uplatňovaní záručných nárokov.
- Reklamácia tovaru sa riadi právnym zákonom SR.
- Záruka sa vzťahuje na všetky závady spôsobené chybou vo výrobe, alebo vadou materiálu ovplyvňujúce ich funkčnosť.
- Kupujúci je povinný po zakúpení trampolíny skontrolovať, či nieje porušený transportný obal, alebo poškodená iná časť. V prípade, že dôjde k zaisteniu chyby, tak obratom o tejto skutočnosti informujte predajcu.
- Pokiaľ vykazuje trampolína zjavné chyby, ktoré sa prejavia hneď po zložení, a pre ktoré zariadenie nejde užívať, je kupujúci povinný tovar bezodkladne reklamovať.
- Pri zaistení chyby na jednotlivých častiach trampolíny reklamujte iba chybnú časť s viditeľne označeným miestom poškodenia.

## Záruka sa nevzťahuje na

- Opatrenie v dôsledku nesprávnej inštalácie alebo nesprávneho použitia, príp. nesprávneho uskladnenia.
- Bežné opotrebenie zariadenia zodpovedajúce charakteru a dobe jeho použitia.
- Chyby spôsobené mechanickým poškodením.
- Chyby spôsobené vplyvom živelných síl.
- Chyby vzniknuté v dôsledku použitia neštandardných prostriedkov a nevhodných čistiacich pomôcok.
- Prírodnú stratu stálofarebnosti s ohľadom na pôsobenie slnečného žiarenia.
- Deformácie vzniknuté v súvislosti s nestabilným alebo neupraveným podložením.
- Konštrukcia a schodíky nesú vyrobené z nerezového materiálu a preto môže dôjsť k poškodeniu vlhkosťou ku korózii. Záruka sa nevzťahuje na prípadnú koróziu oceľovej konštrukcie alebo schodíkov.

BEZPEČNOSŤ  
OVERENÁ

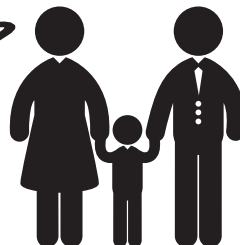


### Kontakty

[www.marimex.sk](http://www.marimex.sk)

Zákaznícke centrum  
tel.: +421 233 004 194

e-mail: [info@marimex.sk](mailto:info@marimex.sk)



# D'installation trampoline

## Marimex Premium

Nous vous remercions d'avoir acheté le trampoline de la société Marimex. Elle vous servira pendant de nombreuses années et vous et vos proches vous y passerez de bons moments. A lire attentivement la notice de montage avant de commencer le montage de votre trampoline. Veuillez garder impérativement la notice de montage qui vous sera utile pour l'entretien de votre produit.

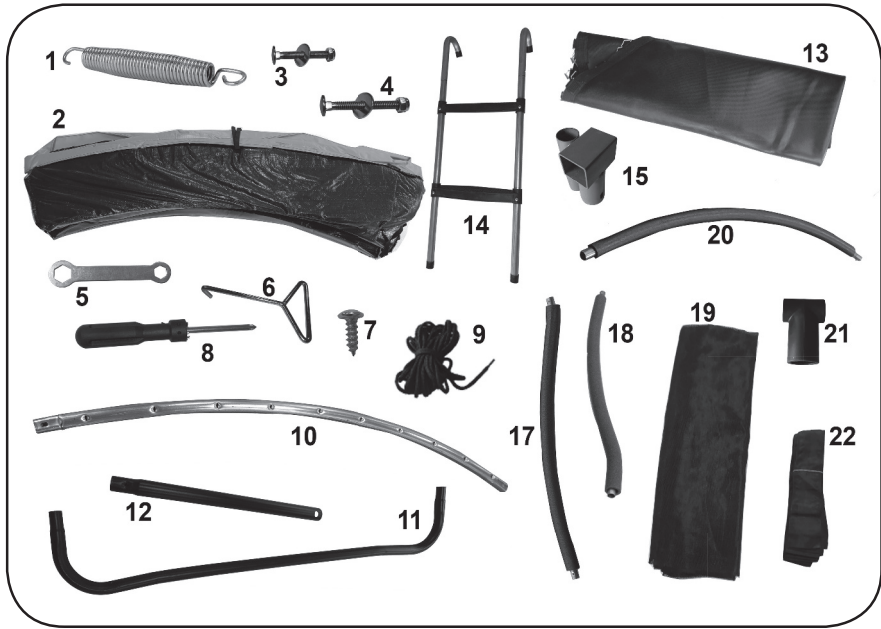


Votre Marimex



N.	244 cm	305 cm	366 cm	396 cm	457 cm	Désignation des pièces	244 cm	305 cm	366 cm	396 cm	457 cm
1	19000835	19000835	19000835	19000835	19000863	Ressort	48	56	72	80	90
2	19000943	19000881	19000886	19000400	19000893	Mode protection des ressorts	1	1	1	1	1
3	19000401	19000401	19000401	19000401	19000401	M6x45 jeu de vis	0	8	8	8	10
4	19000402	19000402	19000402	19000402	19000402	M6x75 jeu de vis	6	8	8	8	10
5	19000850	19000850	19000850	19000850	19000850	Clé	1	1	1	1	1
6	19000849	19000849	19000849	19000849	19000849	Outil de tension	1	1	1	1	1
7	19000403	19000403	19000403	19000403	19000403	M4x12 vis	6	8	8	8	10
8	19000848	19000848	19000848	19000848	19000848	Tournevis	1	1	1	1	1
9	19000944	19000842	19000859	19000404	19000897	Corde de tension	1	1	1	1	1
10	19000945	19000405	19000423	19000406	19000407	Tube du cadre	6	8	8	8	7
11	19000946	19000408	19000409	19000410	19000411	Pied principal	3	4	4	4	2
12	19000424	19000424	19000424	19000424	19000425	Embout de pied	0	Box 1	8	8	10
13	19000947	19000880	19000853	19000412	19000892	Toile de saut	1	Box 1	1	1	1
14	19000948	19000841	19000841	19000841	19000896	Échelle	1	1	1	1	1
15	19000413	19000413	19000413	19000413	19000414	Jonction du cadre en T	6	8	8	8	10
16	-	-	-	-	-	Mode d'emploi		1	1	1	1
17	19000415	19000415	19000415	19000415	19000415	Perche du haut de filet de protection	6	8	8	8	10
18	19000416	19000416	19000416	19000416	19000416	Perche du bas de filet de protection	6	8	8	8	10
19	19000953	19000882	19000887	19000417	19000894	Filet de protection	1	1	Box 2	Box 2	1
20	19000954	19000418	19000419	19000420	19000421	Anneau de filet de protection	6	8	8	8	10
21	19000422	19000422	19000422	19000422	19000422	Jonction de perche en T	6	8	8	8	10
22	19000870	19000870	19000870	19000870	19000870	Protection des perches en ruban	6	8	8	8	10





## Avertissement

Avant le montage et l'utilisation du trampoline, veuillez lire attentivement les instructions. Conservez ce manuel pour le futur.

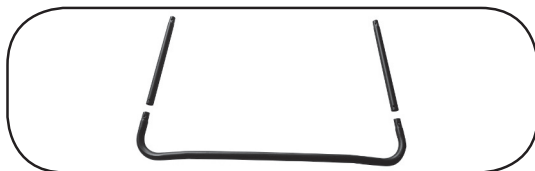
## Avant l'assemblage

Avant le montage lisez attentivement ce manuel. Au moins de personnes adultes doivent assembler le trampoline selon ce manuel. Le trampoline doit être emplaced sur une surface plane, stable, antidérapante. Sinon, le renversement peut se produire. En même temps le trampoline ne doit pas se construire sur le béton ou autre support dure. Le trampoline ne doit pas être incorporé dans le sol. Ne pas placer le trampoline à proximité du courant électrique. Il est important de faire en sorte qu'aucun objet environnant n'entrave le trampoline d'au moins 1 mètre. Il faut également voir s'il n'y a pas de branches, de câbles électriques ou de plafond bas au-dessus du trampoline. Après avoir terminé le montage, vérifiez et serrez toutes les jonctions. Liquidez l'emballage de manière adéquate. Ne déplacez pas le trampoline plié. Si nécessaire, il faut avoir 4 personnes. Transportez-le en position horizontale et ensuite effectuez le contrôle. Le trampoline est destiné uniquement à un usage domestique en plein air. Pendant le montage, utilisez les outils appropriés et manipulez avec le trampoline avec précaution. Portez les gants de protection.



## Étape 1

Faites glisser les supports sur les pieds en U et vissez les vis. Assemblez tous les pieds du trampoline.

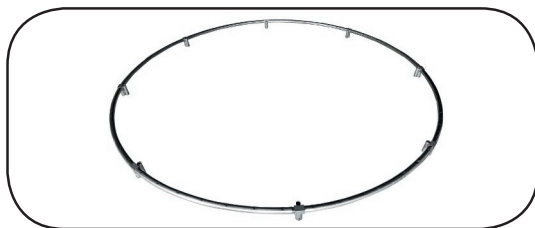


FR



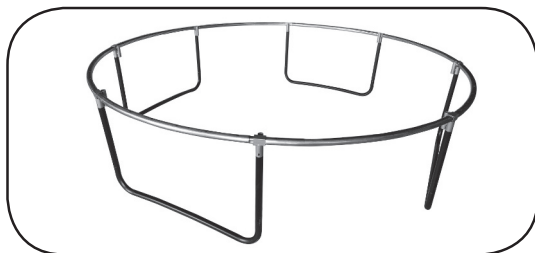
## Étape 2

Connectez tous les tubes du cadre avec des jonction du cadre en T pour former un anneau. La connexion des deux dernières parties nécessite l'aide d'une deuxième personne, qui doit tenir le côté opposé du cadre.



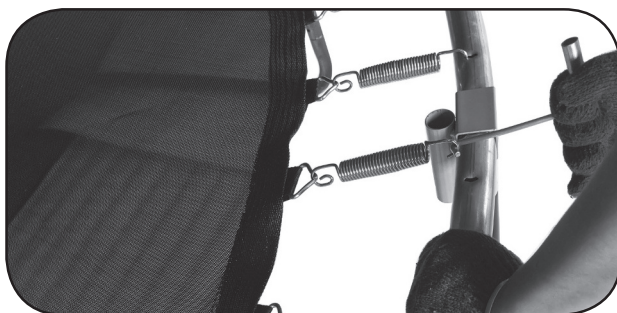
## Étape 3

Fixez les pieds du trampoline au cadre circulaire et bloquez les à l'aide des vis.



## Étape 4

Posez les ressorts à l'aide de l'outil de tension. Procédez en étirant d'abord chaque cinquième ressorts de sorte que la surface de rebond soit uniformément au milieu du cadre. Cela facilitera la fixation des ressorts restants.



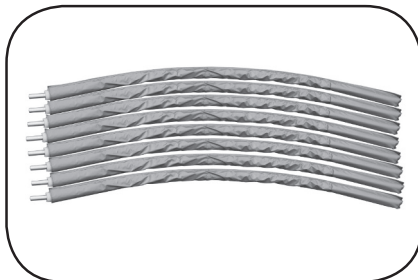
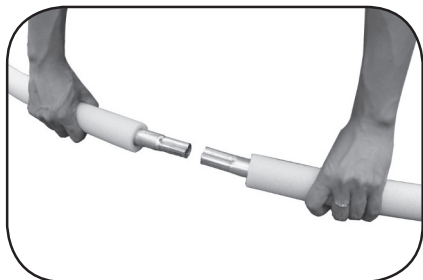
### Étape 5

Placez le couvre-ressort sur le trampolîne de façon à ce que les ressorts soient entièrement recouverts et attachez les avec des élastiques.



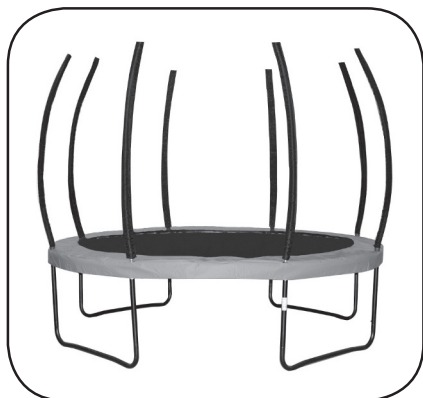
### Étape 6

Assemblez les parties inférieure et supérieure de la barre du filet de protection, puis placez le manchon sur toute la barre. Assemblez toutes les barres de la même manière.



### Étape 7

Fixez toutes les barres sur les pieds du trampolîne



### Étape 8

Faites glisser les barres de cerceau supérieur dans le manchon en haut du filet de protection, puis assemblez-les ensemble pour former un cercle en utilisant les joints en T.



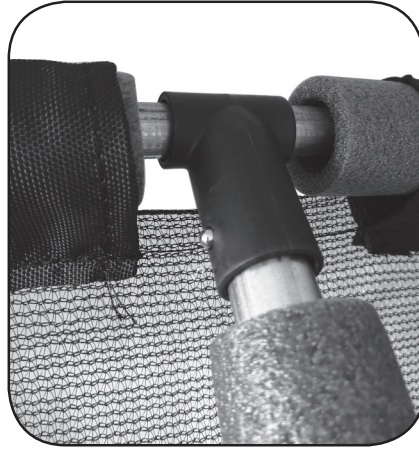
### Étape 9

Soulevez le cerceau avec le filet en hauteur et assemblez la partie inférieure des joints en T aux barres de filet de protection.



### Étape 10

Assurez-vous que toutes les goupilles de verrouillage sont correctement verrouillées.



### Étape 11

Faites passer le câble de serrage à travers des trous du filet de protection et des boucles sur la surface de rebond.



### Étape 12

Votre trampoline est assemblé, sécurisez la structure avec un kit d'ancrage (non inclus dans l'emballage) contre les conditions météorologiques et comme le blocage contre les déplacements indésirables.



## Assemblage terminé

**Avant d'utiliser le trampoline, consultez votre médecin pour savoir si cette activité vous convient et si elle est sûre.**

Avant chaque utilisation, vérifiez le trampoline. Portez une attention particulière à la surface de saut et éventuellement aux pièces manquantes ou desserrées.

- Jamais plus d'une personne à la fois dans le trampoline.
- Il est interdit de sauter le salto et les roulades. Ceci peut causer de blessures graves ou mêmes mortelles.
- Le propriétaire du trampoline ou la personne surveillant sont entièrement responsables de la bonne utilisation du trampoline par tous les utilisateurs.
- Si vous ne pouvez pas assurer la surveillance des activités sur le trampoline, ne l'utilisez pas.
- La personne surveillant est responsable de la mise en place de l'affichette de sécurité sur le trampoline qui fait partie de ce manuel. Puis elle doit veiller à ce que tout le monde prend connaissance des règles de sécurité des mouvements sur le trampoline.
- La personne surveillant doit être toujours présente indépendamment de l'âge et de l'expérience de l'utilisateur.
- Si vous n'utilisez pas le trampoline, fermez le filet de sécurité à l'aide de la fermeture éclair et des boucles et rangez l'échelle à un endroit sûr.
- Le poids maximal de l'utilisateur ne doit pas dépasser la limite du trampoline: pour les trampolines jusqu'à 244 cm = 50 kg  
Pour les trampolines à partir de 305 à 457 cm = 150 kg
- Le non-respect des règles d'utilisation en toute sécurité peut conduire à des accidents graves.
- Prenez connaissance de la technique de sauts et le comportement sur la surface de saut. Ayez toujours votre corps sous contrôle.
- Ne sautez pas délibérément dans le filet de protection.
- Retirez les vêtements avec les crochets et les objets tranchants.
- Sautez sans chaussures.
- Évitez de sauter sur le cache ressorts, risque de rupture.
- Ne pas monter à l'aide des caches ressorts et ne marchez pas sur les ressorts.
- Ne sautez pas sur le trampoline de hauts lieux et ne sautez pas du trampoline sur le sol.
- Avant d'entrer sur le trampoline, retirez tous les objets de vos poches.
- Pendant le saut, il est interdit d'avoir quoi que ce soit dans la bouche ou dans les mains.
- Le trampoline est conçu pour les adultes et les enfants à partir de 3 ans.
- Aidez les jeunes enfants pour monter et ensuite descendre du trampoline.
- Après avoir terminé le montage, vérifiez si tous les ressorts sont bien accrochés dans le cadre et si le cordon de sécurité du filet est bien enfilé et attaché.
- Les ressorts doivent être entièrement couverts.
- Il est possible d'augmenter la stabilité du trampoline en plaçant les sacs de sables sur les pieds d'appui.
- Après avoir contrôlé tous les raccords, sautez dans le centre du trampoline environ 5 minutes.
- Ensuite revérifiez les raccords. Si tout va bien le trampoline est prêt à être utilisé.







## Prenez soin du trampoline

En cas de vent fort et la pluie ancrez le trampoline ou démontez-le et stockez-le dans un endroit sûr. Il faut ancrer les parties supérieure et inférieure du trampoline. Les réparations peuvent être effectuées par des personnes qualifiées utilisant des pièces de rechange d'origine. Les interventions non professionnelles peuvent réduire la durée de vie du trampoline.

Au cours des mois pluvieux et froids mettez le trampoline dans un endroit où il n'est pas exposé à des températures hautes ou basses et aux rayons du soleil. Lorsque vous n'utilisez pas le trampoline pendant longtemps, démontez-le et rangez-le. Vous augmentez la longévité du cadre en le graissant par exemple à l'aide de la vaseline ou autres graisses. N'oubliez pas les trous, les ressorts et les points de connexion.

Lors du nettoyage du trampoline, utilisez un chiffon humide sans produits chimiques ou autres produits abrasifs.

Le filet de sécurité doit être remplacé tous les deux ans.

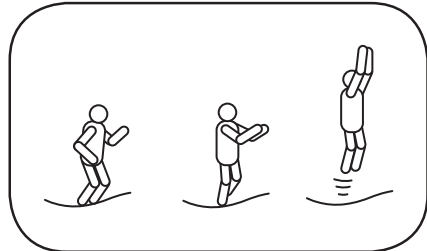
## Techniques de base de saut

Veillez à ce que vous tombez au même endroit d'où vous avez sauté. Sautez toujours dans le centre. Une mauvaise technique de saut peut entraîner les accidents. Pour cette raison lisez attentivement ce chapitre.

### Saut de base

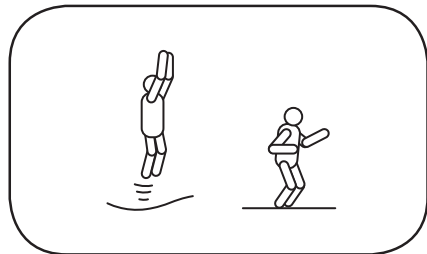
position de départ debout, écartez les pieds de la largeur des épaules et fixer le tapis

élancer les bras en avant et effectuer un mouvement circulaire vers le haut à mi-hauteur, tender les orteils vers le bas réception avec les pieds écartés de la largeur des épaules



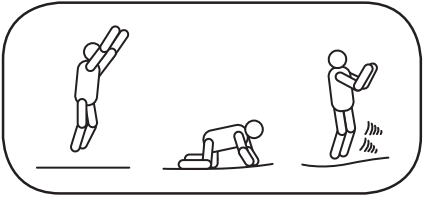
### Manoeuvre d'interruption

si la personne perd le contrôle, en faisant la manœuvre d'interruption elle peut reprendre le contrôle effectuer le saut de base, mais à la réception garder les genoux pliés – le saut est interrompu



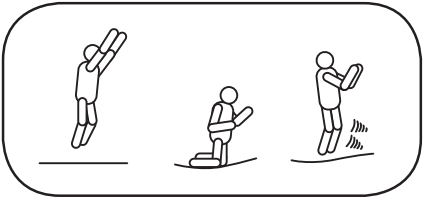
### Sauts mains/genoux

effectuer le saut de base faible amplitude contrôlé  
réception sur les mains, genoux et gardez le dos droit  
faire attention à la réception sur les quatre, la hauteur n'est pas importante



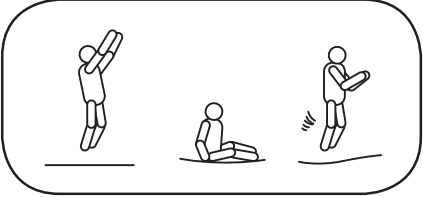
### Saut genoux

effectuer le saut de base de faible amplitude plier les genoux en gardant le dos droit, maintenir son équilibre avec les bras  
retour au saut de base en élançant les bras vers le haut



### Saut assis

réception en position assise en plaçant les bras le long du corps  
retour à la position de base en poussant sur les mains

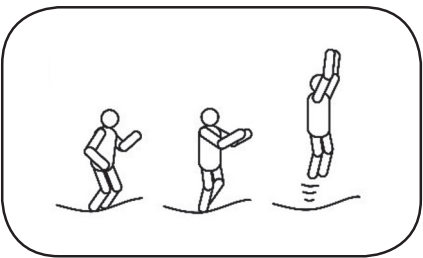


### Lan d'entraînement

Avant que vous osez de faire les sauts plus difficiles, vous devez maîtriser les sauts de base. Par conséquent, suivez ce plan d'entraînement. Lisez attentivement les consignes de sécurité. La personne surveillant et les utilisateurs doivent prendre connaissance des directives en vigueur sur l'utilisation des trampolines, ainsi que sur les limites physiques des utilisateurs.

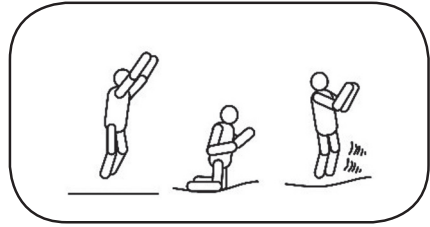
### 1ère leçon

accès et descente du trampoline  
saut de base – présentation et pratique des figures manoeuvre d'interruption – présentation et pratique des figures saut sur mains/genoux - présentation et pratique des figures



## 2e leçon

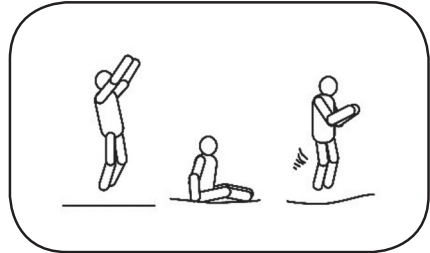
révision de la 1ère leçon saut assis –  
présentation et pratique des figures  
saut genoux  
présentation et pratique des figures  
effectuez le  
saut assis et terminez par le saut sur  
genoux



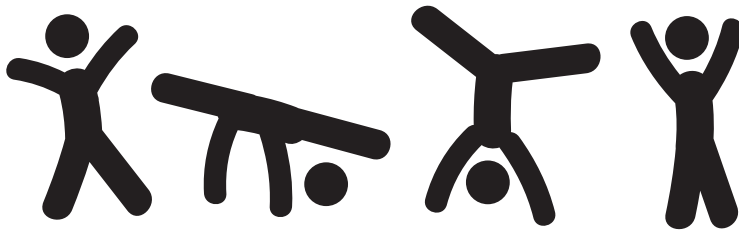
## 3e leçon

réviser et pratiquer des figures apprises  
en leçon 1 et 2

Après ces trois leçons vous maîtrisez  
les techniques de base du saut dans le  
trampoline. A l'avenir, mettez l'accent  
sur le contrôle et la technique des  
sauts.



Le but du jeu suivant consiste à prendre l'habitude du trampoline :  
le joueur n° 1 commence avec un saut, que le joueur n° 2 doit reproduire en y  
ajoutant le sien, et ainsi de suite avec les joueurs qui aux deux premières figures en  
ajoutent une autre. Le dernier participant réussissant à répéter le plus de figures  
dans l'ordre a gagné. Même en jouant, il est important de réaliser des sauts  
contrôlés !  
Ne tentez pas de figures trop compliquées ou non maîtrisées. Pour développer des  
sauts plus élaborés, vous devrez contacter un spécialiste des sauts de trampoline.  
N'oubliez pas qu'une personne à la fois peut monter dans le trampoline.  
L'utilisation du trampoline par deux ou plusieurs personnes à la fois peuvent  
conduire à des chocs entre elles.



## Affichette de securite – trampoline

- Avant l'utilisation du trampoline, veuillez lire attentivement ce manuel. N'utilisez pas le trampoline sans la personne surveillant qui connaît les règles de sécurité.
- Il n'est pas permis de pratiquer les sauts périlleux, les roulades. Une personne à la fois est dans le trampoline.
- Sautez sans chaussures. Ne pas utiliser le trampoline quand ce dernier est mouillé.
- Ne sautez pas dans le trampoline d'un endroit plus haut et ne descendez pas du trampoline en sautant sur le sol.
- N'utilisez pas le trampoline sous l'emprise de l'alcool et des drogues qui peuvent provoquer un manque de réactivité ou de coordination physique.
- N'utilisez pas le trampoline comme une aide pour sauter d'un objet à l'autre.
- Ne sautez pas trop haut, le saut est maîtrisé lorsque le point de départ et de réception est le même.
- Aucun objet ou personnes ou animaux se trouvent audessous du trampoline.
- L'espace au-dessus du trampoline doit rester libre. 12
- En cas de vent très violent, n'utilisez pas le trampoline et bloquez-le (ancrer).
- Placez le trampoline sur une surface plane.
- N'utilisez pas le trampoline sans les caches ressorts et les protections.
- Le trampoline est placé dans un endroit suffisamment éclairé.
- Avant chaque utilisation, vérifiez le bon état du trampoline et des différentes parties.
- Le trampoline est conçu d'être utilisé uniquement à la maison et à l'extérieur.
- Le poids maximal de l'utilisateur ne doit pas dépasser la limite du trampoline:
  - pour les trampolines jusqu'à 244 cm = 50 kg
  - pour les trampolines à partir de 305 à 457 cm = 150 kg

**AVERTISSEMENT:** Ne convient pas aux enfants de moins 3 ans. Le manque d'habilité motrice. Risque de blessures graves.

**AVERTISSEMENT:** Utiliser le trampoline sous la surveillance d'une personne adulte.

**AVERTISSEMENT:** Une personne à la fois. Risque de collision.

## Filet de protection

- Ne sautez pas dans le filet de protection.
- Ne montez pas sur le filet, ne passez pas au-dessous.
- Avant chaque utilisation du trampoline, vérifiez le filet de protection, s'il n'est pas endommagé. En cas d'endommagement, n'utilisez pas le trampoline. A l'entrée, avant l'utilisation la fermeture éclair doit être fermée et bloquée à l'aide des boucles.
- Le filet devrait être remplacé tous les 2 ans.

L'espace libre autour du trampoline doit être au minimum 1 mètre.

**FABRICANT: MARIMEX CZ, S.R.O., LIBUŠSKÁ 221/264, PRAHA 4, TEL. 261 222 111**



## Conditions de garantie

- Le trampoline a été conçu de matériaux de haute qualité. Tous les composants ont été vérifiés et jugés inoffensifs.
- La garantie est valable pendant deux ans à compter de la date d'achat. Conservez tous les documents relatifs à l'achat ainsi que des instructions. Une preuve d'achat sera exigée lorsque les demandes de garantie sont appliquées.
- Les réclamations relatives au produit sont régies par les lois de la République tchèque.
- La garantie couvre tous les défauts dus à des erreurs de fabrication ou au défaut du matériel affectant leur fonctionnalité.
- L'acheteur est tenu de vérifier, après l'achat du trampoline, si l'emballage est endommagé ou une autre partie du colis. Au cas où on constaterait un défaut, vous les signalerez immédiatement au vendeur.
- S'il y a des défauts évidents sur le trampoline et qui se produisent immédiatement après la mise en service, et le dispositif ne peut pas être utilisé, l'acheteur est tenu de réclamer la marchandise sans délai.
- Les défauts constatés sur différentes parties du trampoline, réclamez seulement la partie défectueuse en l'indiquant visiblement.

## Garantie ne couvre pas

- L'usure due à une mauvaise installation ou utilisation ou un stockage inadéquat.
- L'usure normale de l'équipement correspondant à la nature et la durée de son utilisation.
- Les défauts causés par des dommages mécaniques.
- Les dommages dus à des forces naturelles.
- Les défauts dus à l'utilisation des moyens non standards et des agents de nettoyage inadéquats.
- La perte naturelle de solidité de couleurs par rapport aux rayons du soleil.
- La déformation encourue en relation avec un sol instable ou non traité.
- La construction et les marches ne sont pas en acier inoxydable et les effets de l'humidité peuvent entraîner la corrosion. La garantie ne couvre pas la corrosion de la structure métallique ou des marches.

SÉCURITÉ  
CERTIFIÉE

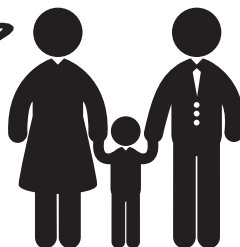


### Informations de contact

[www.marimex.cz](http://www.marimex.cz)

tel.: +420 261 222 111

e-mail: [info@marimex.cz](mailto:info@marimex.cz)



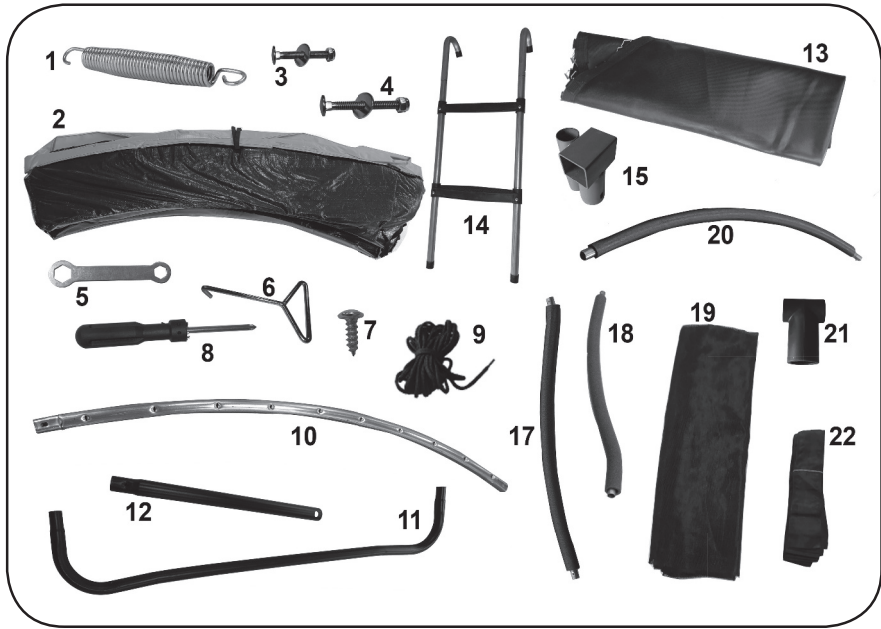
# Montageanleitung für Trampolin Marimex Premium

Wir danken Ihnen, dass Sie sich für das Trampolin von der Gesellschaft Marimex entschieden haben. Zugleich hoffen wir, dass es Ihnen viele Jahre dienen wird, indem nicht nur Sie, sondern auch Ihre Familie und Freunde, gemeinsam schöne Augenblicke erleben. Vor der Montage des Trampolins lesen Sie bitte aufmerksam diese Anleitung. Wir empfehlen, die Anleitung für den künftigen Bedarf aufzubewahren. Ihr Team Marimex



N.	244 cm	305 cm	366 cm	396 cm	457 cm	Teile-Benennung	244 cm	305 cm	366 cm	396 cm	457cm	
1	19000835	19000835	19000835	19000835	19000863	Feder	48	56	72	80		90
2	19000943	19000881	19000886	19000400	19000893	Randabdeckung	1	1	1	1		1
3	19000401	19000401	19000401	19000401	19000401	M6x45 Schraubenset	0	8	8	8		10
4	19000402	19000402	19000402	19000402	19000402	M6x75 Schraubenset	6	8	8	8		10
5	19000850	19000850	19000850	19000850	19000850	Schlüssel	1	1	1	1		1
6	19000849	19000849	19000849	19000849	19000849	Spannwerkzeug	1	1	1	1		1
7	19000403	19000403	19000403	19000403	19000403	M4x12 Schraube	6	8	8	8		10
8	19000848	19000848	19000848	19000848	19000848	Schraubendreher	1	1	1	1		1
9	19000944	19000842	19000859	19000404	19000897	Spannschnur	1	1	1	1		1
10	19000945	19000405	19000423	19000406	19000407	Rahmenrohr	6	8	8	8	7	3
11	19000946	19000408	19000409	19000410	19000411	Standfuß	3	4	4	4	2	3
12	19000424	19000424	19000424	19000424	19000425	Standfußverlängerung	0	8	8	8	10	
13	19000947	19000880	19000853	19000412	19000892	Sprungmatte	1	1	1	1	1	
14	19000948	19000841	19000841	19000841	19000896	Leiter	1	1	1	1	1	
15	19000413	19000413	19000413	19000413	19000414	T-Stück Rahmen	6	8	8	8	10	
16	-	-	-	-	-	Manual		1	1	1	1	
17	19000415	19000415	19000415	19000415	19000415	Sicherheitsnetzstange - Oberteil	6	8	8	8	10	
18	19000416	19000416	19000416	19000416	19000416	Sicherheitsnetzstange - Unterteil	6	8	8	8	10	
19	19000953	19000882	19000887	19000417	19000894	Sicherheitsnetz	1	1	1	1	1	
20	19000954	19000418	19000419	19000420	19000421	Sicherheitsnetzring	6	8	8	8	10	
21	19000422	19000422	19000422	19000422	19000422	T-Stück Ring	6	8	8	8	10	
22	19000870	19000870	19000870	19000870	19000870	Ribbon-Ärmel	6	8	8	8	10	





## Hinweis

Vor der Montage und der Benutzung ist es erforderlich, sich mit den Hinweisen in dieser Anleitung bekanntzumachen. Bewahren Sie die Anleitung für die zukünftige Benutzung.



## Vor dem Aufbau

Vor dem Montagebeginn lesen Sie bitte aufmerksam diese Anleitung. Das Trampolin ist mindestens durch zwei erwachsene Personen gemäß dieser Anleitung zusammenzubauen. Das Trampolin ist auf ebener, fester und nicht rutschiger Oberfläche aufzustellen. Andernfalls droht sein Umkippen. Zugleich darf das Trampolin nicht auf Beton bzw. auf andere, harte Unterlagen gestellt werden. Das Trampolin darf nicht in den Boden eingelassen werden. Stellen Sie das Trampolin nicht in der Umgebung elektrischen Stroms auf. Wichtig ist, dass sich min. 1 m vom Trampolin keine weitere Gegenstände befinden. Ferner ist darauf zu achten, dass sich über dem Trampolin weder Äste, Zweige, elektrische Drähte noch eine niedrige Decke befinden. Kontrollieren Sie alle Verbindungen nach der Installation und ziehen Sie sie fest an. Das Verpackungsmaterial ist in entsprechender Weise zu entsorgen. Bewegen sie nicht das zusammengesetzte Trampolin. Sofern es unabdingbar notwendig ist, ist die Assistenz von 4 Personen erforderlich. Tragen Sie das Trampolin stets in horizontaler Lage und kontrollieren Sie es anschließend. Das Trampolin ist lediglich für den häuslichen Gebrauch im Außenbereich bestimmt. Benutzen Sie bei der Montage vorsichtig geeignete Werkzeuge. Die Verwendung der Schutzhandschuhen wird empfohlen.



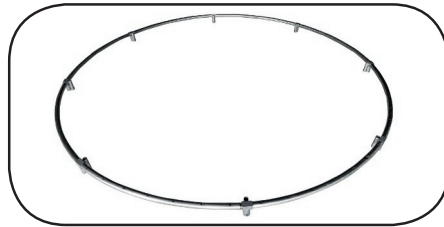
## Schritt 1

Schieben Sie die Standbeinaufsätze auf das Standbein in U-Form und verschrauben Sie mittels der kleinen Schrauben. Ebenso montieren Sie alle Standbeine des Trampolins.



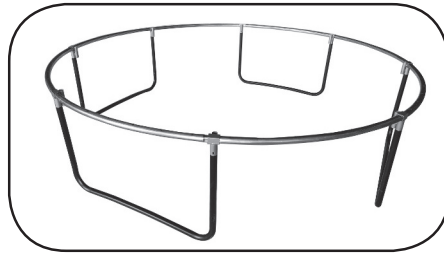
## Schritt 2

Verbinden Sie alle Rahmenrohre mit T-Stücken zu einem Ring. Das Verbinden der letzten beiden Teile erfordert die Hilfe einer zweiten Person, die die gegenüberliegende Seite des Rahmens halten soll.



## Schritt 3

Befestigen Sie die Standbeine des Trampolins an den runden Rahmen und sichern Sie alles mittels der Schrauben.



## Schritt 4

Die Sprungmatte muss mit dem Kreuz/Logo nach oben weisen. Die ersten vier Federn haken Sie jeweils gegeneinander so ein, dass sie die Form eines Kreuzes bilden. Hierdurch erfolgt das gleichmäßige Spannen der Sprungmatte. In gleicher Weise bringen Sie die übrigen Federn an.

**HINWEIS:** Für das Spannen der Federn verwenden Sie das mitgelieferte Spannwerkzeuge, wobei Sie erhöhte Aufmerksamkeit der Augen und Hände widmen sollten.



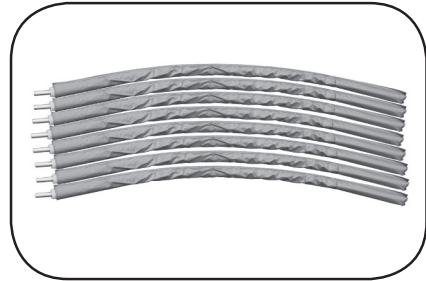
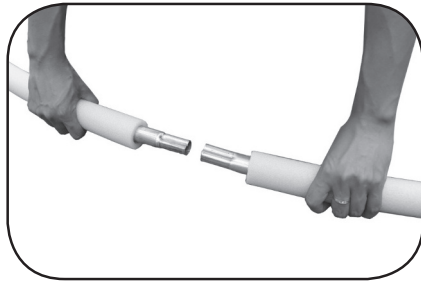
## Schritt 5

Ziehen Sie die Randabdeckung am Trampolin so auf, dass die Federn gänzlich verdeckt sind, und befestigen Sie mit Hilfe der Gummis.



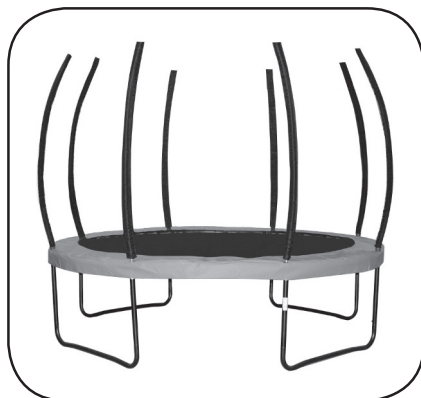
## Schritt 6

Verbinden Sie das untere und obere Teil des Stabs des Schutznetzes und ziehen Sie über die gesamte Stange den Ärmel. In gleicher Weise verbinden Sie alle Stangen.



## Schritt 7

Setzen Sie alle Stäbe auf die Standbeine des Trampolins.



## Schritt 8

Schieben Sie die Stäbe des oberen Reifens in den Ärmel am oberen Rand des Sicherheitsnetzes, anschließend verbinden Sie sie mit Hilfe der T-Verbindungsstücke zur Form eines Reifens.



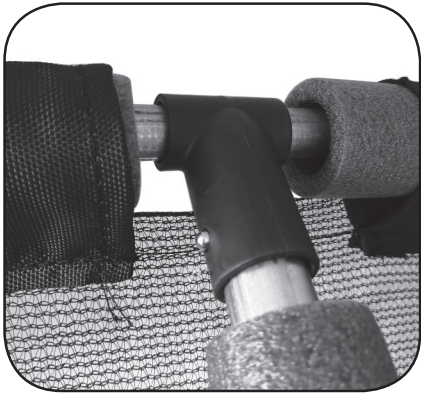
### Schritt 9

Heben Sie den so entstandenen Reifen auch mit dem Netz in die Höhe und verbinden Sie die untere Mündung der T-Verbindungsstücke mit den Fangzaunstangen des Sicherheitsnetzes.



### Schritt 10

Vergewissern Sie sich, dass alle Arretierstifte ordentlich eingerastet sind.



### Schritt 11

Ziehen Sie das Spannseil durch die Öffnungen im Schutznetz und zugleich durch die Schlaufen an der Sprungfläche. Nach der Beendigung der Montage kontrollieren Sie noch einmal alle Verbindungen und ziehen Sie sie fest an.



### Schritt 12

Ihr Trampolin ist zusammengebaut. Sichern Sie die Konstruktion mit dem Ankerungsset (ist nicht Gegenstand der Lieferung) gegen den Einfluss der Witterungsbedingungen und als Arretierung gegen ein unerwünschtes Verschieben.



## Wir gratulieren Ihnen, Ihr Trampolin ist bereit zur Benutzung

**Vor der Benutzung des Trampolins konsultieren Sie Ihren Arzt, ob diese Aktivität für Sie geeignet und sicher ist.** Prüfen Sie das Trampolin vor jeder Benutzung. Widmen Sie erhöhte Aufmerksamkeit der Sprungmatte und ggf. den fehlenden oder lockeren Teilen.

- Lassen Sie niemals mehr als eine Person gleichzeitig auf dem Trampolin springen.
- Versuchen oder gestatten Sie keine Saltos. Landungen auf Kopf oder Nacken können zu schweren Verletzungen, Verlähmung oder Tod führen.
- Der Besitzer des Trampolins bzw. die beaufsichtigende Person ist für die richtige Benutzung des Trampolins durch alle Benutzer voll verantwortlich.
- Sofern Sie die Aufsicht über die Aktivitäten auf dem Trampolin nicht gewährleisten können, benutzen Sie es nicht.
- Die Aufsichtsperson ist für das Anbringen der Sicherheitsplakette am Trampolin, die Bestandteil dieser Anleitung ist, verantwortlich. Ferner hat sie sicherzustellen, dass sich alle mit den Sicherheitsregeln der Bewegung auf dem Trampolin bekanntmachen.
- Die Aufsichtsperson hat ungeachtet des Alters und der Erfahrung des Benutzers stets anwesend zu sein.
- Sofern Sie das Trampolin nicht benutzen, schließen Sie das Sicherheitsnetz mit dem Reißverschluss und den Schnallen und bringen Sie die Leiter an einen sicheren Ort.
- Das maximale Gewicht des Benutzers darf das festgelegte Limit des Trampolins nicht überschreiten:  
für Trampoline bis 244 cm = 50 kg  
für Trampoline von 305 bis 457 cm = 150 kg
- Die Nichteinhaltung der Regeln der sicheren Benutzung kann zu ernsthaften Unfällen führen.
- Machen Sie sich mit der Technik des Springens und dem Verhalten der Sprungmatte bekannt. Haben Sie Ihren Körper ständig unter Kontrolle.
- Springen Sie nicht absichtlich in das Sicherheitsnetz.
- Legen Sie Bekleidung mit Häkchen und scharfen Enden ab.
- Springen Sie ohne Schuhe.
- Vermeiden Sie Sprünge auf die Randabdeckung der Federn, sie könnte zerreißen.
- Ziehen Sie sich nicht mit Hilfe der Randabdeckung heraus und treten Sie nicht auf die Federn.
- Springen Sie nicht von höheren Orten, auch nicht vom Trampolin auf den Boden.
- Vor dem Betreten des Trampolins legen Sie als Gegenstände aus den Hosens- und Jackentaschen ab.
- Während des Springens ist es nicht erlaubt, irgendetwas immer im Mund zu haben oder in den Händen zu halten.
- Das Trampolin ist für Erwachsene und für Kinder ab 3 Jahre bestimmt.
- Helfen Sie kleinen Kindern beim Besteigen und dem anschließenden Heruntersteigen vom Trampolin.
- Kontrollieren Sie nach der Beendigung der Montage, ob alle Federn im Rahmen fest eingehakt sind und das Sicherheitsseil richtig eingefädelt und angebunden ist.
- Die Federn müssen gänzlich verdeckt sein.
- Die Stabilität des Trampolins kann durch das Legen von Sandsätzen auf die Standleine erhöht werden.

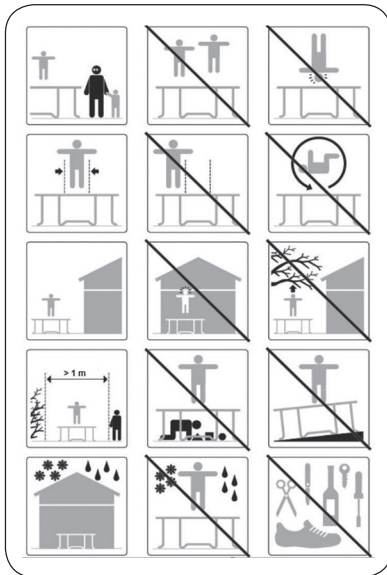


- Nach der vollständigen Kontrolle aller Verbindungen springen Sie ca. 5 Minuten in der Mitte des Trampolins. Dann führen Sie erneut eine Kontrolle durch. Sofern alles in Ordnung ist, ist das Trampolin zur Benutzung bereit.



## Verwenden Sie das Trampolin nicht:

- bei schlechter Beleuchtung
- wenn schwanger oder mit Bluthochdruck
- in der Nähe von Wasser
- bei starkem Wind und Regen
- wenn die Sprungmatte nass ist
- unter dem Einfluss von Stoffen, welche die Reaktionszeit, das räumliche Sehen und die Koordinierungsfähigkeiten beeinflussen
- sofern sich unter ihm jedwede Gegenstände oder Personen befinden
- sofern sich auf der Sprungfläche jedwede Gegenstände befinden



**Lassen Sie niemals mehr als eine Person gleichzeitig auf dem Trampolin springen. Mehrere Personen erhöhen das Unfallrisiko. Versuchen oder gestatten Sie keine Saltos. Landungen auf Kopf oder Nacken können zu schweren Verletzungen, Verlähmung oder Tod führen.**





## Pflege

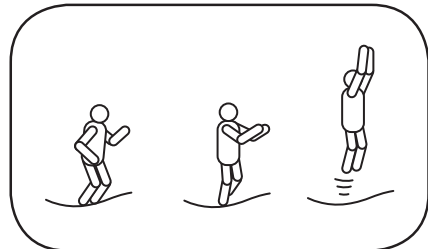
Sichern Sie das Trampolin beim starken Wind und Regen mittels der Verankerung oder durch die Demontage und Aufbewahrung an einem sicheren Ort. Mittels der Verankerung ist sowohl das obere, als auch das untere Teil des Trampolins zu sichern. Bei starkem bis extremem Wind oder bei heftigen Windböen muss die Verankerung nicht wirksam sein. Bei Erwartung eines starken Windes empfehlen wir, vom Trampolin das Schutznetz zu demontieren und das Trampolin ausreichend zu sichern (z.B. durch Betonblöcke auf den Standbeinen u. Ä.). Instandsetzungsarbeiten dürfen lediglich durch qualifizierte Personen unter Verwendung von Originalersatzteilen durchgeführt werden. Unsachgemäße Eingriffe können die Lebensdauer des Trampolins verringern. Während der kühleren und regnerischen Monate bewahren Sie das Trampolin an einem Ort auf, an welchem es weder hohen, noch niedrigen Temperaturen sowie der Sonnenstrahlung ausgesetzt ist. Bei langzeitiger Nichtbenutzung demontieren Sie das Trampolin und lagern Sie es ein. Die Lebensdauer des Rahmens erhöhen Sie durch das Einschmieren z.B. mit Vaseline oder anderen Schmiermitteln. Vergessen Sie auch nicht die Öffnungen, Federn und Verbindungspunkte. Bei der Reinigung des Trampolins verwenden Sie lediglich ein feuchtes Tuch ohne Chemikalien oder andere abrasive (scheuernde) Mittel. Das Sicherheitsnetz sollte alle 2 Jahre ausgewechselt werden.

## Grundtechniken des Springens

Achten Sie darauf, dass Sie stets wieder auf die Absprungstelle auftreffen. Springen Sie stets in die Mitte des Trampolins. Eine falsche Sprungtechnik kann zu einem Unfall führen, sodass Sie das nachfolgende Kapitel sorgfältig studieren sollten.

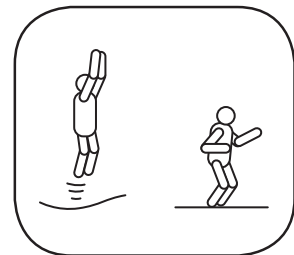
### Grundsprung

- Start aus dem Stand, die Bein bis auf Schulterbreite gespreizt, die Augen auf die Sprungfläche gerichtet
- Schwingen Sie mit den Händen nach vorn und drehen Sie sie nach oben.
- Im Absprung liegen die Füße aneinander.
- Beim „Landen“ sind die Füße wieder auf Schulterbreite gespreizt.



### Unterbrechungsmanöver

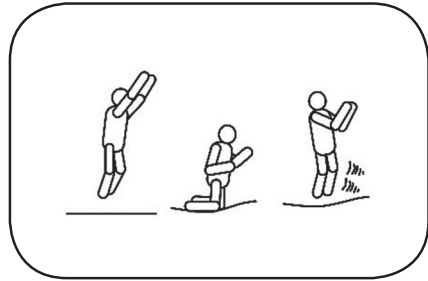
- Sofern der Springer die Kontrolle verliert, kann er sie durch das Unterbrechungsmanöver zurückgewinnen.
- Beginnen Sie mit dem Grundsprung, lassen Sie jedoch beim Aufsetzen die Knie eingezogen (gebeugt) – hiermit unterbrechen Sie den Sprung auf die Hände/Knie.
- Beginnen Sie mit einem niedrigen, kontrollierten, grundlegenden Sprung.
- Fallen Sie auf die Hände, Knie und halten Sie den Rücken gerade.
- Beim Aufsetzen auf allen Vieren geben Sie Acht, die Höhe ist nicht wichtig.





## 2. Lektion

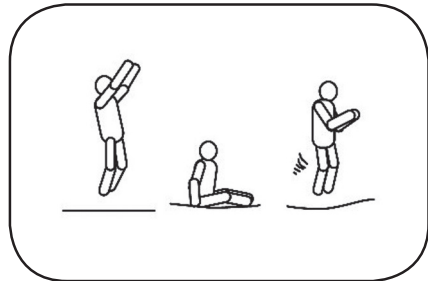
- Wiederholung der 1. Lektion
- Sprung in den Sitz – Vorführung und praktische Ausführung
- Sprung auf die Knie – Vorführung und praktische Ausführung
- Beginnen Sie mit dem Sprung in den Sitz und schließen Sie mit dem Sprung auf die Knie ab.



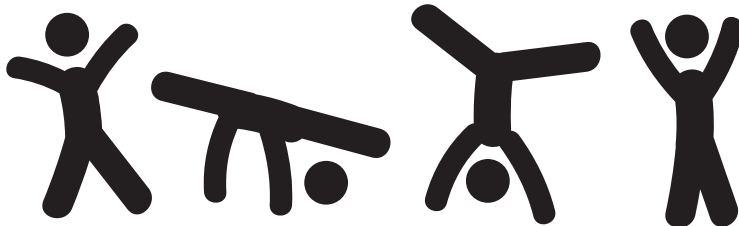
## 3. Lektion

- Wiederholen Sie, was Sie in den vorherigen Lektionen gelernt haben.

Mit der Absolvierung dieser drei Lektionen eignen Sie sich die Grundtechniken des Springens auf einem Trampolin an. Geben Sie künftig stets Acht auf die Kontrolle und die Technik der auszuführenden Sprünge.



Das folgende Spiel kann zum Zwecke der schrittweisen Gewöhnung der Benutzer an das Trampolin gespielt werden. Der Spieler Nr. 1 beginnt mit einem Sprung, der Spieler Nr. 2 wiederholt diesen Sprung und fügt einen weiteren hinzu. Die Spieler wechseln sich ab und fügen jeweils einen Sprung hinzu. Derjenige, der alle Sprünge bis zum Ende auszuführen vermag, wird Sieger. Auch hier ist es wichtig, dass alle Sprünge kontrolliert gesprungen werden! Versuchen Sie nicht allzu schwere Sprünge, die Sie nicht beherrschen. Sofern Sie Ihr Können weiter verbessern wollen, sollten Sie einen qualifizierten Ausbilder für die Verwendung eines Trampolins aufzusuchen. Darüber hinaus sollten Sie daran denken, dass auf dem Trampolin zu jedem Zeitpunkt nur ein Benutzer springen darf. Das Springen zu zweit und mit noch mehr Personen kann einen Unfall zur Folge haben.



## Sicherheitsplakete – Trampolin

- Vor dem Gebrauch lesen Sie aufmerksam diese Anleitung.
- Benutzen Sie das Trampolin nicht ohne Aufsichtsperson, die mit den Sicherheitsregeln vertrautgemacht ist.
- Versuchen oder gestatten Sie keine Saltos. Landungen auf Kopf oder Nacken können zu schweren Verletzungen, Verlähmung oder Tod führen. Auf dem Trampolin darf stets nur eine Person springen.
- Springen Sie ohne Schuhe.
- Sofern die Sprungmatte nass ist, darf das Trampolin nicht verwendet werden.
- Springen Sie nicht von einem höher befindlichen Objekt auf das Trampolin, auch nicht vom Trampolin auf den Boden.
- Benutzen Sie das Trampolin nicht unter dem Einfluss von Alkohol und anderen Suchtstoffen sowie Stoffen, welche das Koordinierungsvermögen und die Reaktionsdauer beeinträchtigen.
- Verwenden Sie das Trampolin nicht als Hilfsmittel zum Überspringen von Objekt zu Objekt.
- Springen Sie nicht zu hoch, der Sprung ist nur bis zu jener Höhe sicher, solange Sie wieder in der Mitte des Trampolins aufsetzen.
- Unter dem Trampolin dürfen sich keine Gegenstände, Personen oder Tiere befinden.
- Der Raum über dem Trampolin muss frei sein.
- bei verschlechterten Witterungsbedingungen sollten Sie das Trampolin nicht verwenden und es sichern (verankern).
- Das Trampolin ist auf ebener Oberfläche aufzustellen.
- Verwenden Sie das Trampolin nicht ohne Abdeckung der Federn und nicht ohne die Schutzhüllen.
- Das Trampolin muss in einem gut beleuchteten Raum aufgestellt sein.
- Kontrollieren Sie vor jeder Benutzung, ob alle Teile an ihrem Platz und in einem guten Zustand sind.
- Das Trampolin ist lediglich für den häuslichen Gebrauch im Außenbereich bestimmt.
- Das maximale Gewicht des Benutzers darf das festgelegte Limit des Trampolins nicht überschreiten:
  - für Trampoline bis 244 cm = 50 kg
  - für Trampoline von 305 bis 457 cm = 150 kg

**WARNUNG:** Ungeeignet für Kinder bis 3 Jahre. Unzureichende motorische Fähigkeiten. Verletzungsgefahr!

**WARNUNG:** Benutzung nur unter direkter Aufsicht einer erwachsenen Person.

**WARNUNG:** Für 1 Person bestimmt. Gefahr der Kollision.

## SICHERHEITSNETZ

- Springen Sie nicht in das Sicherheitsnetz.
- Klettern Sie nicht auf dem Netz, auch nicht unten hindurch.
- Kontrollieren Sie vor jeder Benutzung des Trampolins das Sicherheitsnetz, ob es nicht beschädigt ist. Falls ja, darf das Trampolin nicht verwendet werden.
- Der Reißverschluss am Eingang muss vor der Benutzung voll geschlossen und durch Schnallen gesichert sein.
- Das Sicherheitsnetz sollte alle 2 Jahre ausgewechselt werden.

Rund um das Trampolin muss ein freier Bereich von mindesten 1 Meter sein.

**HERSTELLER: MARIMEX CZ, S.R.O., LIBUŠSKÁ 221/264, PRAG 4, TEL. 261 222 111**



## GARANTIEBESTIMMUNGEN

- Das Trampolin wurde aus hochwertigen Materialien in hoher Ausführungsqualität hergestellt. Alle Komponenten wurden kontrolliert und als tadellos genehmigt.
- Die Garantie gilt für die Dauer von 2 Jahren ab dem Kaufdatum. Bewahren Sie alle Kaufbelege gemeinsam mit der Anleitung auf. Der Kaufbeleg wird bei der Geltendmachung von Garantieansprüchen verlangt.
- Reklamationen von Waren unterliegen dem Recht der Tschechischen Republik oder nach dem Recht des Landes, in dem das Trampolin gekauft wurde.
- Die Garantie bezieht sich auf sämtliche Mängel infolge eines Fehlers in der Produktion oder eines Materialmangels, welcher Einfluss auf die Funktion hat. Der Käufer ist verpflichtet, nach dem Kauf des Trampolins zu kontrollieren, ob nicht die Transportverpackung oder ein anderer Teil beschädigt ist. Bei Feststellung eines Mangels hat er den Verkäufer hiervon unverzüglich in Kenntnis zu setzen.
- Weist das Trampolin offensichtliche Mängel auf, die gleich nach der Inbetriebnahme in Erscheinung treten, sodass die Anlage nicht benutzt werden kann, ist der Käufer verpflichtet, die Ware unverzüglich zu reklamieren.
- Bei Feststellung eines Mangels an den einzelnen Teilen des Trampolins reklamieren die nur das mangelhafte Teil mit der sichtlich gekennzeichneten Stelle der Beschädigung.

## Die Garantie bezieht sich nicht auf

- Abnutzung infolge der unsachgemäßen Installation oder der unkorrekten Verwendung, ggf. der unsachgemäßen Lagerung.
- Übliche Abnutzung der Anlage, die dem Charakter und der Nutzungsdauer entspricht.
- Mängel infolge mechanischer Beschädigung.
- Mängel, die durch Naturkräfte verursacht wurden.
- Mängel infolge der Verwendung vom Standard abweichender Mittel und ungeeigneter Reinigungsmittel.
- Natürlicher Verlust der Farbbeständigkeit im Hinblick auf das Einwirken der Sonnenstrahlung.
- Deformationen im Zusammenhang mit dem instabilen oder nicht angepassten Untergrund.
- Die Konstruktion und die Stufen sind aus Edelstahl hergestellt, sodass infolge von Feuchtigkeit eine Korrosion eintreten kann. Die Garantie bezieht sich nicht auf die allfällige Korrosion der Stahlkonstruktion oder der Stufen.

SICHERHEIT  
ÜBERPRÜFT



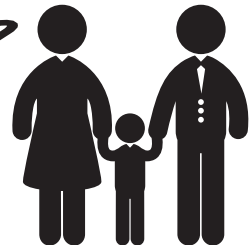
### Kontakte

[www.marimex.cz](http://www.marimex.cz)

Kundencenter

tel.: +420 261 222 111

e-mail: [info@marimex.cz](mailto:info@marimex.cz)



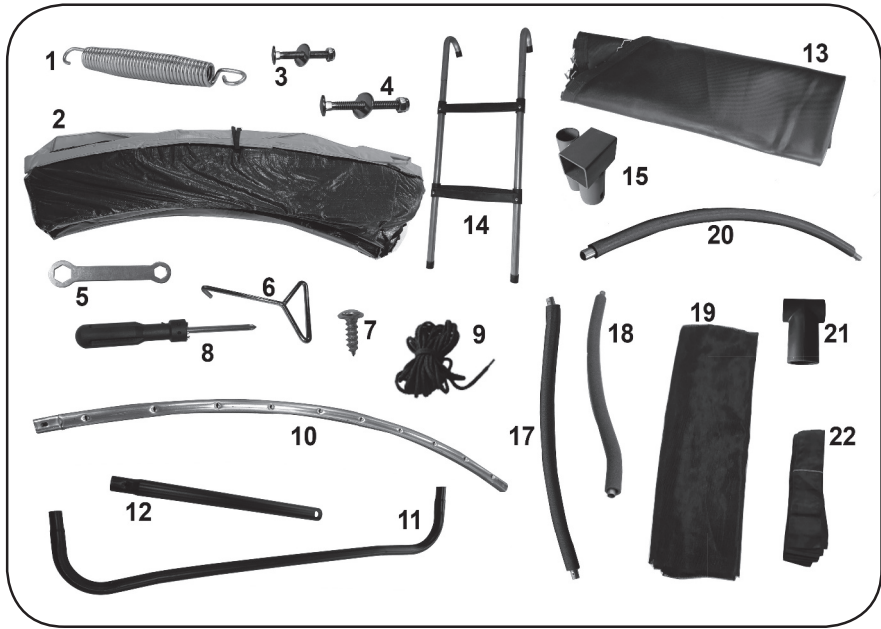
# Marimex Premium Trampoline Installation Manual

Thank you for purchasing the Marimex Premium trampoline. We are convinced it will serve you well for years and bring your family many happy moments together. Before assembling the trampoline, please study this instruction manual carefully. We recommend to keep the manual for future reference.  
Your Marimex



No.	244 cm	305 cm	366 cm	396 cm	457 cm	Part name	244 cm	305 cm	366 cm	396 cm	457cm	
1	19000835	19000835	19000835	19000835	19000863	Spring	48	56	72	80	90	
2	19000943	19000881	19000886	19000400	19000893	Spring cover	1	1	1	1	1	
3	19000401	19000401	19000401	19000401	19000401	M6x45 screw set	0	8	8	8	10	
4	19000402	19000402	19000402	19000402	19000402	M6x75 screw set	6	8	8	8	10	
5	19000850	19000850	19000850	19000850	19000850	Spanner	1	1	1	1	1	
6	19000849	19000849	19000849	19000849	19000849	Tensioning tool	1	1	1	1	1	
7	19000403	19000403	19000403	19000403	19000403	M4x12 screw	6	8	8	8	10	
8	19000848	19000848	19000848	19000848	19000848	Screwdriver	1	1	1	1	1	
9	19000944	19000842	19000859	19000404	19000897	Clamping rope	1	1	1	1	1	
10	19000945	19000405	19000423	19000406	19000407	Frame tube	6	8	8	8	7	3
11	19000946	19000408	19000409	19000410	19000411	Leg tube	3	4	4	4	2	3
12	19000424	19000424	19000424	19000424	19000425	Leg extension tube	0	8	8	8	10	3
13	19000947	19000880	19000853	19000412	19000892	Jumping mat	1	1	1	1	1	1
14	19000948	19000841	19000841	19000841	19000896	Ladder	1	1	1	1	1	1
15	19000413	19000413	19000413	19000413	19000414	T-connector frame	6	8	8	8	10	1
16	-	-	-	-	-	Manual		1	1	1	1	1
17	19000415	19000415	19000415	19000415	19000415	Safety net rod - upper part	6	8	8	8	10	1
18	19000416	19000416	19000416	19000416	19000416	Safety net rod - lower part	6	8	8	8	10	1
19	19000953	19000882	19000887	19000417	19000894	Safety net	1	1	1	1	1	1
20	19000954	19000418	19000419	19000420	19000421	Safety net ring	6	8	8	8	10	1
21	19000422	19000422	19000422	19000422	19000422	T-bar ring	6	8	8	8	10	1
22	19000870	19000870	19000870	19000870	19000870	Ribbon sleeve	6	8	8	8	10	1





## Warning

It is essential to read the instructions contained in this manual before assembling and using the trampoline. Keep the manual for future use.

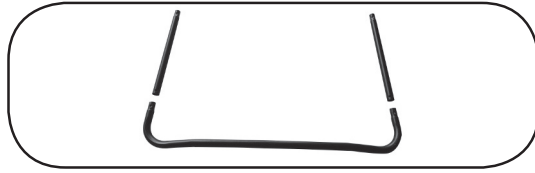
## Before you start to construct

Read this manual carefully before beginning of the assembly. The trampoline must be assembled by at least two adults according to the instructions in this manual. The trampoline must be located on an even, firm and non-slippery surface in order to avoid the overturning. The trampoline must not be assembled on a concrete or similar hard base. The trampoline must not be embedded in the ground. It is essential, that there is constantly free space within 1 metre around the trampoline as well as no branches, electrical wires or low ceiling. After completing of the assembly, check and tighten all connections. Dispose all of the packaging materials ecologically. Do not move the assembled trampoline. If it is absolutely necessary to move the trampoline, ensure the assistance of 4 persons and always move it in a horizontal position and check all connections thoroughly afterwards. The trampoline is intended for outdoor home use only. Use carefully appropriate tools when assembling the trampoline. Wearing of the protective gloves is recommended.



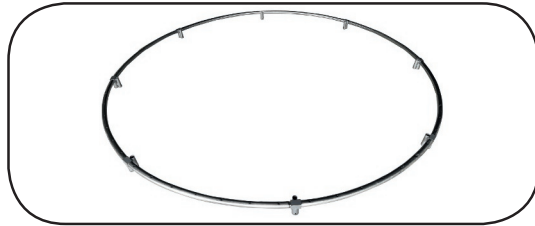
## Step 1

Slide the leg base onto the U-shaped leg and tighten the screws. Assemble all legs of the trampoline using the same procedure.



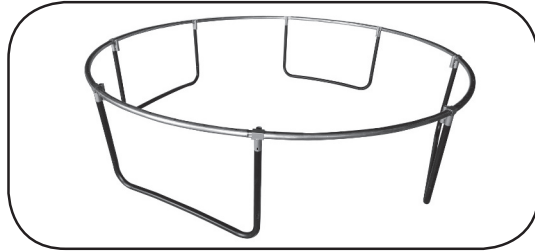
## Step 2

Connect all frame tubes with T-connections to form a ring. Connecting the last two parts requires the help of a second person, who should hold the opposite side of the frame.



## Step 3

Connect the legs of the trampoline to the round frame and secure all using the screws.



## Step 4

The jumping mat must be placed with the cross/logo facing upwards. Always hook the first four springs to the mat opposite one another (cross-shape). This results in the even tension of the jumping mat. Place the remaining springs in place using the same way.

**CAUTION:** It is essential to use the provided tensioning tools for tensioning the springs and to pay increased attention to the protection of your eyes and hands.



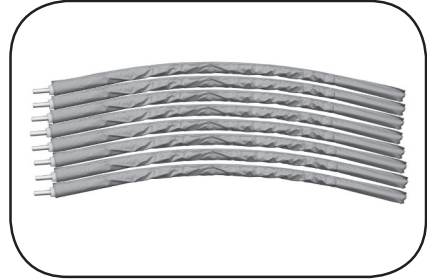
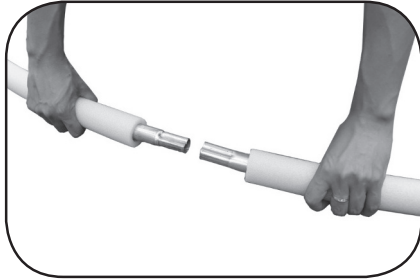
### Step 5

Pull the spring cover onto the trampoline so that the springs are completely covered and fasten with rubber bands.



### Step 6

Connect the bottom and top part of the safety net rod, then pull a sleeve over the entire length of the rod. Connect all rods in the same way.



### Step 7

Attach all rods on the trampoline legs.



### Step 8

Slide the upper ring into the sleeve along the upper edge of the safety net, then connect it using T-connections to form a circle.



**Step 9**

Lift both the ring and the safety net to a height above the rods and connect the bottoms of the T-connections to the safety net rods.



**Step 10**

Ensure that all locking pins are properly clicked shut.



**Step 11**

Thread the clamping cord alternately through the loops of the net and the anchoring loops of the springs.



**Step 12**

Your trampoline is complete. Secure the structure against the effects of the weather and unwanted displacement with an anchoring set (not included).



## Congratulations, your trampoline is now ready for use

**Before using the trampoline, consult with your doctor, whether this kind of activity is suitable and safe for you.**

Check the trampoline before every use. Pay particular attention to the jumping mat and potential missing or loose parts.

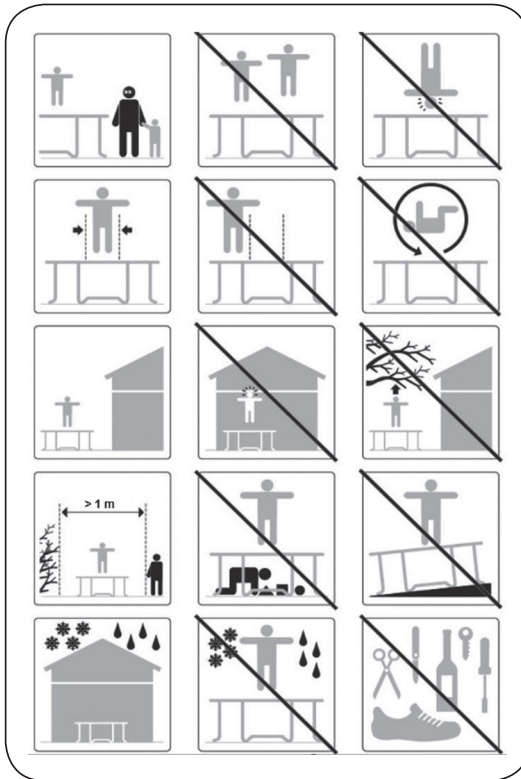
- No more than 1 person may use the trampoline at a time.
- Never attempt somersaults, handsprings or rolls. This may result in serious injury or even death.
- The owner of the trampoline or a supervisor is fully responsible for the correct use of the trampoline by all users.
- Do not use the trampoline without supervision.
- The supervisor is responsible for placing a safety notice, which is a part of this manual, onto the trampoline. The supervisor must also ensure that all persons are familiar with the safety rules for exercising on the trampoline.
- The supervisor must remain present at all times, regardless of the age and experience of the user.
- If you are not using the trampoline, close the safety net with the zip and clasps, and put the ladder away in a safe place.
- The maximum weight of the user must not exceed the trampoline's fixed limit:
  - for trampolines of up to 244 cm = 50 kg
  - for trampolines from 305 to 457 cm = 150 kg
- Failure to observe the safety rules may result in serious injury.
- Familiarise with the jumping techniques and the behaviour of the jumping mat. Keep your body under control at all times.
- Do not jump into the safety net deliberately.
- Put clothing with hooks and sharp edges aside.
- Remove your shoes before using the trampoline.
- Avoid jumping onto the spring cover, as there is a danger that it may tear.
- Do not pull the spring cover and do not stand on the springs.
- Do not jump onto the trampoline from higher places, nor jump off the trampoline onto the ground.
- Empty your pockets before using the trampoline.
- You must not have anything in your mouth or hands while jumping.
- The trampoline is intended for adults and children from age 3.
- Help young children when climbing onto and off the trampoline.
- After completing assembly, make sure that all springs are securely hooked onto the frame and that the safety net's fixing cord is correctly threaded and fastened.
- The springs must be completely covered.
- The trampoline's stability can be increased by placing sand bags on the support legs.
- After complete control of connections, jump in the centre of the trampoline for about 5 minutes and check them again. If everything is right, the trampoline is ready to be used.



## DO NOT USE THE TRAMPOLINE

- in poor light conditions
- while pregnant or with high blood pressure
- near the water
- in strong wind or rain
- if the jumping mat is wet
- under the influence of substances which affect reaction time and coordination skills
- if any objects or persons are located underneath it
- if there are any items on the jumping mat

EN



Only 1 person may use the trampoline at a time. More persons increase the risk of injury.



Do not perform somersaults, handsprings or rolls. This may result in serious injury or even death.





## CARE OF THE TRAMPOLINE

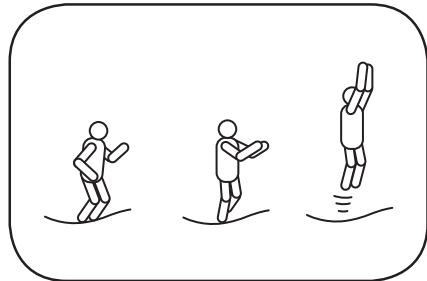
Anchor the trampoline or dismantle it and store in a safe place during strong wind or rain. When anchored, both the upper and lower parts of the trampoline must be secured. Anchoring may not necessarily be effective in case of strong wind or sudden gusts of wind. If strong wind is expected, removing of the safety net and additionally securing the trampoline (e.g. by placing concrete blocks on legs, etc.) is highly recommended. Repairs should only be carried out by qualified persons and with the use of original spare parts. Unprofessional repairs of the trampoline may reduce its service life. Store the trampoline in a safe and dry place, with stable temperature and limited sunlight during winter months. When unused for long, dismantle and store the trampoline. The service life of the frame as well as holes, springs and connections can be increased with greasing with Vaseline or similar products. Use wet cloth without any chemicals or other abrasive cleaning agents for Vaseline cleaning. The safety net should be replaced every 2 years.

## BASIC JUMPING TECHNIQUES

Make sure you always land on same place you jumped from. Always jump into the centre of the trampoline. An incorrect jumping technique may lead to injury, therefore study the following chapter carefully.

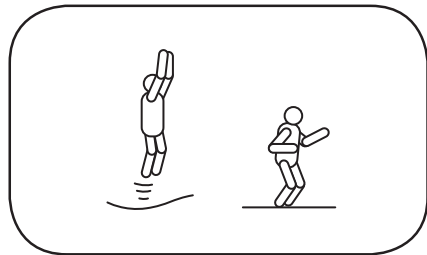
### Straight jump

- start in a standing position with legs apart at the width of your shoulders and eyes facing the jumping mat
- swing your arms forward and lift them upwards
- in an upwards leap, keep your feet together
- land again with the legs apart at the width of shoulders



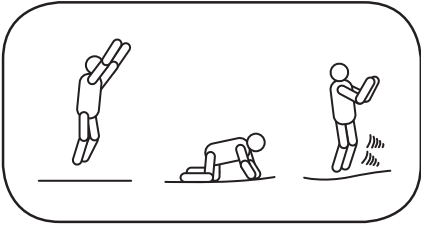
### Interrupting jump

- when you lose control, it can be regained by performing an interrupting jump
- start with a straight jump, but keep your knees flexed when landing – if done properly, it will help you to interrupt jumping easily



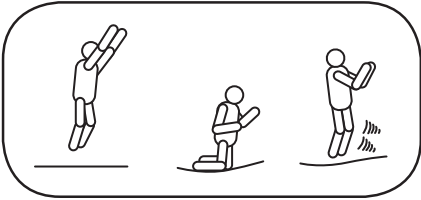
### Jumping on hands/knees

- begin with a low, controlled straight jump
- land on your hands, keeping your knees and back straight
- be careful when landing on all fours; height is not important



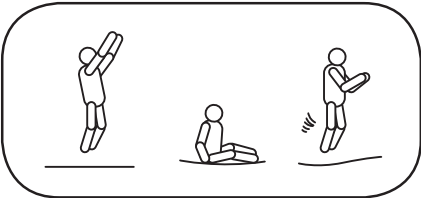
### Knee jumps

- begin with a low, controlled straight jump
- land on your knees while keeping your back straight and using your arms to keep your balance
- jump back into the basic position, while swinging your arms upwards



### Seated landing

- land on the jumping mat in a sitting position
- hold your hands by the hips
- using your hands, bring yourself back into an upright position

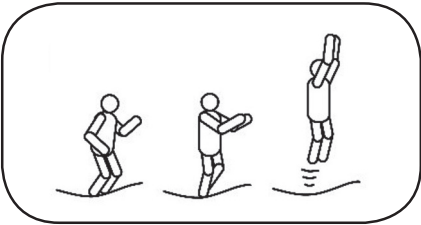


### Training plan

You should master basic jumps before deciding to attempt more difficult jumps. Therefore, proceed according to the following training plan. Study the safety instructions carefully. Supervisors and users should not only have detailed knowledge of guidelines for using a trampoline, but they should also be aware of the physical limits of its users.

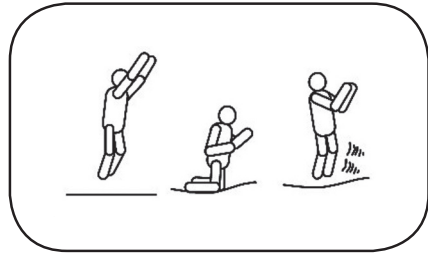
### 1. Lesson

- Entering and getting off
- straight jump – demonstration and practical execution
- interrupting manoeuvre – demonstration and practical execution
- hand/knee jump – demonstration and practical execution



## 2. Lesson

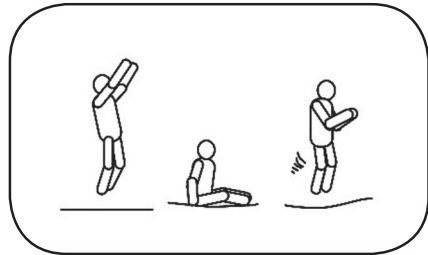
- repeat lesson 1
- seated landing – demonstration and practical execution
- knee jump – demonstration and practical execution
- begin with a seated landing and finish with a knee jump



## 3. Lesson

- repeat what you have learnt in the previous lessons

By completing these three lessons, you will learn basic trampoline jumping techniques. It is important that you continue to pay attention to the control and technique of executed jumps.



Playing the following game will help users to become gradually accustomed to the trampoline:

Player 1 begins by performing one jump. Player 2 then repeats the jump and adds another. The players alternate and add one jump each time. The player, who successfully performs all the jumps, is the winner. It is important to keep all jumps under control! Do not attempt jumps which are too difficult for you. If you wish to further improve your skills, contact a qualified trampoline instructor. Keep in mind that only one user may jump on the trampoline at a time. Use of the trampoline by two or more persons at once may result in injury.



## SAFETY INSTRUCTIONS - TRAMPOLINE

- Read this instruction manual carefully before use.
- Do not use the trampoline without a supervisor who is familiar with the safety rules.
- Never attempt somersaults, handsprings or rolls. Only one person may jump on the trampoline at a time.
- Remove your shoes before using the trampoline.
- Do not use the trampoline if the jumping mat is wet.
- Do not jump onto the trampoline from a higher location, nor jump off the trampoline onto the ground.
- Do not use the trampoline under the influence of alcohol or other addictive substances, or substances which affect coordination and reaction time.
- Do not use the trampoline for jumping from one object to another.
- Do not jump too high. It is only safe to jump to heights from which you can land back in the centre.
- There must not be any objects, persons or animals beneath the trampoline.
- The area above the trampoline must be empty.
- Do not use the trampoline in bad weather and make sure that it is secured (anchored).
- The trampoline must be located on an even surface.
- Do not use the trampoline without spring covers and protective sleeves.
- The trampoline must be located in a well-lit area.
- Make sure that all parts are in order and in good condition before use.
- The trampoline is designed for outdoor home use only.
- The maximum weight of the user must not exceed the trampoline's fixed limit:
  - for trampolines of up to 244 cm = 50 kg
  - for trampolines from 305 to 457 cm = 150 kg

**WARNING:** Not suitable for children under 3 years of age. Their motor skills are insufficient. Risk of injury.

**WARNING:** Use only under the direct supervision of an adult.

**WARNING:** Designed for use of 1 person only. Risk of collision.

### Safety Net

- Do not jump into the safety net.
- Do not climb on the safety net or crawl under it.
- Control the safety net before each use of the trampoline. If damaged, do not use the trampoline.
- When not used, the zip of the entrance must be fully zipped up and secured with clasps.
- The safety net should be replaced every two 2 years.

An area of at least 1 metre around the trampoline must be kept completely clear.

Take care of the trampoline according to the original installation manual.

**MANUFACTURER: MARIMEX CZ, S.R.O., LIBUŠSKÁ 221/264, PRAGUE 4, TEL. 261 222 111**



## Warranty Conditions

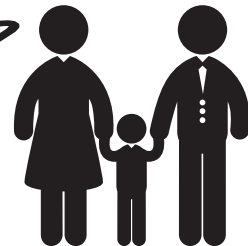
- The trampoline is made of high-quality materials. All parts have been inspected and found free of defects.
- The warranty is valid for two years from the date of purchase. Keep all documents of purchase together with the instruction manual. Documents will be required when applying warranty claims.
- Claims for defective goods shall be governed by Czech law or by the law of the country in which the trampoline was purchased.
- The warranty applies to all defects caused by a manufacturing error, or material defects affecting functionality.
- After purchasing the trampoline, the buyer is obliged to check that the packaging or other parts of the trampoline are not damaged. In case of any defects, inform the seller immediately.
- If any defects appear immediately after assembly of the trampoline and it cannot be used, the buyer must make a warranty claim without any delay.
- If defects are discovered on individual parts of the trampoline, make a claim for the defective part only, with the damaged place clearly marked.

## The warranty does not apply to:

- Damages caused by improper installation, use or storage.
- Ordinary damages corresponding to its nature and length of use.
- Defects caused by mechanical damage.
- Defects caused by the natural elements – heavy rain/snow, strong wind, flying heavy objects
- Defects due to use of substandard tools and cleaning aids.
- Natural loss of colour fastness caused by exposure to sunlight.
- Deformation caused by unstable or untreated surface.
- The frame and ladder are not made of stainless steel and can therefore become rusty in humid conditions. Claims for potential rusting of the steel frame or ladder will not be accepted.



**Contact details**  
[www.marimex.cz](http://www.marimex.cz)  
**Customer Service Centre**  
**tel.: +420 261 222 111**  
**e-mail address: [info@marimex.cz](mailto:info@marimex.cz)**



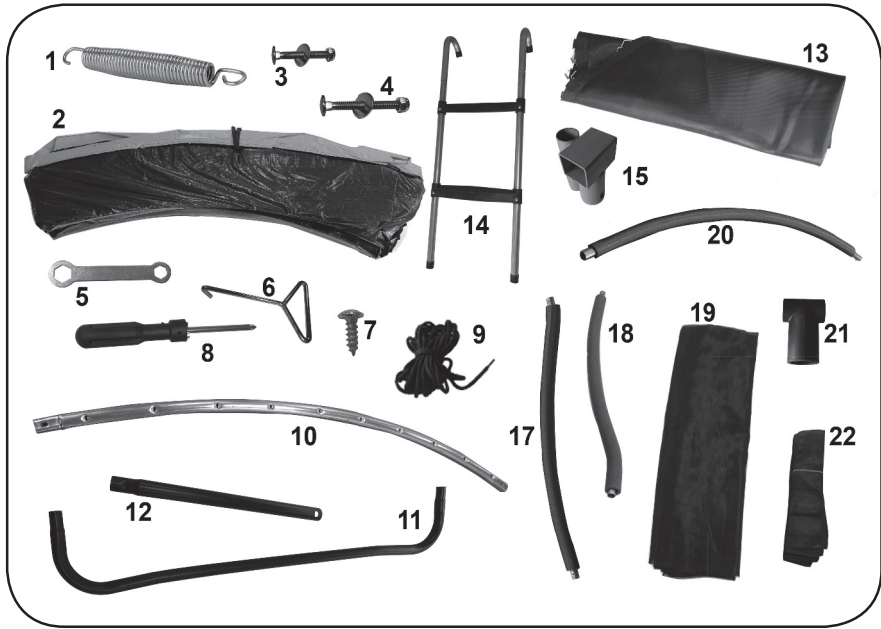
# Manuale di installazione trampolino Marimex Premium

## Elenco della confezione



N.	244 cm	305 cm	366 cm	396 cm	457 cm	Nome del componente	244 cm	305 cm	366 cm	396 cm	457 cm
1	19000835	19000835	19000835	19000835	19000863	Molla	48	56	72	80	90
2	19000943	19000881	19000886	19000400	19000893	Copertura delle molle	1	1	1	1	1
3	19000401	19000401	19000401	19000401	19000401	M6x45 Set di viti	0	8	8	8	10
4	19000402	19000402	19000402	19000402	19000402	M6x75 Set di viti	6	8	8	8	10
5	19000850	19000850	19000850	19000850	19000850	Chiave	1	1	1	1	1
6	19000849	19000849	19000849	19000849	19000849	Strumento di serraggio	1	1	1	1	1
7	19000403	19000403	19000403	19000403	19000403	M4x12 vite	6	8	8	8	10
8	19000848	19000848	19000848	19000848	19000848	Cacciavite	1	1	1	1	1
9	19000944	19000842	19000859	19000404	19000897	Cavetto di serraggio	1	1	1	1	1
10	19000945	19000405	19000423	19000406	19000407	Tubo del telaio	6	8	8	8	7
11	19000946	19000408	19000409	19000410	19000411	Piede	3	4	4	4	2
12	19000424	19000424	19000424	19000424	19000425	Prolunga del piede	0	8	8	8	10
13	19000947	19000880	19000853	19000412	19000892	Superficie di rimbalzo	1	1	1	1	1
14	19000948	19000841	19000841	19000841	19000896	Scala	1	1	1	1	1
15	19000413	19000413	19000413	19000413	19000414	T-connettore telaio	6	8	8	8	10
16	-	-	-	-	-	Manuale		1	1	1	1
17	19000415	19000415	19000415	19000415	19000415	Supporto della rete di protezione superiore	6	8	8	8	10
18	19000416	19000416	19000416	19000416	19000416	Supporto della rete di protezione inferiore	6	8	8	8	10
19	19000953	19000882	19000887	19000417	19000894	Rete di protezione	1	1	1	1	1
20	19000954	19000418	19000419	19000420	19000421	Anello rete di protezione	6	8	8	8	10
21	19000422	19000422	19000422	19000422	19000422	T-connettore anello	6	8	8	8	10
22	19000870	19000870	19000870	19000870	19000870	Manicotto ribbon	6	8	8	8	10





## Avvertenza



Prima del montaggio e del successivo utilizzo è necessario leggere le istruzioni di questo manuale. Conservate le istruzioni in caso in futuro abbiate bisogno delle informazioni riportate.

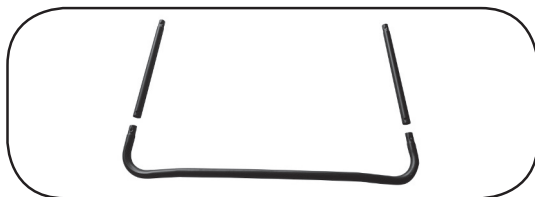
## Prima di cominciare a montare

Prima di iniziare a montare leggete attentamente questo manuale. Il tappeto elastico deve essere montato da almeno due persone adulte secondo le istruzioni di questo manuale. Il tappeto elastico deve essere posizionato su una superficie piatta, stabile e non scivolosa. In caso contrario c'è il rischio che si ribalti. Al tempo stesso il tappeto flessibile non deve essere montato sul cemento o su altri substrati duri. Il tappeto flessibile non deve sprofondare nel terreno. Non posizionate il tappeto flessibile in prossimità della corrente elettrica. È importante che ad almeno 1 metro di distanza dal tappeto flessibile non siano presenti altri oggetti. Inoltre è necessario fare attenzione affinché sopra il tappeto flessibile non ci siano dei rami, fili elettrici oppure un soffitto basso. Dopo aver completato il montaggio controllate tutti i collegamenti e serrate. Smaltire il materiale di imballaggio in modo appropriato. Una volta montato non spostate il tappeto flessibile. Se è assolutamente necessario, sono necessarie 4 persone per farlo. Spostatelo sempre in posizione orizzontale e poi controllatelo. Il tappeto elastico è destinato soltanto all'uso casalingo all'aperto. Per il montaggio utilizzate gli strumenti adatti, procedete facendo attenzione. Utilizzate anche i guanti protettivi.



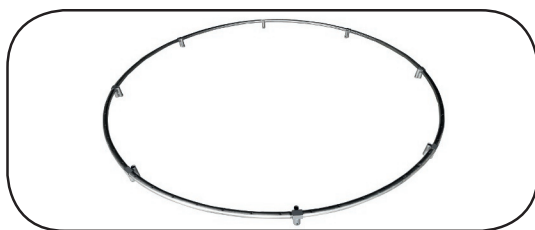
## Passo 1

Inserire il tubo montante nella gamba a forma di U e avvitare usando le piccole viti. Ripetere la stessa operazione con tutte le gambe del trampolino.



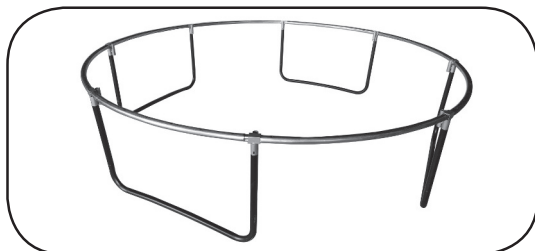
## Passo 2

Collegare tutti i tubi del telaio con T-connettore per formare un anello. Il collegamento delle ultime due parti richiede l'aiuto di una seconda persona, che dovrebbe tenere il lato opposto del telaio.



## Passo 3

Fissare le gambe del trampolino al telaio circolare e fissare il tutto con le gambe.



## Passo 4

Agganciare le molle aiutandosi con il tiramolle. Inizialmente tendere ogni quinta molla affinché il tappeto di salto si trovi posizionato uniformemente al centro del telaio. Ciò agevolerà il fissaggio di tutte le altre molle.



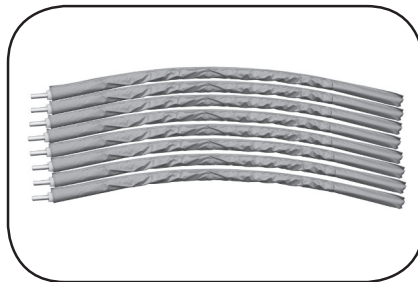
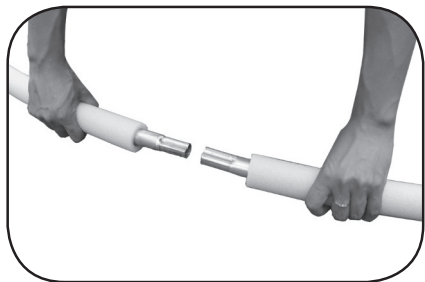
## Passo 5

Posare sul trampolino il telo di protezione in modo da coprire siano completamente le molle e fissare con i tappi.



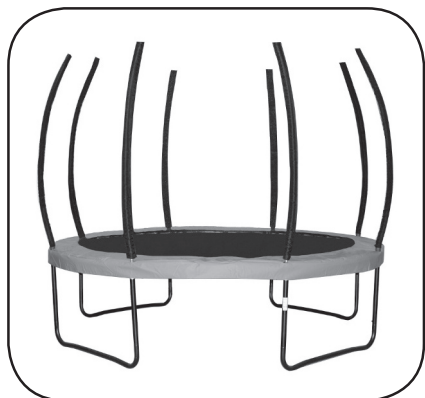
## Passo 6

Collegare la parte superiore e quella inferiore del tubo di sostegno della rete di protezione, quindi infilare la guaina lungo tutto il tubo di sostegno. Ripetere l'operazione con tutti gli altri tubi.



## Passo 7

Collegare tutti i tubi di sostegno ai piedi del trampolino.



## Passo 8

Inserire i tubi del cerchio superiore nella guaina lungo il bordo superiore della rete di protezione, quindi collegarli tra loro aiutandosi con i giunti a T creando la forma di un cerchio.



**Passo 9**

Sollevare in alto il cerchio così creato insieme alla rete e fissare la parte inferiore ai tubi di sostegno della rete di protezione utilizzando i giunti a T.



**Passo 10**

Assicurarsi che tutti i perni di bloccaggio siano correttamente inseriti.



**Passo 11**

Far passare la fune di tensione per i fori nella rete di protezione e, contemporaneamente, i passanti nel tappeto di salto.



**Passo 12**

Il vostro trampolino è montato, fissare la costruzione con un kit di ancoraggio (non incluso nella confezione) per bloccarla contro gli agenti atmosferici e gli spostamenti indesiderati.



## **Avete montato**

**Prima di utilizzare il tappeto elastico, consultate il vostro medico se questa attività per voi è sicura e appropriata.**

Controllare il tappeto elastico prima di ogni utilizzo. Prestate particolarmente attenzione

- Solo 1 persona può saltare sul tappeto flessibile.
- Non sono consentite la capriole, i ruzzoloni e i capitomboli. Può provocare gravi lesioni o addirittura la morte.
- Il proprietario del tappeto flessibile o la persona che sta supervisionando sono pienamente responsabili per il corretto uso del tappeto flessibile da parte di tutti gli utenti.
- Se non è possibile garantire la supervisione sulle attività sul tappeto flessibile non utilizzatelo.
- La persona che esegue della supervisione è responsabile del posizionamento della placca di sicurezza sul tappeto flessibile compresa in questo manuale. Inoltre, è necessario assicurarsi che tutti abbiano letto le regole di sicurezza relative al movimento sul tappeto flessibile.
- La persona responsabile della supervisione deve essere presente indipendentemente dall'età e dall'esperienza dell'utente.
- Se non state utilizzando il tappeto elastico, chiudete la rete di sicurezza con la cerniera e con le fibbie e riponete la scaletta in un luogo sicuro.
- Il peso massimo dell'utente non deve superare il limite predefinito del tappeto elastico per i tappeti elastici fino a 244 cm = 50 kg  
per tappeti elastici da 305 a 457 cm = 150 kg
- L'inosservanza delle norme di utilizzo sicuro può causare gravi incidenti.
- Prendete familiarità con la tecnica di salto e con il funzionamento della superficie di salto.

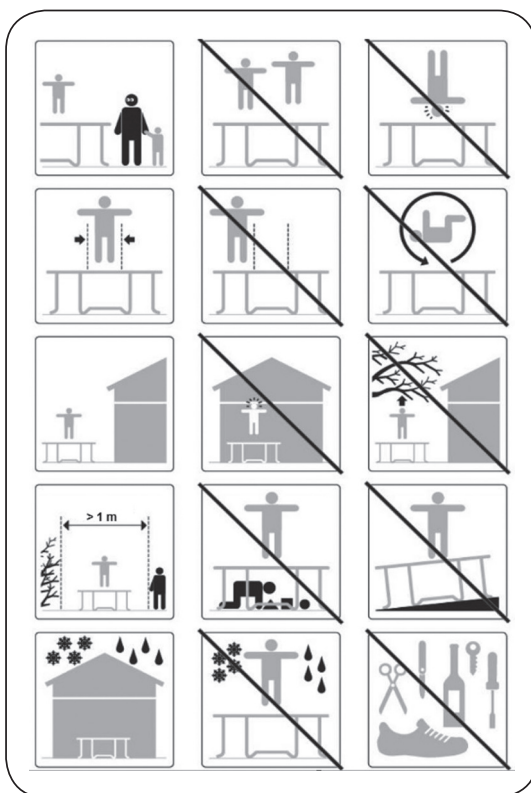
Tenete sempre il vostro corpo costantemente sotto controllo.

- Non saltate intenzionalmente nella rete protettiva.
- Toglietevi di dosso gli abiti con i ganci e le estremità appuntite.
- Saltate senza scarpe.
- Evitate di saltare sulla copertura delle molle, c'è il rischio di rottura.
- Non alzatevi aiutandovi con la copertura delle molle e non salite sulle molle.
- Non saltate sul tappeto flessibile da posizioni più alte e non saltate nemmeno dal tappeto flessibile a terra.
- Prima di accedere al tappeto elastico levate tutti gli oggetti dalle tasche.
- Durante i salti non è permesso avere niente in bocca o nelle mani.
- Il tappeto elastico è destinato agli adulti e ai bambini da 3 anni.
- Assistete i bambini piccoli quando salgono e poi quando scendono dal tappeto elastico.
- Dopo aver completato il montaggio controllate che tutte le molle siano fissate in modo stabile al telaio e il cavetto di sicurezza della rete sia correttamente infilato e legato.
- Le molle devono essere completamente coperte.
- La stabilità del tappeto flessibile può essere aumentata mettendo sacchi di sabbia alle gambe di sostegno.
- Dopo il controllo completo di tutte i collegamenti saltate per circa 5 minuti nel mezzo del tappeto flessibile. Quindi controllare nuovamente. Se tutto sarà in ordine, il tappeto flessibile è pronto per essere utilizzato.



## Non utilizzare il tappeto flessibile

- in condizioni di scarsa luminosità
- in caso di gravidanza o alta pressione
- in prossimità dell'acqua
- in caso di forte vento e pioggia
- quando la superficie di rimbalzo è bagnata
- sotto l'influenza di sostanze che influiscono sul tempo di reazione, la visione spaziale e la capacità di coordinazione vsc sotto si trova qualsiasi qualsiasi oggetto o persona
- Se ci sono tutti gli elementi sul desktop che rimbalza



**Solo una persona può saltare sul tappeto flessibile. Un numero maggiore di persone aumenta il pericolo di incidenti.**



**Non sono consentiti la capriole i ruzzoloni e i capitomboli. Può verificarsi una lesione grave o addirittura la morte.**





## Prendetevi cura del tappeto flessibile

In caso di forte vento e pioggia assicurate il tappeto flessibile fissandolo oppure smontandolo e depositandolo in un luogo sicuro. Il fissaggio deve essere assicurato sia nella parte superiore che inferiore del tappeto flessibile.

Le riparazioni possono essere eseguite soltanto da personale qualificato utilizzando pezzi di ricambi originali. Gli interventi non specializzati possono diminuire la durata del tappeto flessibile. Durante i mesi più freddi e piovosi depositate il tappeto flessibile in un luogo dove non sarà esposto a temperature troppo alte o, al contrario, troppo basse, così come alla luce solare. Se non utilizzate il tappeto elastico per più tempo, smontatelo e depositatelo.

La durata può essere aumentata lubrificando ad esempio con della vasellina o altri prodotti lubrificanti. Non dimenticate i fori, le molle e i punti di collegamento.

Quando pulite il tappeto flessibile utilizzate un panno umido senza sostanze chimiche o altre detergenti abrasivi. La rete di sicurezza dovrebbe essere sostituita ogni 2 anni.

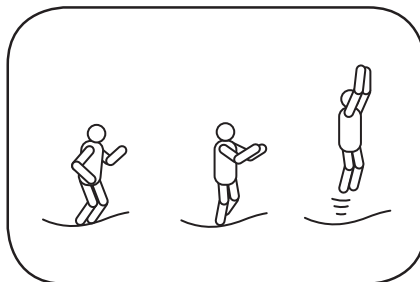
## Tecniche di base che saltano

Fate sempre attenzione a ricadere nello stesso punto dal quale vi siete respinti.

Saltate sempre al centro del trampolino. Una tecnica errata di salto può causare un incidente, per questo leggete con attenzione i capitoli seguenti.

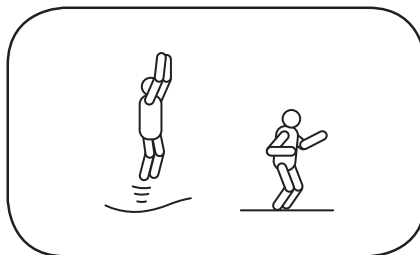
### Salto di base

- partenza dalla posizione eretta, gambe aperte fino alla larghezza delle spalle, osservare la superficie di salto
- oscillare le braccia in avanti e ruotatele verso l'alto
- mentre saltate congiungete i piedi
- mentre ricadete le gambe sono nuovamente aperte fino alla larghezza delle spalle



### Manovra di Interruzione

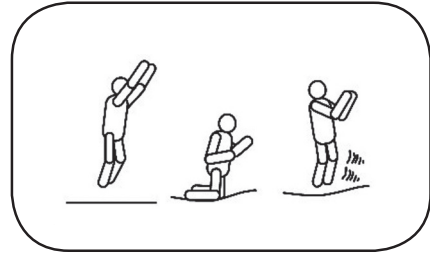
- Se la persona che sta saltando perde il controllo, con una manovra di interruzione può riprendere il controllo
- iniziate con il salto di base, ma quando cadete lasciate le ginocchia piegate, in questo modo interromperete il salto





## 2 lezioni

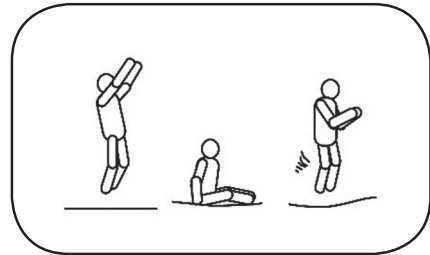
- ripetizione della 1° lezione
- salto in posizione seduta– dimostrazione e realizzazione pratica
- salto sulle ginocchia – dimostrazione e realizzazione pratica
- iniziate saltando in posizione seduta e completate saltando sulle ginocchia



## 3 lezioni

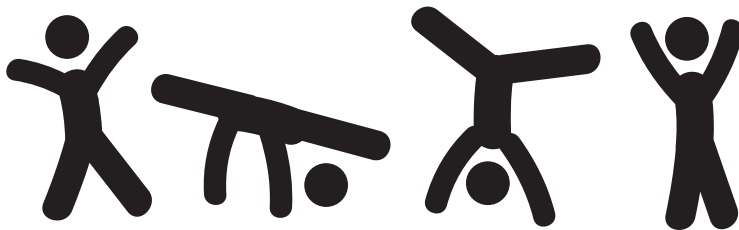
- ripetete quello che avete imparato nelle lezioni precedenti

Assolvendo queste tre lezioni imparerete le tecniche di base di salto sul tappeto flessibile. In futuro, prestate attenzione al controllo e alla tecnica con cui eseguite i salti.



Il gioco seguente può essere giocato al fine di abituare gradualmente gli utenti al tappeto flessibile:

Il giocatore n. 1 inizia con un balzo, il giocatore n. 2 ripete questo salto e ne aggiunge un altro. I giocatori si alternano e ogni volta aggiungono un salto. Chi riesce ad eseguire tutti i salti fino alla fine, diventa il vincitore. Anche in questo caso è importante che tutti questi salti avvengano in modo controllato. Non cercate di provare ad eseguire salti troppi complicati che non sapete gestire. Se volete migliorare la vostra capacità di salto dovrete cercare un istruttore qualificato per l'utilizzo dei tappeti flessibili. Tenere anche a mente che sul trampolino può saltare contemporaneamente da un solo utente. Il salto contemporaneo di due o più persone può causare lesioni.



## Targhetta di sicurezza – tappeto flessibile

- Prima dell'uso, leggete attentamente le istruzioni.
- Non utilizzate il tappeto flessibile senza la sorveglianza di una persona che abbia familiarità con le regole di sicurezza.
- Non sono consentite la capriole, i ruzzoloni e i capitomboli. Sul tappeto flessibile può saltare solo una persona.
- Saltate senza scarpe.
- Se la superficie di rimbalzo è bagnata, non utilizzate il tappeto flessibile.
- Non saltate sul tappeto flessibile da un oggetto posizionato in alto e nemmeno dal tappeto flessibile a terra.
- Non utilizzate il tappeto flessibile se siete in stato di ebbrezza o sotto l'influenza di altre sostanze che creano dipendenza e che influiscono sulla capacità di coordinamento e sul tempo di reazione.
- Non utilizzate il tappeto elastico come ausilio per saltare da un oggetto ad un altro oggetto.
- Non saltate troppo in alto, il salto è sicuro solo fino a quando siete in grado di ricadere sul mezzo.
- Sotto il tappeto elastico non si deve trovare nessun oggetto, persona né animale.
- Lo spazio sopra il tappeto elastico deve essere libero.
- Se le condizioni ventose peggiorano, non utilizzate il tappeto elastico e mettetelo in sicurezza (fissatelo).
- Il tappeto elastico deve essere posizionato su una superficie piatta.
- Non utilizzare il trampolino senza la copertura delle molle e gli imballaggi protettivi.
- Il tappeto elastico deve essere posizionato in uno spazio ben illuminato.
- Prima di ogni utilizzo, verificare che tutte le parti siano al loro posto e in buone condizioni.
- Il tappeto elastico è destinato solo all'uso domestico all'aperto.
- Il peso massimo dell'utente non deve superare il limite predefinito del tappeto elastico per i tappeti elastici fino a 244 cm = 50 kg  
per tappeti elastici da 305 a 457 cm = 150 kg

**AVVERTENZA:** Non adatto ai bambini di età inferiore a 3 anni. Capacità motorie insufficienti. Rischio di lesioni.

**AVVERTENZE:** Utilizzare sotto la diretta supervisione di una persona adulta.

**AVVERTENZE:** Destinato ad 1 persona. Rischio di collisione.

## Rete di protezione

- Non saltate sulla rete protettiva.
- Non salite sulla rete, né passate sotto.
- Prima di utilizzare il tappeto flessibile, assicurarsi sempre che non sia danneggiato. Se lo è, non utilizzate il tappeto flessibile.
- Prima dell'utilizzo la cerniera all'ingresso deve essere completamente chiusa e assicurata con le fibbie.
- La rete dovrebbe essere sostituita ogni 2 anni.

Intorno al tappeto elastico ci deve essere almeno 1 metro di spazio libero.

**PRODUTTORE: MARIMEX CZ, S.R.O., LIBUŠSKÁ 221/264, PRAHA 4, TEL. 261 222 111**



## Condizioni di garanzia

- Il tappeto elastico è stato prodotto con materiali di alta qualità. Tutti i componenti sono stati controllati e considerati come non difettosi.
- La garanzia è valida per due anni dalla data di acquisto. Conservate tutti i documenti di acquisto insieme con le istruzioni. Il documento comprovante l'acquisto verrà richiesto per l'applicazione dei diritti di garanzia.
- I reclami della merce sono disciplinati dall'ordinamento giuridico della Repubblica Ceca.
- La garanzia copre tutti i difetti causati da un errore di produzione oppure del materiale che influiscono sulla sua funzionalità.
- Dopo l'acquisto, l'acquirente è tenuto a controllare il tappeto elastico, se non l'imballaggio non è stato aperto oppure se non è stata danneggiata qualche altra parte. Nel caso in cui venga accertato un difetto, informate immediatamente il produttore.
- Qualora il tappeto elastico presenta dei difetti evidenti che si manifestano immediatamente dopo il montaggio e a causa dei quali l'attrezzatura non può essere utilizzata, l'acquirente è tenuto a reclamare la merce senza indugio.
- In caso di accertamento di un difetto soltanto su singole parti del tappeto elastico, reclamate soltanto la parte difettosa con il luogo di danneggiamento contrassegnato in modo visibile.

## La garanzia non copre

- L'usura causata da un montaggio scorretto oppure da un utilizzo scorretto, eventualmente da una conservazione impropria.
- La normale usura dell'attrezzatura corrispondete alla natura e alla durata del suo utilizzo.
- I difetti causati da danni meccanici.
- I difetti causati dall'azione degli agenti atmosferici.
- I danni dovuti all'uso di mezzi e detergenti non standard e non idonei.
- La naturale perdita della stabilità del colore in relazione all'esposizione alla radiazione solare.
- Le deformazioni causate da una base instabile oppure non preparata.
- La struttura e le scalette non sono prodotti con materiali inossidabili e, per questo, possono danneggiarsi a seguito della corrosione. La garanzia non copre l'eventuale corrosione delle strutture in acciaio o dei ponticelli.

SICUREZZA  
VERIFICATA

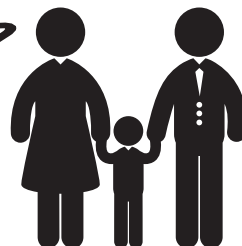


### Informazioni di contatto

[www.marimex.cz](http://www.marimex.cz)

tel.: +420 261 222 111

e-mail: [info@marimex.cz](mailto:info@marimex.cz)



# Handleiding voor installatie

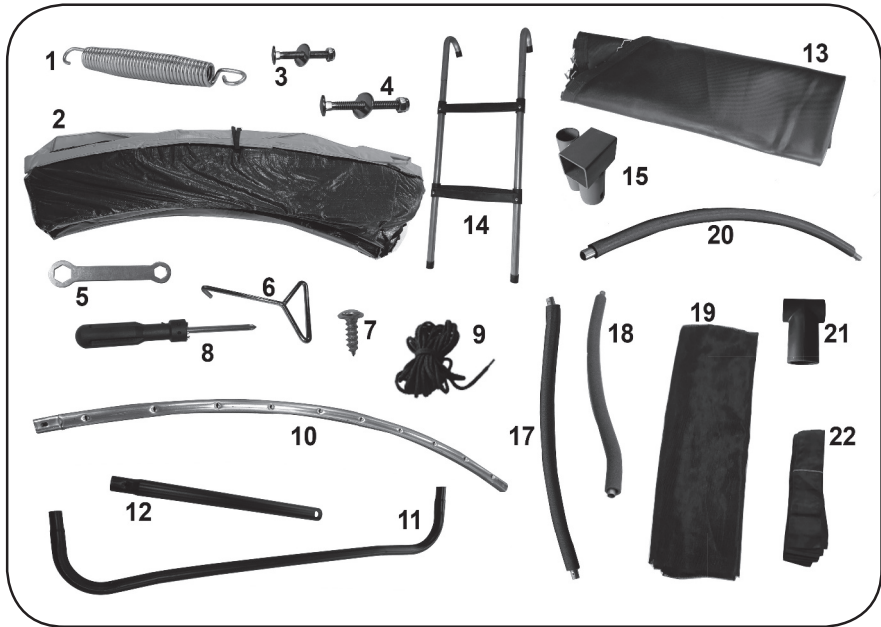
## Marimex Premium

### Lijst van verpakkingsinhoud



N.	244 cm	305 cm	366 cm	396 cm	457 cm	Naam deel	244 cm	305 cm	366 cm	396 cm	457cm	
1	19000835	19000835	19000835	19000835	19000863	Veer	48	56	72	80		90
2	19000943	19000881	19000886	19000400	19000893	Randkussen	1	1	1	1		1
3	19000401	19000401	19000401	19000401	19000401	M6x45 Schroefset	0	8	8	8		10
4	19000402	19000402	19000402	19000402	19000402	M6x75 Schroefset	6	8	8	8		10
5	19000850	19000850	19000850	19000850	19000850	Schroef sleutel	1	1	1	1		1
6	19000849	19000849	19000849	19000849	19000849	Klemgereedschap	1	1	1	1		1
7	19000403	19000403	19000403	19000403	19000403	M4x12 Schroef	6	8	8	8		10
8	19000848	19000848	19000848	19000848	19000848	Schroevendraaier	1	1	1	1		1
9	19000944	19000842	19000859	19000404	19000897	Spankoord	1	1	1	1		1
10	19000945	19000405	19000423	19000406	19000407	Framebuis	6	8	8	8	7	3
11	19000946	19000408	19000409	19000410	19000411	Poot	3	4	4	4	2	3
12	19000424	19000424	19000424	19000424	19000425	Verlengstuk poot	0	8	8	8	10	
13	19000947	19000880	19000853	19000412	19000892	Springmat	1	1	1	1	1	
14	19000948	19000841	19000841	19000841	19000896	Ladder	1	1	1	1	1	
15	19000413	19000413	19000413	19000413	19000414	T-verbindingstuk frame	6	8	8	8	10	
16	-	-	-	-	-	Handleiding		1	1	1	1	
17	19000415	19000415	19000415	19000415	19000415	Bovenstaander veiligheidsnet	6	8	8	8	10	
18	19000416	19000416	19000416	19000416	19000416	Benedenstaander veiligheidsnet	6	8	8	8	10	
19	19000953	19000882	19000887	19000417	19000894	Veiligheidsnet	1	1	1	1	1	
20	19000954	19000418	19000419	19000420	19000421	Veiligheidsnetring	6	8	8	8	10	
21	19000422	19000422	19000422	19000422	19000422	T-verbindingstuk ring	6	8	8	8	10	
22	19000870	19000870	19000870	19000870	19000870	Mouw ribbon	6	8	8	8	10	





## Attentie

Voor de opbouw en daarna het gebruik moet men bekend zijn met instructies in deze handleiding. Bewaar de handleiding voor als u in de toekomst de genoemde informatie nodig heeft.

## Voordat u gaat bouwen

Voordat u de trampoline gaat opzetten, lees zorgvuldig deze handleiding door. De trampoline moet door minstens 2 volwassen personen volgens deze handleiding in elkaar worden gezet. De trampoline moet op een vlak, vast en niet glijdend oppervlak zijn geplaatst. Anders dreigt dat die omvalt. Tevens moet de trampoline niet op beton of andere harde ondergronden. De trampoline mag niet in de grond worden gezonken. Zet de trampoline nooit dicht bij de elektrische stroom. Het is belangrijk dat min. 1 meter rondom de trampoline geen andere voorwerpen zich bevinden. Let op dat er boven de trampoline geen takken, elektrische draden of laag plafond is. Na het voltooiën van de montage alle koppelingen controleren en aantrekken. Het verpakkingsmateriaal op de vereiste wijze verwijderen. Een geïnstalleerde trampoline niet verplaatsen. Als het noodzakelijk is, moeten er 4 personen aan meehelpen. De trampoline altijd in horizontale positie dragen en daarna controleren. De trampoline is uitsluitend voor huishoudelijk gebruik buitenshuis bestemd. Gebruik bij de montage geschikt gereedschap, werk ermee voorzichtig. Verder beschermende handschoenen gebruiken.



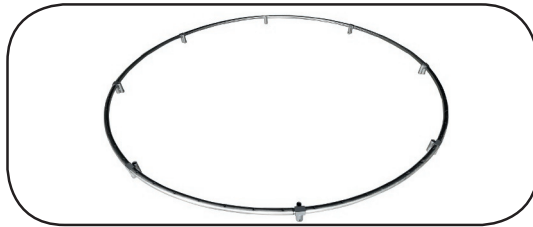
## Stap 1

Schuif de pootadapter op de poot in de U-vorm en draai de schroeven vast. Monteer zo alle trampolinepoten.



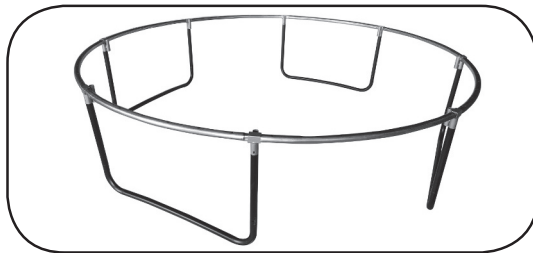
## Stap 2

Verbind alle framebuizen met T-verbindingen om een ring te vormen. Het verbinden van de laatste twee delen vereist de hulp van een tweede persoon, die de tegenovergestelde zijde van het frame moet vasthouden.



## Stap 3

Bevestig de poten van de trampoline aan het cirkelvormige frame en draai alle schroeven vast.



## Stap 4

Plaats de veren met het spangereedschap. Trek eerst de voet van elke veer aan, zodat het springoppervlak gelijkmatig in het midden van het frame is. Dan kunt u de overblijvende veren gemakkelijker bevestigen.



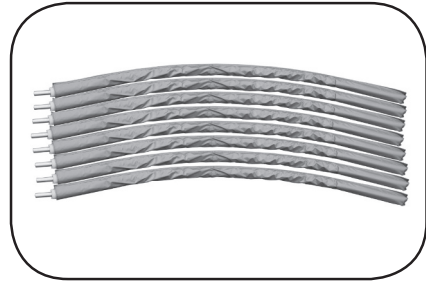
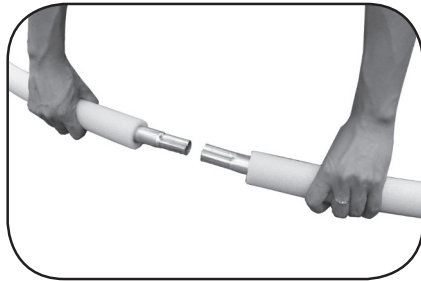
## Stap 5

Plaats de afdekking van de veren zodanig dat de veren geheel afgedekt zijn en bevestig hem met elastieken.



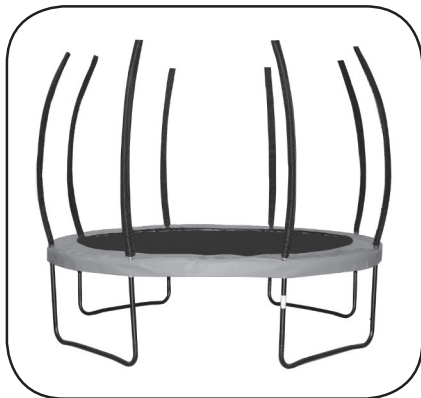
## Stap 6

Koppel het onderste en bovenste deel van het veiligheidsnet en trek dan de mouw over de gehele houder. Verbind op dezelfde manier alle stangen met elkaar.



## Stap 7

Verbind alle houders met de poten van de trampoline.



## Stap 8

Schuif de stangen van de bovenste ring in de mouw bij de bovenrand van het beschermingsnet en koppel ze dan onderling middels de T-verbindingen, zodat een ringvorm ontstaat.



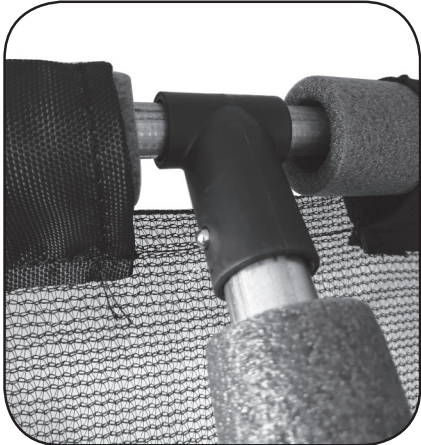
### Stap 9

Til dan de zo ontstane hoepel met het net op en koppel de onderste opening van de T-verbindingen met de houders van het veiligheidsnet.



### Stap 10

Zorg ervoor dat alle borgpennen correct zijn ingeklikt.



### Stap 11

Trek de opspanlijn door de openingen in het veiligheidsnet en tegelijkertijd door de lussen op het springoppervlak.



### Stap 12

Uw trampoline is gemonteerd. Beveilig de constructie met een verankeringset (niet inbegrepen) tegen de invloed van weersomstandigheden en als vergrendeling tegen ongewenst verschuiven.



## Het staat klaar

**Voordat u de trampoline gaat gebruiken, overleg met uw huisarts of deze activiteit voor u raadzaam en veilig is.**

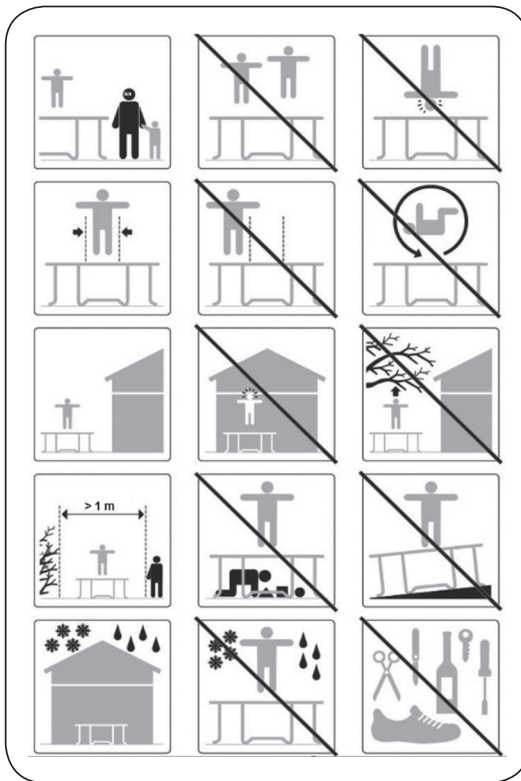
Voor elk gebruik de trampoline controleren. Vooral de springmat en alle delen op volledigheid en of die niet losgeraakt zijn.

- Op de trampoline mag steeds 1 persoon tegelijk springen.
- Het is niet toegestaan om salto's, buitelingen of tuimelingen te maken. Dat zou een ernstig letsel of zelfs dood tot gevolg kunnen hebben.
- Eigenaar van de trampoline of de toezichhoudende persoon zijn volledig aansprakelijk voor een correct gebruik van de trampoline door alle gebruikers.
- Als u voor toezicht op activiteiten op de trampoline niet kunt zorgen, gebruik die niet.
- De toezichthouder is verantwoordelijk voor het plaatsen van veiligheidsplaat op de trampoline, die bij deze handleiding is gevoegd. Verder moet die ervoor zorgen dat iedereen met veiligheidsregels voor gebruik van de trampoline bekend wordt gemaakt.
- De toezichthouder moet altijd aanwezig zijn, ongeacht de leeftijd en ervaring van de gebruiker.
- Als de trampoline niet in gebruik is, sluit het veiligheidsnet met de rits en gespen dicht en zet het trapje op een veilige plaats weg.
- Maximum draagvermogen (gewicht van de gebruiker) mag niet worden overschreden: voor trampolines tot 244 cm = 50 kg  
voor trampolines van 305 tot 457 cm = 150kg
- Het niet opvolgen van de regels voor veilig gebruik kan ernstige ongelukken tot gevolg hebben.
- Maak u eerst vertrouwd met de springtechniek en de veerkracht van de trampoline. Houd uw eigen lichaam permanent onder controle.
- Spring niet expres tegen het veiligheidsnet.
- Trek kleding met haakjes en scherpe onderdelen uit.
- Geen schoenen dragen bij het springen.
- Let op dat u niet op het randkussen belandt, anders kan die scheuren.
- Trek niet aan het randkussen bij opstaan en loop niet over de veren.
- Ga niet vanuit een hoger gelegen plaats op de trampoline springen en spring niet van de trampoline op de grond.
- Voordat u op de trampoline gaat springen, maak uw zakken leeg.
- Het is niet toegestaan om tijdens het springen iets in de mond of in handen te hebben/houden.
- Trampoline is voor volwassenen en kinderen vanaf 3 jaar bestemd.
- Help kleine kinderen bij het op- en afstappen op en van de trampoline.
- Na de montage controleren of alle veren vastgehaakt in het frame zitten en het veiligheidskoord van het net correct doorgetrokken en vastgeknoopt is.
- Veren moeten volledig zijn afgedekt.
- Stabiliteit van de trampoline kan worden verbeterd door zakken met zand op de poten te leggen.
- Na de complete controle op alle verbindingen ca 5 minuten lang in het midden van de trampoline springen. Daarna opnieuw controleren. Als alles in orde is, staat de trampoline klaar om gebruikt te worden.



## Trampoline niet gebruiken

- bij slechte verlichting
- als u zwanger bent of hoge bloeddruk heeft
- in de nabijheid van water
- bij sterke wind en regen
- ingeval de springmat nat is
- onder invloed van middelen die reactietijd, ruimtezicht en coördinatie beïnvloeden
- als er zich onder de trampoline enige voorwerpen of personen bevinden
- als er op de springmat enige voorwerpen aanwezig zijn



Er mag slechts 1 persoon tegelijk op de trampoline springen. Bij meerdere personen dreigt het letselgevaar.



Voer geen salto's uit. Het kan leiden tot ernstige of zelfs dodelijke ongelukken.





## Zorg goed voor de trampoline

Bij sterke wind en regen de trampoline verankeren of uit elkaar halen en op een veilige plek opbergen. Bij verankering moet zowel het bovengedeelte als beneden-gedeelte van de trampoline zijn vastgezet.

Reparaties mogen slechts door vakbekwame personen worden verricht, met ge-bruik van originele onderdelen. Ondeskundige ingrepen kunnen de levensduur van de trampoline verkorten.

Gedurende koude en regenachtige maanden de trampoline opbergen op een plaats waar die niet blootgesteld wordt aan lage of juist hoge temperaturen en directe zonnestraling. Als de trampoline een lange periode niet gebruikt wordt, demonteer die en berg die op.

Door het frame bijv. met vaseline of een ander smeermiddel te behandelen wordt de levensduur daarvan langer. Smeer daarbij ook de gaten, veren en verbin-dingspunten in.

Bij het reinigen van de trampoline alleen een vochtig doekje gebruiken, geen che-mische of schuurmiddelen gebruiken.

Het wordt aangeraden het veiligheidsnet elke 2 jaar te vervangen.

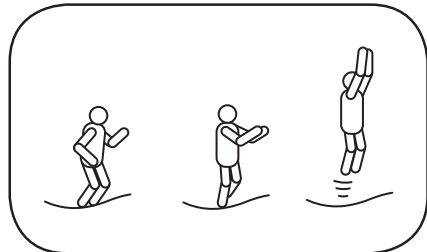
## Basistechnieken van sprongen

Let op dat u steeds op zelfde plaats landt, waar vandaan u zich heeft afgezet.

Spring steeds in het midden van de trampoline. Verkeerde sprongtechniek kant een ongeval tot gevolg hebben, bestudeer daarom zorgvuldig het volgende hoofdstuk.

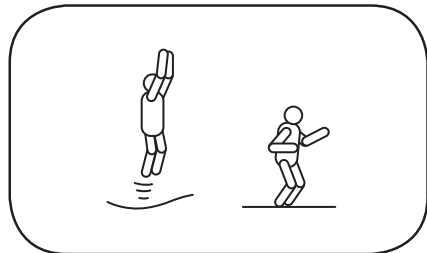
### Basissprong

- begin vanuit staande positie, de voeten schouderbreed uit elkaar, ogen op de mat gericht
- zwaai uw armen naar voren en dan omhoog in een draaiende beweging
- in de lucht de voeten bij elkaar doen
- land op de mat met de voeten weer schouderbreed uit elkaar



### Onderbreking

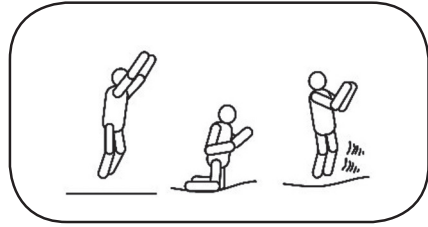
- bij verlies van de controle over een sprongbeweging kunt u de sprong gecontroleerd proberen te onderbreken
- begin met basissprong, maar land met de gebogen knieën – zo onderbreekt u de sprong





## 2. Les

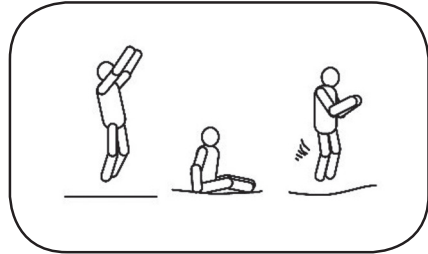
- les 1 herhalen
- zitsprong – demonstratie en praktische uitvoering
- kniesprong – demonstratie en praktische uitvoering
- begin met een zitsprong en eindig met een kniesprong



## 3. Les

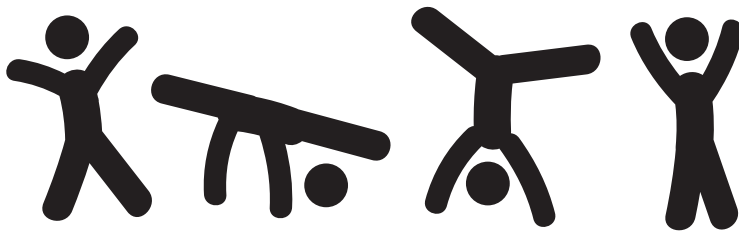
- voer nog eens uit, wat u in de voorgaande lessen heeft geleerd

Door deze drie lessen te volgen krijgt u de basistechniek van het springen op de trampoline onder de knie. Let steeds goed op, voer de sprongen gecontroleerd en op de juiste manier uit.



Het volgende spel is bedoeld om de gebruikers stapsgewijs aan de trampoline te laten wennen:

Speler nr.1 begint met één sprong, speler nr. 2 doet deze sprong na en voegt er nog een bij. Speler wisselen elkaar af en voegen steeds één sprong erbij. Wie alle sprongen goed achter elkaar uit kan voeren, is de winnaar. Ook hier is het belangrijk dat alle sprongen gecontroleerd worden uitgevoerd! Maak niet al te moeilijke sprongen die u niet onder de knie heeft. Wilt u meer leren en zich verbeteren, dan kunt u een gekwalificeerde instructeur voor trampolinegebruik aanspreken. Vergeet ook niet, dat er steeds één persoon tegelijk op de trampoline mag springen. Het springen met twee of meerdere personen tegelijk kan ongelukken tot gevolg hebben.



## Veiligheidsplakket – trampoline

- Lees voor het gebruik de handleiding grondig door.
- Trampoline alleen met een toezichthoudende persoon gebruiken, bekend gemaakt met veiligheidsregels.
- Het is niet toegestaan om salto's, van welke aard ook, te maken. Op de trampoline mag steeds één persoon tegelijk springen.
- Geen schoenen dragen tijdens het springen.
- Gebruik de trampoline niet, als de springmat nat is.
- Niet van een hoger gelegen object op de trampoline springen, ook niet van de trampoline op de grond.
- Gebruik de trampoline niet onder invloed van alcohol of andere verdovende middelen die de coördinatie en reactietijd beïnvloeden.
- De trampoline mag niet als hulpmiddel voor het overspringen van het een naar het ander object worden gebruikt.
- Spring niet te hoog, de sprong is alleen dan veilig als u zo hoog springt dat u daarna terug op het midden van de mat kunt landen.
- Onder de trampoline mogen geen voorwerpen, personen of dieren aanwezig zijn.
- De ruimte boven de trampoline moet vrij zijn.
- Bij slecht weer de trampoline niet gebruiken, maar goed vastzetten (verankeren).
- De trampoline moet op een vlak oppervlak zijn geplaatst.
- De trampoline alleen dan gebruiken, als het randkussen en beschermingshoezen op de plaats zijn.
- De trampoline moet binnen een goed verlichte ruimte staan.
- Voor elk gebruik controleren, of alle delen op de plaats en in goede conditie zijn.
- De trampoline is uitsluitend voor huishoudelijk gebruik buitenshuis bestemd.
- Maximum draagvermogen (max. gewicht van de gebruiker) is:  
voor trampolines tot 244 cm = 50 kg  
voor trampolines van 305 tot 457 cm = 150 kg

**WAARSCHUWING:** Ongeschikt voor kinderen tot 3 jaar. Onvoldoende motorische vaardigheid. Letselgevaar.

**WAARSCHUWING:** Onder direct toezicht van een volwassene gebruiken.

**WAARSCHUWING:** Bestemd voor 1 persoon. Collisiegevaar.

## Veiligheidsnet

- Spring niet tegen het veiligheidsnet.
- Klim niet in het net, kruip ook niet onderdoor.
- Voor elk gebruik van de trampoline het veiligheidsnet controleren op beschadiging. Is het wel het geval, gebruik dan de trampoline niet.
- Ritssluiting bij de ingang moet voor het gebruik in het geheel dicht en vastgezet met gespen zijn.
- Het net zou elke 2 jaar moeten worden vervangen.

Rondom de trampoline moet minimaal 1 meter vrije ruimte zijn.

**PRODUCENT: MARIMEX CZ, S.R.O., LIBUŠSKÁ 221/264, PRAHA 4, TEL. 261 222 111**



## Garantievoorwaarden

- De trampoline is uit hoogwaardige materialen geproduceerd. Alle onderdelen zijn gecontroleerd en goedgekeurd.
- De garantie is gedurende twee jaar na de aankoopdatum geldig. Bewaar alle aankoopbewijzen samen met de handleiding. Het aankoopbewijs wordt bij eventuele reclamatie gevraagd.
- Reclamatie van het artikel wordt door het recht van Tsjechië geregeld.
- De garantie is van toepassing op alle gebreken veroorzaakt door een productiefout of materiaalgebrek dat de functionaliteit beïnvloedt.
- Koper is verplicht na het kopen van de trampoline te controleren of de transportverpakking of een ander deel niet beschadigd is. Zodra een gebrek wordt geconstateerd, direct de verkoper daarover informeren.
- Mocht de trampoline duidelijke gebreken vertonen welke direct na de ingebruikname worden vastgesteld en wegens welke de trampoline niet kan worden gebruikt, is de koper verplicht het artikel onmiddellijk te reclameren.
- Bij het constateren van een gebrek op een apart deel van de trampoline slechts dit gebrekkige deel reclameren, met een duidelijk aangemerkte plaats van beschadiging.

## Garantie geldt niet voor

- Slijtage als gevolg van een verkeerde installatie of verkeerd gebruik, eventueel verkeerde wijze van opslag.
- Gewone slijtage van het artikel die met het karakter en de duur van gebruik correspondeert.
- Gebreken veroorzaakt door een mechanische beschadiging.
- Gebreken veroorzaakt onder invloed van natuurelementen.
- Gebreken ontstaan als gevolg van gebruik van ongewone voorwerpen en ongeschikte reinigingsmiddelen.
- Natuurlijk verlies van kleurvastheid gezien de werking van zonnestraling.
- Vervorming ontstaan in verband van instabiele of niet aangepaste ondergrond.
- Constructie en trapje zijn niet van roestvrij materiaal gemaakt en daarom kan onder invloed van vocht corrosievorming ontstaan. De garantie is niet van toepassing op een eventuele corrosie van stalen constructie of de trap.

VEILIGHEID IS  
GETEST

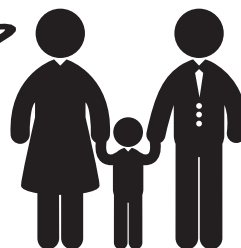


### Contact informatie

[www.marimex.cz](http://www.marimex.cz)

tel.: +420 261 222 111

e-mail: [info@marimex.cz](mailto:info@marimex.cz)



# Mod de instalare Marimex Premium

## Conținutul ambalării



N.	244 cm	305 cm	366 cm	396 cm	457 cm	Denumirea piesei	244 cm	305 cm	366 cm	396 cm	457cm	
1	19000835	19000835	19000835	19000835	19000863	Arc	48	56	72	80	90	
2	19000943	19000881	19000886	19000400	19000893	Învelitoare arcuri	1	1	1	1	1	
3	19000401	19000401	19000401	19000401	19000401	M6x45 Set de șuruburi	0	8	8	8	10	
4	19000402	19000402	19000402	19000402	19000402	M6x75 Set de șuruburi	6	8	8	8	10	
5	19000850	19000850	19000850	19000850	19000850	Cheie de piulițe	1	1	1	1	1	
6	19000849	19000849	19000849	19000849	19000849	Instrument de prindere	1	1	1	1	1	
7	19000403	19000403	19000403	19000403	19000403	M4x12 Șurub	6	8	8	8	10	
8	19000848	19000848	19000848	19000848	19000848	Șurubelniță	1	1	1	1	1	
9	19000944	19000842	19000859	19000404	19000897	Frânghie legare	1	1	1	1	1	
10	19000945	19000405	19000423	19000406	19000407	Țeavă cadru	6	8	8	8	7	3
11	19000946	19000408	19000409	19000410	19000411	Picior de trambulină	3	4	4	4	2	3
12	19000424	19000424	19000424	19000424	19000425	Adaptor pentru picior	0	8	8	8	10	3
13	19000947	19000880	19000853	19000412	19000892	Suprafață de sărit	1	1	1	1	1	1
14	19000948	19000841	19000841	19000841	19000896	Scară	1	1	1	1	1	1
15	19000413	19000413	19000413	19000413	19000414	Îmbinare T cadru	6	8	8	8	10	1
16	-	-	-	-	-	Instrucțiuni de utilizare		1	1	1	1	1
17	19000415	19000415	19000415	19000415	19000415	Bară de sus plasă de protecție	6	8	8	8	10	1
18	19000416	19000416	19000416	19000416	19000416	Bară de jos plasă de protecție	6	8	8	8	10	1
19	19000953	19000882	19000887	19000417	19000894	Plasă de protecție	1	1	1	1	1	1
20	19000954	19000418	19000419	19000420	19000421	Inel de plasă de protecție	6	8	8	8	10	1
21	19000422	19000422	19000422	19000422	19000422	Îmbinare T inel	6	8	8	8	10	1
22	19000870	19000870	19000870	19000870	19000870	Mâncă ribbon	6	8	8	8	10	1







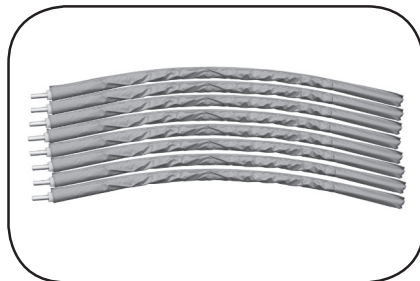
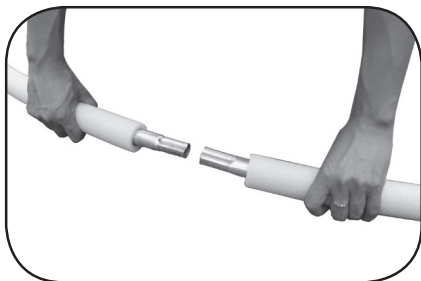
### Pas 5

Întindeți învelișul arcurilor pe trambulină în așa fel, ca arcurile să fie complet acoperite și fixați-l cu elastic.



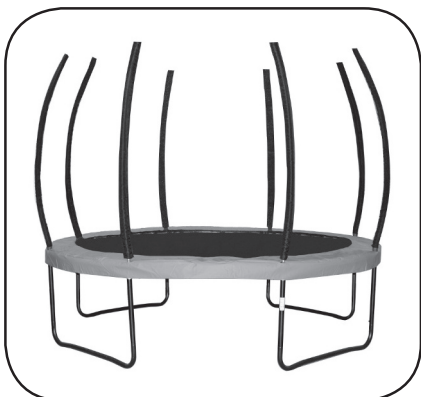
### Pas 6

Îmbinați partea de jos și cea de sus a stâlpului plasei de protecție, pe urmă introduceți mâncea pe întregul stâlp. Îmbinați la fel toți stâlpii.



### Pas 7

Îmbinați toți stâlpii cu picioarele trambulinei.



### Pas 8

Introduceți barele părții superioare în mâncea marginii superioare a plasei de protecție, apoi îmbinați-le cu ajutorul racordului T în formă de cerc.



**Pas 9**

Ridicați cercul rezultat împreună cu plasa la înălțime și îmbinați-l cu ajutorul racordului T cu stâlpii pentru plasa de protecție.

**Pas 10**

Asigurați-vă că, toți țepușii de blocare sunt închiși corect.

**Pas 11**

Introduceți frânga de prindere prin orificiile plasei de protecție și totodată prin ochiurile de pe suprafață de sărit.

**Pas 12**

Trambulina dumneavoastră este asamblată, asigurați construcția cu ajutorul setului de ancorare (nu este parte a livrării) împotriva condițiilor atmosferice și ca blocaj pentru deplasările nedorite.



## Aveți montat

**Înainte de utilizarea trambulinei, consultați medicul dvs. dacă această activitate este adecvată și sigură pentru dvs.**

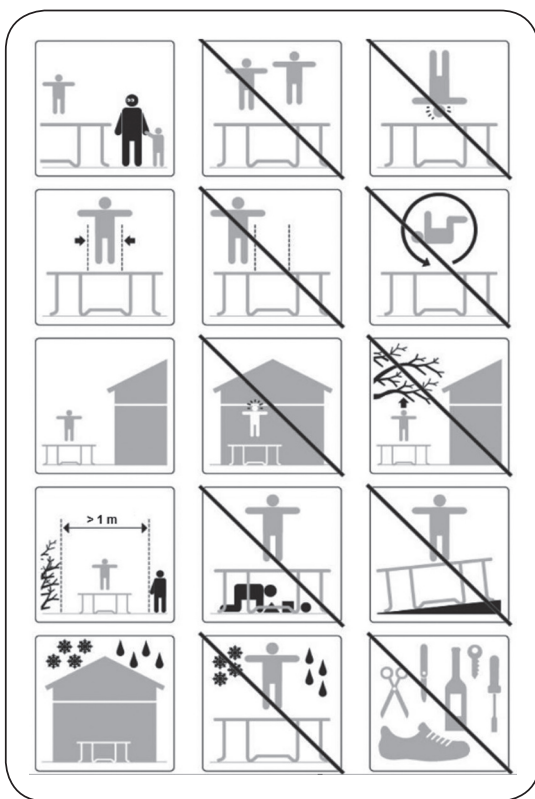
Înainte de fiecare utilizări controlați trambulina. Acordați o atenție deosebită suprafeței de sărit și eventualelor piese slăbite sau absente.

- În trambulină poate să sară numai 1 persoană.
- Nu sunt permise săriturile salto, roztogoliri și săriturile peste cap. Pot interveni lezări grave sau chiar moartea.
- Posesorul trambulinei sau persoana de supraveghere răspund pentru utilizarea corectă a trambulinei de către toți utilizatorii.
- În cazul în care nu puteți asigura supravegherea activităților pe trambulină, nu o utilizați.
- Persoana de supraveghere răspunde de amplasarea plachetei de securitate pe trambulină, care este parte integrantă a prezentului instructaj. Mai departe trebuie să asigure ca toți să ia cunoștință de regulile de securitate a deplasării pe trambulină.
- Persoana de supraveghere trebuie să fie întotdeauna prezentă, indiferent de vârsta sau experiența utilizatorului.
- Dacă trambulina nu este utilizată, închideți plasa de protecție cu fermoarul și catarama și puneți scara într-un loc sigur.
- Greutatea maximă a utilizatorului nu are voie să depășească limitele stabilite ale trambulinei:  
pentru trambuline până la 244 cm = 50 kg  
pentru trambuline de la 305 până la 457 cm = 150 kg
- Nerespectarea regulilor de securitate a utilizării poate duce la accidente grave.
- Faceți cunoștință cu tehnica de sărit și comportarea suprafeței de sărit. Aveți mereu corpul dvs. sub control.
- Nu săriți intenționat în plasa de protecție.
- Nu purtați îmbrăcăminte cu copci și margini ascuțite.
- Săriți descălțați.
- Evitați săriturile pe învelitoarea arcurilor, pericol de rupere.
- Nu vă întindeți cu ajutorul învelitorii arcurilor și nu urcați pe arcuri.
- Nu săriți pe trambulină de locuri înălțate și nu săriți afară din trambulină.
- Înainte de intrarea pe trambulină scoateți toate obiectele din buzunare.
- În decursul săririi este interzis a avea orice obiect în gură sau în mâini.
- Trambulina este destinată pentru persoanele adulte și copiii de la 3 ani.
- Asistați la urcarea și la coborârea copiilor mici în și din trambulină.
- La sfârșitul montajului controlați, dacă toate arcurile sunt bine prinse în cadru și dacă cablul de securitate al plasei este trecut și legat corect.
- Arcurile trebuie să fie complet acoperite.
- Stabilitatea trambulinei se poate majora prin amplasarea unor saci cu nisip pe picioarele de susținere.
- După controlul complet al tuturor îmbinărilor, săriți în mijlocul trambulinei cca 5 minute. Apoi efectuați din nou controlul. Dacă totul este în regulă, trambulina este pregătită pentru utilizare.



## Nu utilizați trambulina

- cu iluminare necorespunzătoare
- în caz de graviditate sau hipertensiune
- în apropierea apei
- pe vânt puternic și ploaie
- în cazul în care suprafața de sărit este umedă
- sub influența substanțelor care influențează durata de reacție, vederea în spațiu și capacitatea de coordonare
- dacă se află sub ea orice fel de obiecte sau persoane
- dacă pe suprafața de sărit se află orice fel de obiecte



Pe trambulină poate să sară doar 1 persoană. Mai multe persoane măresc riscul de accidentare.



Nu sunt permise salturile, rostogolirile și săriturile peste cap, etc. Pot interveni lezări grave sau chiar moartea.





## Aveți grijă de trambulină

În caz de vânt puternic asigurați trambulina prin ancorare sau demontare și punere la adăpost. Trebuie ancorată atât partea superioară cât și partea inferioară a trambulinei.

Reparațiile pot fi efectuate doar de persoane calificate pri utilizarea pieselor de schimb originale.

Intervențiile neprofesionale pot reduce durata de funcționare a trambulinei.

În decursul lunilor reci și ploioase adăpostiți trambulina într-un loc unde nu va fi expusa la temperaturile scăzute sau înalte și la razele solare.

În cazul neutilizării timp îndelungat, demontați și depozitați trambulina.

Durata de viață a cadrului o puteți mări prin ungerea acesteia de ex. cu vaselină sau alți lubrefianți. Nu uitați de orificii, arcuri și punctele de legătură.

Pentru curățirea trambulinei folosiți doar o cârpă umedă fără chimicale sau alte mijloace abrazive.

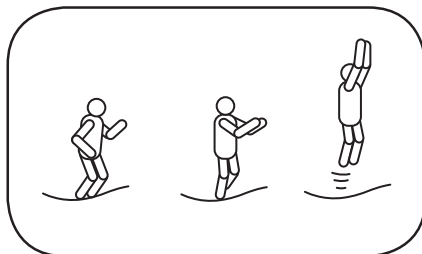
Plasa de protecție ar trebui înlocuită la fiecare 2 ani.

## Tehnici de sărit de bază

Aveți grijă să aterizați întotdeauna în locul din care ați săltat. Săriți întotdeauna în mijlocul trambulinei. Tehnica de sărit necorespunzătoare poate duce la accidente, de aceea studiați cu atenție capitoul următor.

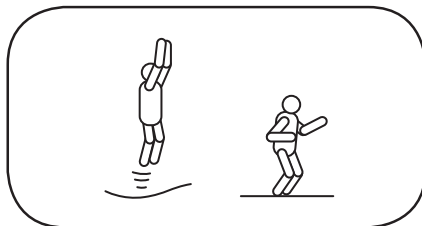
### Săritură de bază

- startul din picioare, picioarele îndepărtate la lățimea umerilor, ochii privesc suprafața de sărit
- aruncați mâinile în față și ridicați-le în sus
- în aer puneți tălpile una de alta
- la aterizare picioarele sunt din nou îndepărtate la lățimea umerilor



### Manevră de întrerupere

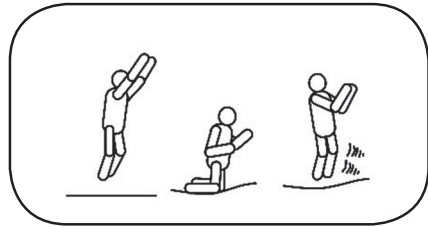
- dacă săritorul î-și pierde controlul, prin manevra de întrerupere îl poate recupera înapoi
- începeți cu săritura de bază, în cădere lăsați genunchii îndoiți - astfel întrerupeți săritura





## 2. Lecție

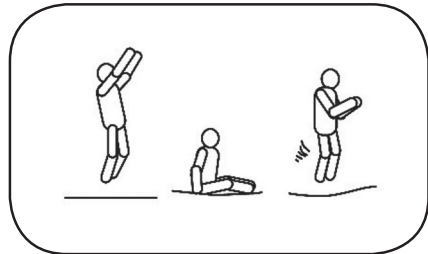
- recapitularea lecției 1.
- săritură în șezut – prezentare și efectuarea practică
- săritură în genunchi – prezentare și efectuarea practică
- începeți cu săritura în șezut și terminați cu săritura în genunchi



## 3. Lecție

- repetați ce ați învățat în lecțiile anterioare

Prin absolvirea acestor trei lecții vă însușiți tehnicile de bază ale săriturii pe trambulină. În viitor acordați grijă controlului și tehnicii săriturilor efectuate.



Jocul următor se poate juca în scopul

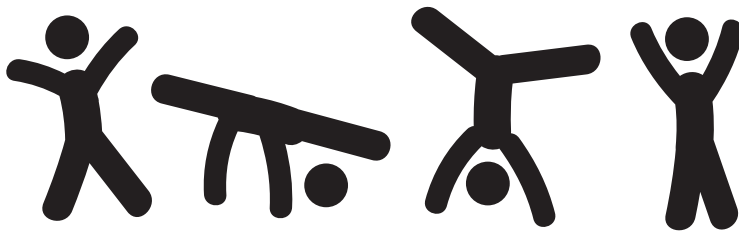
aclimatizării succesive a utilizatorilor pe trambulină:

Jucătorul nr.1 începe cu o săritură, jucătorul nr. 2 repetă

această săritură și adaugă o alta. Jucătorii se susced și întotdeauna adaugă o săritură. Acela care reușește să efectueze toate săriturile până la capăt, este învingător.

Și aici este important ca toate săriturile să fie efectuate în mod controlat!

Nu încercați săriturile prea grele, pe care nu le știți bine. Dacă doriți să vă perfecționați mai departe, ar trebui să căutați un antrenor calificat pentru utilizarea trambulinei. Țineți cont că pe trambulină poate să sară într-un moment doar un singur utilizator. Săritura în doi sau mai multe persoane poate duce la accidente.



## Placheta de securitate – trambulina

- Înainte de utilizare citiți cu atenție prezentul manual.
- Nu utilizați trambulina fără o persoană de supraveghere, care a fost instruită cu privire la regulile de securitate.
- Nu este permisă efectuarea de salturi, rostogoliri și sărituri peste cap. Pe trambulină poate sări întotdeauna o singură persoană.
- Săriți fără încălțăminte.
- Dacă suprafața de sărit este umedă, nu utilizați trambulina.
- Ni săriți pe trambulină de pe un obiect așezat mai sus și nici de pe trambulină pe pământ.
- Nu utilizați trambulina sub influența alcoolului, a substanțelor narcotice și a substanțelor, care influențează capacitatea de coordonare sau durata de reacție.
- Nu folosiți trambulina ca și mijloc de sărire de pe un obiect pe altul.
- Nu săriți prea sus, săritura este sigură numai până la înălțimea, de unde puteți ateriza înapoi pe produs.
- Sub trambulină nu au voie să fie așezate nici un fel de obiecte, persoane sau animale.
- Spațiul de deasupra trambulinei trebuie să fie liber.
- Dacă condițiile eoliene nu sunt prielnice, nu utilizați trambulina și asigurați-o (ancorați).
- Trambulina trebuie postată pe o suprafață dreaptă.
- Nu utilizați trambulina fără învelitoarea pentru arcuri și protecțiilor.
- Trambulina trebuie amplasată într-un spațiu bine iluminat.
- Înainte de fiecare utilizare, controlați, dacă toate piesele sunt la locul lor și în stare bună.
- Trambulina este destinată numai pentru utilizarea casnică în aer liber.
- Greutatea maximă a utilizatorului nu are voie să depășească limita stabilită a trambulinei:  
pentru trambuline de până la 244 cm = 50 kg  
pentru trambuline de la 305 până la 457 cm = 150 kg

**AVERTIZARE:** Neadecvat pentru copii până la 3 ani. Capacitate motorică insuficientă. Pericol de lezare.

**AVERTIZARE:** Utilizați sub supravegherea unui adult.

**AVERTIZARE:** Destinat numai pentru 1 persoană. Pericol de colizie.

## Plasa de protecție

- Nu săriți în plasa de protecție.
- Nu urcați pe ea și nici nu treceți pe sub ea.
- Înainte de fiecare utilizare a trambulinei, verificați plasa de protecție, dacă nu este deteriorată. Dacă da, nu utilizați trambulina.
- Fermoarul de la intrare trebuie să fie complet închis înainte de utilizare și asigurat cu cataramă.
- Plasa ar trebui schimbată la fiecare 2 ani.

În jurul trambulinei trebuie să fie un spațiu liber de cel puțin 1 metru.

**PRODUCĂTOR: MARIMEX CZ, S.R.O., LIBUŠSKÁ 221/264, PRAHA 4, TEL. 261 222 111**



## Condiții de garanție

- Trambulina a fost fabricată din materiale de înaltă calitate de realizare. Toate piesele au fost controlate și găsite fără vicii.
- Garanția este valabilă timp de doi ani de la data achiziționării. Păstrați toate actele de achiziționare împreună cu manualul de utilizare. Bonul de achiziționare se va solicita în caz de aplicare a revendicare a drepturilor de garanție.
- Reclamația produsului este supusă dreptului juridic al Republicii Cehe.
- Garanția se referă la toate viciile de fabricație sau de material, care influențează funcționalitatea acestora.
- Cumpărătorul are obligația, ca după achiziționarea trambulinei să verifice, dacă nu este deteriorat ambalajul de transport sau o altă parte parte a produsului. În caz de constatare a unui defect, informați imediat vânzătorul cu privire la acest lucru.
- În cazul, în care trambulina prezintă defecte vizibile, care se manifestă imediat după punerea în funcționare a acesteia, și pentru care produsul nu se poate utiliza, cumpărătorul are obligația să reclameze imediat produsul.
- În caz de constatare a viciului la piesele individuale ale trambulinei, reclamați doar piesa defectă marcând vizibil locul deteriorat.

## Garanția nu se referă la

- Uzura în consecința instalării greșite sau a utilizării greșite, ev. a depozitării greșite.
- Uzura curentă a produsului care corespunde caracterului și duratei de utilizare.
- Viciile produse prin deteriorare mecanică.
- Viciile produse prin acționarea cataclismelor.
- Viciile intervenite ca urmare a utilizării de mijloace non-standard și preparate neadevrate de curățare.
- Prin decolorarea produsă de razele solare.
- Deformațiile intervenite în legătură cu culcușul instabil sau neajustat.
- Construcția și scara nu sunt fabricate din material inoxidabil și din acest motiv poate interveni coroziunea ca urmare a acționării umidității. Garanția nu se referă la eventuala coroziune a construcției de oțel sau a scării.

SECURITATE  
VERIFICATĂ

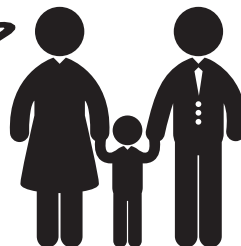


### Informații de contact

[www.marimex.cz](http://www.marimex.cz)

tel.: +420 261 222 111

e-mail: [info@marimex.cz](mailto:info@marimex.cz)



# Telepítési útmutató Marimex Premium

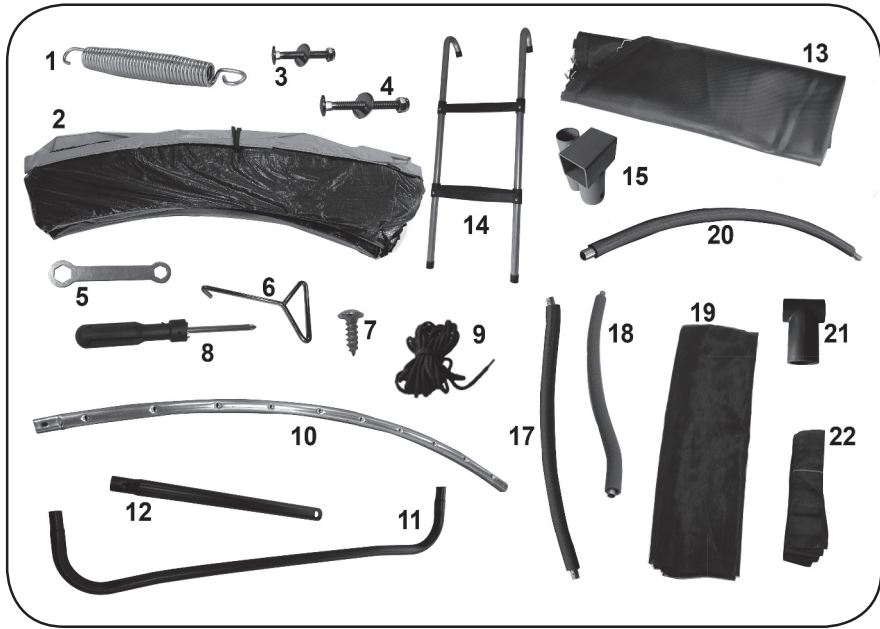
Köszönjük, hogy megvásárolta a trambulint, a MARIMEX társaság gyártmányát. Hisszük, hogy jól szolgálja majd Önt sok éven át, és sok szép pillanatot nyújt majd nem csak Önnek, hanem szeretteinek is. A trambulín összeállítása előtt figyelmesen tanulmányozza át ezt az útmutatót. Javasoljuk, hogy az útmutatót őrizze meg jövőbeni esetleges használata céljából. Az Ön Marimexe



## Csomag tartalma

N.	244 cm	305 cm	366 cm	396 cm	457 cm	Az alkatrész neve	244 cm	305 cm	366 cm	396 cm	457cm
1	19000835	19000835	19000835	19000835	19000863	Rugó	48	56	72	80	90
2	19000943	19000881	19000886	19000400	19000893	Rugótartó	1	1	1	1	1
3	19000401	19000401	19000401	19000401	19000401	M6x45 Csavar-készlet	0	8	8	8	10
4	19000402	19000402	19000402	19000402	19000402	M6x75 Csavar-készlet	6	8	8	8	10
5	19000850	19000850	19000850	19000850	19000850	Csavar kulcs	1	1	1	1	1
6	19000849	19000849	19000849	19000849	19000849	Szorító szerszám	1	1	1	1	1
7	19000403	19000403	19000403	19000403	19000403	M4x12 Csavar	6	8	8	8	10
8	19000848	19000848	19000848	19000848	19000848	Csavarhúzó	1	1	1	1	1
9	19000944	19000842	19000859	19000404	19000897	Feszítő kötél	1	1	1	1	1
10	19000945	19000405	19000423	19000406	19000407	Csőkeret	6	8	8	8	7
11	19000946	19000408	19000409	19000410	19000411	Trambulín láb	3	4	4	4	2
12	19000424	19000424	19000424	19000424	19000425	Toldalék a lábra	0	8	8	8	10
13	19000947	19000880	19000853	19000412	19000892	Ugró felület	1	1	1	1	1
14	19000948	19000841	19000841	19000841	19000896	Létra	1	1	1	1	1
15	19000413	19000413	19000413	19000413	19000414	T-csatlakozó keret	6	8	8	8	10
16	-	-	-	-	-	Használati útmutató		1	1	1	1
17	19000415	19000415	19000415	19000415	19000415	Felső védőháló tartó	6	8	8	8	10
18	19000416	19000416	19000416	19000416	19000416	Alsó védőháló tartó	6	8	8	8	10
19	19000953	19000882	19000887	19000417	19000894	Védőháló	1	1	1	1	1
20	19000954	19000418	19000419	19000420	19000421	Karika védőháló	6	8	8	8	10
21	19000422	19000422	19000422	19000422	19000422	T-csatlakozó karika	6	8	8	8	10
22	19000870	19000870	19000870	19000870	19000870	Tartó ribbon	6	8	8	8	10





## Figyelmeztetés

A telepítést megelőzően és a berendezés használatbavétele előtt meg kell ismerkednie kell az útmutatóban közölt utasításokkal. Őrizze meg az útmutatót, mivel a közölt információkra szüksége lehet a jövőben is.



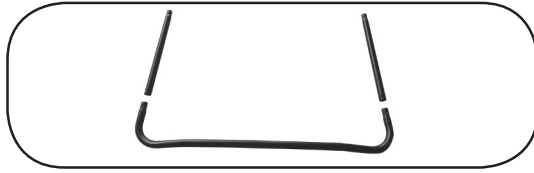
## Mielőtt elkezdéné az összeállítást

Az összeállítás kezdete előtt figyelmesen olvassa el ezt az útmutatót. Trambulín összeállítását legalább két felnőtt személy végezze ezen útmutató alapján. A trambulint sima, szilárd és nem csúszós felületen kell elhelyezni.. Ellenkező esetben annak felborulási veszélye fenyeget. Egyidejűleg a trambulint nem szabad beton vagy más szilárd felületre elhelyezni. Trambulint nem szabad a földbe süllyeszteni. Ne helyezze el a trambulint elektromos vezetékek közelében. Fontos, hogy a trambulintól min. 1 méter távolságban ne legyenek egyéb tárgyak. Azt is ellenőrizni kell, hogy a trambulín felett ne legyenek ágak, elektromos vezetékek vagy alacsony mennyezet. A telepítés befejeztével valamennyi csatlakozást ellenőrizni kell és meg kell húzni. A csomagolóanyagot is megfelelő módon kell likvidálni. A már összeszerelt trampulint ne helyezze át máshová. Ha az még is elkerülhetetlen, akkor 4 személy segítségével lesz szüksége. Azt mindig vízszintes helyzetben helyezze át, majd azt ellenőrizze. A trambulín csak otthoni, kültéri használatra készült. Szereléshez használjon megfelelő eszközöket, és azokkal is óvatosan dolgozzon. Azonkívül használjon védőkesztyűt.



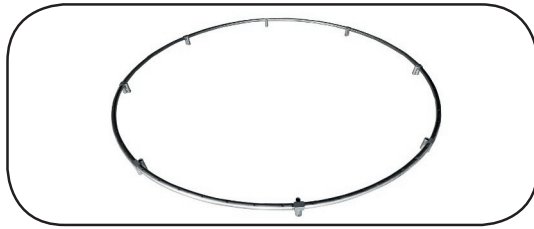
## Lépés 1

Tolja fel a lábfeltéteket az U-alakú lábakra és rögzítse azokat csavarokkal. Azonos módon állítsa össze a trambulint valamennyi lábát.



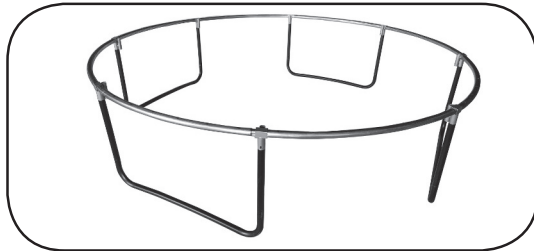
## Lépés 2

Csatlakoztassa az összes keretcsövet T-csatlakozókkal gyűrű kialakításához. Az utolsó két rész összekapcsolásához egy második személy segítségére van szükség, aki tartsa a keret másik oldalát.



## Lépés 3

Csatlakoztassa a trambulin lábakat a kör alakú kerethez, és rögzítse azokat csavarokkal.



## Lépés 4

Húzza fel a rugókat a feszítőszerszám segítségével. Ezt úgy végezze, hogy először húzzon fel minden ötödik rugót, hogy a rugózó felület így egyenletesen, a keret közepén helyezkedjen el. Ez megkönnyíti a fennmaradó rugók behelyezését.





### Lépés 9

Emelje fel az így keletkezett keretet, a hálóval együtt a magasba, és csatlakoztassa a T- idomok alját a védőháló állványaihoz.



### Lépés 10

Győződjön meg arról, hogy az összes reteszelőcsap megfelelően rögzített legyen.



### Lépés 11

Bújtsa át a rögzítő kábelt a védőhálóban lévő lyukakon és egyúttal a rugózó felületen levő hurkokon át.



### Lépés 12

A trambulín össze van szerelve, a szerkezetet biztosítsa horgonykészlet segítségével (nem képezi a csomagolás tartozékát) az időjárási viszonyok és a nemkívánatos elmozdulás ellen.



## Befejeződött az összeállítás

**A trambulín használatbavétele előtt kérje ki orvosa véleményét arról, hogy az Ön részére ez az aktivitás megfelelő és biztonságos lesz-e.**

A trambulínat annak minden egyes használatbavétele előtt ellenőrizze, Fordítson fokozott figyelmet az ugró felületre az esetlegesen hiányzó vagy meglazult alkatrészekre.

- A trambulínon csak 1 személy ugorhat egyszerre.
- Nem megengedett szaltózni, kézenátfordulni és bukfeneczeni. Komoly sérülés következhet be vagy haláleset is történhet.
- A trambulín tulajdonosa illetve a felügyelő személy teljes felelősséggel tartoznak a trambulín valamennyi résztvevő által történő helyes használatáért.
- Ha nem tudnak felügyeletet biztosítani a trambulínon történő aktivitások felett, akkor ne használják azt.
- A felügyeletet végző személy felelős a biztonsági feliratok trambulínon történő elhelyezéséért, amelyeket ezen útmutató tartalmaz. Biztosítani kell továbbá, hogy mindenki megismerkedjen a trambulínon folyó tevékenység biztonsági előírásaival.
- A felügyeletet ellátó személynek mindig jelen kell lennie, függetlenül a felhasználó életkorára és tapasztaltságára.
- Ha nem használják a trambulínt, akkor zárják le a biztonsági hálót a zippzárral és csatokkal is és a létrát zárják el egy biztonságos helyre.
- A felhasználó maximális testsúlya nem haladhatja meg a trambulínra megállapított határértéket: 244 cm trambulín méretig = 50 kg trambulínhoz 305-től 457 cm-ig = 150 kg
- A biztonsági szabályok be nem tartása komoly sérüléseket eredményezhet.
- Ismerkedjen meg az ugrási technikával és az ugrófelület viselkedésével. Tartsa saját testét állandó ellenőrzés alatt.
- Ne ugorjon készakarva a védőhálóba.
- Vesse le a kampókkal és éles szélekkel rendelkező öltözékét.
- Ugráljon mezítláb. Kerülje a rugóvédő burkolatokra történő ugrást, átszakadás veszélye fenyeget. Na húzza fel magát a rugóburkolatok segítségével és ne lépjen rá a rugókra. Ne ugráljon a trambulínra magasabb helyekről és ne ugorjon le a trambulínról a földre. A trambulínra lépés előtt vegyen ki zsebéből minden tárgyat. Ugrás közben nem megengedett bármit is a szájában vagy a kezében tartania. A trambulín felnőttek részére vagy 3 évnél idősebb gyermekek részére készült. Segítsen kis gyermekeknek a trambulínra történő fellépéskor és az arról történő kilépés során.
- A szerelés végén ellenőrizze, hogy valamennyi rugó rendben be van-e akasztva a keretbe és a háló biztonsági kábele helyesen van-e befűzve és rögzítve.
- A rugók teljesen betakartak legyenek.
- A trambulín stabilitását növelni lehet a tartólábakra helyezett homokzsákokkal.
- Valamennyi csatlakozás komplett ellenőrzését követően ugráljon a trambulín közepén kb. 5 percre. Ezután ismét tegyen ellenőrzést. Ha mindent rendben talál, akkor a trambulín használatra kész állapotban van.







## Gondozza a trambulint

Erős szél vagy esőzés esetén biztosítsa be a trambulint horgonyzással vagy annak szétszerelésével és biztonságos helyre történő áthelyezésével. Horgonyzással úgy a trambulint felső részét, mint annak alsó részét is biztosítani kell.

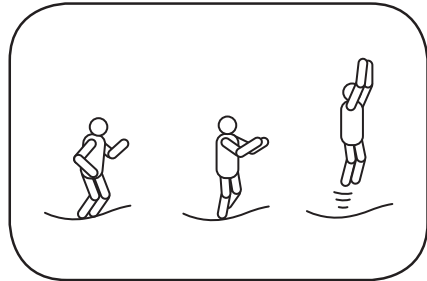
Javításokat csak szakképzett személyek végezhetnek eredeti tartalékalkatrészek felhasználásával. Nem szakszerű beavatkozások csökkentik a trambulin élettartamát. A hűvösebb és esősebb hónapokban helyezze át a trambulint olyan helyre, ahol nem lesz kitéve magas vagy ellenkezőleg alacsony hőmérsékleteknek és tartós napsütésnek. Hosszabb ideig tartó használat nélküli állapot esetén szerelje le és tárolja a trambulint. A keret élettartamát növeli kenőzsírok, vazelin vagy más kenőanyagok használatával. Ne feledkezzen meg a nyílásokról, a rugókról és a csatlakozási pontokról sem. A trambulint tisztításához csak nedves ruhadarabot használjon vegyi anyagok vagy más abrazív közegek nélkül. A védőhálót 2 évenként cserélni kell.

## Az ugrálás alapvető technikája

Ügyeljen arra, hogy ugyanarra a helyre essen vissza, ahonnan elrugaszkodott. Midig a trambulint közepén ugráljon. Az ugrálás helytelen technikája sérülést okozhat ezért alaposan tanulmányozza át a következő fejezetet.

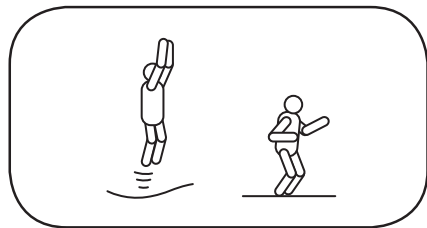
### Alap ugrálás

- start álló helyzetből, a lábak vállszélességre tárva, szemével az ugrófelületet nézze
- lendítse előre kezét és fordítsa azokat felfelé
- felugáskor bokáit tartsa egymás mellett
- leeséskor bokái egymástól ismét vállszélességben legyenek



### Megszakító manőver

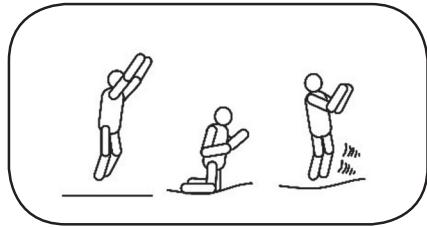
- ha az ugró elveszíti önellenőrzését, a megszakító manőverrel azt ismét visszanyerheti
- kezdje alapugrással, de leeséskor hagyja térdét hajlítva – ezzel megszakítja az ugrást





## 2. Lecke

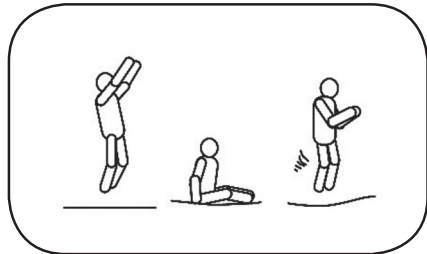
- az 1. lecke ismétlése
- ugrás ülőhelyzetbe – bemutatása és gyakorlati megtétele
- ugrás térdre – bemutatás és gyakorlati kivitel
- kezdje ülőhelyzetbe történő ugrással és fejezze be térdre ugrással



## 3. Lecke

- ismétlje mindazt, amit az előző leckékben megtanult

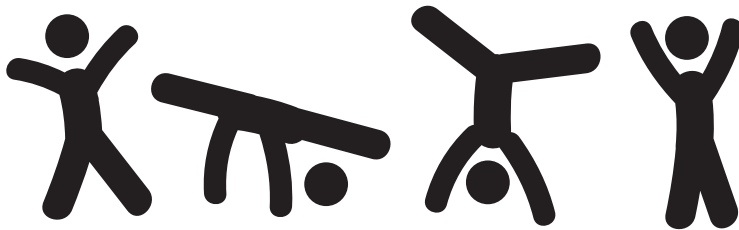
Ezen három lecke elsajátításával elsajátítja a trambulinon történő ugrások alapvető technikáját. A jövőben állandóan figyeljen az ugrások technikájára és ellenőrzésére.



A következő játékot a felhasználók fokozatos trambulinhoz történő szoktatása céljából lehet játszani:

Az 1.sz. játékos egy ugrással kezd a 2.sz. játékos megismétli ezt az ugrást és hozzátesz egy továbbit. A játékosok egymást váltják és mindig hozzáadnak egy ugrást. Az aki valamennyi ugrást képes lesz megtenni egészen a befejezésig, az lesz a győztes. Itt is fontos az, hogy minden ugrás jól ellenőrzött legyen!

Ne próbálkozzon túl nehéz ugrásokkal, amelyeket még nem tud végrehajtani. Ha saját tudását tovább akarja bővíteni, akkor egy jól képzett trambulin-oktatót kell keresnie. Ugyancsak ne feledje el, hogy a trambulinon egyszerre csak egy felhasználó ugorhat. Két vagy több résztvevő egyszerre történő ugrása sérüléssel vezethet.



## Biztonsági plakett – a trambulín

- Használatbavétele előtt gondosan olvassa el ezt az útmutatót.
- Ne használja a trambulint felügyelő személy nélkül, aki ismeri a biztonsági előírásokat. Nem megengedett szaltózni, kézen átfordulni és bukfecezni. A trambulínon egyszerre csak egy személy ugrálhat.
- Ugráljon mezítláb. Ha az ugrófelület nedves, ne használja a trambulint.
- Ne ugráljon a trambulínra egy magasabb helyről sem pedig a trambulínról a földre.
- Ne használja a trambulint itales állapotban vagy más kábítószer hatása alatt, sem más koordinálási képességet és reakcióidőt befolyásoló anyagok befolyása alatt. Ne használja a trambulint segédeszközként az egyik épületből a másikra történő átugráshoz. Ne ugráljon túlságosan magasra, az ugrás csak addig a magasságig biztonságos, ameddig képes visszaesni az ugróeszköze. A trambulín alatt nem lehet semmiféle tárgy, nem tartózkodhatnak ott sem személyek, sem pedig állatok. A trambulín feletti teret szabadon kell hagyni. Ha az időjárás viszonyok rosszabbodnak, ne használja a trambulint és biztosítsa azt be (horgonyozza le). A trambulint sima felületre kell elhelyezni. Ne használja a trambulint rugóborítók és egyéb védőburkolatai nélkül. A trambulint jól megvilágított térben kell elhelyezni.
- Minden használatbavétel előtt ellenőrizze, hogy annak valamennyi alkatrésze a helyén van-e és jó állapotban van. A trambulín csak otthoni, kültéri használatra készült. A felhasználó maximális testsúlya nem haladhatja meg a trambulínra megállapított határértéket. ez 244 cm trambulín méretig = 50 kg trampolínhoz 305-től 457 cm-ig = 150 kg

**FIGYELEM:** Nem alkalmas 3 év alatti életkorú gyermekek részére! Elégtelen motorikus képességűek részére sem.. Sérülési veszély.

**FIGYELEM:** Használja felnőtt személy közvetlen felügyelete mellett.

**FIGYELEM:** Egyidőben csak egy személy használhatja. Ütközési veszély.

## Védőháló

- Ne ugorjon a védőhálóba. Nem kapaszkodjon a hálóra, és ne bújjon alája.
- A trambulín minden egyes használatbavétele előtt ellenőrizze, hogy a védőháló nem sérült-e. Ha igen, akkor ne használja a trambulint.
- A bejárati zippzár használatbavétel előtt teljesen bekapcsolt és csatokkal biztosított legyen. A hálót 2 évenként cserélni kell.

A trambulín körül 1 m-es szabad teret kell hagyni.

**GYÁRTÓCÉG: MARIMEX CZ, S.R.O., LIBUŠSKÁ 221/264, PRAHA 4, TEL. 261 222 111**



## Jótállási feltételek

- A trambulín kiváló minőségű alapanyagokból készült. Valamennyi alkatrészt ellenőriztünk és hibátlanak találtunk.
- A jótállás a vásárlás dátumát követően két évig érvényes. Őrizzen meg minden vásárlási bizonylatot az útmutatóval együtt. A vásárlási bizonylatot a jótállási igény érvényesítésekor kell bemutatni.
- Az áru reklamációja a CsK jogrendje szerint történik.
- A jótállás valamennyi gyártási vagy anyaghibákból eredő hibásodásokra érvényes, amelyek befolyásolják annak működését.
- Vevő köteles a trambulín megvásárlását követően ellenőrizni, hogy nem sérült-e annak szállítási csomagolása és nem sérült-e meg valamelyik része. Abban az esetben ha hibát észlel, akkor arról késedelem nélkül informálja az eladót.
- Ha a trambulína külső meghibásodással rendelkezik, ami közvetlenül az üzembehelyezés után jelentkezik, és aminek következtében a trambulín nem használható, akkor Vevő köteles az árut minden késedelem nélkül reklamálni.
- A trambulín egyes részein jelentkező meghibásodások észlelését követően csak a hibás részt kérjük reklamálni a meghibásodás helye látható megjelölésével.

## A jótállás nem vonatkozik

- a helytelen telepítésből vagy nem megfelelő alkalmazásból, ill. helytelen tárolásból származó elhasználódásra.
- A berendezés szokásos elhasználódására, ami megfelel a használat jellegének és időtartamának.
- A mechanikai sérülések által okozott hibákra.
- A természeti erők behatásai által kiváltott meghibásodásokra
- Az olyan meghibásodásokra amelyek nem standard anyagok és nem megfelelő tisztítószerek használatából keletkeznek
- A színállóság természetes veszteségéből a napfény hatására való tekintettel.
- A nem stabil vagy a nem megfelelően előkészített aljzati talajjal kapcsolatban keletkező deformációkra.
- A szerkezet és a lépcsők nem készültek rozsdamentes anyagokból ezért nedvesség hatására azoknál korrózió jelentkezhet. A jótállás nem vonatkozik az acélszerkezet vagy a lépcsőzet esetleges korróziójára.

BIZTONSÁG  
ELLENŐRIZVE

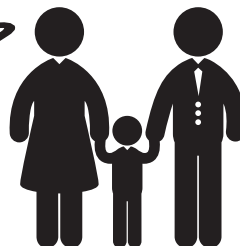


### Kapcsolati adatokat

[www.marimex.cz](http://www.marimex.cz)

Ügyfélközpont  
tel.: +420 261 222 111

e-mail: [info@marimex.cz](mailto:info@marimex.cz)



# Instrukcja montażu Marimex Premium

Dziękujemy za to, że kupili Państwo trampolinę spółki Marimex. Wierzymy, że będzie Państwu służyć przez wiele lat i dostarczy miłych chwil nie tylko Państwu, ale i Państwa najbliższemu. Przed montażem trampoliny prosimy uważnie przeczytać tę instrukcję. Zalecamy zachować instrukcję do użytku w przyszłości.  
Państwa Marimex



N.	244 cm	305 cm	366 cm	396 cm	457 cm	Nazwa części	244 cm	305 cm	366 cm	396 cm	457cm	
1	19000835	19000835	19000835	19000835	19000863	Sprężyna	48	56	72	80		90
2	19000943	19000881	19000886	19000400	19000893	Ośłona do sprężyn	1	1	1	1		1
3	19000401	19000401	19000401	19000401	19000401	M6x45 zestaw śrub	0	8	8	8		10
4	19000402	19000402	19000402	19000402	19000402	M6x75 zestaw śrub	6	8	8	8		10
5	19000850	19000850	19000850	19000850	19000850	Klucz	1	1	1	1		1
6	19000849	19000849	19000849	19000849	19000849	Narzędzie zaciskowe	1	1	1	1		1
7	19000403	19000403	19000403	19000403	19000403	M4x12 śruba	6	8	8	8		10
8	19000848	19000848	19000848	19000848	19000848	Śrubokręt	1	1	1	1		1
9	19000944	19000842	19000859	19000404	19000897	Linka mocująca	1	1	Box 1	Box 1		1
10	19000945	19000405	19000423	19000406	19000407	Rurka do ramy	6	8	8	8	7	3
11	19000946	19000408	19000409	19000410	19000411	Noga do trampoliny	3	4	4	4	2	3
12	19000424	19000424	19000424	19000424	19000425	Rurka przedłużająca nogi	0	Box 1	8	8	10	Box 1
13	19000947	19000880	19000853	19000412	19000892	Mata do skakania	1	1	1	1	1	Box 1
14	19000948	19000841	19000841	19000841	19000896	Drabina	1	1	1	1	1	1
15	19000413	19000413	19000413	19000413	19000414	T-spoj ramy	6	8	8	8	10	10
16	-	-	-	-	-	Instrukcje		1	1	1	1	1
17	19000415	19000415	19000415	19000415	19000415	Pręt siatki ochronnej - górna część	6	8	8	8	10	10
18	19000416	19000416	19000416	19000416	19000416	Pręt siatki ochronnej - dolna część	6	8	8	8	10	10
19	19000953	19000882	19000887	19000417	19000894	Siatka ochronna	1	1	Box 2	Box 2	1	Box 3
20	19000954	19000418	19000419	19000420	19000421	Obręcz siatki ochronnej	6	8	8	8	10	10
21	19000422	19000422	19000422	19000422	19000422	T-spoj obręcz	6	8	8	8	10	10
22	19000870	19000870	19000870	19000870	19000870	Rękaw ribbon	6	8	8	8	10	10









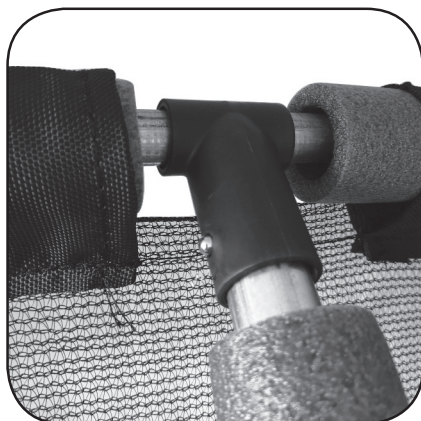
### Krok 9

Podnieś zmontowaną obręcz z siatką na odpowiednią wysokość i połącz dolnymi końcami trójkątów ze stelażem siatki ochronnej.



### Krok 10

Upewnij się, że wszystkie kotki blokujące są prawidłowo zatrzaśnięte.



### Krok 11

Przeprowadź linkę napinającą przez otwory w siatce ochronnej i pętle przymocowane do powierzchni do skakania.



### Krok 12

Twoja trampolina jest teraz zmontowana, konstrukcję zabezpiecz zestawem kotwiącym (nie ma w komplecie), co zapobiega oddziaływaniu warunków atmosferycznych oraz chroni przed niepożądanym przemieszczeniem się trampoliny.



## Po zakończeniu montażu

**Przed skorzystaniem z trampoliny należy zasięgnąć opinii lekarza, czy takie ćwiczenia są dla Państwa odpowiednie i bezpieczne.**

Przed każdym użyciem trampoliny trzeba sprawdzić. Zwiększoną uwagę poświęca się powierzchni przeznaczonej do skakania i ewentualnie brakującym albo poluzowanym częściom.

- Na trampolinie może skakać tylko 1 osoba.
- Nie wolno wykonywać salta, przerzutów i rozkroków. Mogłoby dojść do poważnych obrażeń ciała albo nawet do śmierci.
- Właściciel trampoliny albo osoba nadzorująca są w pełni odpowiedzialni za właściwe korzystanie z trampoliny przez wszystkich użytkowników.
- Jeżeli nie można zapewnić nadzoru nad ćwiczeniami na trampolinie, zrezygnujmy z jej użytkowania.
- Osoba nadzorująca jest odpowiedzialna za umieszczenie tabliczki bezpieczeństwa, która jest częścią tej instrukcji, na trampolinie. Ponadto musi ona zapewnić, aby wszyscy zapoznali się z zasadami bezpieczeństwa obowiązującymi przy ćwiczeniu na trampolinie.
- Osoba nadzorująca musi być zawsze obecna bez względu na wiek i doświadczenie użytkownika.
- Jeżeli nie korzystamy z trampoliny, siatkę bezpieczeństwa zamykamy na suwak i zaczepy, a drabinkę przechowujemy w bezpiecznym miejscu.
- Maksymalny ciężar użytkownika nie może przekroczyć ustalonego limitu trampoliny:  
dla trampoliny do 244 cm = 50 kg  
dla trampoliny od 305 do 457 cm = 150 kg
- Nieprzestrzeganie zasad bezpiecznego korzystania może doprowadzić do poważnych wypadków.
- Trzeba zapoznać się z techniką skakania i reakcją podłoża, na którym się skacze. Trzeba mieć swoje ciało pod kontrolą
- Nie wolno skakać umyślnie na siatkę ochronną.
- Zdejmujemy ubrania z haftkami i ostrymi zakończeniami.
- Skaczymy bez obuwia.
- Unikamy skoków na ostony sprężyn, bo można je uszkodzić.
- Nie podciągamy się za pomocą oston sprężyn i nie wchodzimy na sprężyny.
- Nie wskakujemy na trampolinę z wyższych miejsc, ani nie zeskakujemy z trampoliny na ziemię.
- Przed wejściem na trampolinę wyjmujemy wszystkie przedmioty z kieszeni.
- Podczas skakania nie wolno nieć czegokolwiek w ustach albo w rękach.
- Trampolina jest przeznaczona dla dorosłych i dla dzieci od 3 roku życia.
- Asystujemy małym dzieciom przy wchodzeniu, a potem przy opuszczaniu trampoliny.
- Po skończeniu montażu sprawdzamy, czy wszystkie sprężyny są mocno zaczepione o ramę, a linka bezpieczeństwa jest poprawnie przewleczona i przywiązana. Sprężyny muszą być zupełnie zakryte.
- Stabilność trampoliny można zwiększyć układając worki z piaskiem na nośnych nogach.
- Po kompletnej kontroli wszystkich połączeń skaczymy na środku trampoliny przez około 5 minut. Potem znowu przeprowadzamy kontrolę. Jeżeli wszystko

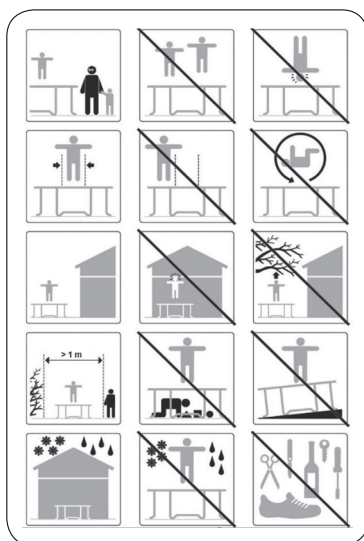


okaże się w porządku, trampolina jest gotowa do użytkowania.



## Z trampoliny nie korzystamy

- przy złym oświetleniu
- w ciąży albo przy wysokim ciśnieniu krwi
- w pobliżu wody
- przy silnym wietrze i deszczu
- w przypadku, gdy materiał do skakania jest mokry
- pod wpływem substancji opóźniających reakcję, widzenie przestrzenne i koordynację ruchów
- jeżeli pod trampoliną znajdują się jakieś przedmioty albo osoby
- jeżeli na powierzchni do skakania znajdują się jakieś przedmioty



**Na trampolinie może skakać tylko 1 osoba. Więcej osób zwiększa ryzyko wypadku.**



**Nie wolno wykonywać salta, przerzutów i rozkroków. Może dojść do poważnych obrażeń ciała albo nawet do śmierci.**





## Dbajmy o trampolinę

W przypadku silnego wiatru i deszczu trampolinę zabezpieczamy przez jej zakotwienie albo rozbieramy i przechowujemy w bezpiecznym miejscu. Zakotwić trzeba zarówno górną, jak i dolną część trampoliny.

Naprawy mogą wykonywać tylko wykwalifikowane osoby przy użyciu oryginalnych części zamiennych. Niefachowe czynności mogą ograniczyć żywotność trampoliny. W czasie chłodniejszych i deszczowych miesięcy trampolinę przechowuje się w miejscu, które nie jest narażone na działanie szczególnie wysokich albo niskich temperatur oraz promieniowania słonecznego.

Przy dłuższym niekorzystaniu z trampoliny demontujemy ją i przechowujemy. Żywotność ramy można zwiększyć smarując ją na przykład wazeliną albo innym smarem.

Nie zapominajmy też o otworach, sprężynach i punktach połączenia części.

Przy czyszczeniu trampoliny korzystamy tylko z wilgotnej ściereczki bez chemikaliów albo innych środków o działaniu ściernym.

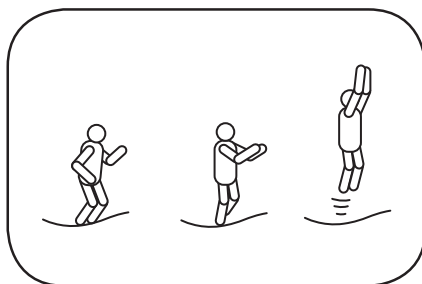
Siatka ochronna powinna być wymieniana na nową co 2 lata.

## Podstawowe techniki skakania

Dbamy o to, aby zawsze wylądować w tym miejscu, z którego się odbiliśmy. Skaczemy zawsze na środek trampoliny. Niewłaściwa technika skakania może doprowadzić do wypadku i dlatego kolejny rozdział trzeba uważnie przeczytać.

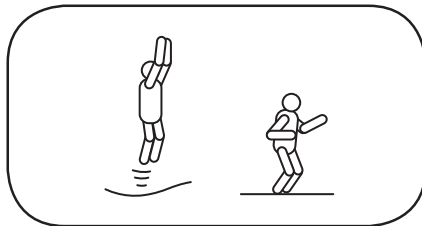
### Podstawowy skok

- rozpoczynamy w pozycji stojąc, z nogami rozstawionymi na szerokość ramion, oczy skierowane na płaszczyznę do skakania
- machamy rękami w przód i unosimy je do góry
- w wysoku ściągamy stopy do siebie
- przy lądowaniu nogi rozstawiamy na szerokość ramion



### Manewr zatrzymania

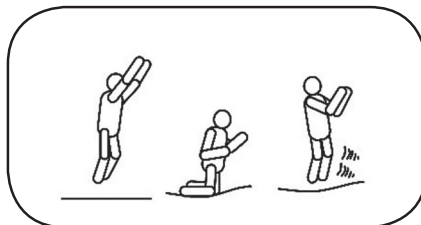
- jeżeli osoba utraci kontrolę nad ruchami, ten manewr pozwala na jej odzyskanie
- zaczynamy od podstawowego skoku, ale przy lądowaniu podkurczamy nogi w kolanach – w ten sposób przerywa się skakanie





## 2. Ćwiczenie

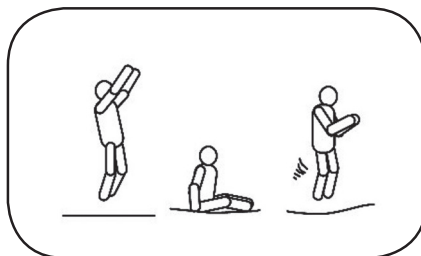
- powtórzenie 1 ćwiczenia
- skok do siadu – teoria i wykonanie praktyczne
- skok na kolana – teoria i wykonanie praktyczne
- rozpoczynamy skokiem do siadu i kończymy skokiem na kolana



## 3. Ćwiczenie

- powtarzamy to, czego nauczyliśmy się przy poprzednich ćwiczeniach

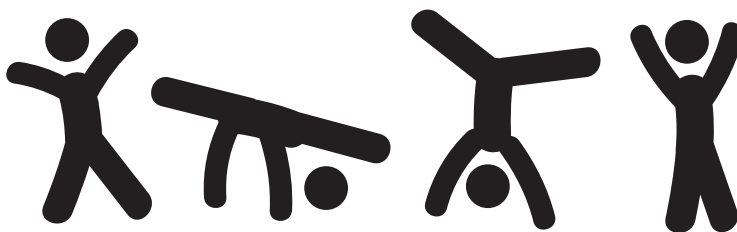
Kończąc te trzy ćwiczenia przyswoiliśmy sobie podstawowe techniki skakania na trampolinie. W przyszłości zawsze uważajmy na kontrolę i technikę wykonywanych skoków.



Dalszą zabawę można kontynuować w celu stopniowego przyzwyczajania użytkowników do trampoliny:

Uczestnik nr 1 rozpoczyna jednym skokiem, uczestnik nr 2 potarza ten skok i dodaje następny. Uczestnicy zamieniają się i zawsze dodają jeden skok. Ten, komu uda się wykonać wszystkie skoki aż do końca, wygrywa konkurs. I tutaj też jest ważne, aby wszystkie skoki były wykonane w kontrolowany sposób!

Nie próbujemy zbyt trudnych skoków, z którymi możemy sobie nie poradzić. Jeżeli chcemy dalej podnosić swoje umiejętności, to powinniśmy znaleźć wykwalifikowanego instruktora do korzystania z trampoliny. Pamiętajmy stale, że na trampolinie w tej samej chwili może skakać tylko jeden użytkownik. Skakanie dwóch i więcej osób naraz może doprowadzić do wypadku.



## Zalecenia bezpieczeństwa – trampolina

- Przed użyciem trzeba dokładnie przeczytać instrukcję.
- Nie korzystamy z trampoliny bez dozoru osoby, która jest zapoznana z zasadami bezpieczeństwa. Nie wolno wykonywać salt, przerzutów i rozkroków. Na trampolinie może skakać zawsze tylko jedna osoba.
- Skaczemy bez obuwia. Jeżeli powierzchnia do skakania jest mokra, nie korzystamy z trampoliny. Nie skaczemy na trampolinę z wyżej położonego obiektu, ani z trampoliny na ziemię. Nie korzystamy z trampoliny, jeżeli jesteśmy pod wpływem alkoholu albo innych substancji uzależniających oraz substancji wpływających na zdolność koordynacji i czas reakcji.
- Nie korzystamy z trampoliny, jako pomocy do przeskakiwania z obiektu na obiekt.
- Nie skaczemy zbyt wysoko, skok jest bezpieczny tylko do tej wysokości, z której potrafimy bezpiecznie zeskoczyć na trampolinę. Pod trampoliną nie mogą się znajdować żadne przedmioty, osoby, ani zwierzęta. Miejsce nad trampoliną musi być wolne. Jeżeli są gorsze warunki atmosferyczne, nie korzystamy z trampoliny i zabezpieczamy ją (kotwimy). Trampolina musi być umieszczona na równej powierzchni. Nie korzystamy z trampoliny bez ostony sprężyn i ochraniaczy. Trampolina musi być ustawiona w dobrze oświetlonym miejscu. Przed każdym użyciem sprawdzamy, czy wszystkie części są w dobrym stanie i na swoim miejscu. Trampolina jest przeznaczona tylko do użytku domowego na zewnątrz. Maksymalny ciężar ciała użytkownika nie może przekroczyć limitu ustalonego dla trampoliny: dla trampoliny do 244 cm = 50 kg  
dla trampoliny od 305 do 457 cm = 150 kg

**OSTRZEŻENIE:** Niewłaściwe dla dzieci do lat 3. Niewystarczające zdolności motoryczne. Niebezpieczeństwo urazu.

**OSTRZEŻENIE:** Korzystać pod bezpośrednim dozorem dorosłej osoby.

**OSTRZEŻENIE:** Przeznaczone dla 1 osoby. Niebezpieczeństwo kolizji.

## Siatka ochronna

- Nie należy wskakiwać w siatkę ochronną.
- Nie wchodzimy na siatkę, ani pod nią.
- Przed każdym użyciem trampoliny sprawdzamy, czy siatka ochronna nie jest uszkodzona. Jeżeli tak, nie korzystamy z trampoliny.
- Zamek błyskawiczny przy wejściu musi być przed użyciem całkowicie zasunięty i zabezpieczony zaczepami.
- Siatka powinna być wymieniana co 2 lata na nową.

Wokół trampoliny musi być minimum 1 metr wolnej przestrzeni.

**PRODUCENT: MARIMEX CZ, S.R.O., LIBUŠSKÁ 221/264, PRAHA 4, TEL. 261 222 111**



## Warunki gwarancji

- Trampolina została wykonana z materiałów o wysokiej jakości. Wszystkie elementy zostały sprawdzone i uznane za pozbawione wad.
- Okres gwarancyjny wynosi dwa lata od daty zakupu. Należy zachować wszystkie dokumenty o zakupie łącznie z instrukcją. Dokument o zakupie będzie wymagany przy zgłaszaniu roszczeń reklamacyjnych.
- Reklamacja towaru kieruje się porządkiem prawnym ČR.
- Gwarancja dotyczy wszystkich wad spowodowanych błędem w produkcji albo wadą materiału, która wpływa na funkcjonalność wyrobu.
- Kupujący ma obowiązek sprawdzić zaraz po zakupieniu trampoliny, czy nie zostało naruszone opakowanie transportowe albo uszkodzona jakaś część. W przypadku, gdy dojdzie do stwierdzenia wady, należy o tym niezwłocznie poinformować sprzedawcę.
- Jeżeli trampolina wykazuje widoczne wady, które pojawią się zaraz na początku użytkowania, i które uniemożliwiają korzystanie z urządzenia, kupujący ma obowiązek bezzwłocznie reklamować ten towar
- Przy stwierdzeniu usterki w poszczególnych częściach trampoliny reklamuje się tylko wadliwą część z widocznym miejscem uszkodzenia.

## Gwarancja nie obejmuje

- Zużycia w wyniku niewłaściwej instalacji albo wadliwego użytkowania, ewentualnie nieodpowiedniego przechowywania.
- Zwykłego zużycia urządzenia odpowiadającego charakterowi i okresowi użytkowania.
- Wad spowodowanych uszkodzeniem mechanicznym.
- Wad spowodowanych działaniem sił natury.
- Wad powstałych w wyniku zastosowania niestandardowych środków i niewłaściwych przyrządów do czyszczenia.
- Naturalnej zmiany odcieni kolorów spowodowanej promieniowaniem słonecznym.
- Deformacji spowodowanych niestabilnym albo źle przygotowanym podłożem.
- Konstrukcja i schodki nie są wykonane z nierdzewnego materiału i dlatego pod działaniem wilgoci może dojść do korozji. Gwarancja nie obejmuje ewentualnej korozji konstrukcji stalowej albo schodków.

BEZPIECZEŃSTWO  
GWARANTOWANE

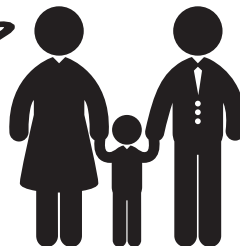


### Dane kontaktowe

[www.marimex.cz](http://www.marimex.cz)

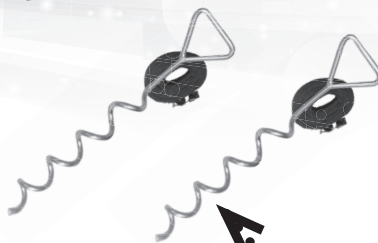
Centrum obsługi klienta  
tel.: +420 261 222 111

e-mail: [info@marimex.cz](mailto:info@marimex.cz)



# Kotvicí sada/Anchor kit

Ukotvěte si trampolínu  
Anchor your trampoline



Pro uchycení trampolíny do země  
To secure your trampoline to the ground



