

TRAMPOLIINI

OHJEKIRJA

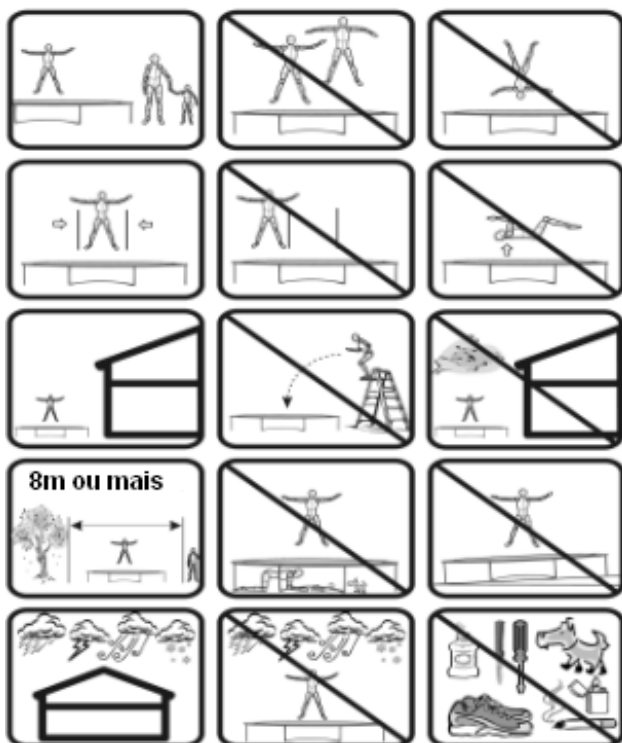


JOHDANTO

Ennen kuin aloitat tämän trampoliinin käytön, sinun täytyy lukea tämän ohjekirjan kaikki ohjeet. Niin kuin missä tahansa muussa fyysisessä vapaa-ajan toiminnassa, osallistujat voivat loukkaantua. Jotta loukkaantumisen riski vähentyisi, käyttäjän on noudatettava asianmukaisia turvallisuussääntöjä ja varoituksia.

- Tämän trampoliinin väärinkäyttö on vaarallista ja voi aiheuttaa vakavaa loukkaantumista!
- Trampoliinit ovat hyppimislaitteita, jotka kuljettavat käyttäjän tottumattomiin korkeuksiin eri liikkeiden kautta. Ole siis aina varovainen käyttäessäsi trampoliinia.
- Tarkasta aina trampoliini ennen jokaista käyttökertaa.
- Tähän ohjekirjaan sisältyvät tuotteen asiallinen asennus, hoito ja kunnossapito, varoitimet, varoitukset ja asialliset hyppimisen tekniikat. Kaikkien käyttäjien ja valvojien on luettava ja tutustuttava näihin ohjeisiin. Kenen tahansa, joka käyttää tätä trampoliinia, on oltava tietoinen omista rajoituksistaan, jotka koskevat eri hyppyjen suorittamista tällä trampoliinilla.

Ensinnäkin, sinun tulisi totutella trampoliinin tunteeseen ja hyppimiseen. Keskittyminen tulee olla kehosi asennossa ja sinun tulisi harjoitella jokaista perushyppyä kunnes voit suorittaa jokaisen hypyn ennen kuin siirryt vaikeampiin ja edistyneisiin hyppyihin. Älä hypi uhkarohkeasti trampoliinilla, painotamme eri hyppytekniikoiden hyvää hallintaa.



Enintään yksi henkilö sallitaan trampoliinille kerrallaan! Monet hyppijät lisäävät loukkaantumisen riskiä, jotka johtuvat törmäyksistä ilmassa.



Älä suorita voltteja, sillä tämä lisää mahdollisuuksiasi laskeutua päällesi tai niskoillesi. Tästä voi aiheutua halvausta tai jopa kuolemaa.



TRAMPOLIININ TOIMINTAOHJEET

1. YLEISET OHJEET

1.1 TARKOITUS

- Tuote on tarkoitettu ainoastaan kotikäyttöön ja ei sovellu ammatti- tai lääketieteelliseen käyttöön.
- Enimmäispaino: 244cm:100kg; 300/365/405/427/457/487cm:150kg. Trampoliinin ylikuormittaminen suositellun käyttäjäpainon ylitse aiheuttaa vaurioita trampoliiniin, jota takuu ei korvaa

1.2 VAARA LAPSILLE

- Älä päästä valvomattomia lapsia tämän tuotteen lähelle. Suorita tarvittavat turvallisuusvarotoimet ja valvo kaikkia toimintoja trampoliinilla. Ole tietoinen siitä, että pakkausmateriaali ei sovellu lasten käyttöön. Olemassa on tukehtumisen riski!
- Yli 51 cm (20 tuumaa) korkeita trampoliineja ei suositella alle 6- vuotiaille lapsille. Lapset eivät tunnista tämän tuotteen mahdollisia vaaroja. Pidä tämä tuote lasten ulottumattomissa, se ei ole lelu. Tuote on varastoitava lasten ja lemmikkien ulottumattomissa.

1.3 HUOMIO - TUOTEVAURIOT

- Älä muuta tuotetta. Käytä ainoastaan alkuperäisiä varaosia. Ammattitaitoisten teknikkojen tulisi suorittaa korjaukset. Sopimattomat korjaukset voivat vaarantaa trampoliinin turvallisuuden. Käytä tätä tuotetta vain tavoilla, joita kuvataan tässä ohjekirjassa.
- Suojele tuotetta kosteudelta ja korkeilta lämpötiloilta.

1.4 NEUVOJA ASENNUKSEEN

- Kahden työkykyisen aikuisen tulee suorittaa tuotteen asennus huolellisesti. Jos olet epävarma, pyydä apua ammattitaitoiselta henkilöltä.
- Ennen kuin aloitat trampoliinin asennuksen, lue kaikki tämän ohjekirjan ohjeet.
- Poista kaikki pakkausmateriaalit ja laske kaikki osat vapaaseen tilaan. Tämä antaa sinulle yleiskuvan osista ja yksinkertaistaa asennusmenetelmän.
- Tarkista osaluettelo, jotta osia ei puutu. Hävitä pakkausmateriaali sen jälkeen kun asennus on suoritettu loppuun
- Ole varovainen käyttäessäsi työkaluja tai tehdessäsi teknistä työtä, olemassa on aina loukkaantumisen riski.
- Tämän takia, kokoa tuote varovaisesti.
- Luo vaaraton ympäristö, esimerkiksi: älä salli työkalujen lojua työtilassa.
- Säilytä pakkausmateriaali tavalla, joka ei voi aiheuttaa vaaraa. Foliot ja muovipussit ovat vaarallisia lapsille (tukehtumisen vaara)!
- Sen jälkeen kun tuote on asennettu ohjekirjan mukaisesti, varmista, että kaikki ruuvit, pultit ja mutterit on asennettu oikein ja että kaikki liitokset ovat tiukasti kiinnitettyjä.
- Trampoliinin yläpuolella vaaditaan vähintään 7.3m vapaata tilaa. Asiallinen vapaa tila on pidettävä trampoliinin ja mahdollisten vaaratekijöiden, kuten sähkökaapeleiden, puun oksien, uima-altaiden ja aitojen välillä.
- Trampoliini on asennettava asiallisesti ennen käyttöä.
- Älä koskaan asenna trampoliinia sateisissa, tuulisissa tai myrskyisissä olosuhteissa, varsinkaan salamoivassa olosuhteessa. On suositeltavaa, että trampoliini puretaan ja varastoidaan huonolla säällä.
- Trampoliinin metallikehys johtaa sähköä. Salamaa, jatkojohtoja tai mitä tahansa sähkölaitteita ei koskaan tule sallia ottamaan kontaktia trampoliinin kanssa.

- Trampoliinia tulee aina käyttää hyvin valaistulla alueella.
- Älä aseta mitään esineitä trampoliinin alle.
- Trampoliinia ei tule käyttää muiden vapaa-ajan laitteiden tai rakennelmien läheisyydessä.
- Käytä hansikkaita suojataksesi käsiäsi asennettaessa tai purkaessa.

1.5 LISÄVINKIT

- Saavuttaaksesi lisävakautta, voit asettaa hiekkasäkkejä trampoliinin jalkojen päälle. Tämä estää trampoliinin kaatumista.
- Älä käytä raskauden aikana.
- Älä käytä, jos kärsit korkeasta verenpaineesta.
- Hypi avoimin jaloin. Älä käytä kenkiä, tämä vaurioittaa hyppymattoa, jota takuu ei korvaa.
- Ei tupakointia
- Älä laita savukkeita, lemmikkejä, teräviä esineitä tai mitä tahansa muita vieraita esineitä trampoliinille.
- Älä käytä trampoliinia alkoholin tai päihteiden alaisena.
- Älä istu tai nojaa pehmusteisiin, sillä sen ei päällä ei tule olla voimaa, jotta se voi liikkua hyppymaton kanssa. Takuu ei korvaa tukkeutuneen pehmusteen aiheuttamia repeytymiä ompelussa.
- Aseta trampoliini tasaiselle alustalle. Mieluiten ruohikolle. Trampoliinin sijoittaminen kovalle alustalle lisää rasitusta runkoon ja voi aiheuttaa vaurioita ajan mittaan, joka takuu ei korvaa. Trampoliinin asettaminen epätasaiselle alustalle voi aiheuttaa trampoliinin kaatumisen.
- Älä altista trampoliinia suoraan kosketukseen avoimen tulen kanssa.
- Turvaa trampoliini luvattomalta käytöltä.
- Älä käytä, jos trampoliini on märkä.
- Trampoliini tulisi sitoa kiinni ankkureilla tuulisissa olosuhteissa tai purkaa ja varastoida.

VAROITUS

1. Ole hyvä ja varmista, että turvaverkon vetoketju on suljettu 100%:sesti ja kaikki kolme sisäänkäynnin koukkua ovat kiinnitettyjä ennen hyppimistä.
2. Älä hyppää turvallisuusverkkoon tarkoituksellisesti, se on suunniteltu ainoastaan pysäyttämään ihmisiä putoamasta trampoliinin päältä. Turvallisuusverkkoon tarkoituksellisesti hyppääminen saattaa aiheuttaa trampoliinin kaatumisen tai vaurioittaa verkkoa. Turvallisuusverkon väärinkäyttöä pidetään huolimattomana käyttönä, jota takuu ei korvaa, katso vastuuvapauslauseke.

2. TRAMPOLIINIEN TURVALLISUUSOHJEET

- Kaikki trampoliinin käyttäjät tarvitsevat valvojan, riippumatta käyttäjän iästä ja kokemuksesta.
- Trampoliinin turvallisuusohjeita tulisi aina ottaa huomioon ja noudattaa.
- Voltteja tulee välttää, väärä laskeutuminen trampoliinin päälle voi johtaa loukkaantumiseen, varsinkin selkään, niskaan tai päähän. Loukkaantuminen voi sisältää halvaantumisen. Tai jopa kuoleman.
- Vain yhden henkilön tulisi käyttää trampoliinia kerrallaan. Monet käyttäjät trampoliinilla lisäävät törmäyksen riskiä.
- Trampoliini tulee tarkistaa vaurioituneiden, kuluneiden tai viallisten osien varalta ennen jokaista käyttökertaa, sillä se voi huonontaa trampoliinin yleistä turvallisuutta. Vaurioituneet, kuluneet tai vialliset osat tulee vaihtaa välittömästi. Trampoliinin käyttö tulee kieltää tällä välin.
- Vaatteita, joissa on koukkuja tai irrallisia osia, ei tule käyttää hyppiessä trampoliinilla, jotta koukut eivät jää kiinni.
- Trampoliini on asetettava vain tasaiselle maalle ja luistamattomille alustoille.
- Vahva tuuli voi viedä trampoliinin mukanaan. Jos vahvoja tuulia ennustetaan, trampoliini on siirrettävä suojattuun paikkaan ja purettava tai kiinnitettävä maahan köysillä. Vähintään kolme ankkuria tarvitaan. Ne eivät ole tarpeeksi ankkuroimaan viirejä (pennants?) maahan, sillä ne voivat repiä kytkentäkaapelit.
- Vältä kootun trampoliinin siirtämistä, sillä se saattaa vääntyä kuljetuksen aikana. Jos trampoliinin siirtäminen on välttämätöntä, ota huomioon seuraavat asiat: vähintään neljä henkilöä on oltava tasaisesti rungon ympärillä nostaakseen trampoliinin. Trampoliini on kannettava vaakasuorassa, ja jos rungon asento muuttuu, neljän henkilön tulisi asettaa trampoliini takaisin paikalleen.
- Trampoliinit ovat hyppimislaitteita, jotka sallivat käyttäjän hypätä epätavallisiin korkeuksiin sekä suorittaa monia kehon liikkeitä. Hyppääminen trampoliiniin, kehykseen tai pehmukseen iskeytyminen tai väärä laskeutuminen trampoliinilla voi johtaa loukkaantumiseen.
- Käyttäjien tulisi tutustua ohjekirjaan. Tämä ohjekirja sisältää asennusohjeet... valitut varotoimenpiteet sekä trampoliinin kunnossapitoon ja huoltoon liittyvät suositukset. Trampoliinin turvallisen ja hauskan käytön varmistamiseksi.
- On omistajan vastuulla valvoa, että kaikki trampoliinin käyttäjät ovat tietoisia siitä, että trampoliinin ympärille tulisi jättää riittävästi tilaa varotoimenpiteenä.
- Älä koskaan käytä sitä veden lähetyksillä ja pidä riittävästi tilaa sen ympärillä varotoimenpiteenä.
- Varo liikkuvia osia, jotka saattavat osua käsiisi ja jalkoihisi.
- Älä kiinnitä vieraita esineitä trampoliiniin.
- Älä salli ketään tai mitään esineitä trampoliinin alle kun joku hyppii matolla. Hyppymatto on joustava ja alaspäin suuntautuva voima voi aiheuttaa vakavia vammoja.
- Toteuta kaikki turvallisuussäännöt ja tutustu ohjekirjan ohjeisiin
- Trampoliinia voidaan käyttää vain jos hyppymatto on puhdas ja kuiva. Kuluneet tai vaurioituneet hyppymatot on vaihdettava välittömästi.
- Esine, joka voisi olla vaarallinen käyttäjälle, on poistettava alueelta.
- Vältä luvatonta ja valvomatonta trampoliinin käyttöä.
- Älä käytä trampoliinia alkoholin tai päihteiden alaisena
- Opi perushyppimistekniikat huolellisesti ennen vaikeiden hyppyjen yrittämistä. Saadaksesi lisätietoa, katso osio - perushyppimistekniikat.
- Kiipeä trampoliinille. Älä hyppää sen päälle suoraan. Älä käytä trampoliinia hyppylautana muille esineille. Saadaksesi lisätietoa, katso osio - tapaturmakategoriat: nouseminen ja laskeutuminen
- Saadaksesi lisätietoa tai harjoitusohjeita, voit ottaa yhteyttä koulutettuun trampoliiniopettajaan.

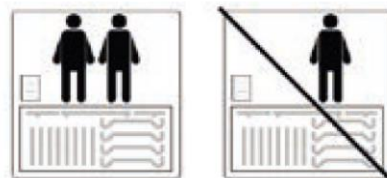
3. ASENNUSOHJEET

- **Asentaaksesi tämän trampoliinin**, tarvitset vain tämän tuotteen mukana tulevan erityisen jousityökalan.
- Jaksoina, jolloin sitä ei käytetä, tämä trampoliini voidaan helposti purkaa ja varastoida.
- Ole hyvä ja lue asennusohjeet ennen tuotteen asennuksen aloittamista.

ENNEN ASENNUSTA

- Ole hyvä ja katso osien kuvaus ja numerot -sivu. Asennusvaiheet käyttävät näitä kuvauksia ja numeroita viitteenä.
- Varmista, että kaikki osat on luetteloitu. Jos sinulta puuttuu osia, katso Kuinka hankkia mitä tahansa osia -sivu.
- Välttääksesi käsien vammoja asennuksen aikana, **ole hyvä ja käytä hansikkaita suojataksesi käsiäsi.**

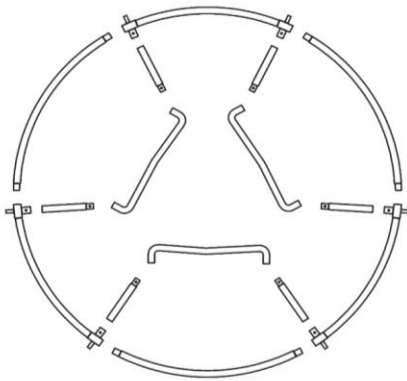
REMEMBER TO USE GLOVES DURING ASSEMBLY TO AVOID PINCHING and IT WILL TAKE AT LEAST TWO PEOPLE TO ASSEMBLE THE TRAMPOLINE



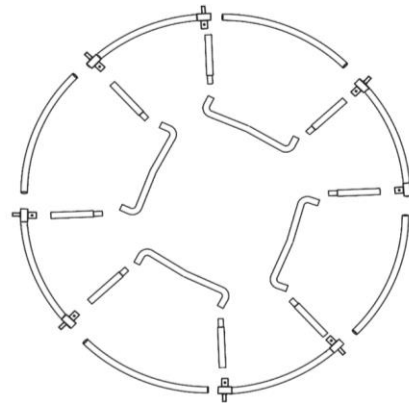
Remember to use gloves during assembly to avoid pinching and it will take at least two people to assemble the trampoline = Muista käyttää hansikkaita asennuksen aikana välttääksesi nipistystä, ja asennukseen tarvitaan vähintään kaksi ihmistä

TRAMPOLIININ OSALUETTELO

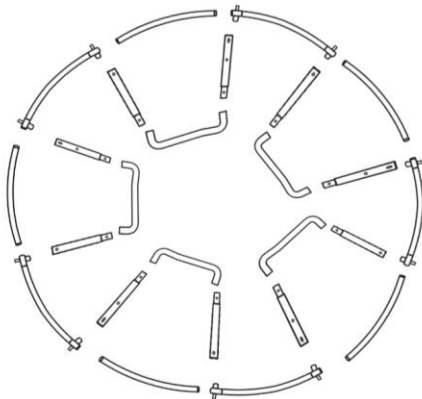
	MALLIKOKO	182cm	244cm	305cm	365cm	396cm	426cm	457cm	487cm
A	RUNKOPUTKI-A	3	3	4	4	4	4	5	6
B	RUNKOPUTKI-B	3	3	4	4	4	4	5	6
C	T-LIITIN	6	6	8	8	8	8	10	12
D	PEHMUSTEET	1	1	1	1	1	1	1	1
E	HYPPYMATTO	1	1	1	1	1	1	1	1
F	JALAN JATKO-OSA	-	6	8	8	8	8	10	12
G	JALKARUNGOT	3	3	4	4	4	4	5	6
H	JOUSET	36	48	64	72	80	84	90	108
I	JOUSITYÖKALU	1	1	1	1	1	1	1	1
J	RUUVIT	6	12	16	16	16	16	20	24
K	JAKOAVAIN	1	1	1	1	1	1	1	1



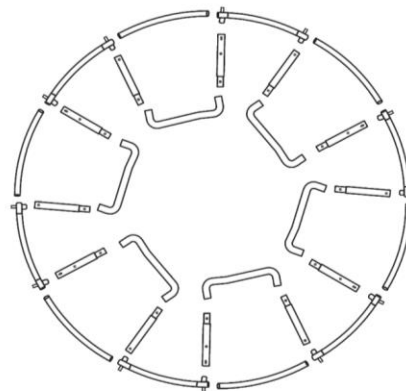
6FT/8FT (3 Legs)



10FT/12FT/13FT/14FT (4 Legs)

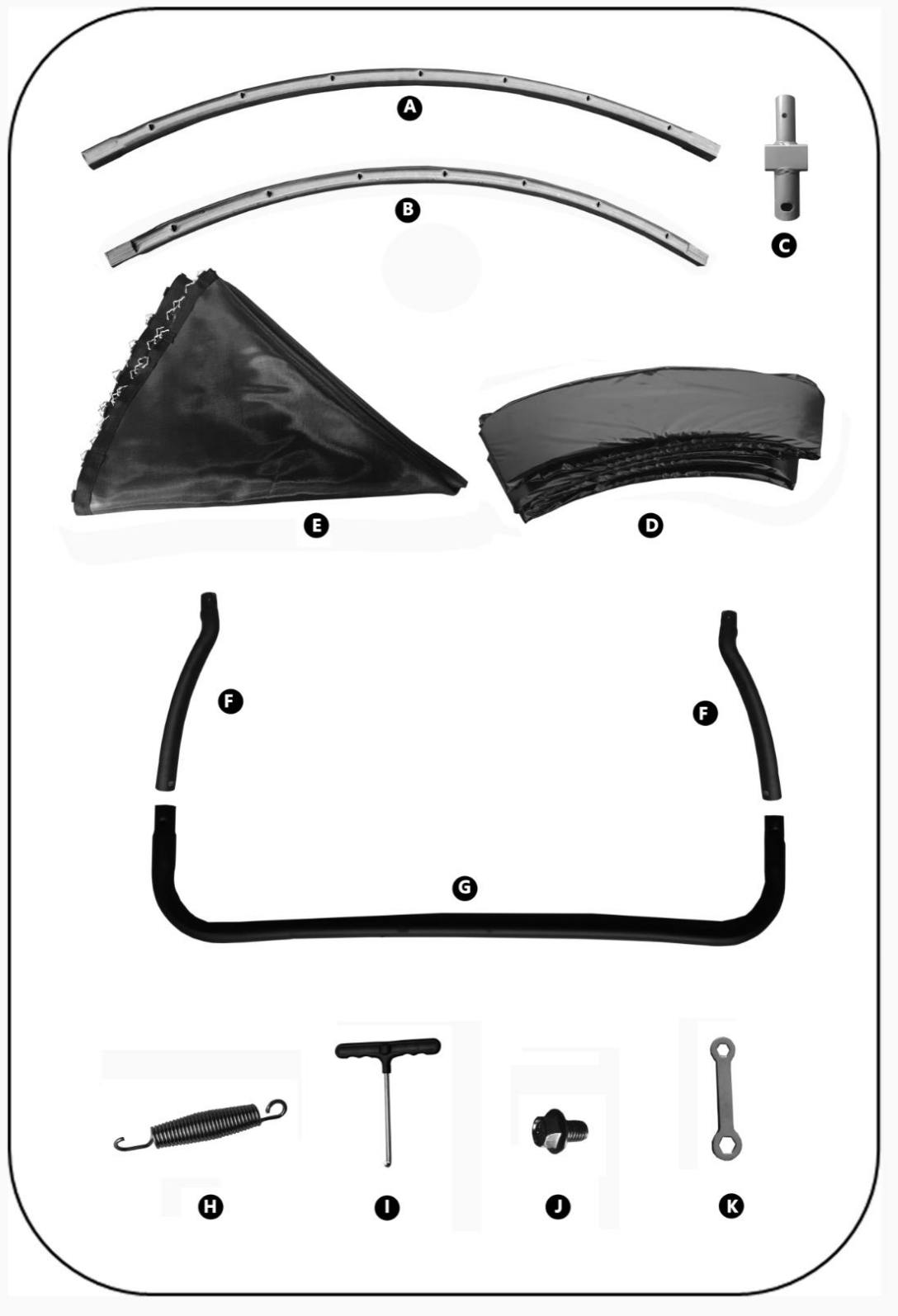


15FT (5 Legs)



16FT (6 Legs)

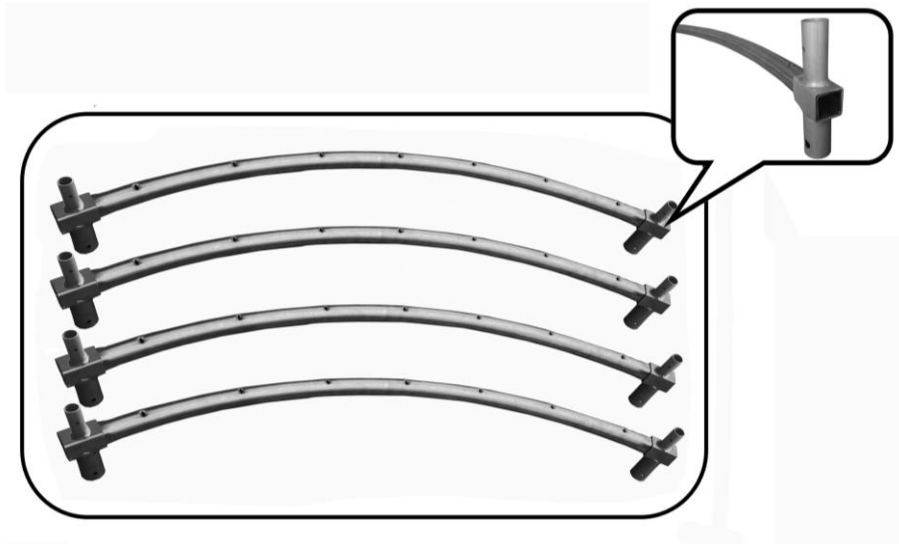
JATKO... TRAMPOLIININ OSALUETTELO



TRAMPOLIININ RUNGON ASENTAMINEN

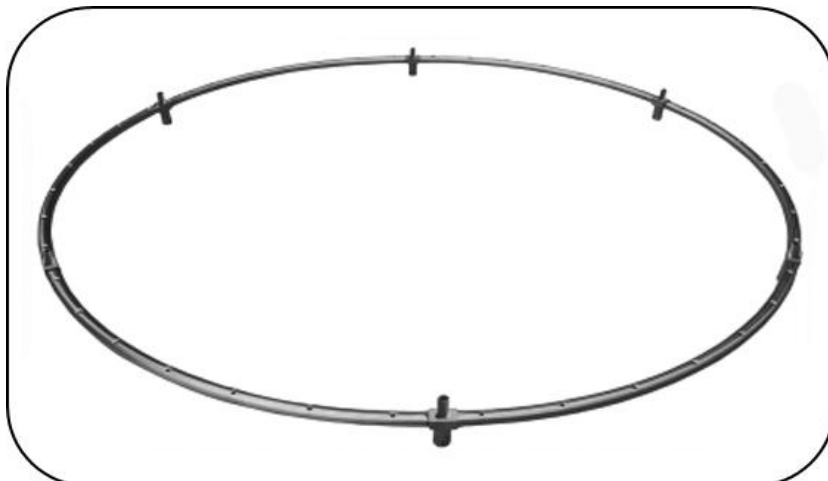
Vaihe 1:

Liitä **T-liitin (C)** **Runkoputken A (A)** molempiin päihin. Varmista, että se sopii hyvin.



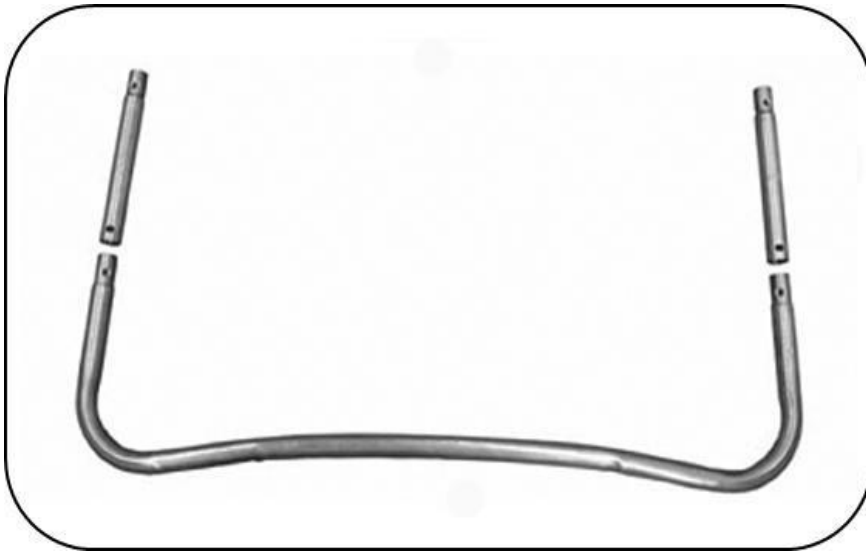
Vaihe 2:

Yhdistä kaikki **Runkoputket B (B)** **Runkoputkeen A (A)** (yhdistetty jo T-liittimiin muodostaaksesi ympyrän). Kahden viimeisen osan kiinnittäminen vaatii kaksi henkilöä; toinen pitelee runkoa samalla kun toinen yhdistää molemmat päät ympyräksi.



Vaihe 3:

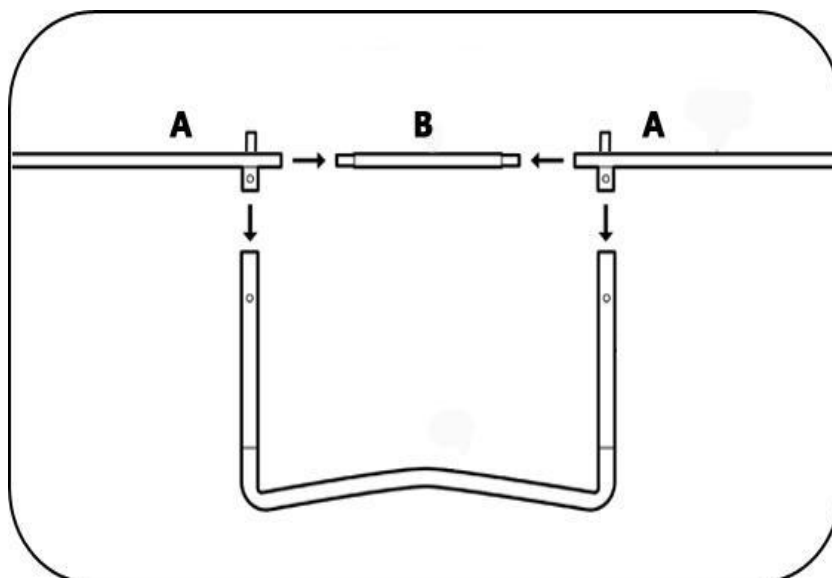
Liitä **Jalan jatko-osa (F)** jalkarunkoon (**G**) ja kiinnitä yhteen ruuveilla (**J**).



Vaihe 4:

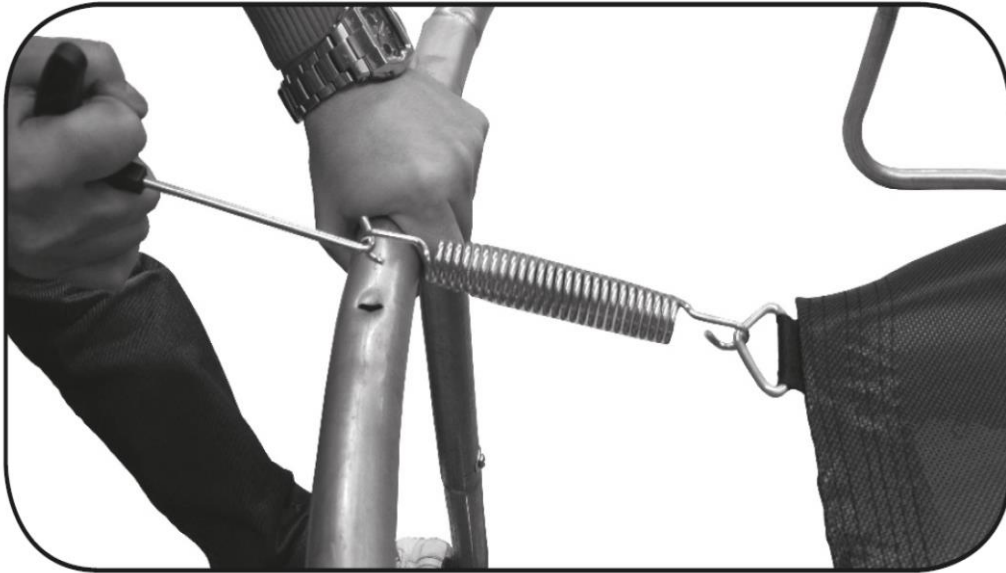
Liitä kaikki VAIHEESSA 1 asentamasi jalkatuet ylärunkoon, kiristä Ruuveilla (**J**).

Varmista, että jokainen jalkatuki yhdistyy kahteen Runkoputkeen A ja Runkoputkeen B niiden keskellä!



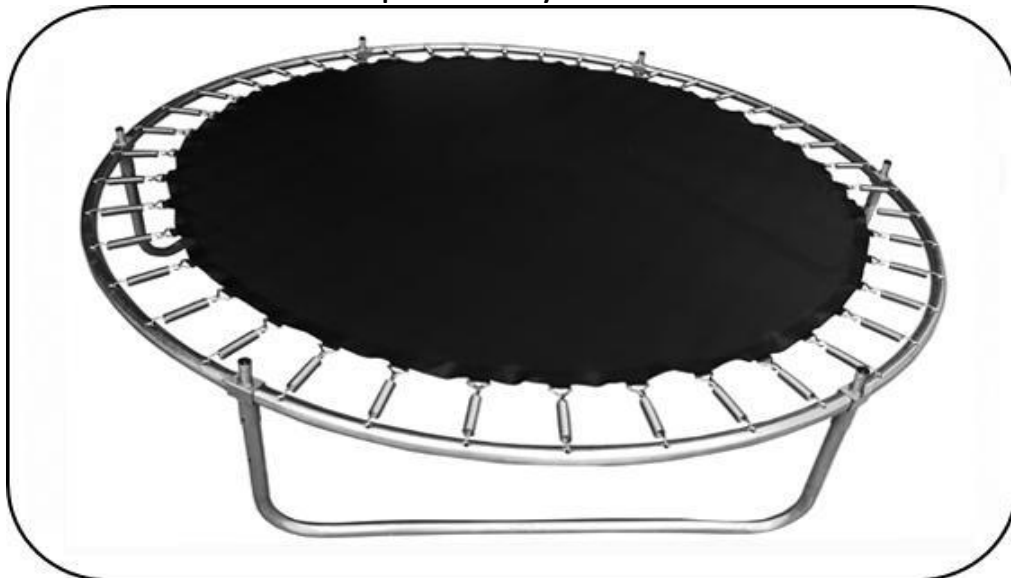
Vaihe 5:

Liitä **Jouset (H)** käyttäen **Josityökälua (I)**. Venytä ensin joka viides jousi, jotta **Hyppymatto (E)** kiristyy rungon keskellä. Tämän ansiosta jäljellä olevien jousien asentaminen on helpompaa.



Vaihe 6:

Tässä vaiheessa trampoliini näyttää tältä.



Vaihe 7: Aseta jousien **Pehmusteet (D)** trampoliiniin, niin että jouset ovat täysin peitettynä ja kiristä kumilenkeillä.



TURVAVERKON OSALUETTELO

	MALLIKOKO	183cm	244cm	305cm	365cm	396cm	427cm	457cm	487cm
L	ALEMPI SIVUPYLVÄS	6	6	8	8	8	8	10	12
M	YLEMPI SIVUPYLVÄS	6	6	8	8	8	8	10	12
N	YLÄPYLVÄS	6	6	8	8	8	8	10	12
O	TURVAVERKKO	1	1	1	1	1	1	1	1
P	SIVUPYLVÄSHOLKKI	6	6	8	8	8	8	10	12
Q	NAUHA	1	1	1	1	1	1	1	1
R	T-LIITIN	6	6	8	8	8	8	10	12



L



M



N



O



P



Q

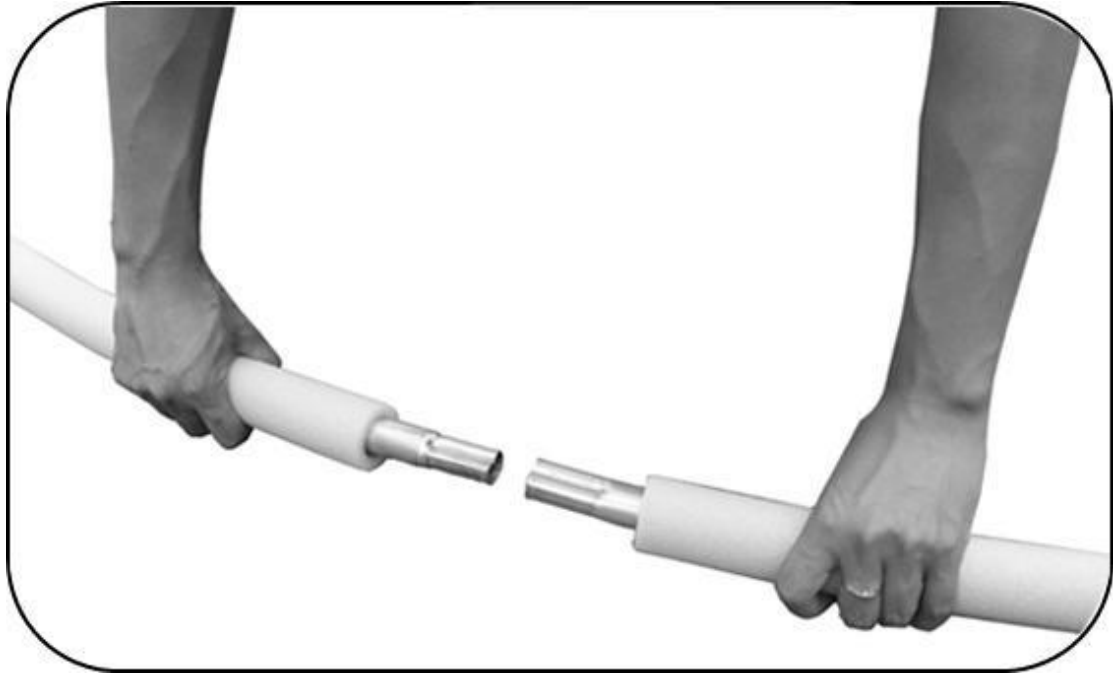


R

TURVAVERKON ASENNUS

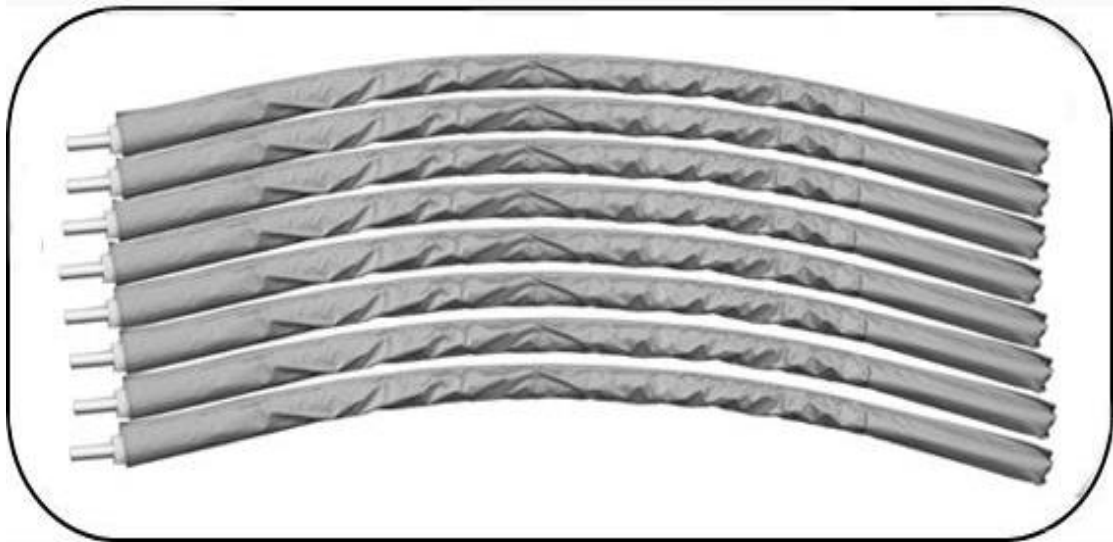
Vaihe 1:

Liitä **alempi sivupylväs (L)** & **ylempi sivupylväs (M)** kokonaiseksi sivupylvääksi. Liitä sitten sivupylväs **sivupylväsholkkiin (P)**.

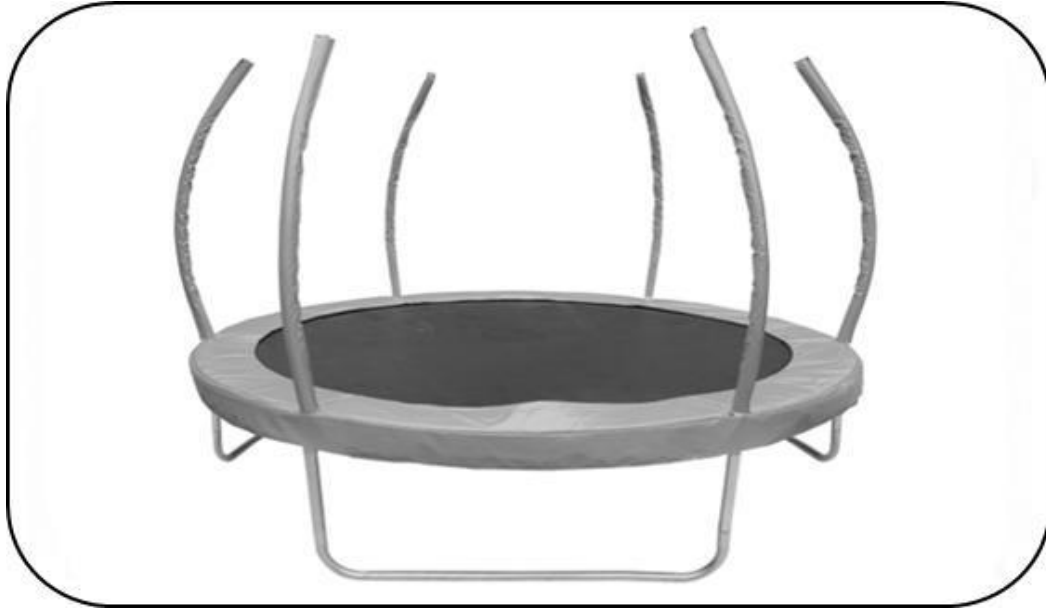


Vaihe 2:

Toista vaihe 1 kaikille sivupylväille.



Vaihe 3: Liitä kaikki kokonaiset sivupylväät runkoputkiin. Nyt trampoliini näyttää tältä.



Vaihe 4:

Liitä kaikki **Yläpylväät (N)** Turvaverkon **(O)** yläholkkeihin samaan suuntaan yksi kerrallaan. Yhdistä sitten kaikki yläpylväät **T-liittimeen (R)** ja sulje ne muodostaaksesi renkaan.



Vaihe 5:

Yhdistä muodostettu rengas verkkoon tällä tavoin ja yhdistä T-liittimen (R) alapäätt sivupylväisiin.



Vaihe 6:

Varmista, että kaikki kiinnitystapit ovat asiallisesti lyhennettyjä.



Vaihe 7:

Vedä **Nauha (Q)** Turvaverkon **(O)** alapäässä olevien silmukoiden ja hyppymaton kolmiorenkaiden läpi samaan aikaan.



Vaihe 8:

Trampoliinisi on nyt asennettu. Kiinnitä rakenne ankkurointisarjalla (ei sisälly pakettiin) suojataksesi trampoliinia sääolosuhteiden vaikutuksilta ja välttääksesi ei-toivottua liikkumista.



TRAMPOLIININ TESTAUS

Trampoliinin asennuksen jälkeen on tärkeää, että suoritat seuraavat turvatarkastukset:

Trampoliinin turvatarkastukset:

- Varmista, että kaikki ruuvit ovat tiukasti kiristettyjä käyttäen ruuvimeisseliä.
- Katso trampoliinin alle ja varmista, että kaikki jouset ovat kiinnitetty tukevasti runkoon ja kolmiorenkaisiin.
- Liikuttale trampoliinia ja tarkista rungon tukevuus.
- Käyttäen kahta kättä, laita kehosi paino trampoliinin yhteen osioon ja vapauta tarkistaaksesi, että trampoliini on tasainen.
- Tarkista pehmusteet ja varmista, että ne peittävät jouset ja rungon täysin.
- Varmista, että pehmusteiden nauhat ovat sidottuja tukevasti.

Turvaverkon turvatarkastukset:

- Pitele turvaverkkoa ja varmista, että kaikki pylväät ovat tukevia ravistelemalla sitä.
- Tarkista turvaverkko ommelten tai materiaalin repeytymien varalta.
- Varmista, että turvaverkon vetoketju ja sisäänkäynnin koukut toimivat oikein.
- Tarkista, että kaikki turvaverkon koukut ovat kiinnitetty trampoliinin alla oleviin kolmiorenkaisiin.

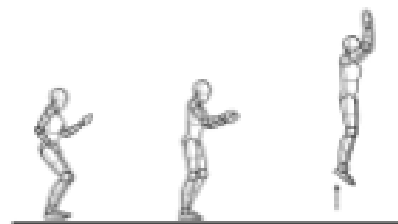
Kun kaikki tarkastukset on tehty ja trampoliini on läpäissyt kaikki testit (yllä), yksi henkilö voi testata trampoliinin hyppimällä sen keskellä 5 minuutin ajan. Jos trampoliini tuntuu tukevalta, se läpäisee testin. Onneksi olkoon, nyt olet suorittanut trampoliinin asennuksen! Muista noudattaa kaikkia turvallisuussääntöjä. Pidä hauskaa, leiki turvallisesti.

PERUSHYPPYTEKNIIKAT

On suositeltavaa, että kaikki trampoliinin käyttäjät ymmärtävät ja hiovat nämä perushyppyt.

PERUSHYPPY

- Aloita seisovasta asennosta, jalat olkapäiden leveydellä toisistaan, pää ja silmät kohdistettuna mattoon
- Keinuta käsiäsi eteen, ylös ja ympäri ympyräliikkeessä.
- Tuo jalat yhteen ilmassa ja osoita varpaat alaspäin.
- Pidä jalat olkapäiden leveydellä toisistaan matolle laskeutuessa.



JARRUTUSLIIKE

- Käyttäjä saattaa toisinaan menettää hyppynsä hallinnan. Jarrutusliikkeen suorittaminen sallii käyttäjän saada hyppynsä ja tasapainonsa takaisin hallintaan.
- Aloita perushyppyllä.
- Kun laskeudut, koukista polvesi jyrkästi, tämä sallii sinun pysäyttää hyppysi.



KÄSI JA POLVI -HYPPY

- Aloita matalalla perushyppyllä.
- Laskeudu käsillesi ja polvillesi, pitäen selkäsi suorana.
- Paino tulisi keskittää hyvään neljän pisteen laskuun, ei hyppykorkeuteen.



POLVIHYPPY

- Aloita matalalla perushyppyllä.
- Laskeudu polvillesi, pitäen selkäsi suorana. Vartalo pystyssä ja käytä käsiäsi ylläpitämään tasapainoasi.
- Hyppää takaisin perushyppiasentoon keinuttamalla kätesi ylös.



ISTUINHYPPY

- Laskeudu istuma-asentoon.
- Aseta kädet matolle lanteesi viereen.
- Palaudu takaisin seisoma-asentoon työntämällä käsilläsi.



**Maahantuoja / Importör:
Preeco Trading Oy
Aleksanterinkatu 26 A
15140 Lahti
info@preeco.fi**