



Használati útmutató

FROGGY Trambulin szett : Trambulin



Paraméterek:	IN 4522	IN 4523	IN 4524	IN 4525
Nagyság	6'(183cm)	8'(244cm)	10'(305cm)	12'(366cm)
Rugók	36 db	48 db	54 db	72 db
Lábak	3 db	3 db	3 db	4 db
Trambulin maximális terhelhetősége:	100 kg	100 kg	130 kg	150 kg

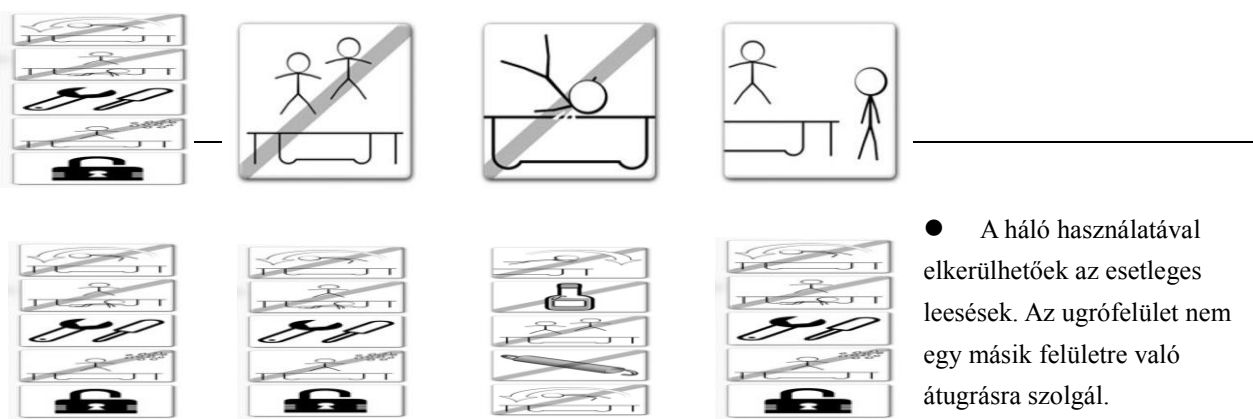
(H)

FIGY

ELMEZTETÉS: Figyelmessen olvassa el a mellékelt használati utasítást. A gyártó és az eladó nem felel semminemű sérülésért, amely

használat közben történik.

a tram
bulin



- A háló használatával elkerülhetőek az esetleges leesések. Az ugrófelület nem egy másik felületre való átugrásra szolgál.

1. ÁLTALÁNOS BIZTONSÁGI ELŐÍRÁSOK



A TRAMBULIN HASZNÁLATA ELŐTT KÉRJÜK FIGYELMESEN OLVASSA EL AZ EGÉSZ HASZNÁLATI UTASÍTÁST. Az előírt szabályok betartása megóvjja önt az esetleges balesetektől.

- MINDEN HASZNÁLAT ELŐTT ELLENŐRIZZE A TRAMBULIN ÁLLAPOTÁT: FŐKÉNT A CSAVAROKAT, A LAZULTAKAT HÚZZA BE, AZ UGRÁLÓFELÜLETET, A TRAMBULIN KERETÉT, RUGÓKAT, ÉS AZ EGÉSZ TRAMBULIN STABILITÁSÁT. HA BÁRMELYIK RÉSZ HIÁNYZIK, VAGY ELHASZNÁLÓDOTT, NE HASZNÁLJA A TRAMBULINT.

- A TRAMBULINT MINDIG A VÉDŐHÁLÓVAL EGYÜTT HASZNÁLJA.

- A trambulin sokkal magasabb ugrást tesz lehetővé, mint a sima talajon való ugrálás. Ezért javasoljuk először elsajátítani az ugrálás koordinációját.

- A trambulint sima felületre helyezze.
- Javasoljuk egy esést felfogó matrac elhelyezését a trambulin körül a földön.
- A trambulin körül biztosítson elegendő helyet. Faltól, kerítéstől, medencétől, fától, stb. távol helyezze el a trambulint.
- Tartsa tisztán a trambulin alatt és körül lévő helyet. Távolítson el minden veszélyesnek tűnő tárgyat. Ne helyezzen semmit a trambulinra.

- A TRAMBULINT EGYSZERRE CSAK EGY SZEMÉLY HASZNÁLHATJA.
- NE VÉGEZZEN SZALTÓT, ÁTFORDULÁST, CIGÁNYKEREKET.
- Csak felnőtt, jól informált személy felügyelete mellett használja a trambulint. A trambulint védje az őrizetlen használat elől. A létrát biztonságos helyen tárolja, ha nincs használatban.
- A felhasználó minden esetben felügyelet mellett legyen, kortól és ügyességtől függetlenül. A tulajdonos és felügyelő felelős a használókért és a trambulin helyes használatáért.
- Használjon megfelelő sportruházatot és zoknit. SOHA NE UGRÁLJON CIPŐBEN. Használat előtt távolítson el a zsebéből minden éles tárgyat, és ne legyen a kezében semmi.
- Biztosítson elég helyet a fej fölött, ajánlott min. 7,3 m a földtől. Győződjön meg róla, hogy a trambulin fölött nincs villanyvezeték, faág és egyéb veszély.
- Jól megvilágított helyen használja a trambulint, és csak a száraz felületen ugráljon. Ne használja nagy szélben.
- Ne használja a trambulint, ha személy vagy állat tartózkodik alatta.
- Ne használja a trambulint, ha alkoholt, drogot vagy gyógyszert fogyasztott.
- Semmilyen berendezés nem tudja tökéletesen biztosítani az ön biztonságát, a biztonságos játék az ön felelősége

2. ÁLTALÁNOS INFORMÁCIÓK A TRAMBULIN HASZNÁLATÁRÓL

- Fel és lemenetelkor legyen nagyon óvatos. Lemenetkor kapaszkodjon a keretbe és dőljön rá az ugrálófelületre. Majd lépjen le a földre. Kisgyermeknek segítséggel menjenek le és fel a trambulinra.
- Ne mászzon a trambulinra és az ugrálófelületre:
 1. összecsukott szerkezetnél
 2. közvetlen ugrással a földről vagy más felületről

Először
az



szokja meg
ugrófelület

rugalmasságát.

- Figyeljen a teste alpállására, majd elkezdheti az alapugrásokat.
- Először sajátítsa el

AZ UGRÁLÁST ENYHÉN BEHAJLÍTOTT TÉRDDEL TUDJA MEGÁLLÍTANI. A TÉRDÉT AKKOR HAJLÍTSA BE, MIKOR A TALPA MEGÉRINTI AZ UGRÁLÓFELÜLETET. (lásd. kép)

- Ugrálás közben a fejét tartsa egyenesen, a
- Az ugrálófelület közepén ugráljon. Ne ugráljon vagy lépjen a keretre (ill. a rugókra), nem az emberi testtömeg megtartására szolgál.
- SOHA NE CSINÁLJON CIGÁNYKEREKET VAGY SZALTÓT fejre vagy nyakra való esés komoly sérülést, bénulást vagy halált okozhat. Még akkor is, ha az ugrálófelület közepére esik.

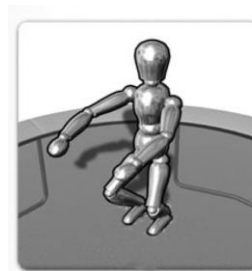
(pl. szék, asztal, tető, stb.)

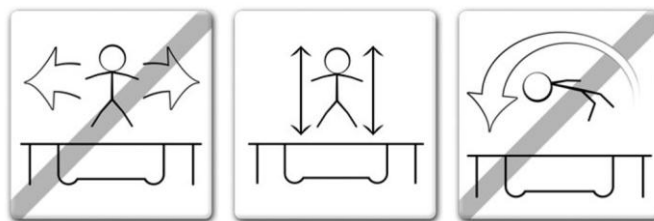
- Soha ne ugorjon le a trambulinról közvetlenül a földre vagy más felületre. Ne használja a trambulint ugródeszkeként.

az alappozíciót és az egyszerű ugrásokat. Ha már könnyedén és kontroláltan végzi, áttérhet a nehezebb ugrásokra.

- Kerülje a magas ugrásokat, amíg nem biztos önmagában. Gyakorolja a trambulin közepén való megállást. Az ellenőrzés fontosabb, mint a magasság.
- Az ellenőrzött ugrás az, mikor ugyan arra a helyre ugrik vissza, ahonnan elrugaszkodott. Ez főként az egyensúly elvesztésekor fontos.

trambulin szélét nézve.





● SOHA NE UGORJON A TRAMBULINRA, HA VALAKI OTT VAN, AZÉRT HOGY NAGYOBB MAGASSÁGOT ÉRJEN EL.

● Ne ugráljon sokáig egyidejűleg, kimerülhet és így növeli a baleset veszélyét.

3. POZÍCIÓK ÉS UGRÁSOK (nehézségi fokozat szerint)

● ALAPUGRÁS

1. Álljon a trambulín közepére, testsúlyát helyezze a lábujjára, csináljon kis terpeszt. Figyelje a trambulint.
2. Karjait lendítse előre, fel körkörös mozdulattal.
3. Felugráskor tegye össze lábait, a lábfejét

hajlítsa lefelé.

4. Leéréskor újra tegye lábait terpeszbe.

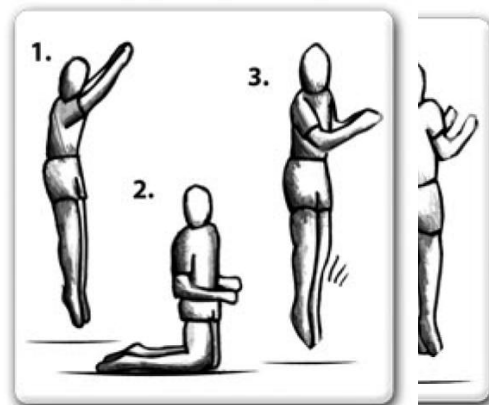


● TÉRDEN VALÓ UGRÁS

1. Kezdje az alapugrással. Ne ugorjon túl magasan.
2. Ugorjon a térdére (enyhe terpeszben) hátát tartsa egyenesen. Az egyensúly megtartására

használja a karjait.

3. Térjen vissza az alapugrásba, karlendítéssel.



mellé a trambulínra.

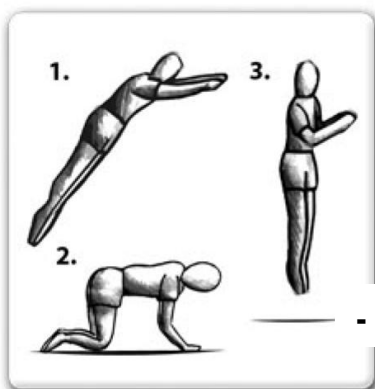
● UGRÁSOK ÜLVE

1. Kezdje az alapugrással. Ne ugorjon túl magasan.
2. Ugorjon ülőpozícióba lábait nyújtsa ki maga elé, hátát tartsa egyenesen. Karjait tegye törzse

3. Térjen vissza alapállásba behajlított karokkal.

● HALADÓ

1. Kezdje az
2. Ugorjon a ugrólófelülettel.
3. Térjen



UGRÁS

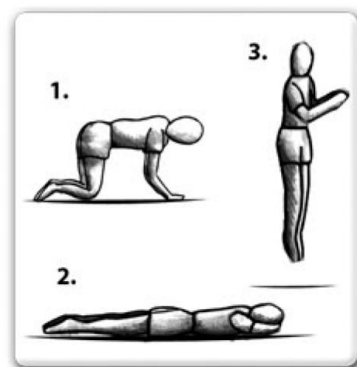
alpugrással. Ne ugorjon túl magasan.

térdére, kezét, hátát tartsa vízszintesen az

vissza alapállásba behajlított karokkal.

● HASRA UGRÁS 1

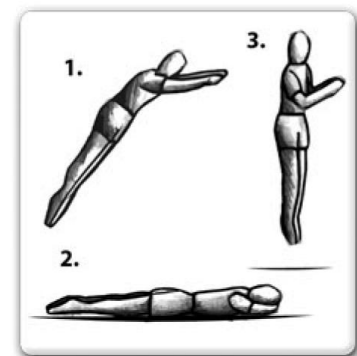
1. Kezdje az alap ill. haladó ugrással. Ne ugorjon túl magasan.
2. Essen a hasára(arcát lefelé), lábait nyújtsa ki, karjait nyújtsa ki, vagy tegye a feje alá. Egész teste egyidőben érintse az ugrólófelületet.
3. Térjen vissza az alapállásba behajlított karokkal.



● HASRA UGRÁS 2

1. Kezdje az alap ill. haladó ugrással. Ne ugorjon túl magasan.
2. Essen a hasára(arcát lefelé), lábait nyújtsa ki, karjait nyújtsa ki, vagy tegye a feje alá. Egész teste egyidőben érintse az ugrólófelületet.

3. Térjen vissza az alapállásba behajlított karokkal.



Több gyakorlat elsajátításáért lépjen kapcsolatba szakképzett edzővel.

4. INFORMÁCIÓK A TRAMBULIN ÖSSZESZERELÉSÉHEZ

- A trambulint csak felnőtt személy szerelheti össze.
- Az összeszereléshez két ember szükséges.
- Kérjük, szerelés előtt figyelmesen olvassa el az összeszerelési útmutatót.
- ELLENŐRIZZE AZ ALKATRÉSZEK LISTÁJÁT (táblázat lejjebb). EZ A LEÍRÁS A HASZNÁLATI UTASÍTÁSBAN MÉG TOVÁBB SZEREPEL.

- Győződjön meg róla, hogy az összes alkatrész megvan, amennyiben a lista hiányos, lépjen kapcsolatba eladójával.
- Az összeállításhoz szükség van egy speciális kampóra, mely a csomag tartozéka.
- **Kérjük használjon kesztyűt a becsípődések elkerülése végett.**

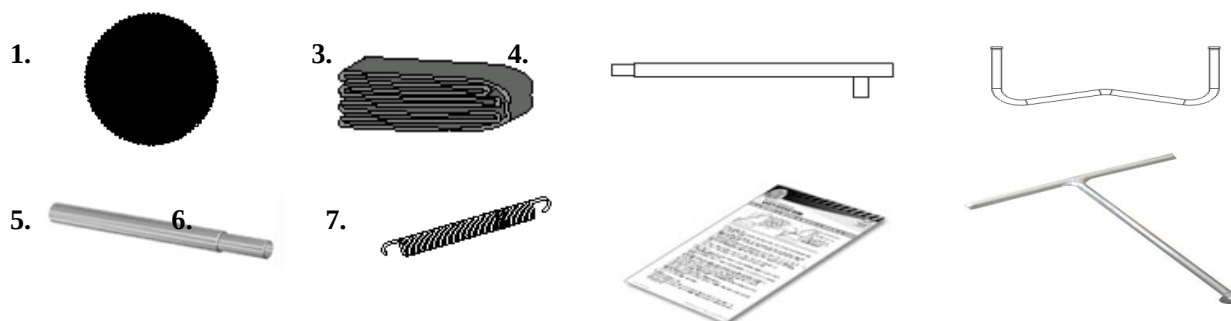
ALKATRÉSZEK LISTÁJA

Három vagy négy lábbal rendelkező trambulinhoz.
Válassza ki trambulinméretét.

Ref. szám	Alkatrész száma	Leírás	Egység	244 cm	305 cm	366 cm
1	TR800	Trampoline Mat, stitched with V-Rings / Ugrólófelület V-gyűrűkkel rögzítve	db	1	1	1
2	TR801	Frame Pad / Keret fedele	db	1	1	1

3	TR802	Top Rail with leg sockets / Felső rúd lábazati aljzattal	db	6	6	8
4	TR803	Leg Base / Láb alap	db	3	3	4
5	TR804	Vertical Leg Extension / Függőleges lábnyújtó	db	6	6	8
6	TR805	Springs / Rugók	db	48	54	72
7	TR806	Safety Instruction Placard / Biztonsági utasítás	db	1	1	1
8	TR807	Spring tool / Feszítőhorog	db	1	1	1

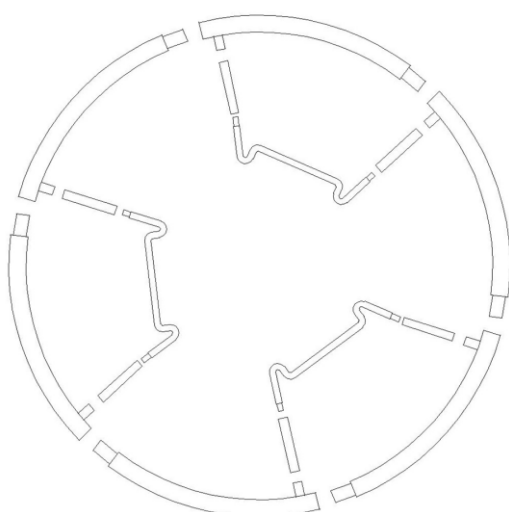
A technikai feltételek és a termék tulajdonságai adottak, de figyelmeztetés nélkül is történhet változtatás a felszerelésben, felhasználhatóságában, technikai feltételekben és külalakban.



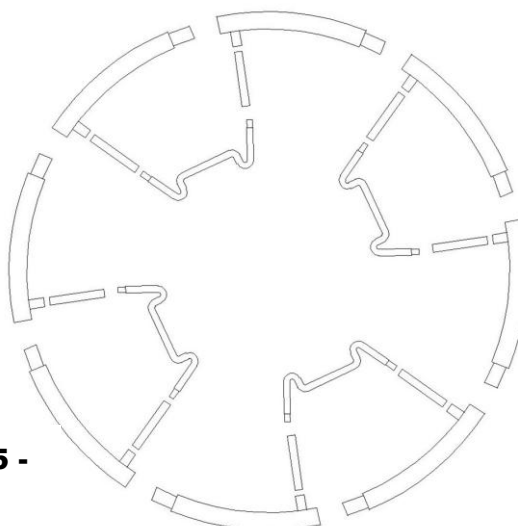
Megjegyzés:

Minden “Felsőrúd lábazati aljzat” univerzális. Összeállításánál mindegyiknek egyforma irányban kell kapcsolódnia.

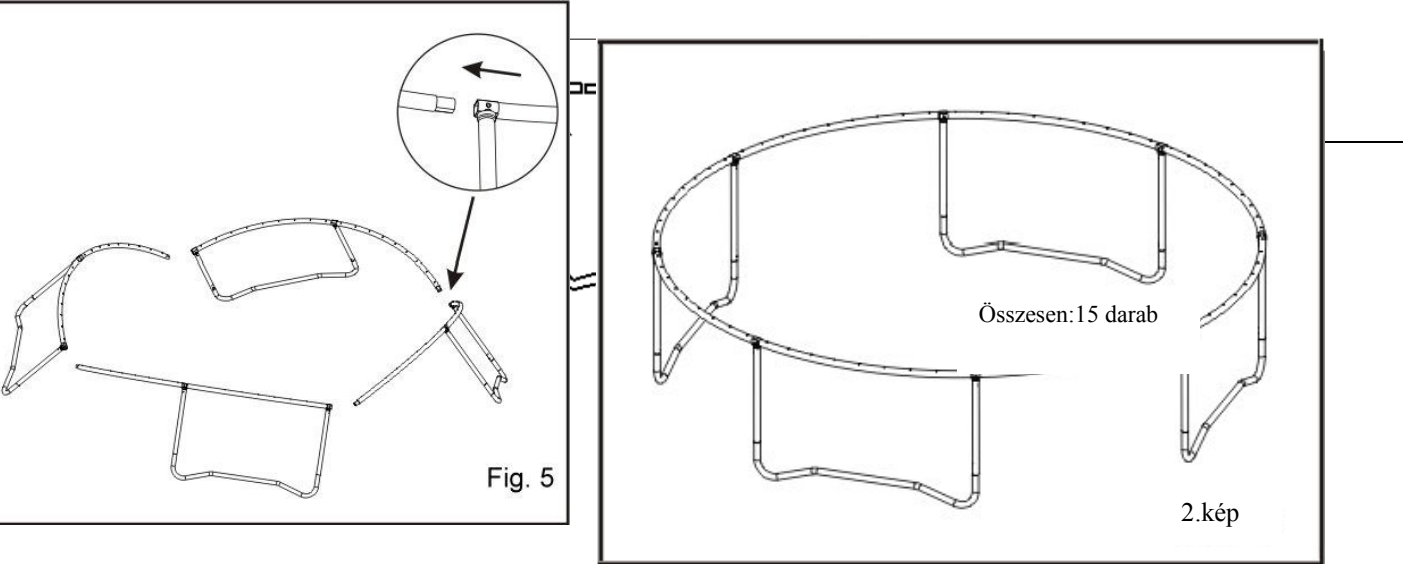
A keskenyebb részt egyszerűen helyezze a másik alkatrész szélesebb részébe. Ezt a csatlakoztatást összekötő pontnak nevezzük



➤
**305
tram
lább**



➤ **366 cm
trambulin (4
lábbal)**



1. LÉPÉS

Szerkezet összeszerelése.

A. Helyezze az összes függőleges lábnyújtót (5) a lábalapba (4).

5

4

B. Helyezze be a felső rudat lábazati aljzattal. (3).



C. Most fokozatosan állítsa fel körbe az egyes részeket vertikálisan (3). (lásd 2 kép).

2.lépés

Az ugrálófelület (1) és gyűrűk (6) szerelése.

FIGYELMEZTETÉS:



Legyen óvatós az ugrálófelület és a rugók rögzítésekor, mert a trambulín néha meghúzódik és a rugók becsíphetik az ujját.

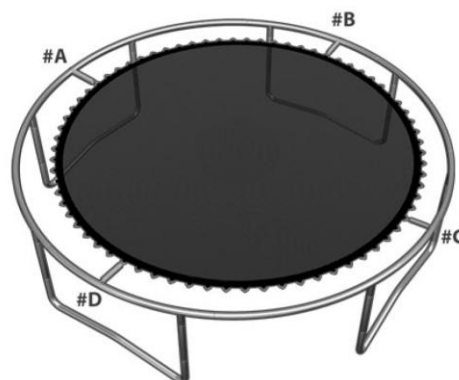
A. Terítse szét az ugrálófelületet (1) az összeszerelt keret közepén.



B. Rögzítse a rugókat (6) az ugrálófelülethez (1). A rugó egyik végét (a V-gyűrűnél) fogassa meg az ugrálófelülethez.

A rugókat a megfelelő számban, megfelelő helyre kell elhelyezni, hogy az ugrálófelület egyenletesen legyen kifeszítve.

Trambulín	#A	#B	#C	#D
244 cm	1	12	24	36
305 cm	1	14	28	42
366 cm	1	18	36	54



C. A feszítőhorog segítségével (8) rögzítse a rugókat a trambulín vázához. A „T” alakú feszítőhorgot fogja az ujjai közé.

A horog behajlított végével húzza a rugót, amíg eléri a keretet, majd helyezze be a rugót, a feszítőhorgot vegye ki. Ezt a folyamatot mindegyik

rugónál végezze el. Ha észleli, hogy kimaradt egy lyuk a kereten, vagy egy V-gyűrű az ugrálófelületen, számolja át, majd vegyen ki vagy tegyen hozzá rugót.

3.lépés

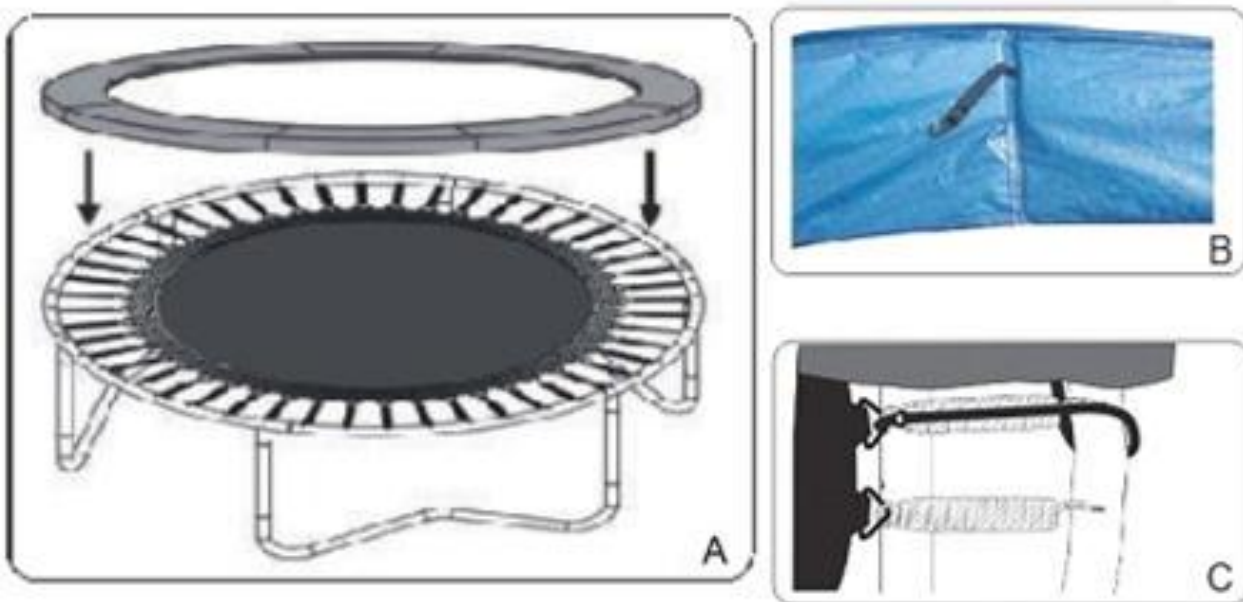
Helyezze el a biztonsági utasítást (7). Úgy akassza fe a trambulin keretéhez, hogy az utasítás ne essen le.

4.lépés

Keretfedél elhelyezése (2).

A. A keret fedelét úgy helyezze a trambulinra, hogy a rugók és a fémkeret teljes takarásban legyen.

B + C. Kösse a fedél alján lévő szalagokat a trambulin keretéhez.



4. KARBANTARTÁS ÉS VÉDELEM

- Hogy a trambulin sokáig hibamentesen használható legyen, tartsa be a fent leírt utasításokat.
- Rendszeresen ellenőrizze az alkatrészeket.
- Nagy szél esetén a trambulin tönkremehet, ezért helyezze zárt helyre, vagy szerelje szét.
- A biztonság érdekében ajánljuk rögzíteni a

trambulint három helyen. A felső részen is rögzítse, ne csak a lábknál, a rudak esetleges kihúzódása végett.

- A trambulin áthelyezéséhez legalább két ember szükséges. Megemeléskor tartsa vízszintesen. A csatlakozópontokat rögzítse védőszalaggal. Bonyolultabb áthelyezéskor tanácsos szétszerelni a

4. GARANCIÁLIS FELTÉTELEK

- A trambulínra a vásárlástól számított 24 hónapos jótállási idő érvényes.
- Ez idő alatt mindennemű gyártási hiba eltávolításra kerül, hogy a trambulín használható legyen.
- A garanciális feltételek nem érvényesek a következő esetekben: mechanikai rongálás, nem várt esemény (természeti katasztrófa), szakszerűtlen beavatkozás, helytelen használat vagy elhelyezés, magas vagy alacsony hőfok, vízhatás, nagy nyomás, tudatos alak és méretváltoztatás.
- A garancia érvényesítésére a lepecsételt számla szolgál.

Eladás dátuma:

Eladó bélyegzője és aláírása:

Forgalmazó:
Insportline Hungary Kft.
2500 Esztergom, Kossuth Lajos u. 65.
www.insportline.hu
tel./fax: 0633-313-242