

ZONEKIZ

IN231000338V01_ES

342-074V00_342-074V01

ES



*Adecuado para los niños de 3 a 6 años.

*Peso máximo: 50 kg.



Advertencia: No somos responsables de ninguna lesión causada por usar el trampolín.

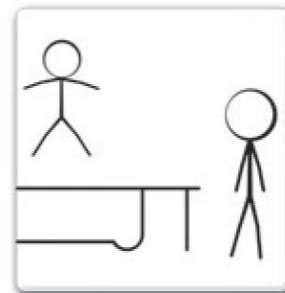
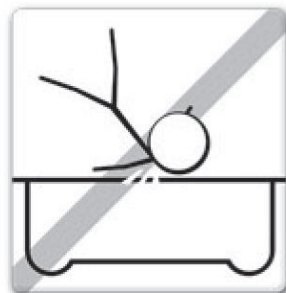
**IMPORTANTE - CONSERVE ESTA INFORMACIÓN
PARA SU CONSULTA POSTERIOR: LEER DETALLADAMENTE**

MANUAL DE INSTRUCCIONES

INSTRUCCIONES

ANTES DE EMPEZAR A USAR EL GRAN TRAMPOLÍN: *Lea y comprenda toda la información que se le proporciona en este manual.* Al igual que con todos los deportes y actividades físicas, existe el riesgo de que los participantes se lesionan. Para que usted pueda disfrutar el trampolín en futuro y no sufrir lesiones, asegúrese de seguir las reglas y consejos de seguridad adecuados.

- Siempre consulte a un médico antes de realizar cualquier tipo de actividad física.
- Siempre inspeccione el trampolín grande antes de usarlo, prestando atención específica a todos los pernos, el colchoneta y las almohadillas. No use el trampolín si faltan piezas o se muestra desgaste.
- Siempre use el cercado de seguridad provisto cuando usa el trampolín.
- Siempre asegúrese de que el trampolín sea usado por una sola persona a la vez.
- Cuando cualquier persona use el trampolín, siempre asegúrese de que lo utilice bajo la vigilancia directa de un adulto.
- Deje de hacer ejercicio inmediatamente si se siente mal o si siente dolor en las articulaciones y los músculos. El mareo es un signo de fatiga, si se siente mareado, debe dejar de rebotar y tumbarse en el suelo.
- Al usar este trampolín, debe usar ropa adecuada, preferiblemente ropa deportiva y calcetines. Nunca use zapatos en la colchoneta.
- Tenga en cuenta que el trampolín se basa en muelles y así permitirá al usuario saltar a una altura mayor, primero, asegúrese de que puede rebotar a una altura baja.
- Este manual incluye el montaje, cuidado y mantenimiento del producto, consejos de seguridad, advertencias y técnicas adecuadas para saltar en su trampolín, estos contenidos pueden proteger su seguridad y prolongar la vida útil del producto. Por lo tanto, todos los usuarios y supervisores deben familiarizarse con estas instrucciones. Cualquier persona que utilice el trampolín debe ser consciente de sus propias limitaciones y habilidades reales para usar este trampolín.
- El cercado de seguridad está allí para evitar que el usuario se caiga del trampolín, y no se debe saltar innecesariamente.
- El trampolín debe ser ensamblado sobre césped o esteras de seguridad aprobadas.



INFORMACIÓN SOBRE EL TRAMPOLÍN

● USO DEL TRAMPOLÍN

INICIALMENTE, debe acostumbrarse al trampolín y comprender cuántos resortes hay en cada rebote. El enfoque en esta fase debe controlar la posición del cuerpo y mejorar la técnica, hasta que cada habilidad se pueda cumplir y controlar fácilmente.



- **ANTES DE INTENTAR SALTAR MUY ALTO** Debe aprender la técnica para detenerse, ya que esto ayudará a prevenir lesiones si siente que está saltando fuera de control.
- Cuando el usuario aterriza en la cama, las rodillas deben ser dobladas para que se detengan y absorban el resorte en la colchoneta. La posición se muestra en la Imagen a la izquierda. Los brazos se sostienen para mantener mayor nivel de equilibrio.
- **Esta habilidad se usa cuando el usuario del trampolín desea dejar de rebotar en el trampolín debido a la fatiga, la pérdida de control, etc.**



VOLTERETA (FLIPS): NO HAGA cualquier tipo de volteretas (hacia atrás o hacia adelante) en este trampolín. Si comete un error al intentar realizar una voltereta, podría aterrizar sobre su cabeza o cuello. Esto aumentará posibilidades de que se rompa el cuello o la espalda, lo que podría causar en muerte o parálisis.



OBJETOS EXTRAÑOS: NO use el trampolín si hay mascotas, otras personas o cualquier objeto debajo del trampolín. Esto aumentará posibilidades de lesionarse, NO sostenga objetos extraños en la mano y NO coloque ningún objeto en el trampolín al usarlo. NO coloque el trampolín debajo de objetos colgantes como ramas de árboles, alambres, etc. porque esto aumentará posibilidades de lesionarse.



MAL MANTENIMIENTO DEL TRAMPOLÍN: El trampolín en mal estado aumentará su riesgo de lesionarse. Inspeccione el trampolín antes de cada uso para ver si hay tubos de acero doblados, alfombrillas rotas, resortes sueltos o rotos y inspeccione la estabilidad general del trampolín.

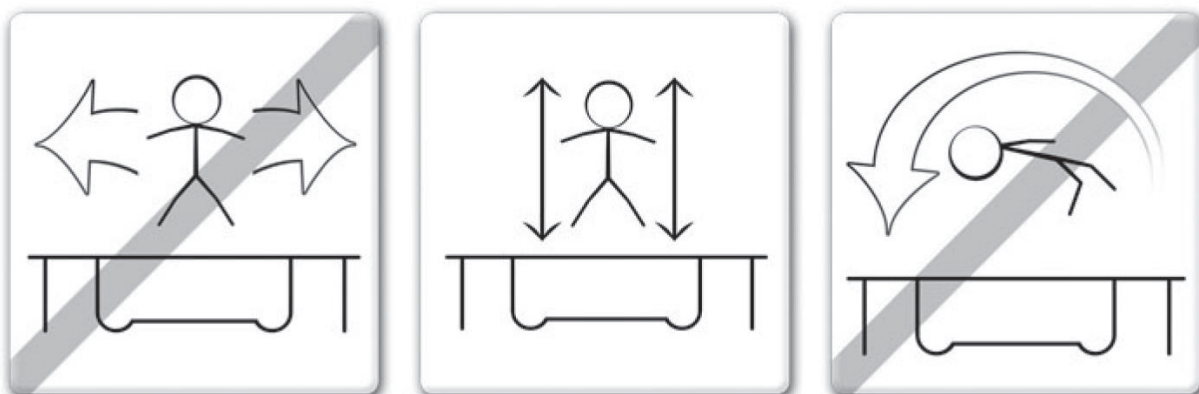


CONDICIONES CLIMÁTICAS: Tenga en cuenta las condiciones climáticas al usar el trampolín. Si el tapete del trampolín está mojado, el usuario podría resbalarse y lesionarse. Si hace demasiado viento, el usuario podría perder el control.



RESTRICCIÓN DE ACCESO: Cuando el trampolín no esté en uso, siempre guarde la escalera de acceso en un lugar seguro para que los niños sin supervisión no jueguen sobre el trampolín.

- **RIESGO DE ACCIDENTES**



Para reducir el riesgo de accidente, el "USUARIO DEL TRAMPOLÍN" debe:

- Siempre mantenga el control de sus saltos y la posición del cuerpo en todo momento.
- No intente realizar habilidades que estén más allá de su propio nivel de competencia.
- Lea y comprenda el salto lanzando y aterrizando en el centro del trampolín.
- Siempre controle su salto lanzando y aterrizando en el centro del trampolín.
- Siempre salte verticalmente y evite rebotar hacia los resortes en cualquier dirección.
- Siempre consulte a un instructor certificado de trampolín profesionalmente antes de intentar algo más allá de las técnicas básicas.

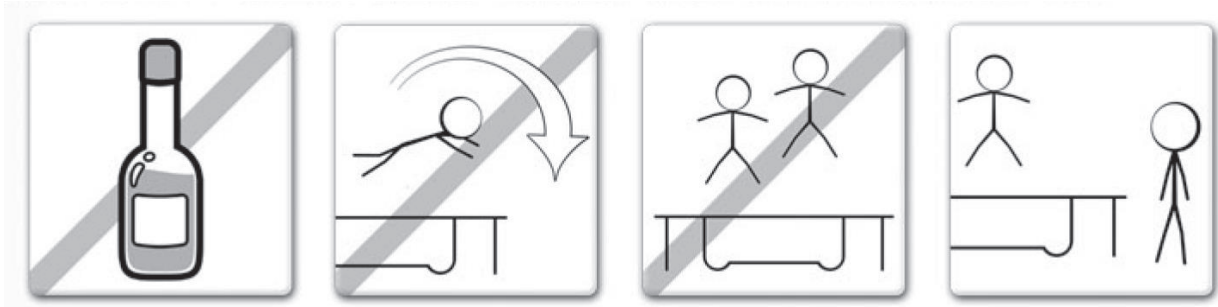
Para reducir el riesgo de accidente, el "**SUPERVISOR**" debe:

- Comprenda y aplique por completo todas las reglas y guías de seguridad.
- Para garantizar la seguridad del usuario del trampolín, avise al usuario del trampolín y ofrezca al usuario conocimiento sobre cómo hacer es correcto y cómo hacer es incorrecto.
- Tenga en cuenta y avise al usuario del trampolín de todas las advertencias de seguridad.

IMPORTANTE: Si el trampolín no se puede supervisar, debe tomar medidas para asegurar y evitar que cualquier persona use el producto hasta que haya supervisión disponible.

● INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD

PRECAUCIONES CONSULTIVAS AL UTILIZAR EL TRAMPOLÍN



- No utilice el trampolín si ha consumido alcohol o sustancias narcóticas.
- Debe subir y bajar del trampolín de manera controlada y cuidadosa. Nunca salte para subir o bajar del trampolín y nunca use el trampolín como un medio para rebotar a otro objeto.
- Siempre aprenda el rebote básico y domine cada tipo de rebote antes de intentar rebotes más difíciles. Revise la sección de habilidades básicas para aprender cómo hacer.
- Para detener el rebote, flexione las rodillas cuando aterrice de pie.
- Siempre mantenga el control cuando esté rebotando en el trampolín. Un salto controlado es cuando aterriza en el mismo lugar desde donde se lanza. Si en algún momento se siente fuera de control, deje de rebotar de forma inmediata.
- No salte ni rebote demasiado alto para varios saltos durante largo tiempo. Mantenga sus ojos en el tapete para mantener el control. Si no lo hace, podría perder el equilibrio.
- Nunca hay más de 1 persona en el trampolín a la vez.

PRECAUCIONES CONSULTIVAS AL SUPERVISAR EL TRAMPOLÍN

IMPORTANTE: Familiarícese con los saltos básicos y las reglas de seguridad. Para prevenir y reducir el riesgo de lesiones, asegúrese de que se cumplan todas las reglas de seguridad y que los nuevos usuarios aprendan los rebotes básicos antes de intentar técnicas más avanzadas.

- **TODOS LOS USUARIOS deben ser supervisados, no importa que son de cuál nivel de habilidad o qué edad tienen.**
- Nunca utilice el trampolín si está mojado, dañado, sucio o desgastado. El trampolín debe ser inspeccionado antes de cada uso.
- Mantenga todos los objetos que puedan interferir el uso del trampolín lejos durante todo momento. Tenga en cuenta lo que hay encima, debajo y alrededor del trampolín.
- Para evitar el uso sin supervisión y no autorizado, el trampolín debe estar protegido durante todo momento.

● CLASIFICACIÓN E IDENTIFICACIÓN



MONTAJE Y DESMONTAJE:

Tenga mucho cuidado al subir y bajar del trampolín. NO monte el trampolín agarrando la almohadilla del marco, pisando los muelles o saltando hasta la estera del trampolín desde un objeto (por ejemplo, una cubierta, techo o escalera), dichas acciones son altamente peligrosas. NO desmonte saltando del trampolín y aterrizando en el suelo. Si los niños pequeños juegan en el trampolín, es posible que los niños necesiten ayuda para subir y bajar.



CONSUMO DE ALCOHOL O DROGAS:

NO consuma alcohol ni tome drogas (*estos podrían afectar la coordinación de los usuarios*) cuando use el trampolín. Esto se considera altamente peligroso ya que estas sustancias extrañas perjudican sus juicios, el tiempo de reacción y la coordinación física general.



USUARIOS MÚLTIPLES:

Si hay múltiples usuarios (más de una persona en el trampolín a la vez), lo que aumenta la posibilidad de lesionarse. Las lesiones pueden ocurrir cuando vuela fuera del trampolín, pierde el control, choca con otros saltadores o aterriza en los muelles.



GOLPEAR AL MARCO DE RESORTE:

Cuando juegue en el trampolín, quédese en el centro del tapete del trampolín. Esto reducirá el riesgo de lesionarse al aterrizar en el marco del resorte. Mantenga siempre las almohadillas del marco que cubren el marco del trampolín. NO salte ni pise sobre la almohadilla del marco directamente, ya que no está destinado a soportar el peso de una persona.



PÉRDIDA DE CONTROL:

NO intente maniobras difíciles hasta que haya dominado lo básico. Si no sigue estas guías, aumenta el riesgo de que alguien se lesione.

INSTRUCCIONES DE MOVIMIENTO

- Asegúrese de que el trampolín esté colocado sobre una superficie nivelada. Las superficies irregulares pueden hacer que la estructura del trampolín se deforme.

- Asegúrese de que todos los tornillos que sujetan las juntas del marco del trampolín estén apretados firmemente y completamente antes de cargar los resortes.

Si no lo hace de manera correcta, el marco se deformará.

- Asegúrese de NO empujar las patas ni el marco del trampolín al cargar los resortes.

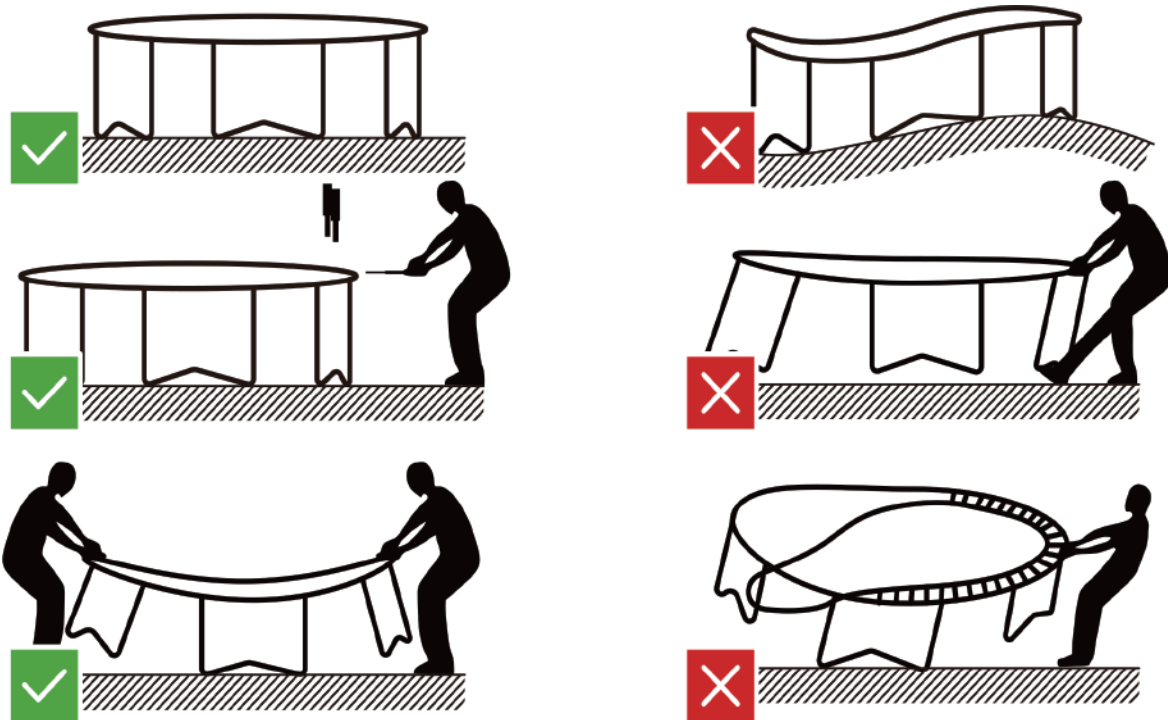
De lo contrario, podrá hacer que el trampolín se deforme.

- NO cargue los resortes en un solo lado del marco del trampolín. La distribución desigual de la tensión de los resortes hará que el marco se deforme.

- Si el marco del trampolín se deforma, no se preocupe, ya que está equipado con el sistema "Quad-lock (Bloqueo cuádruple)" para mantenerlo flexible. 2 personas empujan la parte del marco que se haya combado hacia abajo como lo que se muestra, el marco se nivelará nuevamente.

- Mover el trampolín. Si se necesita mover el trampolín y el cerramiento, se requieren al menos 2 personas. Cuando mueven el trampolín, deben mantenerlo en posición horizontal y levantarlo ligeramente. Cuando sea necesario, el trampolín y el cerramiento se pueden desmontar para mover. Para desmontar el trampolín, siga los pasos de montaje en orden inverso.

- Si se necesita mover el trampolín, se requieren al menos 2 personas. Todos los puntos de conexión deben ser envueltos con cinta resistente a la intemperie, por ejemplo, cinta adhesiva. Esto mantendrá el marco del trampolín intacto al moverlo y evitará que los puntos de conexión se desplacen y se separen. Al mover el trampolín, levántelo ligeramente del suelo y manténgalo horizontal al suelo. Para cualquier otro tipo de movimiento, se debe desmontar el trampolín.



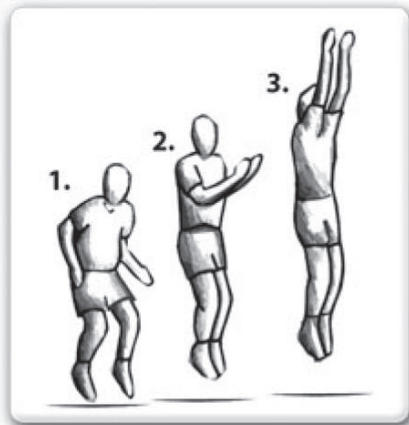
¡ADVERTENCIA!

Se requieren al menos 2 adultos en buen estado físico para realizar el montaje a continuación.

Use zapatos adecuados y mantenga el equilibrio para evitar una caída accidental. No seguir las instrucciones y advertencias exactamente puede causar lesiones muy graves.

● HABILIDADES BÁSICAS

HABILIDAD BÁSICA 1: El rebote básico



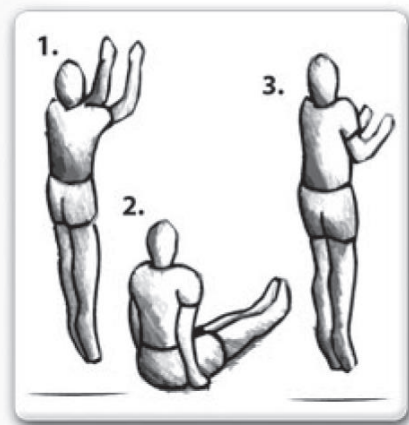
- Empiece desde una posición de estar de pie, mantenga los pies separados al ancho de los hombros, la cabeza hacia arriba y los ojos mirando hacia la cama elástica.
- Balancee los brazos hacia adelante y hacia arriba sobre la cabeza en forma circular.
- Junte las piernas y los pies en la posición " en el aire " y señale los dedos de los pies.
- Aterrice de nuevo en la estera con los pies separados al ancho de los hombros (igual que la postura de inicio).
- ¿Por qué no intentar pasar a la siguiente habilidad una vez que se parezca cómodo y competente hacerlo?

HABILIDAD BÁSICA 2: Rodilla Caída

- Empiece con un rebote básico bajo (como lo que se indica en HABILIDAD BÁSICA 1).
- Aterrice sobre las rodillas separadas al ancho de los hombros, manteniendo la espalda recta y usando los brazos hacia los lados o hacia adelante para mantener el equilibrio.
- Rebote a la postura básica de rebote usando el impulso de rebote y balanceando los brazos sobre la cabeza.
- Una vez llega a esta altura, intenta rebotar un poco más alto, pero siempre recuerda mantener el control de la altura que llega.



HABILIDAD BÁSICA 3: Caída del Asiento



- Empiece con un rebote básico bajo (HABILIDAD BÁSICA 1) en la posición normal.
- Aterrice con las piernas rectas, mantenga las manos a ambos lados de las caderas y la espalda recta.
- Use el impulso de rebote auxiliado con un empujón de las manos para volver a una postura de estar de pie.
- Una vez llega a esta altura, intenta rebotar un poco más alto, pero siempre recuerda mantener el control de la altura que llega.

IMPORTANTE: Consulte a un instructor de trampolín capacitado antes de intentar cualquier habilidad más avanzada para garantizar la seguridad más alta posible.

● HABILIDADES AVANZADAS

HABILIDAD AVANZADA 1: Rebote Básico



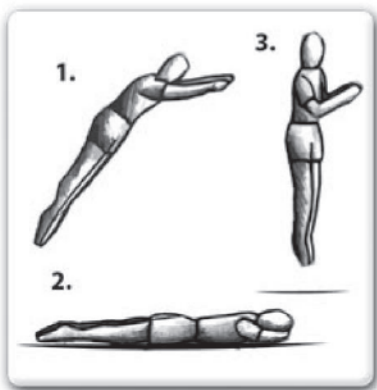
- Empiece con un rebote básico bajo (HABILIDAD BÁSICA1) en la posición normal.
- Aterrice con sus manos y rodillas al mismo tiempo, asegúrese de que la espalda esté horizontal a la estera de rebote y que las manos y piernas estén separadas al ancho de los hombros.
- Use el impulso de rebote y empuje las manos para volver a la postura de estar de pie.
- Una vez llega a esta altura, intenta rebotar un poco más alto, pero siempre recuerda mantener el control de la altura.
- Intente pasar a la siguiente habilidad una vez que se sienta cómodo y competente.

HABILIDAD AVANZADA 2: Manos y rodillas a la caída frontal

- Aterrice con sus manos y rodillas al mismo tiempo, asegúrese de que la espalda esté horizontal a la estera de rebote y que las manos y piernas estén separadas al ancho de los hombros también.
- Mantenga una postura con la espalda horizontal a la estera y estire las piernas detrás y doble los brazos frente a la cara en el aire para aterrizar sobre la estera en una postura de acostarse.
- Asegúrese de que el aterrizaje se realice con todo el cuerpo tocando la estera al mismo tiempo.
- Empuje las manos y regrese a la postura de estar de pie.
- Una vez llega a esta altura, intenta rebotar un poco más alto, pero siempre recuerda mantener el control de la altura. Intente pasar a la siguiente habilidad una vez que se sienta cómodo y competente.



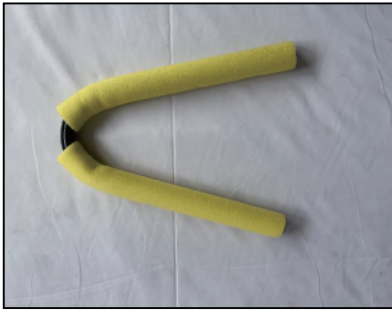
HABILIDAD AVANZADA 3: Caída Frontal



- Empiece con un rebote básico bajo (HABILIDAD BÁSICA 1) en la posición normal.
- Mantenga una postura con la espalda horizontal a la estera y estire las piernas detrás y doble los brazos frente a la cara en el aire para aterrizar sobre la estera en una postura de acostarse.
- Asegúrese de que el aterrizaje se realice con todo el cuerpo tocando la estera al mismo tiempo.
- Empuje las manos y regrese a la postura de estar de pie.
- Una vez llega esta altura, intente rebotar un poco más alto, pero siempre recuerda mantener el control de la altura.

IMPORTANTE: Si desea avanzar más y aprender técnicas más avanzadas para el trampolín, consulte a un instructor calificado y registrado.

Lista de piezas



1. Soporte en forma de V x 3



2. Barra transversal x 3



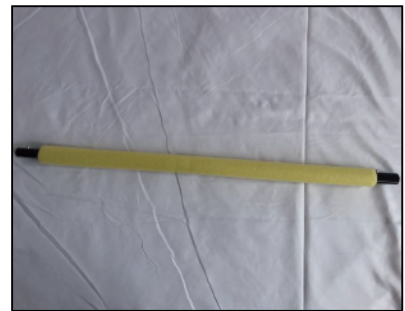
3. Cordón elástico x 30



4. Tubo en forma de U x 3



5. Cubierta protectora



6. Poste x 6



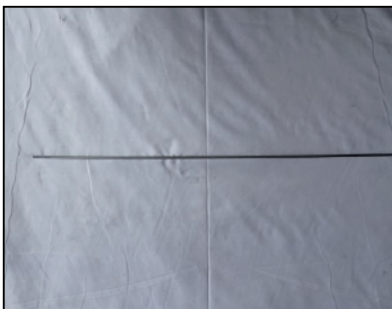
7. Tubo en espiral x 6



8. Tela de salto



9. Canasta



10. Alambre de hierro x 3

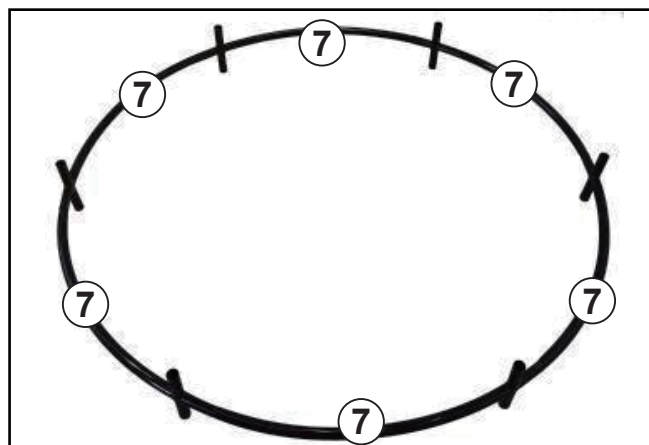
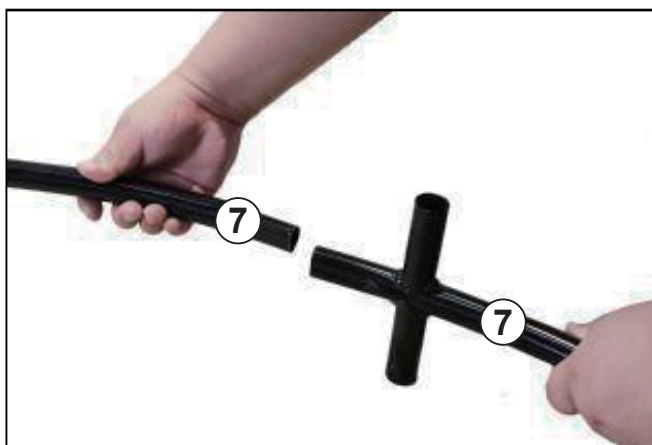


11. Tornillos x 3



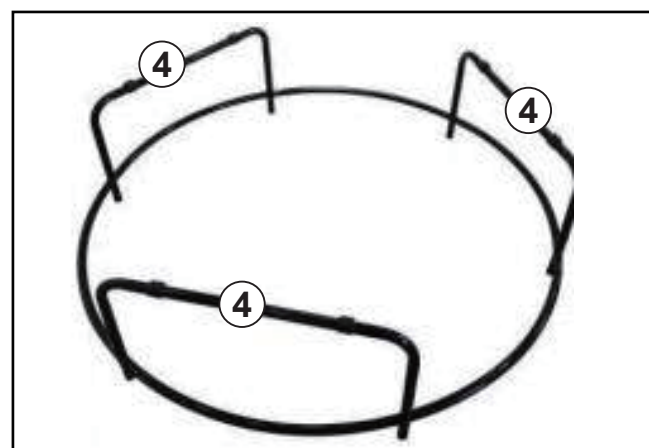
12. Llave hexagonal

Pasos de montaje

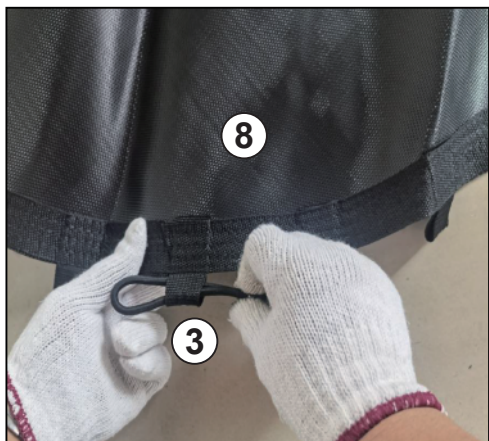


Paso 1: Montaje del marco

Une los seis tubos (7) en un círculo, presionándolos hacia adentro al conectar los dos últimos marcos para completar el montaje del trampolín. Nota: Se requieren dos adultos para montar este producto. Ten precaución con los bordes afilados para evitar daños accidentales.



Paso 2: Adjunta el tubo en forma de U (4) al agujero designado en el marco del trampolín. Al instalarlo, asegúrate de que los agujeros encajen correctamente en su lugar, esto evita que las patas se desprendan accidentalmente.



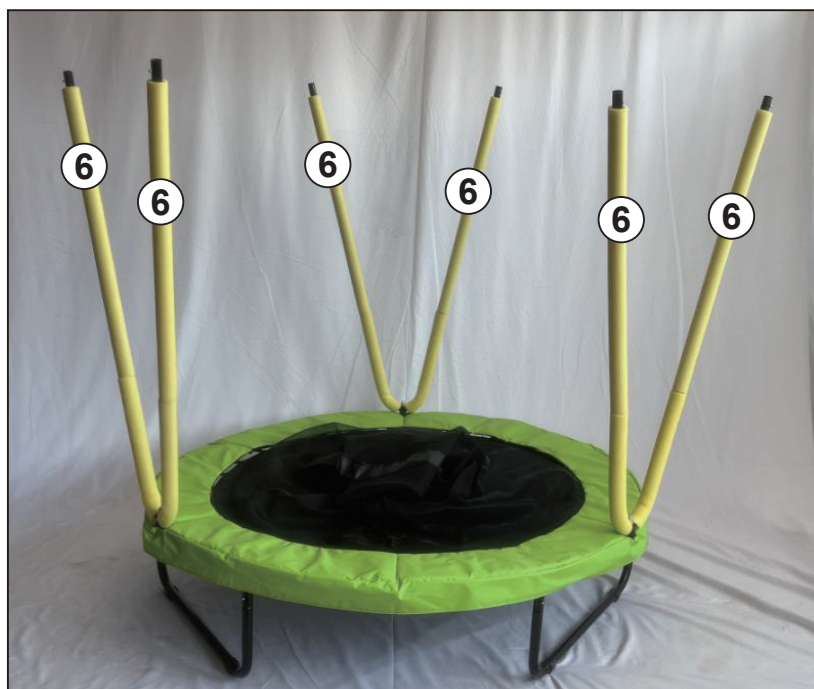
Paso 3: Montaje del tapete de salto y la cubierta protectora

Pasa el cordón elástico (3) a través del lazo en el paño de salto (8) y luego ajústalo al marco del trampolín. Coloca la cubierta protectora (5) sobre el trampolín, asegurándote de que los agujeros de la cubierta protectora coincidan con los agujeros de la superficie de salto.



Paso 4: Montaje de los postes en forma de V del trampolín

Inserta los tres soportes en forma de V (1) en los agujeros fijos del trampolín y luego ajústalos con el conjunto de tornillos (11). Nota: Los agujeros en las barras de los soportes en forma de V deben mirar hacia afuera.



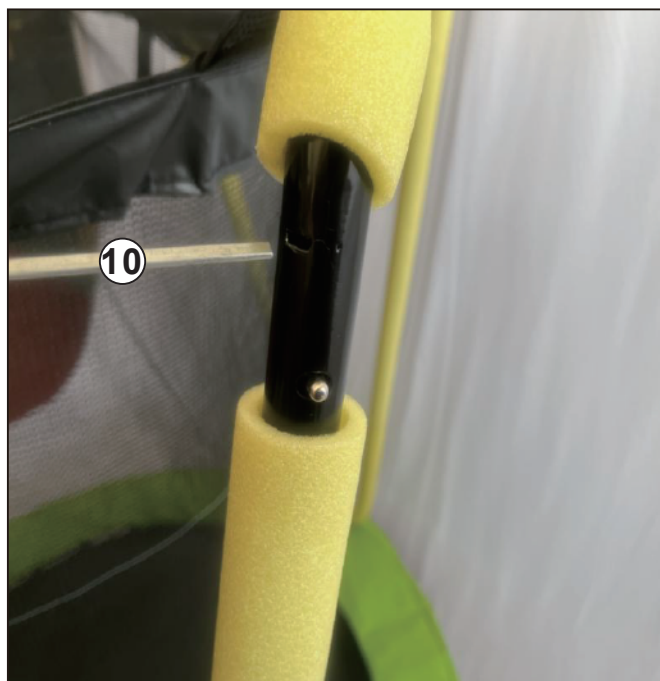
Paso 5: Montaje de los postes

Adjunta los postes (6) a los soportes en forma de V en secuencia.



Paso 6: Montaje de la barra horizontal

Pasa la barra horizontal (3) a través de la malla (asegúrate de que el agujero en la barra mire hacia afuera) para extender la malla, luego ajústala a los dos postes con la mayor distancia entre ellos.



Paso 7: Montaje del cable de hierro

Pasa el cable de hierro (10) a través de la malla y luego ajúntalo a los agujeros de las barras horizontales izquierda y derecha, de modo que el cable de hierro quede arqueado. Finalmente, coloca el aro de baloncesto en la barra horizontal de la malla. Ahora has completado el montaje del trampolín.

ZONEKIZ

IN231000338V01_EN

342-074V00_342-074V01

EN



*Suitable for children of 3-6 years old.
*Max weight: 50 kg.



Warning: We are not liable for any injuries that may occur when using the trampoline.

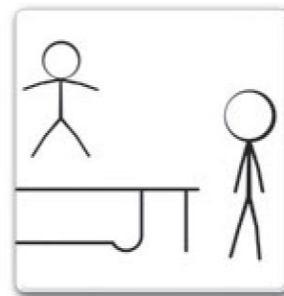
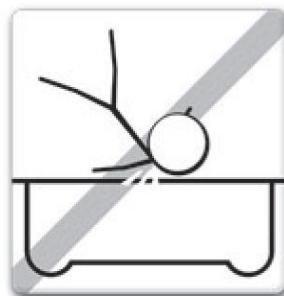
IMPORTANT, RETAIN FOR FUTURE REFERENCE: READ CAREFULLY

INSTRUCTION MANUAL

INSTRUCTIONS

BEFORE YOU BEGIN USING YOUR BIG TRAMPOLINE: *Read and understand all this information provided to you in this manual.* As with all physical sports and activities there is the risk of participants receiving an injury. To ensure your future enjoyment and the prevention of injury, be sure to follow appropriate safety rules and tips.

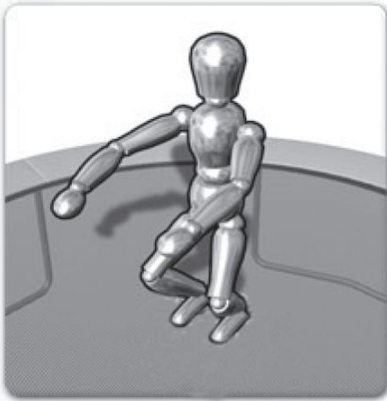
- always consult a doctor/physician before performing any kind of physical activity.
- always check your big trampoline before use, paying specific attention to all the bolts, jump mat and pads position. don't use if any parts are missing or look like they show wear and tear.
- always uses the provided safety enclosure when using the trampoline.
- always ensure that the trampoline is used by only one person at a time.
- always ensure that whenever the trampoline is used by anyone at any skill level that do so under supervision.
- stop exercising immediately should you feel unwell or if you feel pain in your joints and muscles. dizziness is a sign of fatigue and you should stop bouncing and lay down on the ground should you feel dizzy.
- when using this trampoline ensure appropriate clothing is worn, preferably sports wear and socks .never wear shoes on the mat.
- please be warned that trampoline is spring based and will allow the user to jump to a greater height than that on the ground, so please bear this in mind and ensure that you are comfortable bouncing at low heights first.
- proper assembly, care and maintenance of product, safety tips, warnings, and proper techniques for jumping on your trampoline are included in this manual for your safety and an extended product life span. all users and supervisors should therefore familiarize themselves with these instructions. anybody who chooses to use the trampoline must be aware of their own limitations with regards to performing skills on this trampoline.
- the safety enclosure is there to prevent the user falling off the trampoline, and is not to be jumped into unnecessarily.
- trampoline should be assembled on grass or bsi approved safety matting.



INFORMATION ON THE

● USE OF TRAMPOLINE

INITIALLY, you should get accustomed to your trampoline and understand how much spring is in each bounce .The focus at this point should be body position and technique until each skill can be completed with ease and control.



- **BEFORE YOU TRY TO JUMP TOO HIGH** the technique for stopping should be learnt as this will help prevent injury should you feel you are jumping out of control.
- As the user lands on the bed knees should be bent so that they stop and absorb the spring in the mat.The position is shown in the image to the left. Arms are held out for increased level of balance.
- **This skill is used when the trampoline user wishes to stop bouncing on the trampoline due to fatigue, loss of control, etc.**



SOMERSAULTS (FLIPS): DO NOT PERFORM somersaults of any type (backwards or forwards)on this trampoline.If you make a mistake when trying to perform a somersault ,you could land on your head or neck .This will increase your chances of your neck or back being broken ,which could result in death or paralysis



FOREIGN OBJECTS : DO NOT use the trampoline if there are pets ,other people ,or any objects underneath the trampoline .This will increase the chances of an injury occurring ,**DO NOT** hold any foreign objects in your hand and **DO NOT** place any objects on the trampoline while in use. **DO NOT** place the trampoline under over-hanging objects like tree branches, wires, etc as these will increase your chances of being injured.



POOR MAINTENANCE OF TRAMPOLINE: A trampoline in poor condition will increase your risk of being injured. Please inspect the trampoline before each use for bent steel tubes, torn mat, loose or broken springs and overall stability of the trampoline.

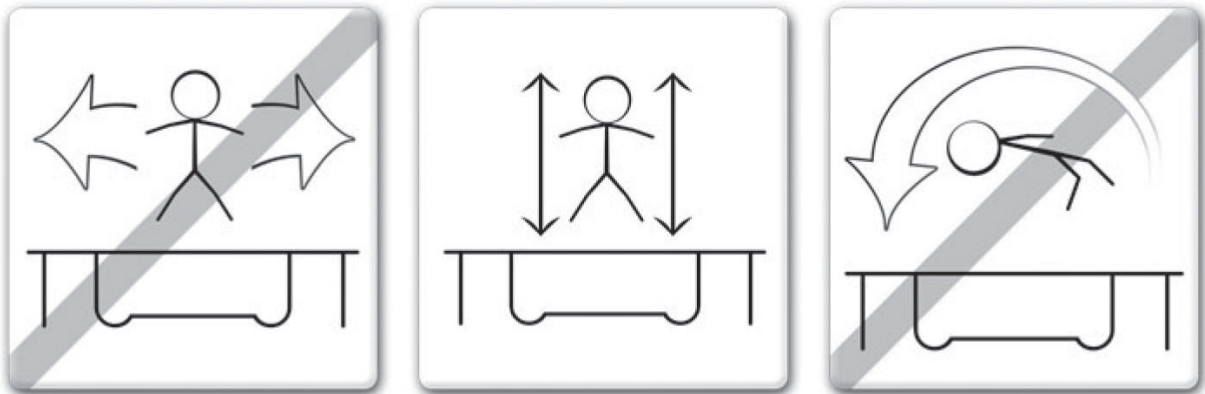


WEATHER CONDITIONS: Please be aware of the weather conditions when using the trampoline. If the mat of the trampoline is wet, the user could slip and injure himself /herself .If it is too windy, the user could lose control.



RESTRICTING ACCESS: When the trampoline is not in use, always store the access ladder in a secure place so that unsupervised children can not play on the trampoline.

- **RISK OF ACCIDENTS**



In order to reduce the risk of accident the "TRAMPOLINE USER" should:

- Always remain in control of their jumps and body position at all times.
- Not attempt to perform skills that are beyond their own level of competence.
- Read and understand the jump by taking off and landing in the middle of the trampoline.
- Always control their jump by taking off and landing in the middle of the trampoline.
- Always jump vertically and refrain from bouncing towards the springs in any direction.
- Always consult a professionally certified trampoline instructor before attempting anything beyond basic techniques.

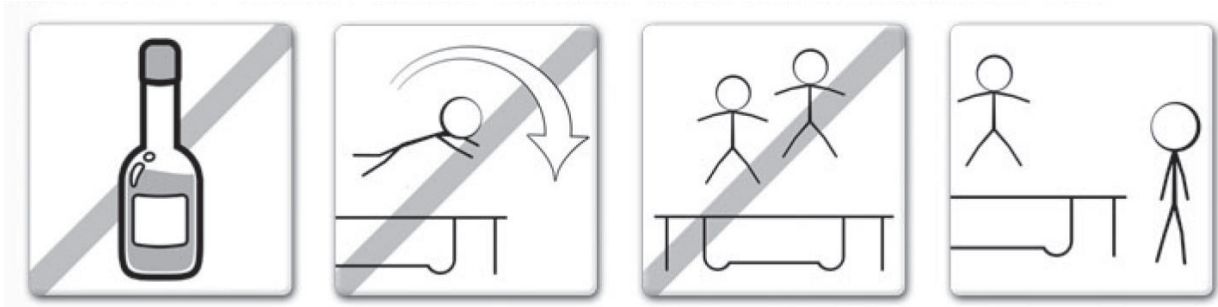
In order to reduce the risk of accident the "**SUPERVISOR**" should:

- Fully understand and enforce all the safety rules and guidelines.
- Advise the trampoline user and provide knowledge in what they are doing right and wrong to ensure the safety of trampoline user.
- Be aware and advise the trampoline user of all the safety warnings.

IMPORTANT: If the Trampoline can not be supervised there should be a method for securing it and preventing anyone from using the product until supervision is available.

- **SAFETY INSTRUCTIONS**

ADVISORY PRECAUTIONS WHILST USING THE TRAMPOLINE



- Do not use trampoline if you have consumed alcohol or narcotic substances
- You should climb on and off the trampoline in a controlled and careful manner. Never jump onto or off the trampoline and never use the trampoline as a means to bounce onto or into another object.
- Always learn the basic bounce and master each type of bounce before trying more difficult types of bounces .Review the basic skills section to learn how to do the basics.
- To stop your bounce, flex your knees when you land on your feet.
- Always be in control when you are bouncing on the trampoline. A controlled jump is when you land at the same spot that you took off from. If at any time you feel out of control, stop bouncing immediately.
- Do not jump or bounce for prolonged periods of time or too high for a number of jumps. Keep your eyes on the mat to maintain control. If you do not, you could lose your balance.
- Never have more than 1 person on the trampoline at any one time.

ADVISORY PRECAUTIONS WHILST SUPERVISING TRAMPOLINE

IMPORTANT: Familiarise yourself with the basic jumps and safety rules .To prevent and reduce the risk of injuries, ensure that all safety rules are enforced and the new users learn the basic bounces before trying more advanced techniques .

- **ALL USERS need to be supervised, regardless of skill level or age.**
- Never use the trampoline when it is wet, damaged, dirty or worn out. The trampoline should be inspected before use.
- Keep all objects that could interfere during use away from the trampoline at all times. Be aware of what is overhead, underneath and around the trampoline.
- To prevent unsupervised and unauthorized use, the trampoline should be secured at all time.

- **CLASSIFICATION & IDENTIFICATION**



MOUNTING AND DISMOUNTING:

Be very careful when getting on and off the trampoline. DO NOT mount the trampoline by grabbing the frame pad, stepping onto the springs or by jumping onto the mat of the trampoline from an object(eg. A deck, roof ,or ladder).This is considered highly dangerous. DO NOT dismount by jumping off the trampoline and landing on the ground. If small children are playing on the trampoline, they may need help in mounting and dismounting.



USE OF ALCOHOL OR DRUGS:

DO NOT consume any alcohol or take any drugs (*this includes medication that could affect the users co-ordination*) when using this trampoline. This is considered highly dangerous since these foreign substances impair your judgements, reaction time and overall physical co-ordination.



MULTIPLE USERS:

If you have multiple users (more than one person on the trampoline at any one time), you increase the chance of being injured. Injuries can occur when you fly off the trampoline, lose control, collide with other jumper(s), or land on the springs .



STRIKING THE SPRING FRAME:

When playing on the trampoline, STAY in the centre of the trampoline mat. This will reduce the risk of being injured by landing on the spring frame. Always keep the frame pads covering the frame of the trampoline. DO NOT jump or step onto the frame pad directly since it is not intended to support the weight of a person.

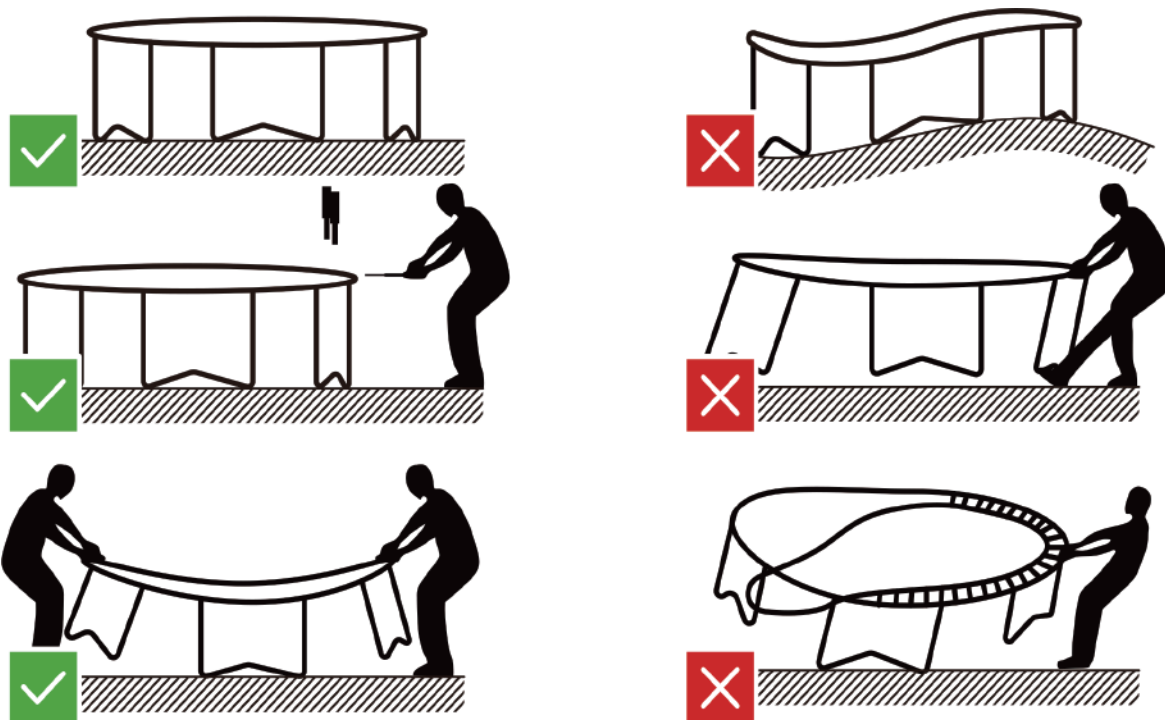


LOSS OF CONTROL:

DO NOT try difficult maneuvers until you have mastered the basics. If you do not follow these guidelines, you increase the risk of someone being injured.

● MOVING INSTRUCTIONS

- Make sure the trampoline is placed on level ground. Uneven ground surfaces may cause the trampoline frame to warp.
- Make sure that all bolts holding the frame joints are tightened completely before installing the springs. Failure to do this properly will cause the frame to warp.
- Make sure NOT to use one's leg to push against the trampoline leg or frame when loading the springs. It will cause the trampoline to warp.
- DO NOT load the springs onto the frame on only one side of the trampoline. Uneven distribution of tension from the springs will cause the frame to warp.
- If the trampoline frame warps up, do not be alarmed as the "Quad-lock" system is designed to be flexible. Push down on the part of the frame that warped with two people as shown. The frame will level out.
- Moving trampoline. If the trampoline and enclosure needs to be moved, it should be moved by two persons at least, kept horizontal, and lifted slightly. If necessary, the trampoline and enclosure can be taken for moving. To take the trampoline apart, follow the assembly steps in reverse order.
- If you need to move the trampoline, two people should be used at least. All connector points should be wrapped secured with weather resistant tape, such as duct tape. This will keep the frame intact during the move and prevent the connector points from dislocating and separating. When moving, lift the trampoline slightly of the ground and keep it horizontal to the ground. For any type of other move, you should disassemble the trampoline.

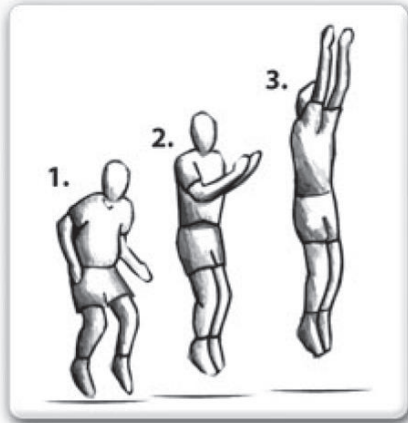


WARNING!

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

● BASIC SKILLS

BASIC SKILL 1: The Basic Bounce



- Start from a standing position, with feet shoulder width apart head up and eyes on the trampoline bed.
- Swing arms forward and up above head in a circular motion.
- Bring legs and feet together in " mid-air " position and point toes.
- Land back on the mat with feet shoulder width apart (same as start position).
- Why not try moving onto the next skill once comfortable and proficient.

BASIC SKILL 2: The Knee Drop

- Start with a low basic bounce (as detailed in BASIC SKILL 1).
- Land on knees shoulder width apart, keeping back straight and a strong body position using arms out to the side or in front to maintain balance.
- Bounce back to basic bounce position by using bounce momentum and swinging arms above head.
- Once mastered at this height try bouncing a little higher, but remember to always stay in control of your height.



BASIC SKILL 3: The Seat Drop



- Start with a low basic bounce (BASIC SKILL 1) in the normal
- Land with legs out straight in front of you, with hands either side of your hips and back straight in a strong body position.
- Use the bounce momentum aided with a push from hands to return to a standing position.
- Once mastered at this height try bouncing a little higher, but remember to always stay in control of your height.

IMPORTANT: Please consult a trained trampoline instructor before attempting any more advanced skills to ensure highest possible safety levels are maintained.

● ADVANCED SKILLS

ADVANCED SKILL 1: The Basic Bounce



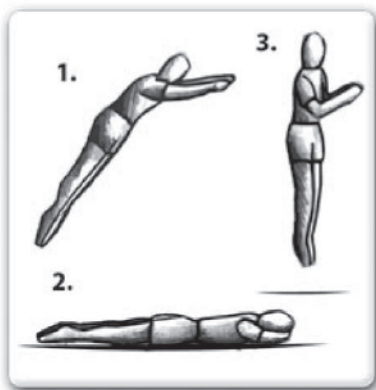
- Start with a low basic bounce (BASIC SKILL 1) in the normal position.
- Land on your hands and knees at the same time, ensure that back is horizontal to the bounce mat and hands & legs are shoulder width apart also.
- Use the momentum of bounce and push off hands to regain the standing position.
- Once mastered at this height try bouncing a little higher, but remember to always stay in control of your height.
- Try moving onto the next skill once comfortable and proficient.

ADVANCED SKILL 2: Hands and Knees to Front Drop

- Land on your hands and knees at the same time, ensure the back is horizontal to the bounce mat and hands & legs are shoulder width apart also.
- Maintain strong body position with back horizontal to mat and straighten legs behind and fold arms in front of face in mid-air ready to land on the mat in a lying down position.
- Ensure the landing is done with all of body touching the mat at same time.
- Push off hands and recover the standing position.
- Once mastered at this height try bouncing a little higher, but remember to always stay in control of your height. Trying moving onto the next skill once comfortable and proficient.



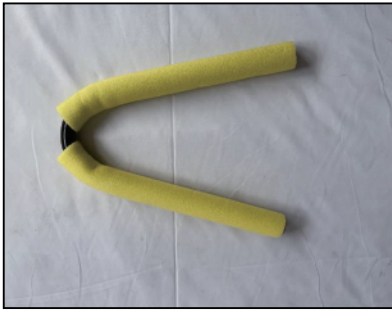
ADVANCE SKILL 3: The Front Drop



- Start with a low basic bounce (BASIC SKILL 1) in the normal position.
- Maintain strong body position with back horizontal to mat and straighten legs behind and fold arms in front of face in mid-air ready to land on the mat in a lying down position.
- Ensure the landing is done with all of body touching the mat at the same time.
- Push off hands and recover the standing position.
- Once mastered at this height try bouncing a little higher, but remember to always stay in control of your height.

IMPORTANT: Should you wish to progress any further and learn more advanced techniques for trampoline, please consult a qualified and registered instructor.

Parts List



1. V-bracket X3



2. Cross bar X3



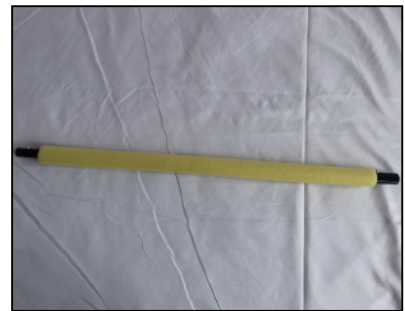
3. Elastic cord X30



4. U-shaped tube X3



5. Protective cover X1



6. Pole X6



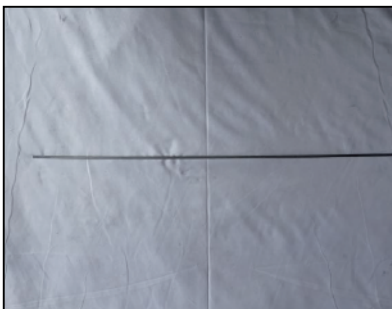
7. Coil pipe X6



8. Jumping cloth X1



9. Basketball hoop X1



10. Iron wire X3

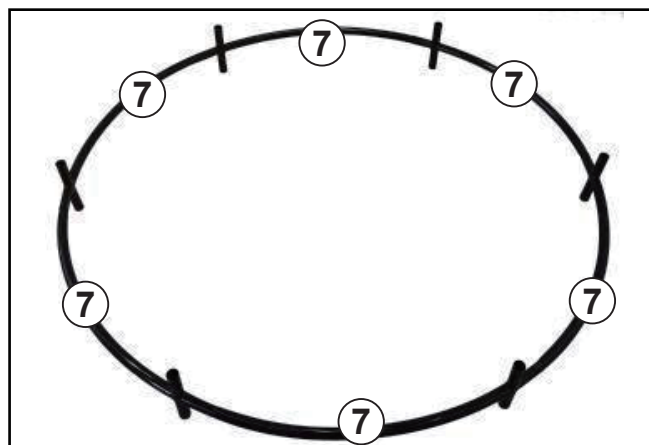
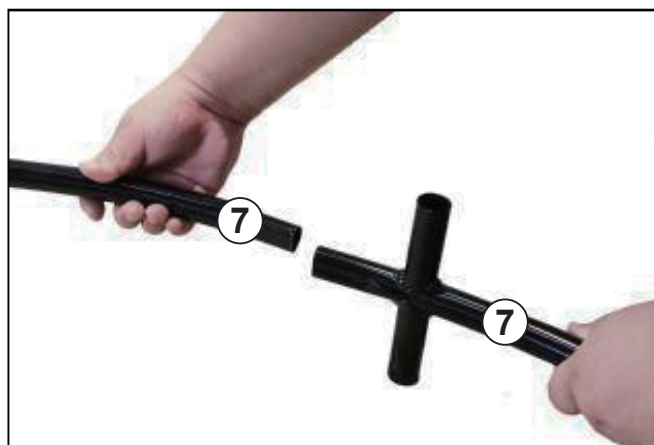


11. Screw assembly X3

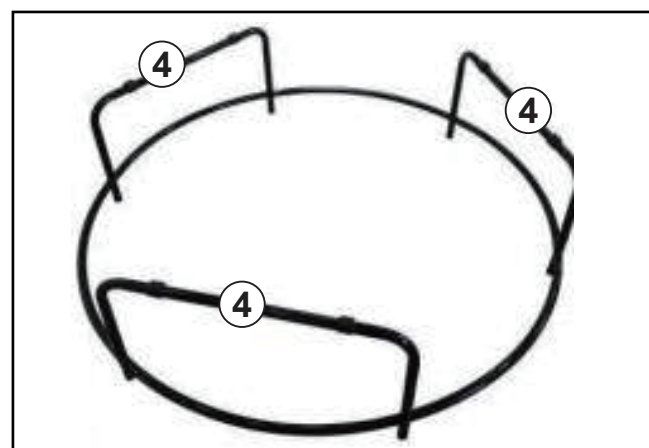


12. Inner hexagon.
Hex wrench X1

Assembly steps



Step 1: Assemble the Trampoline Frame Please connect the 6 ring tubes of the (7) accessory into a circle, and press inward when connecting the last 2 frames, so that the trampoline connection is completed. Note: When assembling, two adults are required to install at the same time, and attention should be paid to the sharp edges to avoid scratches.



Step 2:

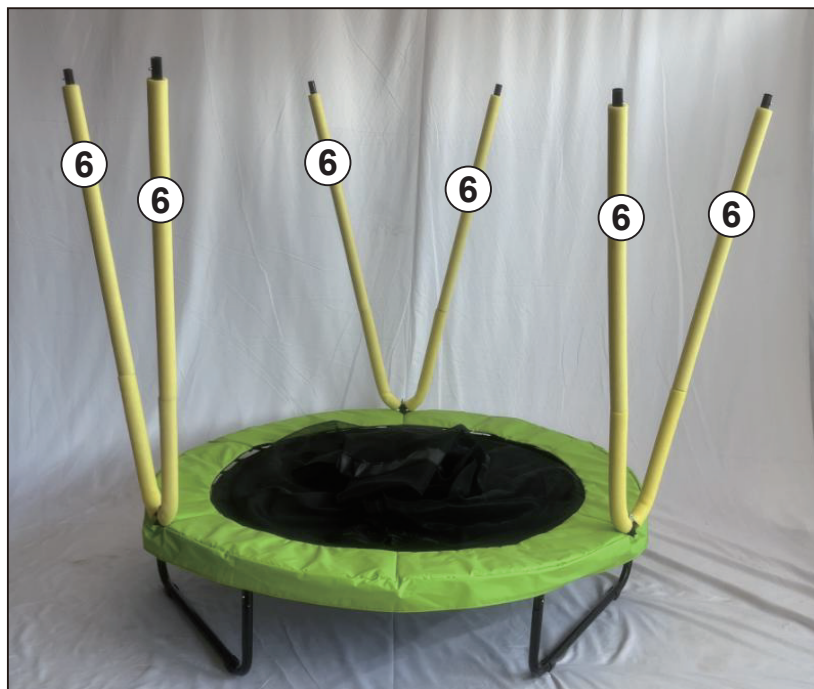
Please install the No. (4) accessory U-shaped leg tube to the corresponding hole on the trampoline frame. (When installing, pay attention to the corresponding hole snaps to prevent the snaps from being stuck. The legs fall off



Step 3: Install Jump Cloth and Protective Cover Please pass the elastic cord of accessory (3) through the tie on the jumping cloth of accessory (8) and fix it on the trampoline frame, then put the protective cover of accessory (5) on the trampoline, the holes on the protective cover are aligned with the holes on the bed,



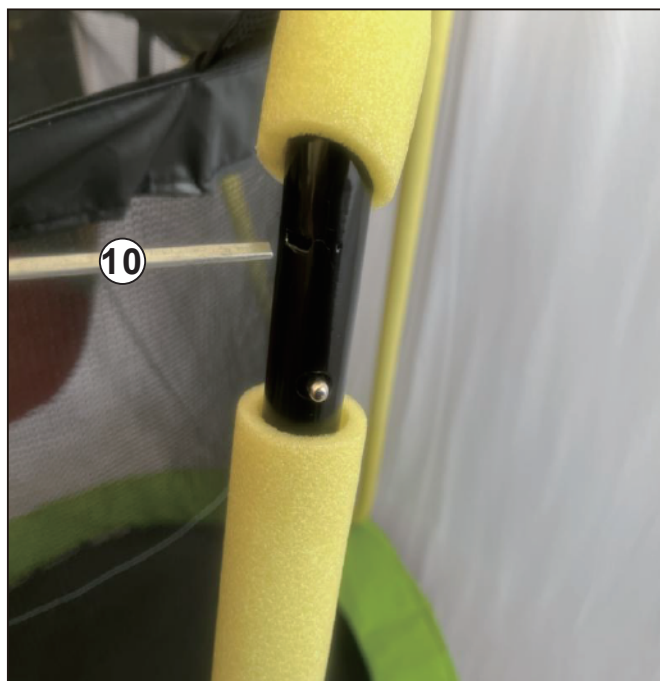
Step 4: Install Trampoline V-Bracket Pole Please insert the 3 V-shaped brackets of No. (1) accessories into the fixed holes of the trampoline in turn, and fix and tighten them with the screw assembly No. (11). Note that the holes on the V-shaped bracket rods face outward.



Step 5: Install the Pole Please fix the No. (6) accessory poles on the V-shaped brackets in sequence.



Step 6: Install the Crossbar Please pass the horizontal bar of accessory (3) through the mesh (the hole of the horizontal bar faces outward) to spread the mesh, and fix it on the two poles with the widest distance.



Step 7: Install the iron Wire

Please pass the (10) accessory iron wire through the mesh, and fix it on the holes of the left and right horizontal bars, so that the iron wire is arched, and finally fix the basketball hoop on the horizontal bar in the mesh, and the trampoline installation is completed.

UK

If you have any questions, please contact our customer care center.

Our contact details are below:



0044-800-240-4004



enquiries@mhstar.co.uk

IMPORTER ADDRESS:

MH STAR UK LTD

Unit 27, Perivale Park,
Horsenden lane South

Perivale, UB6 7RH

MADE IN CHINA

ES

Si tiene alguna pregunta, comuníquese con nuestro Centro de Atención al Cliente. Nuestros datos de contacto son los siguientes:



0034-931294512



atencioncliente@aosom.es

IMPORTADOR:

SPANISH AOSOM, S.L.

C/ ROC GROS, N° 15. 08550, ELS HOSTALETS DE
BALENYÀ, SPAIN.

B66295775

WWW.AOSOM.ES

ATENCIONCLIENTE@AOSOM.ES

TEL: 931294512

HECHO EN CHINA

FR

Si vous avez la moindre question, veuillez contacter notre centre d'assistance à la clientèle.

Nos coordonnées sont les suivantes:



0033-1-84166106



aosom@mhfrance.fr

Importé par:

MH France

2, rue Maurice Hartmann

92130 Issy-les-Moulineaux

France

Fabriqué en Chine

PT

Se tiver alguma dúvida, por favor contacte o nosso Centro de Atendimento ao Cliente. Os nossos dados de contacto são os seguintes:



0034-931294512



info@aosom.pt.

IMPORTADOR:

SPANISH AOSOM, S.L

C.ROC GROS N.15, 08550. ELS HOSTALETS DE BALENYÀ

TEL: 931294512 (SEG-SEX DAS 7:30H ÀS 16:30H)

INFO@AOSOM.PT

WWW.AOSOM.PT

DE

Wenn Sie Fragen haben, wenden Sie sich bitte an unser Kundendienstzentrum.

Unsere Kontaktdaten stehen unten:



0049-0(40)-88307530



service@aosom.de

ADRESSE DES IMPORTEURE:

MH Handel GmbH

Wendenstraße 309

D-20537 Hamburg

Germany

IN CHINA HERGESTELLT

IT

In caso di dubbio, si prega di contattare il nostro centro assistenza clienti. I nostri dettagli di contatto sono di seguito:



0039-0249471447



clienti@aosom.it

IMPORTATO DA:

AOSOM Italy srl

Centro Direzionale Milanofiori

Strada 1 Palazzo F1

20057 Assago (MI)

P.I.: 08567220960

FATTO IN CINA