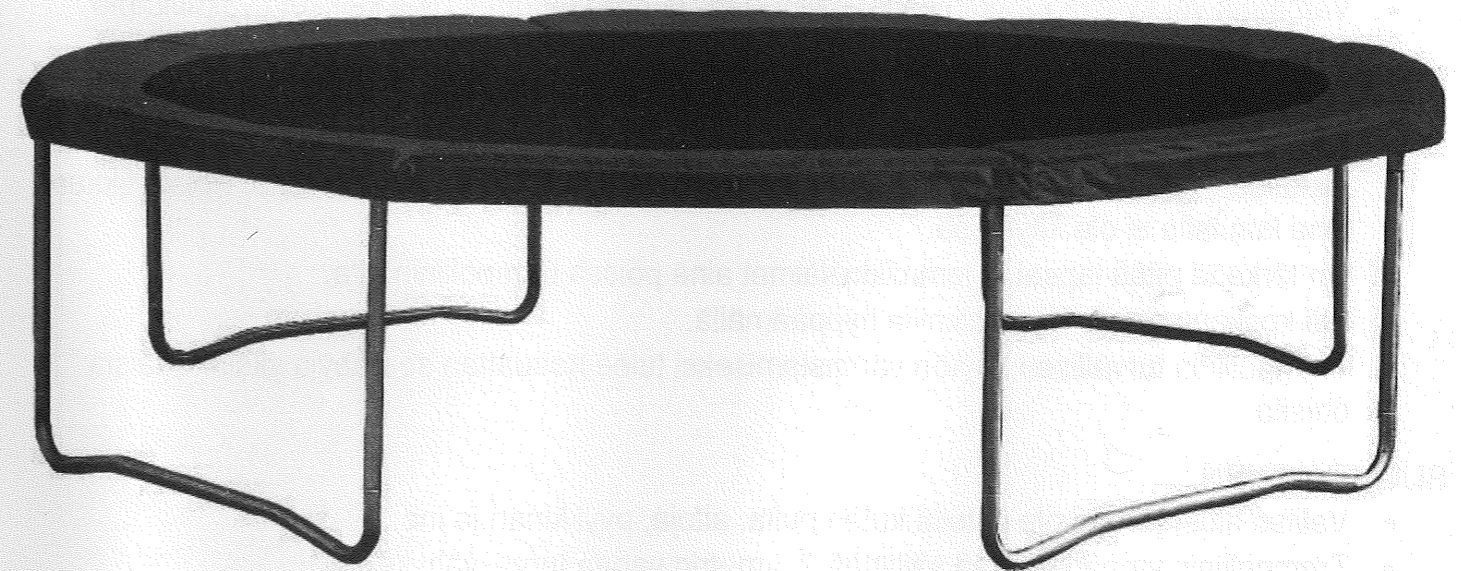


427 cm TRAMPOLIINI JA TURVAKEHÄ

Kokoamisohjeet



ULKOKÄYTTÖÖN, YKSITYISKÄYTTÖÖN
Säilytä ohjeet tulevaa tarvetta varten



KÄYTTÄJÄN MAKSIMI PAINO: 120 kg

YLEISET TRAMPOLIININ TURVALLISUUSOHJEET

On tärkeää lukea käyttöohjeet ennen kuin yrität koota tai käyttää trampoliinia.

TRAMPOLIININ TURVALLISUUS

Trampoliini voi olla vaarallinen ja väärin käytettynä loukkaantumiseriskit lisääntyvät.

TURVALLISUUSASIOITA

Tärkeitä turvallisuutta koskevia asioita:

- Noin 75 % onnettomuuksista tapahtuu, kun useampi kuin yksi henkilö on trampoliinilla. Kevytpainoinen henkilö loukkaantuu 5 kertaa todennäköisemmin.
- Alle 6-vuotiaat lapset ovat alttiimpia loukkaantumisille.
- Vammoja voi syntyä kaikkiin kehonosiin. Pää- ja niskavammat ovat kaikkein vakavimpia trampoliiniin liittyviä vammoja.
- Valvonta ei takaa turvallisuutta. onnettomuuksia voi silti tapahtua. Asiantunteva valvoja vähentää kuitenkin riskejä huomattavasti.
- Tikkaiden käyttö voi johtaa pikkulasten pääsyyn trampoliinille ilman valvontaa. Poista tikkaat aina kun laite ei ole käytössä.
- On tärkeää pitää lapset ja lemmikkieläimet aina poissa trampoliinin alta.
- Älä koskaan poistu trampoliinilta hyppäämällä.
- Trampoliinin turvallisen käytön varmistamiseksi tulee noudattaa seuraavia yksinkertaisia ohjeita.

SIJOITTAMINEN

- Valitse alue, jolla ei ole esteitä kuten puita, aitoja, pyykkinaruja jne.
- Trampoliinin ympärillä pitää säilyttää 2,5 metrin vapaa turvavyöhyke.
- Varmista, että alusta on tasainen.
- Sijoita trampoliini pehmeälle, energiaa vaimentavalle alustalle kuten nurmikolle tai sahanpurulle. Harkitse iskuja vaimentavia mattoja erityisesti nousemis- ja poistumiskohtiin.
- Älä koskaan sijoita trampoliinia kovalle alustalle kuten betonille tai kovalle maa-alustalle.

ENNEN TRAMPOLIININ KÄYTTÖÄ

- Harkitse turvaverkon käyttöä vähentämään aloittelijoiden riskejä.
- Tarkista trampoliini ennen käyttöä varmistaaksesi, että kehys on tukeva, jalat kiinnitetty paikoilleen, matossa ei ole reikiä ja reunasuojus on asetettu oikein kehyksen ja jousien päälle.
- Riisu kengät, kaikki korut ja terävät esineet.
- Varmista, että lapsia tai eläimiä ei ole trampoliinin alla.
- Kerro käyttäjille trampoliinin käytön säännöt.
- Asenna trampoliini tasaiselle alustalle siten, että sen ympärillä on riittävästi vapaata tilaa ja, että trampoliinin alla, sivuilla ja yläpuolella ei ole teräviä tai kovia esteitä taikka muita vaaratekijöitä (esimerkiksi seiniä, puun oksia, muita harrastusvälineitä tai sähköjohtoja).
- Kokoa trampoliini huolellisesti ja mukana olevien ohjeiden mukaisesti. Kiinnitä erityistä huomiota jalkojen kiinnitykseen.
- Asenna turvaverkko ohjeiden mukaisesti. Turvaverkkoa käyttämällä voidaan tehokkaasti estää trampoliinilta putoaminen.

TÄRKEÄ TARKISTAA ENNEN KUIN TRAMPOLIINIA KÄYTETÄÄN

- Trampoliinin kunto (kaikki osat ovat ehjiä). Erityisen tärkeää, kun trampoliini otetaan käyttöön talven jälkeen. Vaihda rikkoutuneet osat tarvittaessa uusiin. Trampoliinia ei tule käyttää, jos se on märkä, likainen tai vahingoittunut.
- Jalkojen kiinnitys (erityisen tärkeää, kun trampoliinia on siirretty).
- Trampoliinin ympäristö (alla, sivuilla ja yläpuolella ei ole esteitä taikka muita vaaratekijöitä).
- Trampoliinin käyttäjillä ei saa olla vaatteissaan tai taskuissaan teräviä tai kovia esineitä, jotka voivat aiheuttaa loukkaantumisen vaaran.

TRAMPOLIININ KÄYTÖN SÄÄNNÖT

- Trampoliinilla saa hyppiä vain yksi ihminen kerrallaan.
- Noudata ikäsuositusta.
- Valvo aina lasten hyppimistä trampoliinilla.
- Älä suorita trampoliinilla minkäänlaisia voltteja.
- Älä koskaan poistu trampoliinilta hyppäämällä.
- Kun trampoliini ei ole käytössä, varastoi se valvomattoman käytön ja onnettomuuksien estämiseksi.
- Muista asentaa myös turvaverkko. Turvaverkko on tärkeä trampoliinin turvallisuusvaruste.
- Tarkasta trampoliinin kunto aina ennen sen käyttöä. Trampoliinia ei tule käyttää, jos se on märkä, likainen tai vahingoittunut.
- Noudata varovaisuutta trampoliinille noustessa tai siitä poistuttaessa.

KÄYTTÖOPAS

- Tutustu ensin siihen, miltä hyppiminen trampoliinilla tuntuu.
- Ennen hyppimistä opettele ”hyppyjarrutus”-tekniikka taivuttamalla polvet voimakkaasti ennen mattoa. Käytä aina kun menetät tasapainosi tai kehosi hallinnan.
- Aloita hyppiminen aina maton keskeltä ja lopeta se myös keskelle.
- Katso hyppiessä eteenpäin.
- Älä hypi liian pitkiä aikoja; väsymys voi lisätä loukkaantumiseriskiä.
- Poistu trampoliinilta hallitusti.
- Käyttäjän maksimipainorajaa ei saa ylittää.
- Vanhempien tulee valvoa lasten hyppimistä trampoliinilla.
- Trampoliinilla saa hyppiä vain yksi henkilö kerrallaan. Tällä estetään hyppijöiden törmääminen toisiinsa. Jos eri painoiset ihmiset käyttävät trampoliinia yhtä aikaa, vaarana on, että pienemmät hyppivät voivat lentää trampoliinilta hallitsemattomasti tai suuremmat hyppijät voivat pudota pienempien päälle.
- Alle kuusivuotiaiden lasten ei suositella hyppivän trampoliineilla, sillä pienten lasten tasapainon hallinta ei ole vielä kehittynyt riittävästi.
- Trampoliinille noustessa tai siitä poistuttaessa tulee olla varovainen (mahdollisuuksien mukaan käyttää portaita).
- Trampoliinilta ei tule koskaan hypätä pois.
- Hyppijän on syytä opetella ensin perushyppy ja vasta sitten kokeilla vaikeampia hyppyjä. Kuperkeikoista ja volteista voi pudota pää tai niska edellä, jolloin seurauksena voi olla halvaantuminen tai jopa kuolema. Hyppiessä on tärkeää pitää katse matossa.

- Trampoliinilla ei tule hyppiä liian kauan tai liian montaa kertaa peräkkäin. Ylirasittuneena on vaikea hallita tasapainoa, Edelleen, jos tasapaino järkkyy, on tärkeää lopettaa hyppiminen ja rauhoittaa tilanne. Hyppimisen lopettaminen tapahtuu joustamalla polvilla.
- Älä hypi sateella, sillä silloin trampoliinin matto saattaa olla liukas.
- Älä hypi alkoholin vaikutuksen alaisena.

Silloin kun trampoliini ei ole käytössä, se kannattaa varastoida sopivaan paikkaan valvomattoman käytön ja onnettomuuksien estämiseksi.

JOHDANTO - VAROITUKSET

On tärkeää lukea tämä käyttöohje ennen kuin yrität koota tai käyttää trampoliinia.

TRAMPOLIININ TURVALLISUUS

Trampoliini voi olla vaarallinen ja väärin käytettynä loukkaantumisriskit lisääntyvät.

TURVALLISUUSASIOITA

Tärkeitä turvallisuutta koskevia asioita:

- Noin 75 % onnettomuuksista tapahtuu, kun useampi kuin yksi henkilö on trampoliinilla. Kevytpainoinen henkilö loukkaantuu 5 kertaa todennäköisemmin.
- Alle 6-vuotiaat lapset ovat alttiimpia loukkaantumisille.
- Vammoja voi syntyä kaikkiin kehonosiin. Pää- ja niskavammat ovat kaikkein vakavimpia trampoliiniin liittyviä vammoja.
- Valvonta ei takaa turvallisuutta. Onnettomuuksia voi silti tapahtua. Asiantunteva valvoja vähentää kuitenkin riskejä huomattavasti.
- Tikkaiden käyttö voi johtaa pikkulasten pääsyyn trampoliinille ilman valvontaa. Poista tikkaat aina kun laite ei ole käytössä.
- On tärkeää pitää lapset ja lemmikkieläimet aina poissa trampoliinin alta.
- Älä koskaan poistu trampoliinilta hyppäemällä.

Trampoliinin turvallisen käytön varmistamiseksi tulee noudattaa seuraavia yksinkertaisia ohjeita.

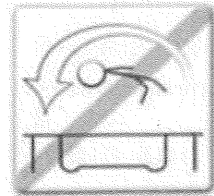
SIJOITTAMINEN

- Valitse alue, jolla ei ole esteitä kuten puita, aitoja, pyykkinaruja jne.
- Trampoliinin ympärillä pitää säilyttää 2,5 metrin vapaa turvavyöhyke.
- Varmista, että alusta on tasainen.
- Sijoita trampoliini pehmeälle, energiaa vaimentavalle alustalle kuten nurmikolle tai sahanpurulle. Harkitse iskuja vaimentavia mattoja, kuten tässä kirjasessa esitelty "Protekta Mat", erityisesti nousemiskohtiin ja poistumiskohtiin.
- Älä koskaan sijoita trampoliinia kovalle alustalle kuten betonille tai kovalle maa-alustalle.

ENNEN TRAMPOLIININ KÄYTTÖÄ

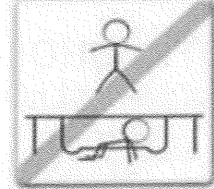
- Harkitse turvaverkon käyttöä vähentämään aloittelijoiden riskejä
- Tarkista trampoliini ennen käyttöä varmistaaksesi, että kehys on tukeva, jalat kiinnitetty paikoilleen, matossa ei ole reikiä ja reunasuojus on asetettu oikein kehyksen ja jousien päälle.
- Riisu kengät, kaikki korut ja terävät esineet.

- Varmista, että lapsia tai eläimiä ei ole trampoliinin alla.
- Kerro käyttäjille trampoliinin käytön säännöt.



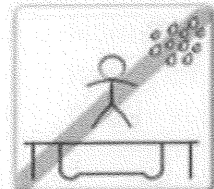
TRAMPOLIININ KÄYTÖN SÄÄNNÖT

- Trampoliinilla saa hyppiä vain yksi ihminen kerrallaan.
- Noudata ikäsuositusta.
- Valvo aina lasten hyppimistä trampoliinilla.
- Älä suorita trampoliinilla minkäänlaisia voltteja.
- Älä koskaan poistu trampoliinilta hyppämällä.



KÄYTTÖOPAS

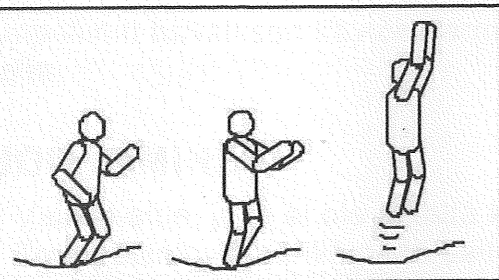
- Tutustu ensin siihen, miltä hyppiminen trampoliinilla tuntuu.
- Ennen hyppimistä opettele "hyppyjarrutus"-tekniikka taivuttamalla polvet voimakkaasti ennen mattoa. Käytä aina kun menetät tasapainosi tai kehosi hallinnan.
- Aloita hyppiminen aina maton keskeltä ja lopeta se myös keskelle.
- Katso hyppiessä eteenpäin.
- Älä hypi liian pitkiä aikoja; väsymys voi lisätä loukkaantumiseriskiä.
- Poistu trampoliinilta hallitusti.
- Käyttäjän maksimi painorajaa ei saa ylittää.



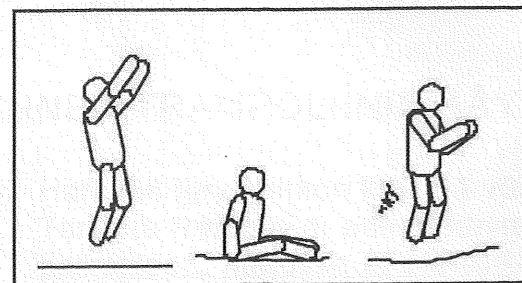
PERUSHYPYT

Opettele jokainen hyppy ennen kuin siirryt seuraavaan.

PERUSHYPPY



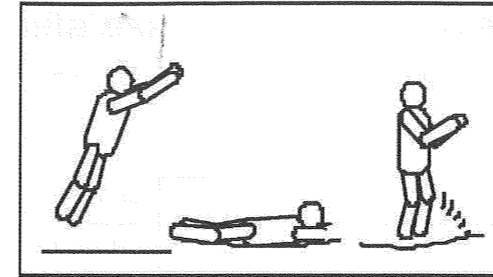
1. Aloita seisoma-asennosta, jalat hartioiden leveyden verran erillään, pää ylhäällä ja katse matossa.
2. Heilauta kädet eteen ja ylös ja ympäri ympyräliikkeellä.
3. Vie jalat yhteen ollessasi ilmassa puolesta välissä hyppyä ja käännä varpaat alaspäin.
4. Pidä jalat hartioiden leveyden verran leveillään kun laskeudut matolle.



ISTUALLEEN HYPY

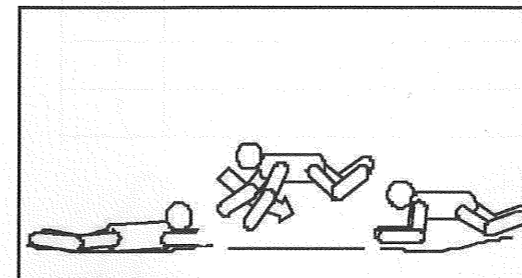
1. Laskeudu istuma-asentoon.
2. Aseta kädet matolle lonkkien viereen.
3. Palaa pystyasentoon käsillä työntämällä.

HYPY ETEENPÄIN



1. Aloita matalalla hypyllä.
2. Laskeudu mahalleen (kasvot alaspäin) ja pidä kädet eteenpäin ojennettuina matolla.
3. Nouse seisovaan asentoon käsillä työntämällä.

180 ASTEEN HYPY



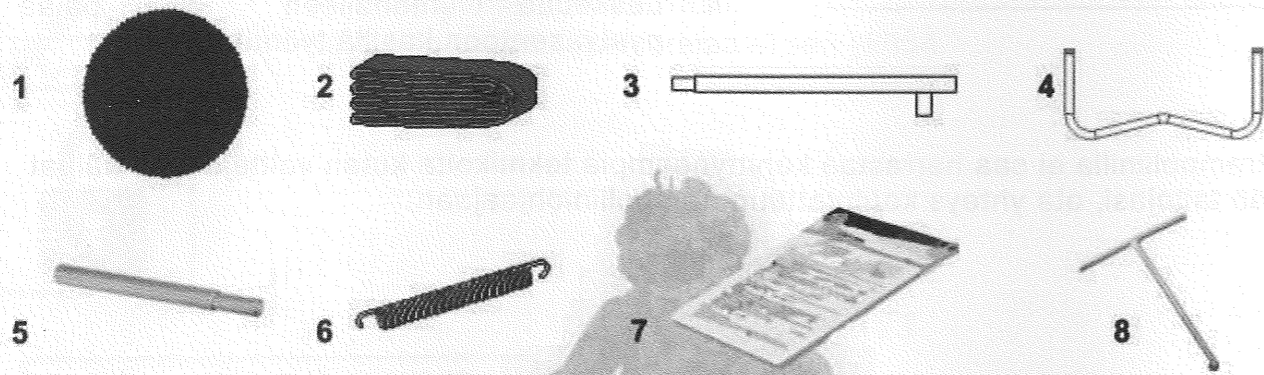
1. Aloita mahalleen hypyasennosta
2. Työnnä vasemmalla tai oikealla kädellä (riippuen kumpaan suuntaan haluat kääntyä).
3. Pidä pää ja hartiat samaan suuntaan ja pidä selkä samansuuntaisesti maton kanssa ja pää ylhäällä.
4. Laskeudu mahalleen ja palaa pystyasentoon käsillä työntämällä.

Tällä trampoliinilla ei saa harrastaa kehittyneempiä tekniikoita kuten voltteja. Jos haluat kehittää taitojasi, ota yhteys koulutettuun trampoliiniohjaajaan.

KOKOAMISOHJEET

OSALUETTELO

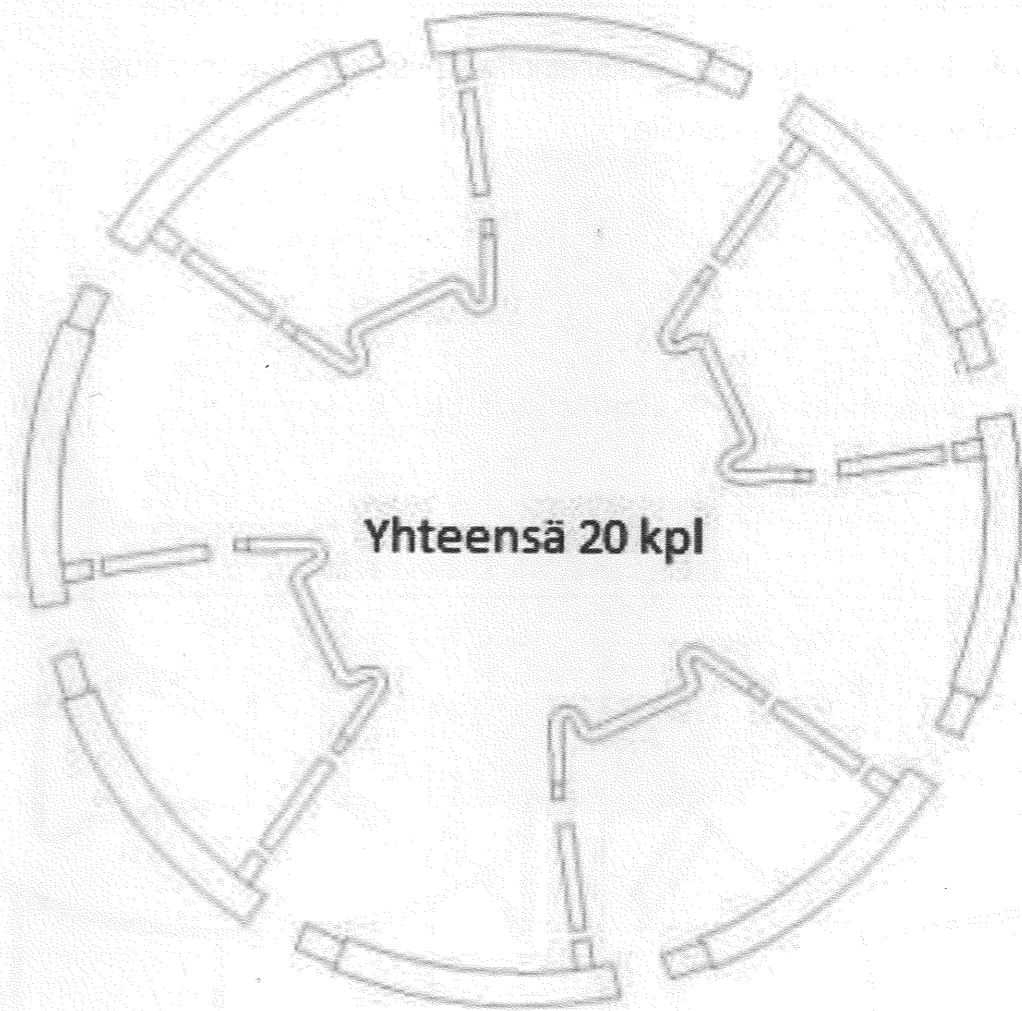
Osan nro	Osan kuvaus	Lkm
1	Matto	1
2	Reunasuojus	1
3	Putki holkeilla	8
4	Jalusta	4
5	Pystysuora jalan jatke	12
6	Jouset	88
7	Käyttöohjekirja	1
8	Jousityökalu	1



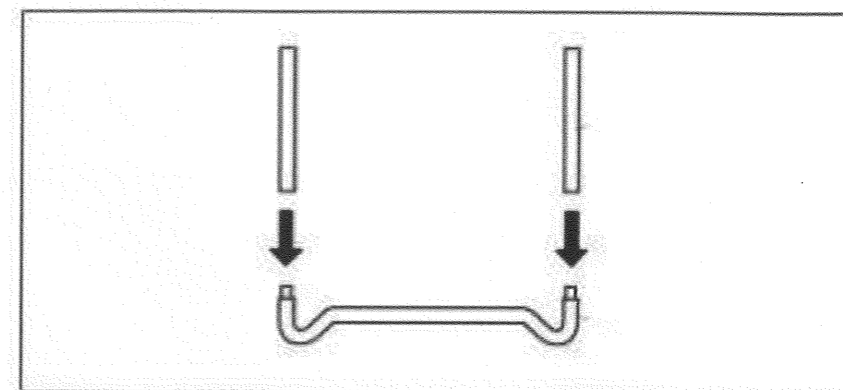
KOKOAMISEN AIKANA ON SUOSITELTAVAA KÄYTTÄÄ KÄSINEITÄ.

VAIHE 1 - Kehyksen rakenne

Aseta osat kuten alla olevassa piirroksessa.

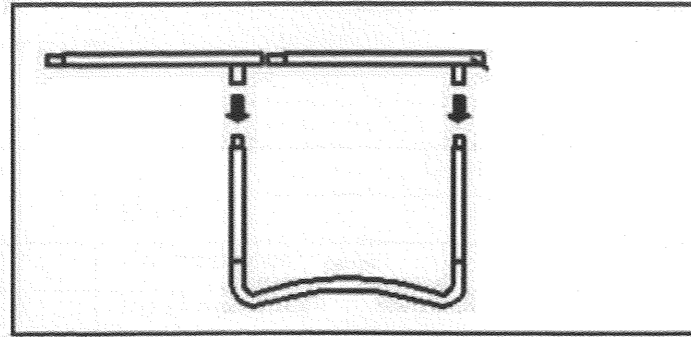


VAIHE 2 Putkien kokoaminen



Työnnä pystysuorat jalkojen jatkeet jalustaan kuvan mukaisesti.

VAIHE 3 Yläkiskojen asennus



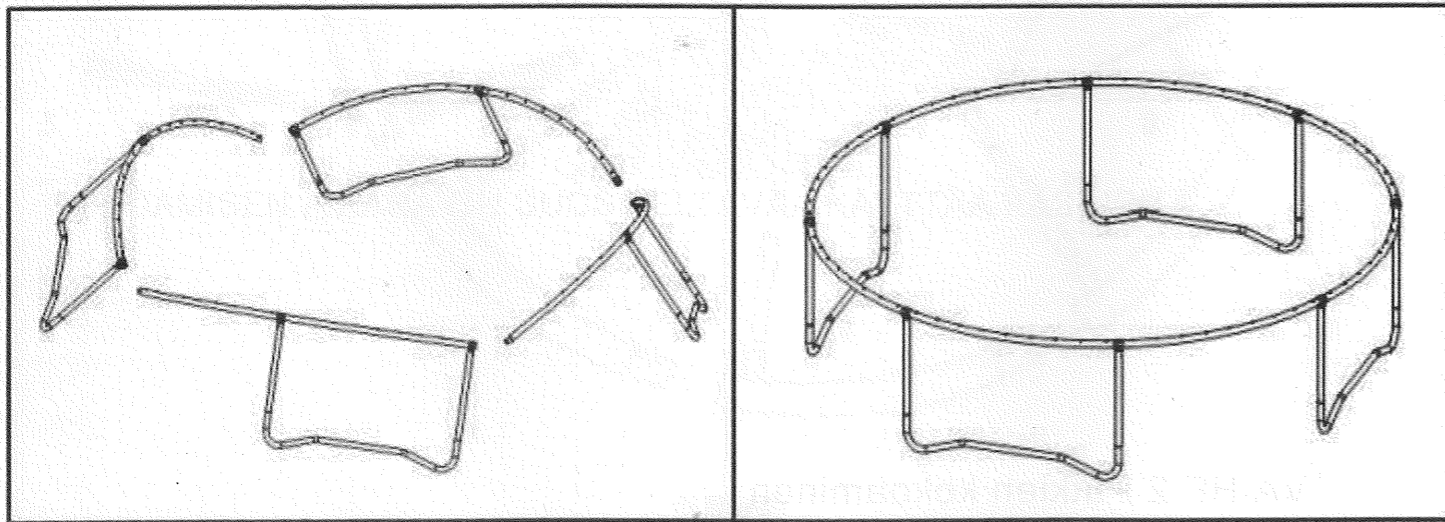
Tähän tarvitset 2 henkilöä. Toinen nostaa äsken kootut jalustat pystyasentoon ja toinen asettaa

yläkiskot jalustan kantoihin. Lopuksi sinulla pitäisi olla 2 tukiasennusta jotka ovat yhdistetty 2 yläkiskolla.

VAIHE 4 Rungon asennus

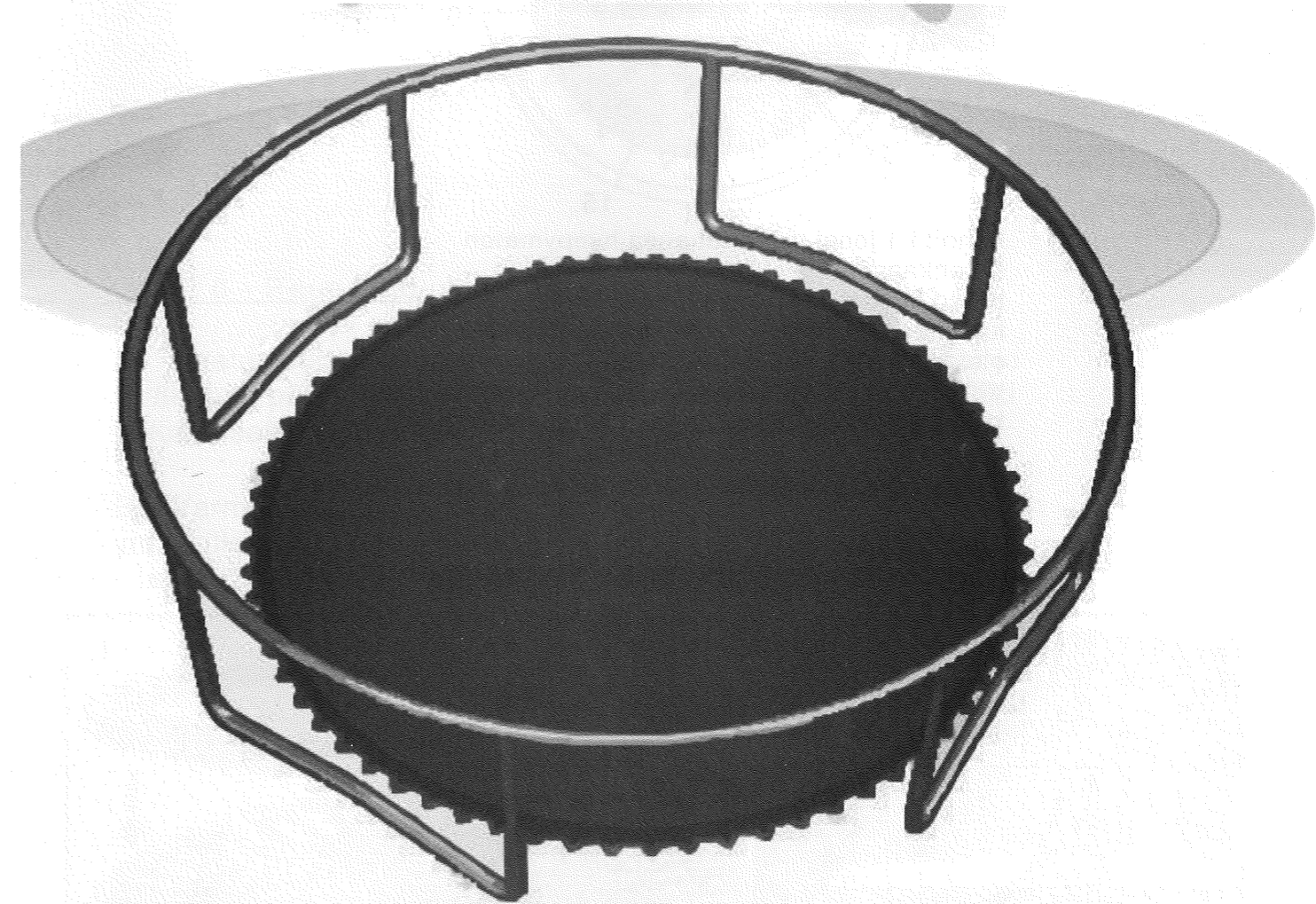
Kokoa trampoliinin runko valmiiksi alla olevien kuvien

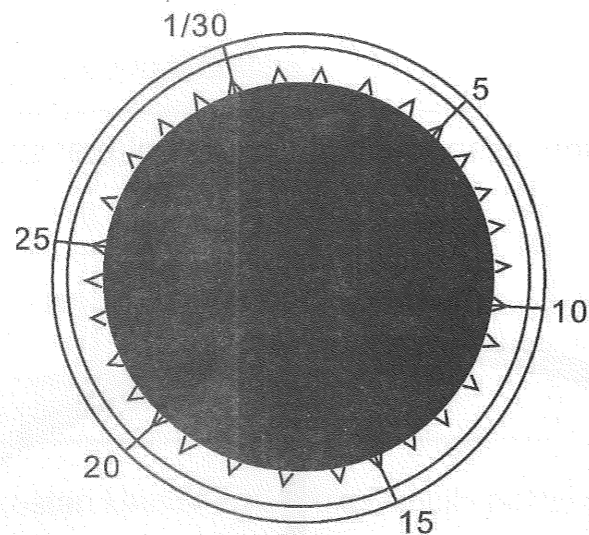
mukaisesti. Tarvitset 2 henkilöä.



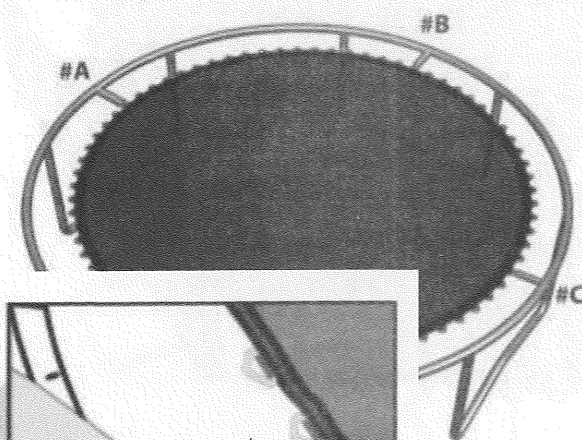
VAIHE 5 Maton asennus

Aseta matto trampoliinin rungon sisäpuolelle kuten alla olevassa kuvassa.





Kiinnitä 1 jousi mihin tahansa hyppymaton D-renkaaseen ja sijoita kehykseen.
 Katso kuvasta jousien kiinnityskohtat ja niiden lukumäärät kiinnityskohtien välillä. Kiinnitä jäljellä olevat jouset kehyksen ympäri.
 VINKKI: Käytä mukana tulevaa jousityökalua jousen kiinnittämiseksi D-renkaaseen hyppymatossa ja jousen vetämiseksi kohti kehystä.

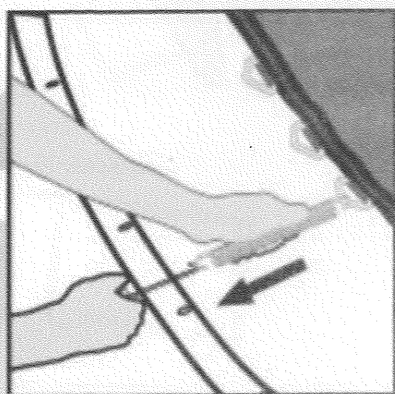


#A 1 kpl

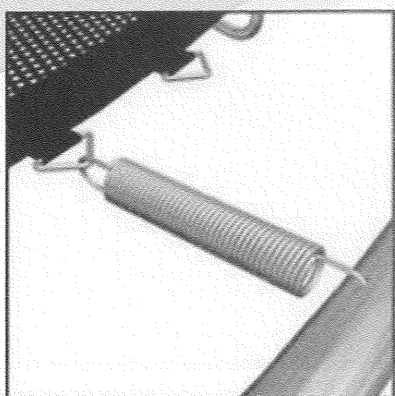
#B 22 kpl

#C 44 kpl

#D 66 kpl



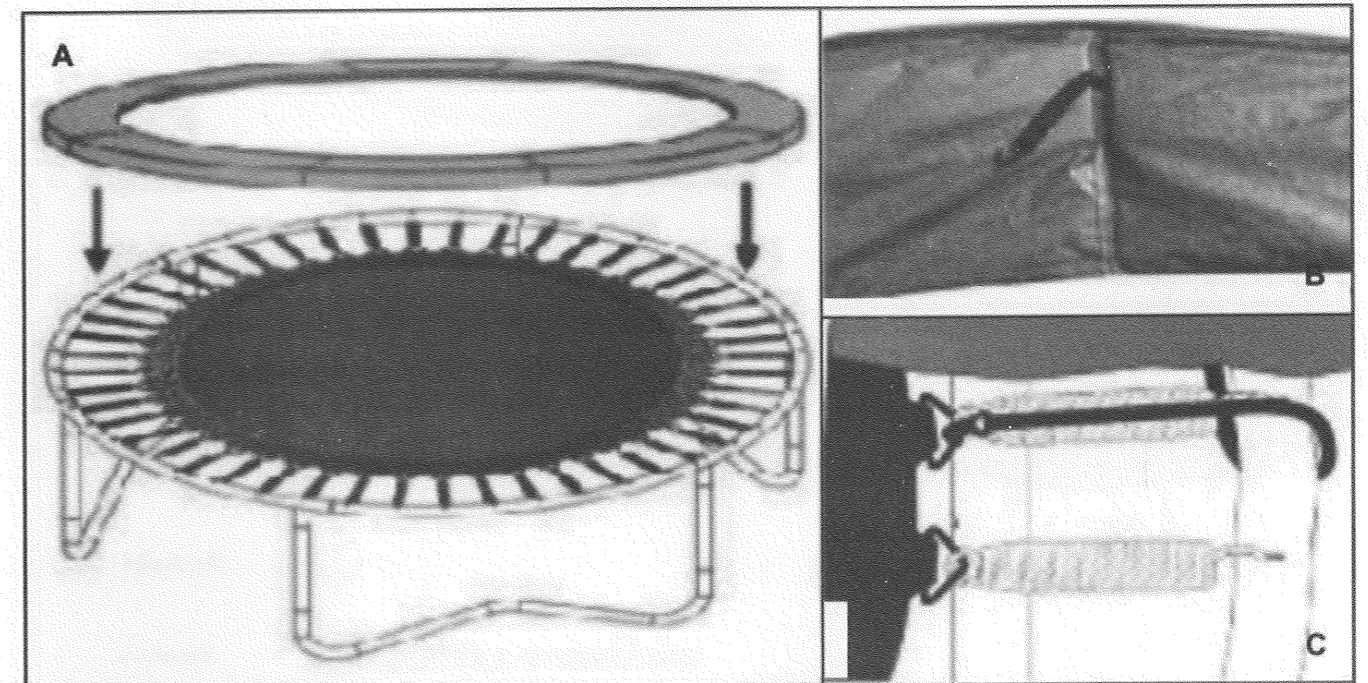
VAROITUS! Ole varovainen käyttäessäsi jousityökalua jotta et vahingoita käsiäsi.



VAIHE 6 - Reunasuojuksen kokoaminen

A. Aseta reunasuoja trampoliinin päälle siten, että jouset ja teräkehys peittyvät. Varmista, että reunasuojaus peittää kaikki metalliosat.

B. Varmista, että joustavat sidosnauhat on kiinnitetty kehyksen ympärille. Katso piirros alla.



HOITO JA KUNNOSSAPITO

Tämä trampoliini on suunniteltu ja valmistettu laadukkaista materiaaleista ammattitaitoisesti. Mikäli sitä hoidetaan kunnolla, se tuottaa iloa ja nautintoa monia vuosia eteenpäin.

Noudata seuraavia ohjeita:

Tarkista säännöllisesti:

- Matto reikien ja repeytymien varalta
- Matto venymien varalta
- Matto löysien ompeleiden tai huonontumisen varalta
- Kehys taipuneiden tai rikkoutuneiden osien varalta
- Jouset rikkoutumisen, vahingoittumisen tai puuttumisen varalta
- Kehys, jouset ja matto terävien ulkonemien varalta.

TUULISET OLOSUHTEET

On tärkeää suojata trampoliini tuulisissa olosuhteissa. Siirrä trampoliini suojaiseen paikkaan, vahvasta kehyksen vanne. Voit kiinnittää trampoliinin rungosta käyttäen köysiä ja/tai paaluja. Ääriolosuhteissa pura trampoliini.

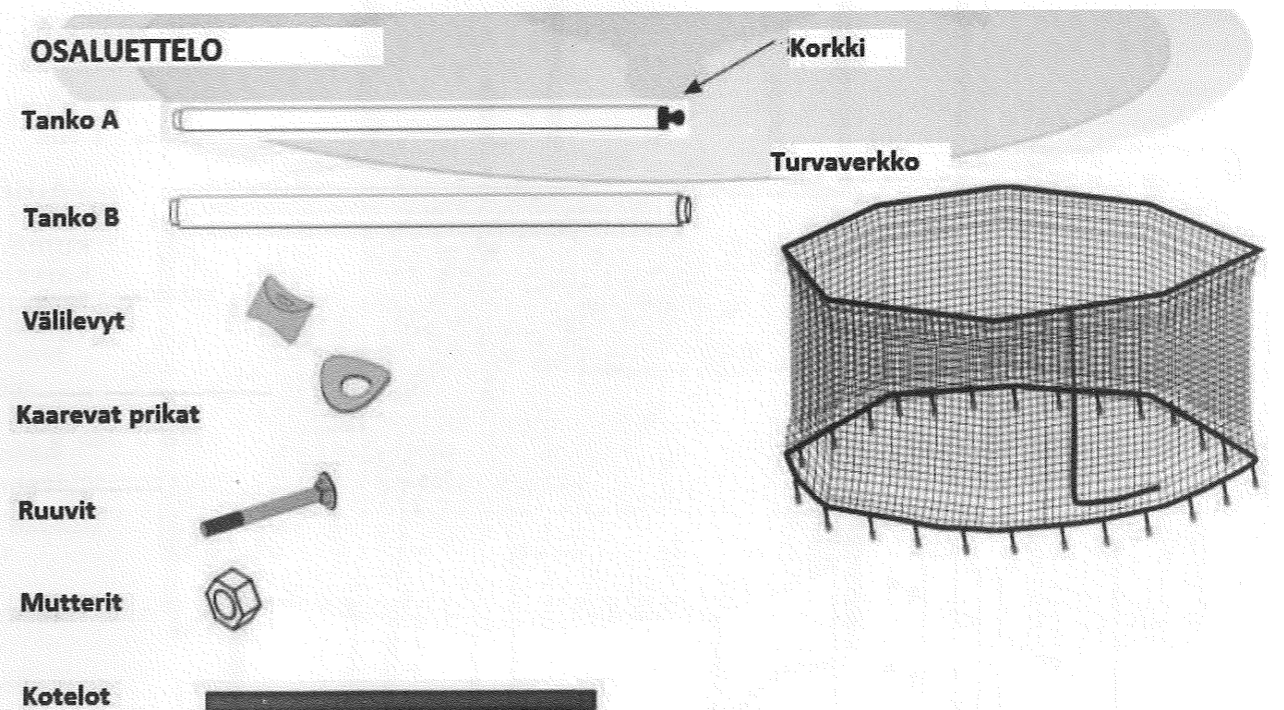
TRAMPOLIININ SIIRTÄMINEN

Trampoliinia siirrettäessä tulee olla varovainen. Sen nostamisessa pitäisi olla vähintään 2 henkeä. Jalkojen turvallinen kiinnitys tulee varmistaa ennen uudelleen käyttöä. Älä vedä trampoliinia.

TRAMPOLIININ TURVAKEHIKON ASENNUSOHJEET

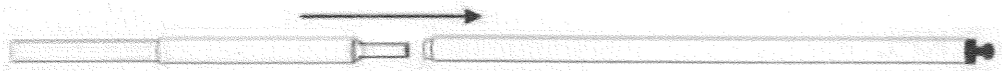
1. PAKKAUKSEN SISÄLTÖ:

- 1 TANKO A 8 KPL
- 2 TANKO B 8 KPL
- 3 TANKOJEN VÄLILEVYT 16 KPL
- 4 KAAREVAT PRIKAT 16 KPL
- 5 RUUVIT 16 KPL
- 6 MUTTERIT 16 KPL
- 7 KOTELOT 8 KPL
- 8 KORKKI 8 KPL
- 9 TURVAVERKKO 1 KPL

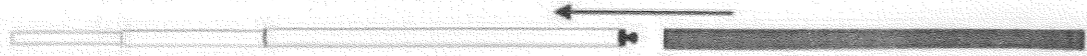


Kokoamisohjeet:

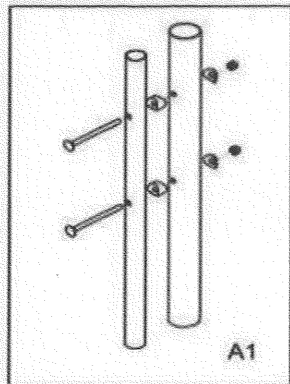
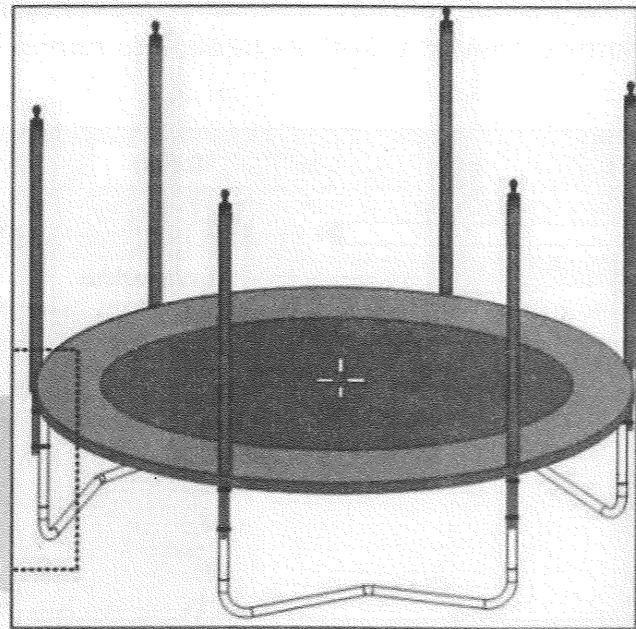
VAIHE 1: Yhdistä 2 ylätangon osaa toisiinsa kuvan mukaisesti.



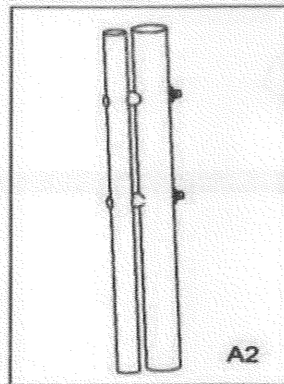
Vedä suojakotelot tangon päälle.



Valmis tanko on kuvan mukainen.



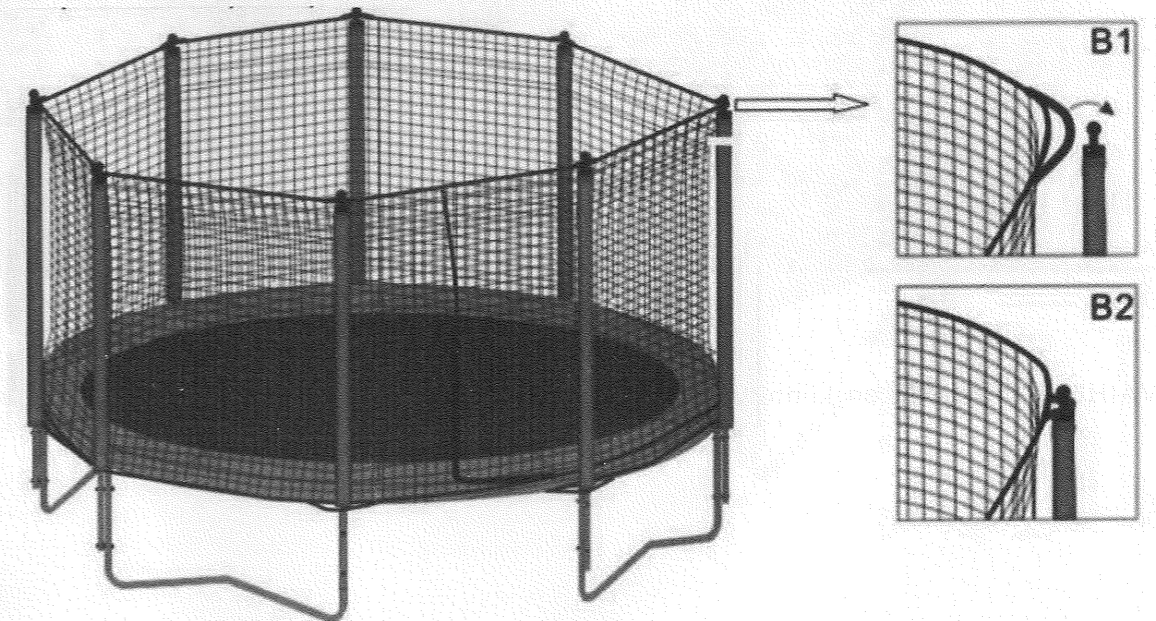
A1
Kiinnitä tukiverkon tangot jalkaan käyttäen välilevyjä, prikoja, ruuveja ja muttereita.



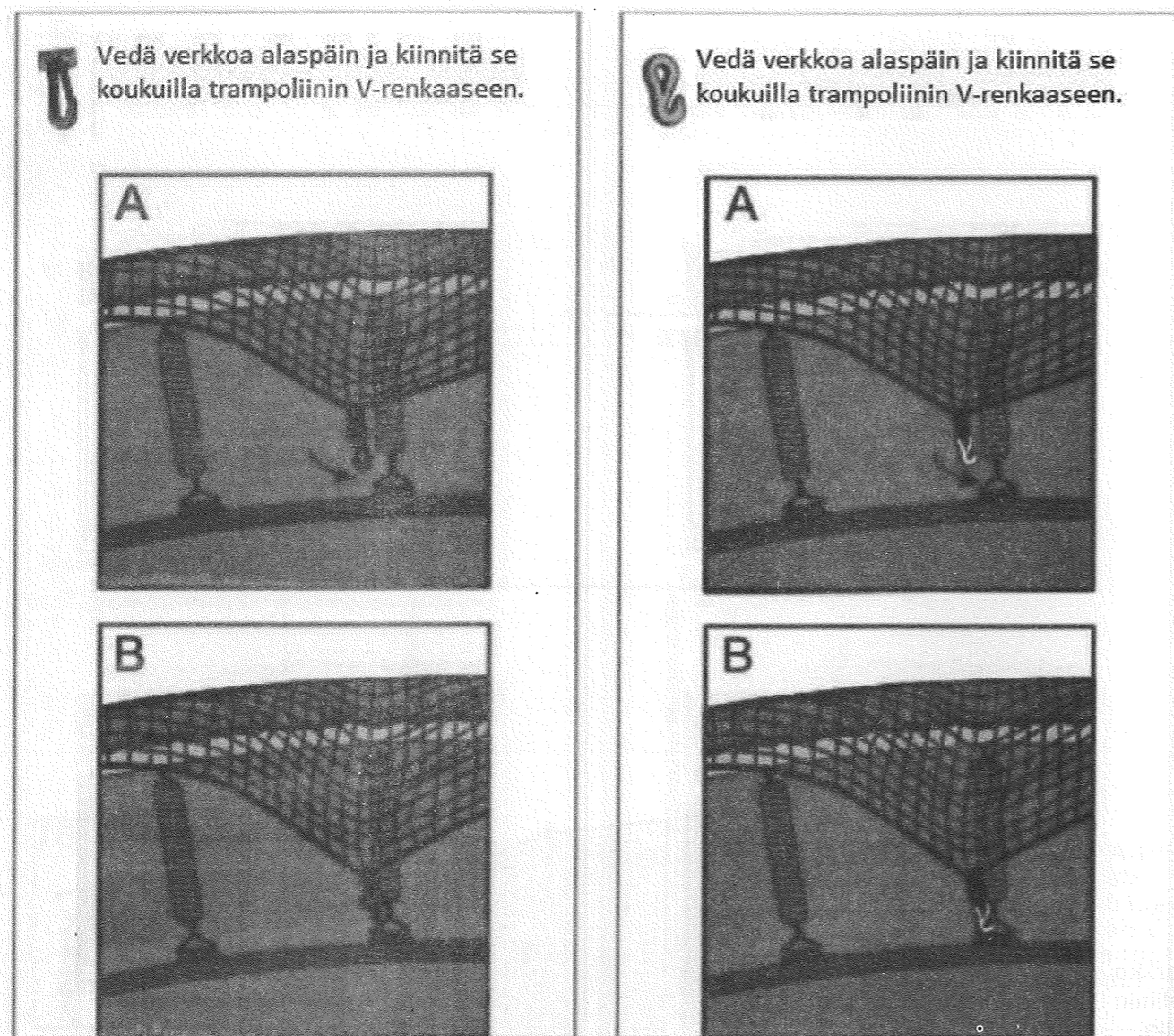
A2
Kivistä jakoavaimella

VAIHE 2:
Jatka
kunnes
kaikki
tangot ovat
valmiita.

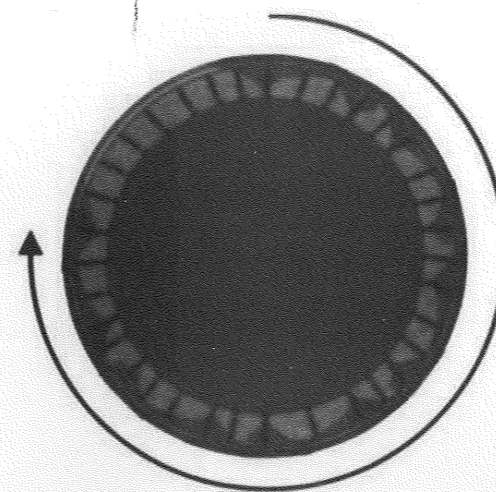
VAIHE 3:
Levitä
turvaverkko
trampoliinin
ympäri.
Sijoita
kalkuaukko
haluamaasi
kohtaan.
Kiinnitä
verkko
silmuista
tangon
yläosaan.



VAIHE 4:



VAIHE 5: Jatka verkon kiinnitystä kuvan mukaisesti



VAIHE 6: Verkon asentamisen loppuvaiheessa saatat tarvita lisäapua, jotta saat verkon vedettyä alas. Verkon tulisi olla tiiviisti trampoliinin ympärillä kun se on oikein asennettu.



FIGURE 7

TÄRKEÄ VAROITUS

Varmista ennen trampoliinin ja turvakehän käyttöä, että kaikki pultit ja kiinnitykset on kiristetty ja asennettu oikeisiin paikkoihin.