

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 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 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 tai 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 loukkaantumisriskiä.
- 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 tärkeä 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 hyppäämällä.

Trampoliinin turvallisen käytön varmistamiseksi tulee noudattaa seuraavia yksinkertaisia ohjeita.

SIVOITTAMINEN

- 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 hyppäämällä.



- Älä hypi trampoliinilla jos sen alla on lemmikkejä, muita ihmisiä tai mitään esineitä. Älä myöskään pidä mitään esineitä käsissäsi tai aseta esineitä trampoliinin matolle. Tarkista aina trampoliinin kunto ennen käyttöä äläkä käytä sitä jos havaitset minkäänlaisia vikoja (löystyneet osat, vauriot matossa jne.)



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 loukkaantumisriskiä.
- Poistu trampoliinilta hallitusti.
- Käyttäjän maksimi painorajaa ei saa ylittää.



PERUSHYPPYT

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 leveilläään kun laskeudut matolle.



ISTUALLEEN HYPPY

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



HYPPY ETEENPÄIN

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

POLVILLEEN HYPPY



1. Aloita matalalla perushypyllä
2. Laskeudu polvillesi jalat lantionleveydellä, pidä selkä suorana ja vahva kehon asento pitäen käsiä vartalon sivuilla tai edessä jotta tasapaino säilyy.
3. Hyppää takaisin ylös hyväksi käyttäen ponnistusta ja heilauttamalla kädet pään yläpuolelle.

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	Yläkiskon kulma	4
4	Jalusta	4
5	Pystysuora jalan jatke	8
6	Jouset	68
7	Käyttöohjekirja	1
8	Jousityökalu	1
9	Yläkiskon holkki (lyhyt suora pitkälle puolelle)	4
10	Pitkä yläkiskon holkki (pitkältä puolelta keskelle)	2
11	Lyhyt yläkiskon holkki (lyhyeltä puolelta keskelle)	2

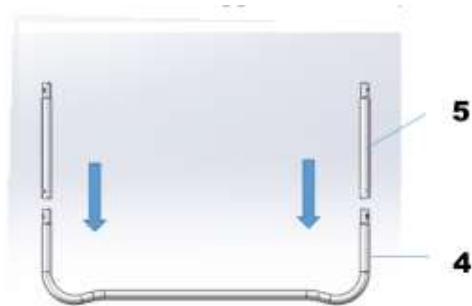
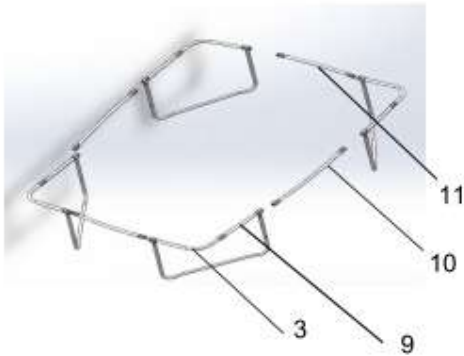


KOKOAMISEN AIKANA ON SUOSITELTAVAA KÄYTTÄÄ KÄSINEITÄ.

RUNGON RAKENNE

Tarkista osaluettelosta onko sinulla kaikki osat tallella ja aloita sitten kokoaminen kuvien mukaisesti. Osat saa yhdistettyä liu'uttamalla ohuemman osan paksumpien sisälle.

VAIHE 1 Tukijalusta



A. Kiinnitä kaikki pystysuorat jalan jatkot (5) jalustaan (4).

VAIHE 2. Yläkisko

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.



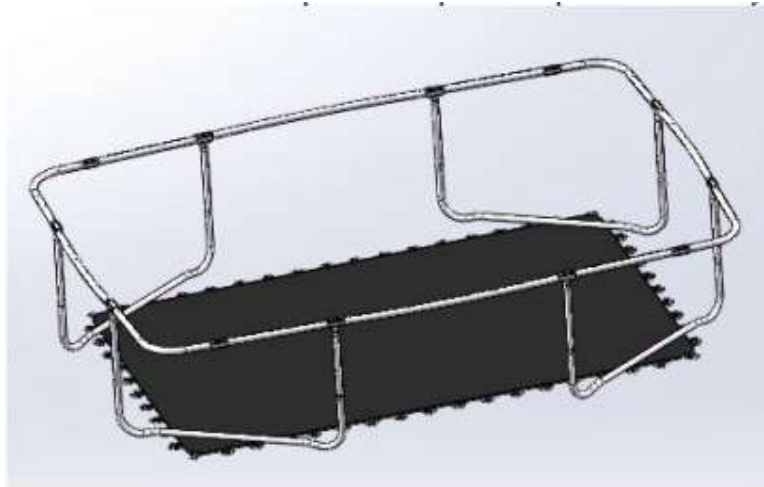
VAIHE 3. Kokoa kaikki jalustat ja yhdistä ne.



VAIHE 4. Trampoliinin maton asennus

VAROITUS: Ole varovainen käyttäessäsi jousityökalua jotta et vahingoita käsiäsi.

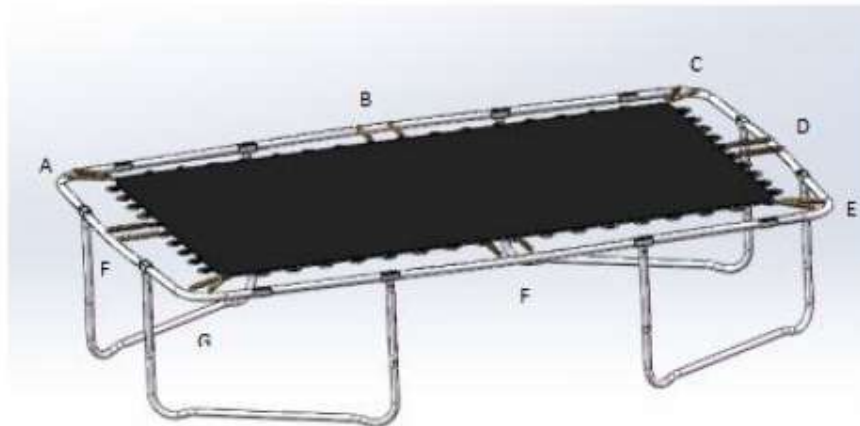
Tarvitset 2 henkilöä asentamaan mattoa.



Aseta matto trampoliinin rungon sisäpuolelle kuten alla olevassa kuvassa.

VAIHE 5. Jousien kiinnittäminen mattoon

Jouset tulee asettaa kuvan mukaisesti, jotta maton saa vedettyä kaikkiin neljään suuntaan.

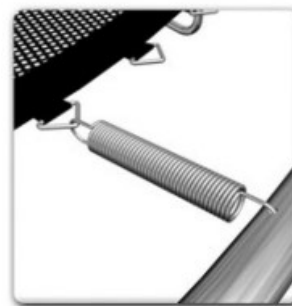
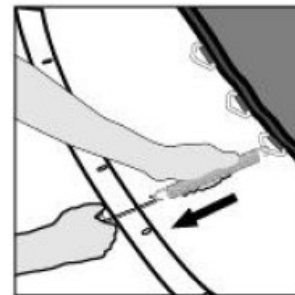


A	B	C	D	E	F	G	F		
1/2	11/12	21/22	28/29	35/36	45/46	55/56	62/63		

Jousityökalun käyttäminen

Ripusta ensin jousen toinen pää mattoon kiinnitettyyn kolmioon ja kiinnitä työkalun avulla jousen toinen pää kehykseen kuvan mukaisesti. Vedä joustaa kunnes se asettuu paikoilleen ja vapauta sitten työkalu jousesta. Toista kunnes kaikki jouset on kiinnitetty.

VAROITUS: Ole varovainen käsitellessäsi jousia – ne voivat aiheuttaa vammoja käsiin ja vartaloon!



VAIHE 6 Reunapehmusteen asentaminen

- A. Levitä reunapehmuste (2) trampoliinin päälle siten, että se peittää jouset ja metallireunuksen. Varmista, että kaikki metalliosat jäävät reunuksen alle.
- B. Kiinnitä nauhat reunapehmusteen alapuolelta kiinni runkoon.



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.

- Reunapehmusteen kunto ja kiinnitys

JOS HAVAITSET VIKOJA/PUUTTEITA TRAMPOLIINISSA, PURA TRAMPOLIINI TAI PIDÄ SE POISSA KÄYTÖSTÄ KUNNES VIAT ON KORJATTU.

TUULISET OLOSUHTEET

On tärkeää suojata trampoliini tuulisissa olosuhteissa. Siirrä trampoliini suojaiseen paikkaan, vahvista 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.

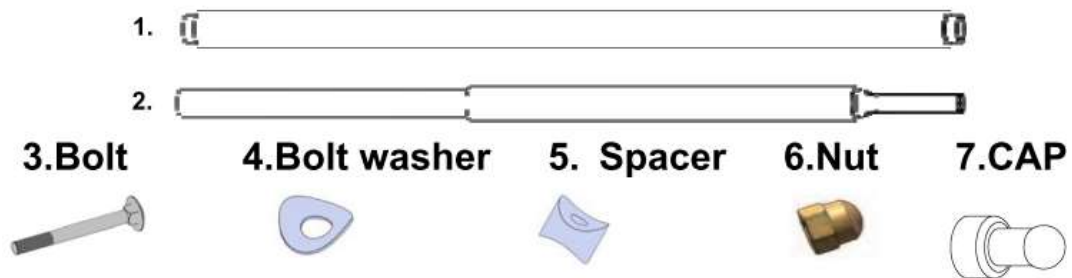
TRAMPOLIININ TURVAVERKKO 427

LUE KÄYTTÖOHJEET HUOLELLISESTI ENNEN KÄYTTÖÄ

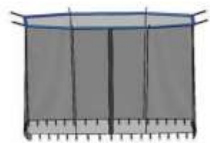
PAKKAUKSEN SISÄLTÖ

Osa nro	Nimi	Lkm
1	Teräsputki A	8 kpl
2	Teräsputki B	8 kpl
3	Pultti	16 kpl
4	Prikka	16 kpl
5	Välilevyt	16 kpl
6	Mutteri	16 kpl
7	Suojus	8 kpl
8	Turvaverkko	1 kpl
9	Tangon pehmuste	8 kpl

TUBE:



8. Net Assembly



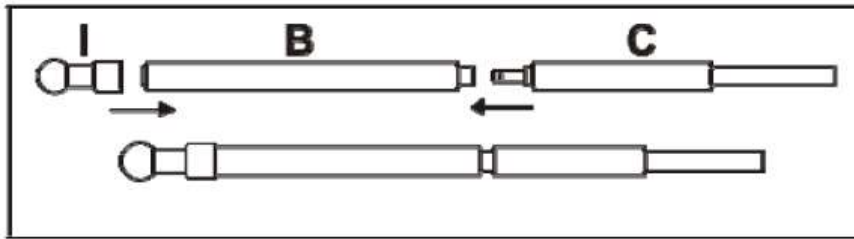
POLE ASSEMBLY

9. Pole Cover

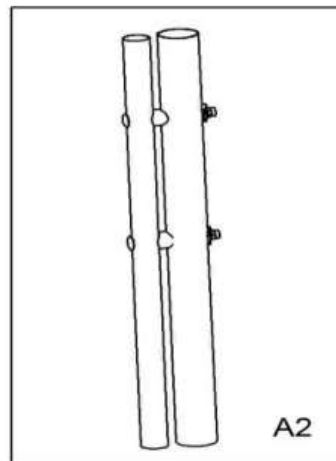
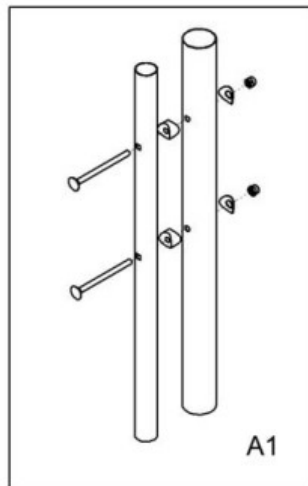
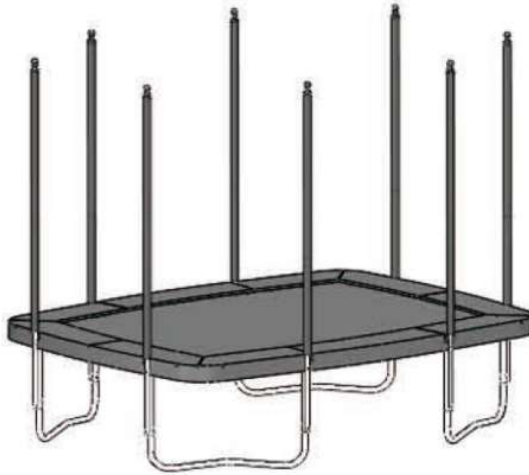


KOKOAMINEN

1. Kokoa tangot yhdistämällä osat 1 ja 2 toisiinsa. Varmista, että osat loksahtavat tiiviisti paikoilleen. Aseta myös suojus (7) paikoilleen tangon päähän.



2. Toista kunnes kaikki tangot ovat valmiita.



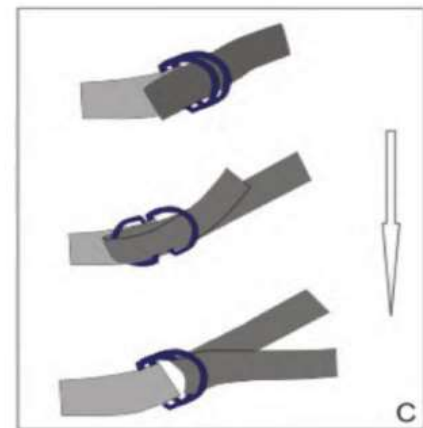
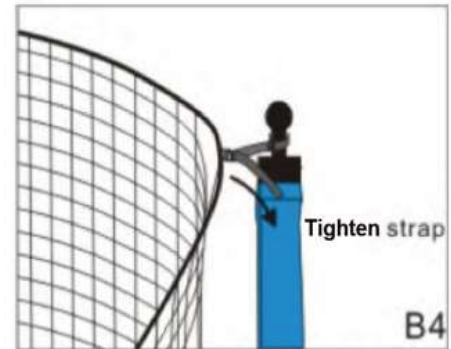
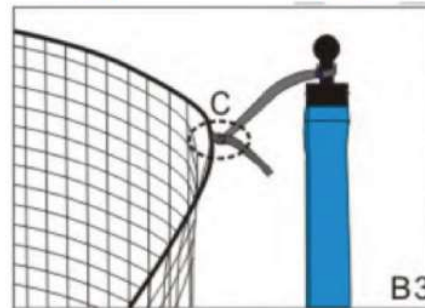
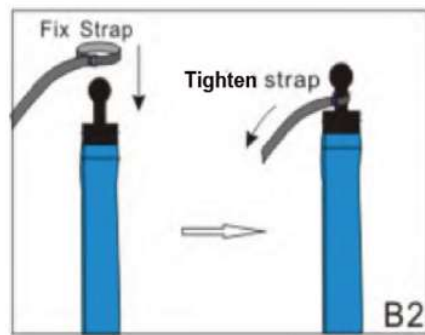
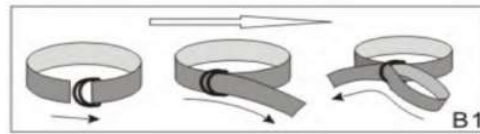
A1&A2:
Kiinnitä

tukiputket trampoliinin jalkoihin
(2xputti, 2xprikka, 2xvälilevy) ja kiristä paikoilleen.

VERKON ASENNUS

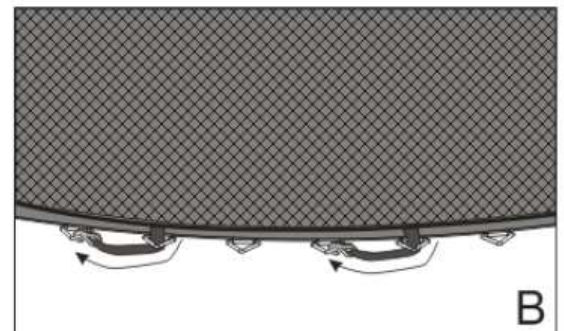
3. Levitä turvaverkko (9) trampoliinin ympärille. Sijoita kulkuaukko haluamaasi kohtaan. Kiinnitä verkko silmukoista tangon yläosaan.

VAROITUS: Pidä kaikki narut poissa lasten ulottuvilta –
kuristumisen vaara!



Kiristä lenkit vasta kun ne
ovat kaikki paikoillaan,
jotta saat ne säädettyä
sopivan kireälle.

4. A) Pujota turvaverkon koukut läpi trampoliini V-renkaista.
B) Työnnä sitten koukun toinen pää seuraavaan V-renkaaseen kuvan
mukaisesti.



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, vahvista 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.

Maahantuoja: Oy Scandic Trading
House Ltd
Valmistusmaa: Kiina

