



# MARIMEX

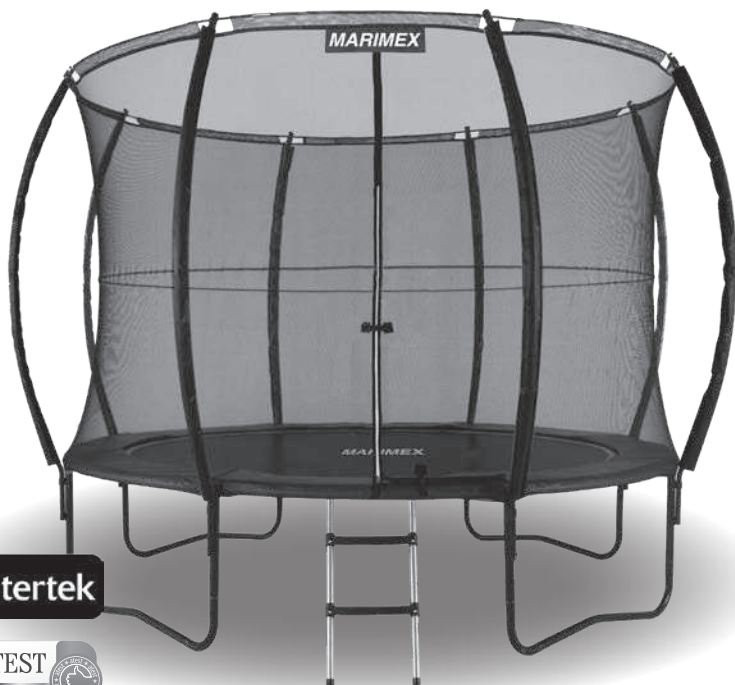
CZ

SK

DE

EN

## Návod k trampolíně Marimex Comfort



Intertek

ATEST

- ▶ stability
- ▶ odolnosti plochy
- ▶ pevnosti konstrukce
- ▶ bezpečnosti sítě

BEZPEČNOST  
OVĚŘENA

Trampolína velikosti  
305 cm a 366 cm



# Návod k trampolíně Marimex Comfort

## Poděkování

Děkujeme, že jste zakoupili trampolínu od společnosti Marimex. Věříme, že vám bude dělat radost mnoho let a vy i vaši blízcí s ní zažijete hezké chvíle. Před sestavením trampolíny si pečlivě prostudujte tento manuál. Doporučujeme manuál uschovat pro případ budoucí potřeby.

Váš Marimex



## Obsah balení

| Č. | 305 ID   | 366 ID   | Název dílu                      | 305 cm | 366 cm |
|----|----------|----------|---------------------------------|--------|--------|
| 1  | 19000200 | 19000201 | Trubka rámu                     | 8      | 8      |
| 2  | 19000202 | 19000202 | T spoj rámu                     | 8      | 8      |
| 3  | 19000203 | 19000204 | Nástavec na nohu                | 8      | 8      |
| 4  | 19000205 | 19000206 | Noha trampolíny                 | 4      | 4      |
| 5  | 19000209 | 19000210 | Kryt rámu                       | 1      | 1      |
| 6  | 19000207 | 19000208 | Skákací plocha s elasticou sítí | 1      | 1      |
| 8  | 19000222 | 19000222 | Upínací nástroj                 | 2      | 2      |
| 14 | 19000219 | 19000219 | Šrouby (sada)                   | 8      | 8      |
| 15 | 19000220 | 19000220 | Nářadí (imbus klíč)             | 1      | 1      |
| 17 | 19000223 | 19000224 | Žebřík                          | 1      | 1      |
| 16 |          |          | Návod                           | 1      | 1      |
| 7  | 19000221 | 19000221 | Hák pro skákací plochu          | 88     | 104    |
| 9  | 19000211 | 19000212 | Ochranná síť                    | 1      | 1      |
| 10 | 19000215 | 19000215 | Stojna ochranné sítě horní      | 8      | 8      |
|    | 19000216 | 19000216 | Kryt pěnový                     |        |        |
|    | 19000217 | 19000217 | Držák plastový                  |        |        |
| 11 | 19000225 | 19000225 | Stojna ochranné sítě dolní      | 8      | 8      |
|    | 19000216 | 19000216 | Kryt pěnový                     |        |        |
| 12 | 19000218 | 19000218 | PVC rukáv                       | 8      | 8      |
| 13 | 19000213 | 19000214 | Obruč ochranné sítě             | 8+1    | 10+1   |





## Než začnete stavět

**UPOZORNĚNÍ:** Trampolína musí být postavena pouze na travnaté ploše. Není určena na jakýkoli tvrdý povrch. Použijte k sestavení přiložené nářadí.

**VAROVÁNÍ:** Doporučujeme použití ochranných rukavic během montáže, aby se předešlo skřípnutí. K montáži trampolíny je zapotřebí alespoň 2 osob v dobré fyzické kondici.

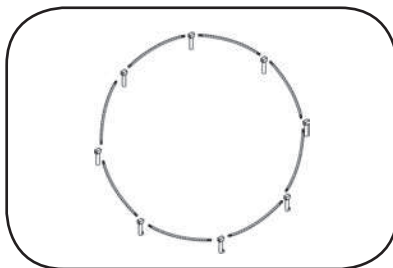
Během období nepoužívání může být tato trampolína snadno rozebrána a uložena.



## MONTÁŽ RÁMU

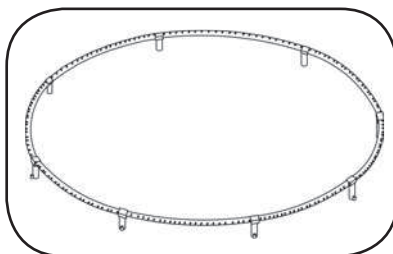
### Krok 1

Rozložte všechny díly rámu trampolíny a T spojuj do kruhu, jak je zobrazeno.



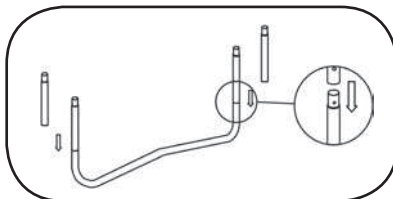
### Krok 2

Spojte širší konec trubky rámu s T spojem. Pokračujte, dokud nevznikne kruh. Spojení posledních dvou dílů vyžaduje pomoc druhé osoby, která by měla přidržovat protější stranu kruhu. Poznámka: Přivařený díl T spoje musí směřovat ven.



### Krok 3

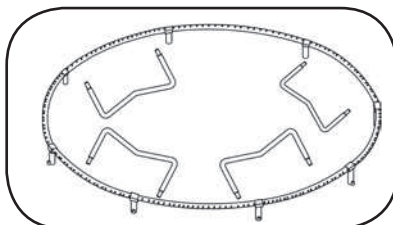
Nasaňte nástavce nohy na nohu trampolíny. Ujistěte se, že aretační kolíky jsou řádně zacvaknuté. Stejně sestavte všechny nohy trampolíny.



### Krok 4

Umístěte všechny nohy trampolíny dovnitř kruhového rámu tak, aby se zarovnal s T spojem.

Poznámka: zajišťovací kolík směřuje nahoru.

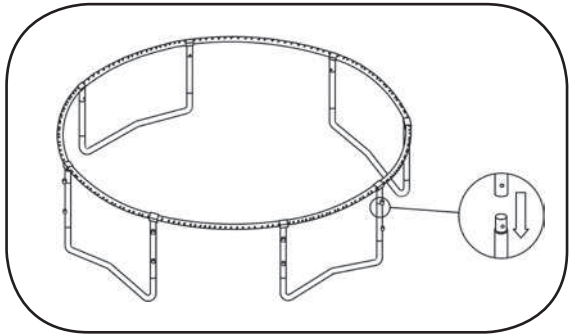




## Krok 5

Zvedněte rám na jedné straně a připevněte nohy trampolíny ke kruhovému rámu.

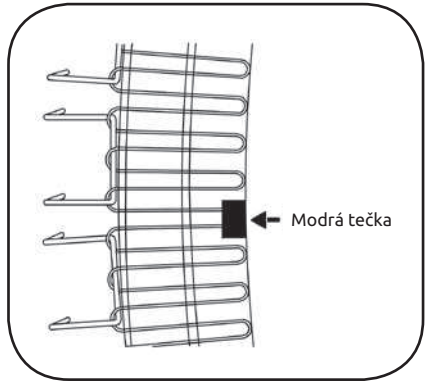
Poznámka: Pro zvedání rámu na opačné straně jsou vyžadovány dvě nebo více osob.



## Krok 6

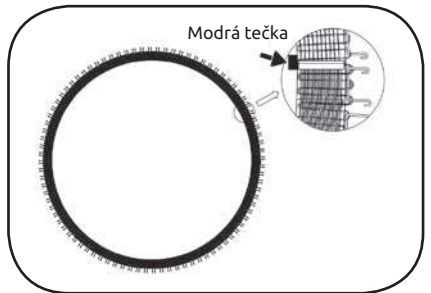
Pro připojení skákací plochy k rámu je třeba nejprve nasadit ocelové háky. Každý hák spojuje 3 oka skákací plochy. Na skákací ploše najdete jeden z modrých bodů a to je počáteční bod pro připojení háků. Při práci vlevo nebo vpravo od počátečního bodu nasadte háky provlečením skrz 3 oka mřížky skákací plochy.

Držte hák tak, aby oblá část háku směřovala nahoru a úchyty dolů. Potom provlékněte hák skrz první oko spodem, skrz druhé vrchem a nakonec spodem skrz třetí oko. Všechna oka by nyní měla být provlečena háky.



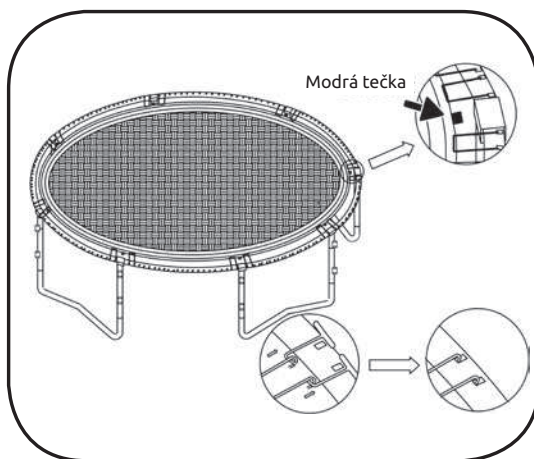
## Krok 7

Spojte začátek a konec sítě. Hák prochází elastickou sítí pouze na tomto místě 6 oky. Vložte skákací plochu do rámu. Zajistěte, aby skákací plocha směřovala křížem / logem nahoru a směrem tam, kde bude umístěn vstup.



## Krok 8

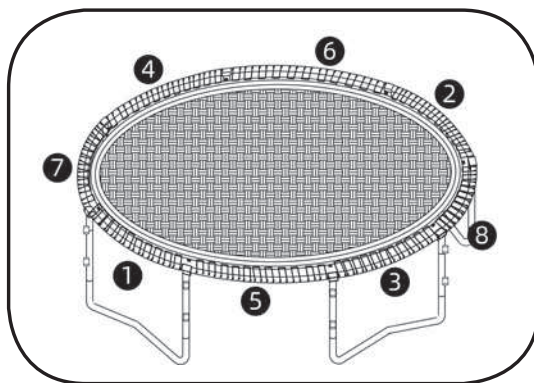
Připojte ocelové háky k trubce rámu. Vyberte jeden ocelový hák, který je vedle modré tečky, pomocí upínacího nástroje jej připojte k otvorům trubky rámu vedle odpovídajícího T spoje. Ujistěte se, že modrá tečka směřuje k T spoji. Opakujte připojení ocelových háků vedle každého T spoje spočtením počtu ocelových háků a odpovídajících otvorů na trubce rámu.



## Krok 9

Rovnoměrně připojte všechny ostatní ocelové háky. Pro usnadnění montáže doporučujeme, aby jeden dospělý při upevnění ocelových háků pomohl přidržovat rám, aby se zabránilo pohybu trampolíny. Doporučujeme také postupovat podle čísel na obrázku a upnout plochu symetricky a rovnoměrně.

**VAROVÁNÍ:** Pro bezpečné upevnění háků použijte přiložené nářadí a používejte rukavice k ochraně vašich rukou. Trampolína je pod silným napětím, je třeba více úsilí k připevnění ocelových háků k rámu. Dávejte pozor, abyste si nepřiskřípli prsty nebo neklouzli. Může dojít k vážnému zranění.

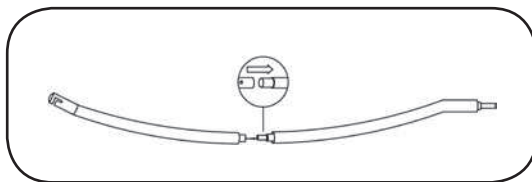






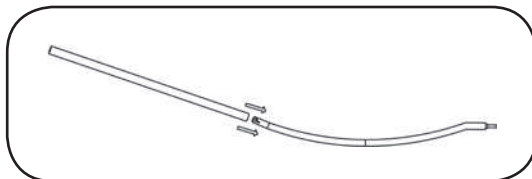
### Krok 13

Připojte všechny horní stojny bezpečnostní sítě s dolními stojnami k sobě a ujistěte se, že je aretační kolík zajištěný.



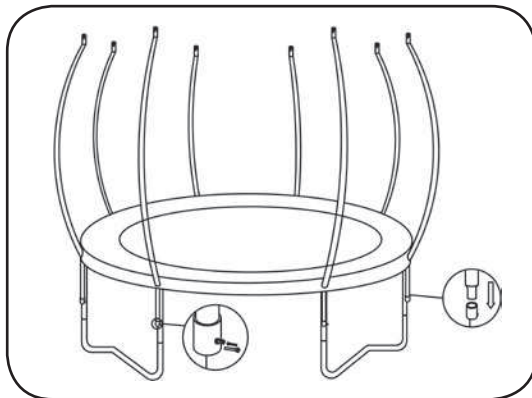
### Krok 14

Natáhněte rukáv na celou stojnu.



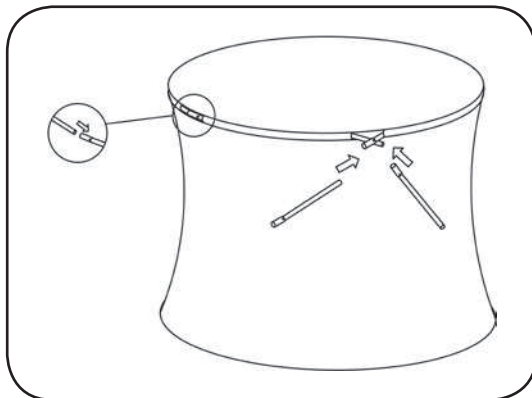
### Krok 15

Vložte dolní konec stojny do obou svařovaných trubek T spoje a nástavce na nohu, jednu po druhé, jak je znázorněno na obrázku. Připevněte stojny bezpečnostní sítě přiloženými šrouby ke spodním navařeným trubkám. (Použijte šestihřanný klíč ve tvaru L.)



### Krok 16

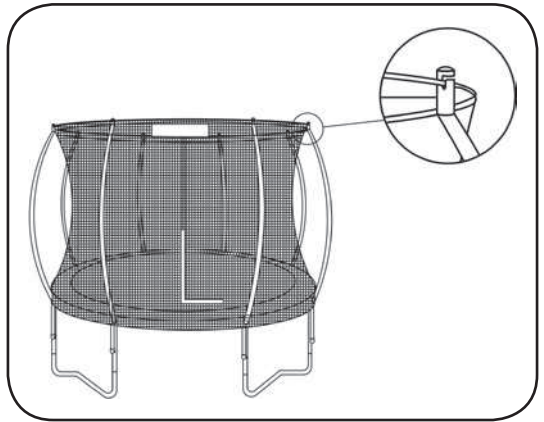
Vložte sklolaminátové tyče obruče jednu po druhé do připraveného otvoru po horním obvodu ochranné sítě. Spojte konce první a poslední tyče pomocí stříbrného konektoru. (Pokud je součástí 1 kratší tyč, použijte ji jako poslední.)





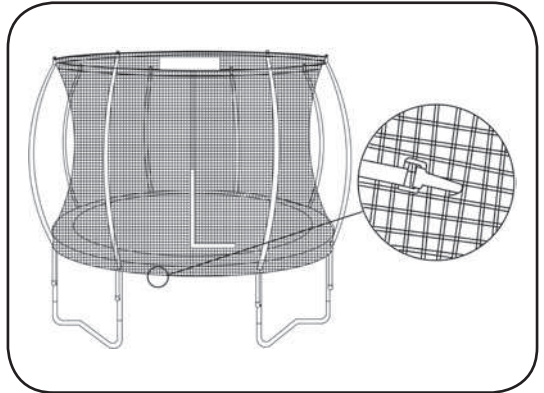
### Krok 17

Položte bezpečnostní síť na skákací plochu. Stoupněte si dovnitř kruhu na skákací plochu a zvedněte obruč se sítí a postupně ji nasadíte do černých plastových držáků na stojnách.



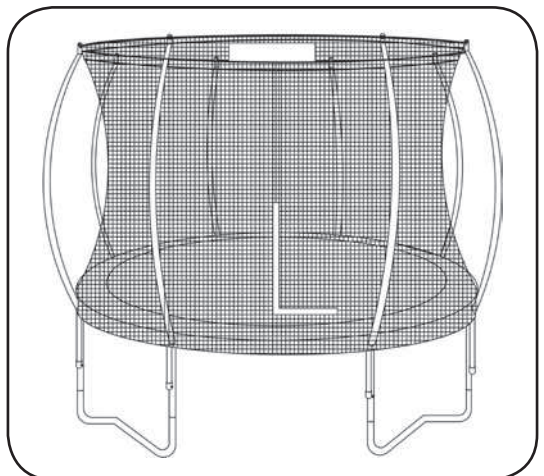
### Krok 18

Najděte plastové háčky na spodní straně bezpečnostní sítě a zahákněte je na zadní část elastické sítě



### Krok 19

Nyní je instalace vaší trampolíny dokončena.



Max. nosnost 150 kg  
Nevhodné pro děti do 36 měsíců



# Bezpečnostní plaketa – trampolína

CZ

## VAROVÁNÍ

Maximální nosnost 150 kg. Neslouží ke komerčním účelům. Pouze pro venkovní použití. Trampolína by měla být složena dospělou osobou a kontrolována před každým použitím. Určeno pouze pro jednu osobu, nebezpečí úrazu. Vždy zavírejte síť před skákáním. Skákejte bez bot. Nepoužívejte, pokud je skákací plocha mokrá. Vždy před skákáním odstraňte všechny předměty z kapes. Neskákejte s ostrými předměty. Vždy skákejte na středu skákací plochy. Nejezte při skákání na trampolíně. Nevyskakujte z trampolíny. Dělejte si pravidelné přestávky mezi skákáním. Nepoužívejte za silného větru a vždy trampolínu ukotvěte nebo zajistěte proti pohybu.



## INSTRUKCE

Trampolína není určena k zakopání do země. Pokud potřebujete trampolínu posunout a je to opravdu nevyhnutelné, je k tomu třeba 4 osob, které jsou rozestoupeny rovnoměrně kolem trampolíny. Trampolínu je vhodné umístit na rovnou plochu alespoň 2 m od překážek, jako je plot, garáž, dům, větve stromů, prádelní šňůry nebo dráty elektrického vedení. Trampolína by neměla být umístěna na tvrdém povrchu (asfalt, beton), ani nad potenciálně nevhodným prostorem (např. bazén, houpačka, klouzačka, lezecká stěna). Změny provedené uživatelem na originálu trampolíny (např. přídavné zařízení) by měly být provedeny v souladu s návodem dodavatele.



## ÚDRŽBA

Před každým skákáním zkontrolujte trampolínu a její části (rám, elastickou síť, skákací plochu a ochranou síť). Pokud zjistíte poškození, trampolínu z důvodu bezpečnosti nepoužívejte. Dále jsou nezbytné a doporučené kontroly:

- zkontrolujte dotažení všech matic a šroubů a v případě potřeby je dotáhněte;
- zkontrolujte, zda jsou neporušené všechny aretační kolíky a během skákání se nemohou uvolnit;
- zkontrolujte všechny krytiny a ostré hrany a v případě potřeby je vyměňte;
- uchovejte návod k údržbě;

Venkovní trampolíny by měly být vybaveny zařízením, které by za silných větrných podmínek zabránilo přemístění způsobenému větrem (např. ocelové tyče v zemi nebo zatížení jako je pytel s pískem nebo vodní vaky) a / nebo by se měly odstranit předměty zachycující vítr jako síť a skákací plocha. V některých zemích může během zimního období trampolínu poškodit sněhové zatížení a velmi nízká teplota. Doporučuje se odstranit sníh a uložit skákací plochu a síť dovnitř. Zkontrolujte, zda skákací plocha, kryt rámu a síť jsou bez závad; vyměňte skákací plochu s elastickou sítí po 2 letech používání. Ujistěte se, že během používání trampolíny jsou háky a smyčky správně spojeny. Za silného větru odstraňte síť a / nebo upevněte trampolínu k zemi.

DODAVATEL: MARIMEX CZ, S.R.O., LIBUŠSKÁ 221/264, PRAHA 4,  
TEL.+420 261 222 111



## INFORMACE K POUŽÍVÁNÍ TRAMPOLÍNÝ

Zpočátku byste si měli zvyknout na pocit při skákání na trampolíně. Důraz musí být kladen na základní pozici vašeho těla a měli byste cvičit každý odraz/skok (základní odrazy), dokud nebudete schopni každou dovednost vykonat s lehkostí a kontrolovaně.

**Chcete-li přestat skákat, vše, co musíte udělat, je propnout kolena (narovnat nohy), než se dostanou do kontaktu se skákačím plochou.** Toto je základní technika a měla by být praktikována, když se učíte každý ze základních odrazů. Dovednost „přerušující manévr“ by se měla používat vždy, když ztratíte rovnováhu nebo kontrolu nad manévrem, nebo pokud se právě učíte, jak skákat na trampolíně. Pokud nepoužijete manévr „zabzdění“, zvýšíte riziko zranění přistáním na rámu, elastické síti nebo pádu z trampolíny, pokud ztratíte kontrolu nad skokem. Kontrolovaný skok je považován za přistání na stejném místě, ze kterého jste se odrazili. Pokud při skákání na trampolíně ztratíte rovnováhu, použijte při přistávání manévr „brzdění“, což vám umožní znovu získat kontrolu a zastavit skok.

**Salta (kotrmelce):** Doporučujeme, abyste na této trampolíně NEPROVÁDĚLI kotrmelce jakéhokoli typu (dozadu nebo dopředu). Pokud uděláte chybu, když se pokoušíte provést kotrmelec, můžete dopadnout na hlavu nebo krk a způsobit si vážné zranění.

**Cizí předměty:** NEPOUŽÍVEJTE trampolínu, pokud jsou na ní domácí zvířata, jiní lidé nebo jiné předměty. Tím se zvýší šance na zranění. NIKDY nedržte žádné předměty v ruce a NEPOKLÁDEJTE žádné předměty na trampolínu, když ji někdo používá. Při používání trampolíny mějte na paměti, co je nad hlavou. Větve stromů, dráty nebo jiné předměty umístěné nad trampolínou zvyšují pravděpodobnost zranění.

**Počet lidí na trampolíně:** Trampolínu by neměla používat více než jedna osoba. Přítomnost více osob na trampolíně současně může zvýšit riziko zranění.

**Špatná údržba trampolíny:** Trampolína ve špatném stavu zvyšuje riziko zranění. Před každým použitím zkontrolujte trampolínu, zda nemá ohnuté ocelové trubky, děravou síť či skákačím plochu, uvolněnou nebo poškozenou elastickou síť a celkovou stabilitu trampolíny.

**Umístění trampolíny:** Trampolína musí být vždy umístěna a používána na vodorovném povrchu. Pokud nepoužijete trampolínu na vodorovném povrchu, může to zvýšit pravděpodobnost zranění nebo poškození trampolíny.

**Počasí:** Při používání trampolíny mějte na paměti povětrnostní podmínky. Pokud je skákačím plocha trampolíny mokrá, může účastník uklouznout a zranit se. Silný vítr může také způsobit ztrátu rovnováhy.

**Omezení přístupu:** Když trampolína není používána, vždy ukládejte přístupový žebřík na bezpečném místě, aby si na trampolíně nemohly hrát děti bez dozoru.



# TIPY NA SNÍŽENÍ RIZIK ÚRAZŮ

CZ

## Skokan (uživatel):

Klíčem k tomu, jak se vyhnout nehodám, je mít kontrolu nad svými skoky. NEPOSTUPUJTE ke komplikovanějším a obtížnějším manévřům, dokud nezládnete základní skok/odraz. Vzdělávání je také klíčem k bezpečnosti a je velmi důležité. Před použitím trampolíny si přečtěte návod a všechna bezpečnostní opatření a varování. Kontrolovaný skok je přistání na stejné místo po výskoku. Další bezpečnostní tipy a pokyny získáte od certifikovaného instruktora.

## Dozor (dohlížitel):

Při dohledu nad ostatními uživateli trampolíny musí dohlížitel chápat a vymáhat všechna bezpečnostní pravidla a pokyny. Je jeho odpovědností, aby všem skokanům poskytl rady a pokyny. Pokud není dohled k dispozici nebo je nedostatečný, trampolína může být uložena na bezpečném místě, rozebrána, aby se zabránilo neoprávněnému použití, nebo přikryta těžkou plachtou, kterou lze zajistit zámkem nebo řetězy. Dohlížitel je rovněž odpovědný za to, aby byl na trampolíně umístěn bezpečnostní štítek a aby byli o těchto varováních a pokynech informováni uživatelé.

# BEZPEČNOSTNÍ POKYNY K TRAMPOLÍNĚ



## SKOKANI:

- Nepoužívejte trampolínu po požití alkoholu a jiných drog.
- Před vstupem na trampolínu odstraňte všechny tvrdé a ostré předměty z kapes.
- Měli byste vstupovat a vystupovat kontrolovaným a pečlivým způsobem. Nikdy neskákejte na trampolínu z výšky ani z ní na zem a nikdy nepoužívejte trampolínu jako zařízení k odrazu na jiné místo nebo do jiného prostoru.
- Před vyzkoušením složitějších typů odrazů se vždy naučte základní skoky a je třeba zvládnout jednotlivé typy odrazů. Přečtěte si a naučte se základní dovednosti.
- Chcete-li přestat skákat, je třeba propnout kolena před dopadem na skákačí plochu.
- Mějte vždy skákání na trampolíně pod kontrolou. Kontrolovaný skok je považován za přistání na stejném místě, ze kterého jste se odrazili. Pokud nad skákáním ztratíte kontrolu, pokuste se zastavit.
- Neskákejte po delší dobu nebo příliš vysoko několik po sobě jdoucích skoků.
- K zachování kontroly se během skákání dívejte na skákačí plochu.
- Nikdy by nemělo skákat více osob současně.
- Vždy mějte zajištěný dozor při skákání na trampolíně.

## DOZOR:

- Seznamte se se základními skoky a bezpečnostními pravidly. Aby se předešlo zraněním a snížilo se riziko, prosazujte všechna bezpečnostní pravidla a zajistěte, aby se noví skokani naučili základní odrazy, než vyzkouší obtížnější a pokročilejší skoky.
- Je nutné zajistit dozor všem skokanům bez ohledu na jejich zkušenosti a věk.
- Nepoužívejte trampolínu nikdy, pokud je skákačí plocha mokrá, poničená, špinavá nebo opotřebovaná. Trampolína by měla být vždy před skákáním zkontrolována.

- Odstraňte všechny předměty z trampolíny, které se mohou střetnout se skokanem. Dávejte pozor na to, co je nad a pod trampolínou a okolo ní.
- Aby se zabránilo neoprávněnému použití, měla by být trampolína zajištěna, pokud se nepoužívá



## Všeobecná bezpečnost:

Neskákejte na trampolíně po delší dobu, protože únava může zvýšit vaše šance na zranění. Přerušete skákání na krátkou dobu a umožněte ostatním, aby se zapojili do zábavy! Na trampolíně nikdy neskáče více než jedna osoba.

Skokani by měli mít tričko, kraťasy nebo tepláky a měkké gymnastické boty, silné ponožky nebo být naboso. Pokud teprve začínáte, možná budete chtít obléct triko s dlouhými rukávy a dlouhé kalhoty, abyste zabránili poškrábání a oděru, dokud nezvládnete správné přistávací pozice. Nenoste boty s tvrdou podrážkou, jako jsou tenisové boty, protože by to způsobilo nadměrné opotřebení materiálu skákací plochy. Vždy byste měli trampolínu správně smontovat a demontovat, abyste se vyhnuli zranění. Při montáži byste měli rám chytit rukou a vylézt nebo se překulit přes elastickou síť na skákací plochu. Měli byste vždy pamatovat na to, abyste se rámu vždy chytili rukama. Nestoupejte přímo na kryt rámu ani se za něj nechtejte. Chcete-li správně slézt, přesuňte se na okraj trampolíny, chyťte se rukou rámu jako podpěry a vystupte ze skákací plochy na zem. Malým dětem je potřeba při montáži a demontáži trampolíny pomoci.

Neskákejte na trampolíně bezohledně, protože to zvýší vaše šance na zranění. Klíčem k bezpečnosti a zábavě na trampolíně je ovládnutí a zvládnutí různých skoků. Nikdy se nepokoušejte skokem odrazit jiného skokana do výšky! Nikdy nepoužívejte trampolínu samostatně bez dozoru.



## UMÍSTĚNÍ TRAMPOLÍNY

Minimální požadovaná výška prostoru nad trampolínou je 24 stop (7,3 m). Pokud jde o vodorovnou vzdálenost, ujistěte se, že se v blízkosti trampolíny nenacházejí žádné nebezpečné předměty, jako jsou větve stromů, jiné rekreační vybavení (tj. houpačky, bazény), elektrické vedení, zdi, ploty atd. Při výběru místa pro trampolínu a její bezpečné použití mějte na paměti následující:

- Trampolína MUSÍ být při používání umístěna na vodorovném povrchu.
- Prostor by měl být dobře osvětlen.
- Ujistěte se, že pod trampolínou, nad ní nebo kolem ní nejsou žádné překážející předměty.

## KLASIFIKACE ÚRAZŮ

**Montáž a demontáž:** Při nástupu a výstupu z trampolíny buďte velmi opatrní. NEMONTUJTE trampolínu, pokud se někdo chytá krytu rámu, šlape na elastickou síť nebo skáče na skákací plochu z výšky (např. z patra, ze střechy nebo žebříku). Tím se zvyšuje vaše šance na zranění! NESKLÁDEJTE trampolínu, pokud z ní někdo

seskakuje na zem, bez ohledu na povrch země. Pokud si na trampolíně hrají malé děti, mohou potřebovat pomoc při nástupu a výstupu.

**Užívání alkoholu nebo drog:** NEPOUŽÍVEJTE alkohol ani drogy, když používáte tuto trampolínu! Tím se zvyšuje vaše šance na zranění, protože tyto cizí látky narušují váš úsudek, reakční dobu a celkovou fyzickou koordinaci.

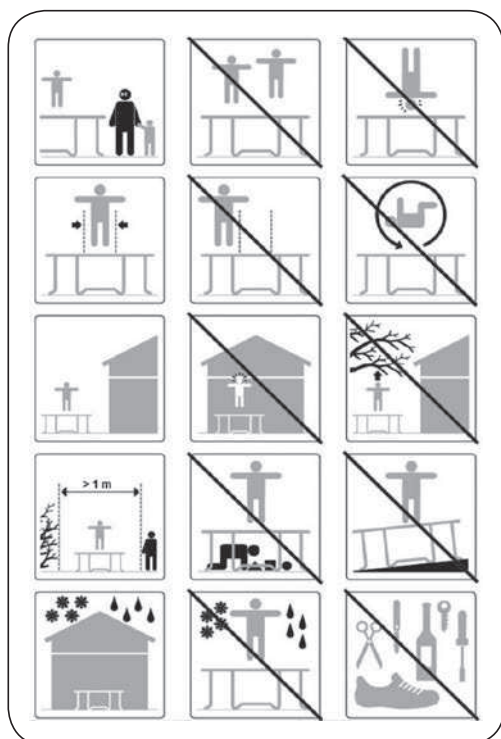
**Více skokanů:** Pokud skáče více skokanů najednou (více než jedna osoba na trampolíně současně), zvýšíte šanci na zranění. Zranění může nastat, když vypadnete z trampolíny, ztratíte kontrolu, srazíte se s jiným skokanem nebo přistanete na elastické síti.

Obecně dochází ke zranění u nejllehčí osoby na trampolíně.

**Střet s rámem elastické sítě:** Při použití trampolíny je třeba zdržovat se uprostřed skákací plochy. Tím se sníží vaše riziko zranění při střetu s krytem elastické sítě.

Vždy mějte rám trampolíny zakrytý polstrovaným krytem. NESKÁKEJTE ani NESTOUPEJTE přímo na na polstrovaný kryt, protože není určen k tomu, aby unesl váhu člověka.

**Ztráta kontroly:** NEZKOUŠEJTE složitější manévry, dokud se nenaučíte zvládat základní skoky. Pokud tyto pokyny nedodržíte, zvýšíte tím riziko zranění sebe nebo další osoby.



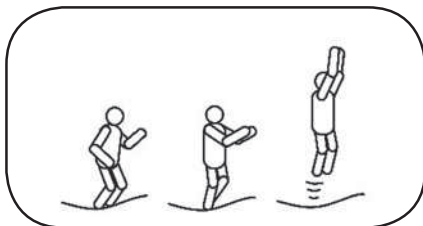


# TRÉNINGOVÝ PLÁN ZÁKLADNÍCH SKOKŮ NA TRAMPOLÍNĚ

Minimální požadovaná výška prostoru nad trampolínou je 24 stop (7,3 m). Pokud jde o vodorovnou vzdálenost, ujistěte se, že se v blízkosti trampolíny nenacházejí žádné nebezpečné předměty, jako jsou větve stromů, jiné rekreační vybavení (tj. houpačky, bazény), elektrické vedení, zdi, ploty atd. Při výběru místa pro trampolínu a její bezpečné použití mějte na paměti následující:

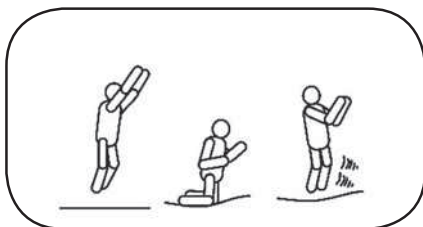
## 1. lekce

- nastupování a vystupování
- základní skok – předvedení a praktické provádění
- přerušovací manévr – předvedení a praktické provádění
- skok na ruce/kolena - předvedení a praktické provádění



## 2. lekce

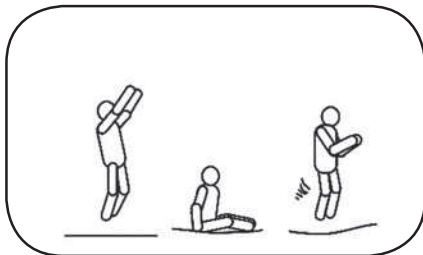
- zopakování 1. lekce
- skok do sedu – předvedení a praktické provádění
- skok na kolena – předvedení a praktické provádění
- začněte skokem do sedu a ukončete skokem na kolena



## 3. lekce

- zopakujte si, co jste se naučili v předchozích lekcích
- poloviční otočka – po doskoku na plochu se pomocí rukou otočte doprava nebo doleva (na koleno nebo v sedě)

a poté se vraťte do výchozí pozice  
Absolvováním těchto tří lekcí si osvojíte základní techniky skákání na trampolíně. V budoucnu dávejte stále pozor na kontrolu a techniku prováděných skoků.



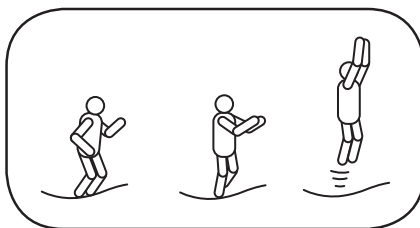
Následující hru lze hrát za účelem postupného přivykání uživatelů na trampolínu: Hráč č. 1 začne jedním skokem, hráč č. 2 tento skok zopakuje a přidá další. Hráči se střídají a vždy jeden skok přidají. Ten, kdo dokáže provést všechny skoky až do konce, stane se vítězem. I zde je důležité, aby všechny skoky byly prováděny kontrolovaně! Nezkoušejte příliš těžké skoky, které neovládáte. Pokud chcete své umění dále zlepšovat, měli byste vyhledat certifikovaného instruktora pro používání trampolíny.





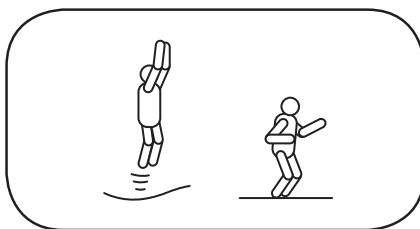
## Základní skok

- Začněte v pozici ve stoje, nohy rozkročte na šířku ramen, očima sledujte skákačí plochu.
- Natáhněte paže vpřed a směrem vzhůru a krouživými pohyby dokola.
- Při výskoku do vzduchu spojte nohy k sobě, prsty směřují dolů.
- Při doskoku mějte nohy opět na šířku ramen.



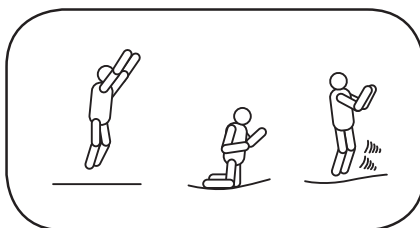
## Přerušovací manévr

- Pokud ztratí skokan kontrolu, přerušovacím manévrem ji může získat zpět.
- Začněte základním skokem, ale při dopadu nechte pokrčená kolena – tím skok přerušíte.



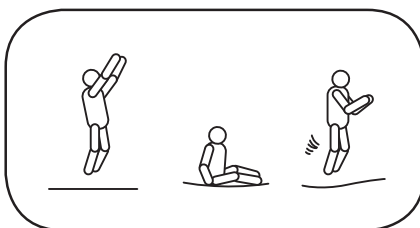
## Skok na kolena

- Začtete základním skokem a držte se nízko nad skákačí plochou.
- Dopadněte na kolena se vzpřímenými zády, srovnejte tělo, použijte ruce k udržení rovnováhy.
- Vyskočte zpět do základní pozice za pomoci máchnutí rukou vzhůru.



## Skok do sedu

- Skočte do rovného sedu.
- Umístěte ruce na podložku podél kyčlí.
- Vraťte se do vzpřímené pozice, při odrazu si pomozte rukama.





## Záruční podmínky

- Trampolína byla vyrobena z materiálů vysoké kvality provedení. Všechny součástky byly zkontrolovány a shledány nezávadnými.
- Záruka platí po dobu dvou let od data nákupu. Uschovejte všechny doklady o nákupu společně s návodem. Doklad o nákupu bude požadován při uplatňování záručních nároků.
- Reklamacce zboží se řídí právním řádem ČR.
- Záruka se vztahuje na veškeré vady způsobené chybou ve výrobě nebo vadou materiálu ovlivňující jejich funkčnost.
- Kupující je povinen po zakoupení trampolíny zkontrolovat, zda není porušen transportní obal nebo poškozena jiná část. V případě, že dojde ke zjištění vady, tak neprodleně o této skutečnosti informujte prodejce.
- Vykazuje-li trampolína zjevné vady, které se projeví ihned po zprovoznění, a pro které zařízení nelze užívat, je kupující povinen zboží bez odkladu reklamovat.
- Při zjištění závady na jednotlivých částech trampolíny reklamujte pouze vadnou část s viditelně označeným místem poškození.

## Záruka se nevztahuje na

- Opotřebení v důsledku nesprávné instalace nebo nesprávného používání, příp. nesprávného uskladnění.
- Běžné opotřebení zařízení odpovídající charakteru a době jeho užívání.
- Vady způsobené mechanickým poškozením.
- Vady způsobené vlivem živelných sil.
- Vady vzniklé v důsledku použití nestandardních prostředků a nevhodných čistících pomůcek.
- Přirozenou ztrátu stálobarevnosti s ohledem na působení slunečního záření.
- Deformace vzniklé v souvislosti s nestabilním nebo neupraveným podložím.
- Konstrukce a schůdky nejsou vyrobeny z nerezového materiálu a proto může dojít působením vlhkosti ke korozi. Záruka se nevztahuje na případnou korozi ocelové konstrukce nebo schůdků.

BEZPEČNOST  
OVĚŘENA

Intertek

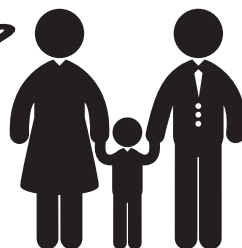


### Kontakty

[www.marimex.cz](http://www.marimex.cz)

Zákaznické centrum  
tel.: 261 222 111

e-mail: [info@marimex.cz](mailto:info@marimex.cz)



# Návod k trampolíne Marimex

## Comfort

### Pod'akovanie

Ďakujeme, že ste si zakúpili trampolínu od spoločnosti Marimex. Veríme, že Vám bude robiť radosť veľa rokov a Vy a Vaši blízky s ňou zažijete pekné chvíle. Pred zostavením trampolíny si starostlivo preštudujte tento manuál. Odporúčame manuál uschovať pre prípad budúcej potreby.

Váš Marimex



### Obsah balení



| Č. | 305 ID   | 366 ID   | Názov dielu                         | 305 cm | 366 cm |
|----|----------|----------|-------------------------------------|--------|--------|
| 1  | 19000200 | 19000201 | Trubka rámu                         | 8      | 8      |
| 2  | 19000202 | 19000202 | T spoj rámu                         | 8      | 8      |
| 3  | 19000203 | 19000204 | Nástavec na nohu                    | 8      | 8      |
| 4  | 19000205 | 19000206 | Noha trampolíny                     | 4      | 4      |
| 5  | 19000209 | 19000210 | Kryt rámu                           | 1      | 1      |
| 6  | 19000207 | 19000208 | Skákacia plocha s elastickou sieťou | 1      | 1      |
| 8  | 19000222 | 19000222 | Upínacie nástroj                    | 2      | 2      |
| 14 | 19000219 | 19000219 | Skrutky (sada)                      | 8      | 8      |
| 15 | 19000220 | 19000220 | Náradie (imbusový kľúč)             | 1      | 1      |
| 17 | 19000223 | 19000224 | Rebrík                              | 1      | 1      |
| 16 |          |          | Návod                               | 1      | 1      |
| 7  | 19000221 | 19000221 | Hák pre skákaciu plochu             | 88     | 104    |
| 9  | 19000211 | 19000212 | Ochranná sieť                       | 1      | 1      |
| 10 | 19000215 | 19000215 | Stojka ochrannej siete horná        | 8      | 8      |
|    | 19000216 | 19000216 | Penový kryt                         |        |        |
|    | 19000217 | 19000217 | Držiak plastový                     |        |        |
| 11 | 19000225 | 19000225 | Stojka ochrannej siete dolná        | 8      | 8      |
|    | 19000216 | 19000216 | Penový kryt                         |        |        |
| 12 | 19000218 | 19000218 | PVC rukáv                           | 8      | 8      |
| 13 | 19000213 | 19000214 | Obruč ochrannej siete               | 8+1    | 10+1   |



















## Upozornenie

Pred zahájením montáže výrobku si prosím starostlivo prečítajte montážne pokyny. Tabuľka nižšie odkazuje na popis dielov a ich počty v súvislosti s veľkosťou Vašej trampolíny. Montážny postup zahŕňa označenie dielov a čísla pre Vaše pohodlie. Pomocou nižšie uvedeného výkresu určíte všetky súčasti.



### Tabuľka identifikácie súčastí

|   |   |   |
|---|---|---|
| <b>1</b> Trubka rámu<br>                     | <b>2</b> T spoj rámu<br>                     | <b>3</b> Nástavec na nohu<br>                    |
| <b>4</b> Noha trampolíny<br>                 | <b>5</b> Kryt rámu<br>                       | <b>6</b> Skákacia plocha s elastickou sieťou<br> |
| <b>7</b> Háč pre skákaciu plochu<br>         | <b>8</b> Upínacie nástroj<br>                | <b>9</b> Ochranná sieť<br>                      |
| <b>10</b> Stokna ochrannej siete horná<br> | <b>11</b> Stojka ochrannej siete dolná<br> | <b>12</b> PVC rukáv<br>                        |
| <b>13</b> Obruč ochrannej siete<br>        | <b>14</b> Skrutky (sada)<br>               | <b>15</b> Nástroje (imbus kľúč)<br>            |
|   |   | <b>16</b> Návod<br>                            |



## Skôr ako začnete stavať

**UPOZORNENIE:** Trampolína musí byť postavená len na trávinatej ploche. Nie je určená na akýkoľvek tvrdý povrch. K zostaveniu použite priložené náradie.

**VAROVANIE:** Odporúčame použitie ochranných rukavíc počas montáže, aby sa predišlo privretiu. K montáži trampolíny sú potrebné aspoň 2 osoby v dobrej fyzickej kondícii.

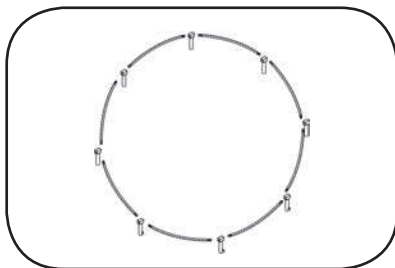
V období nepoužívania môže byť táto trampolína ľahko rozobraná a uložená.



## MONTÁŽ RÁMU

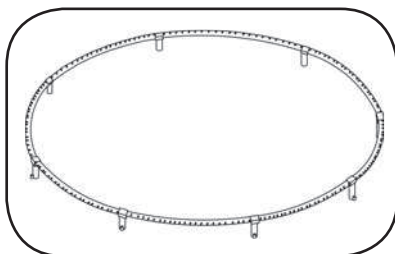
### Krok 1

Rozložte všetky diely rámu trampolíny a T spojov do kruhu tak, ako je to zobrazené.



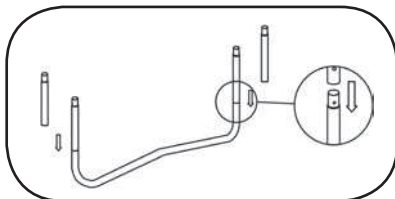
### Krok 2

Spojte širší koniec trubky rámu s T spojom. Pokračujte, až kým nevznikne kruh. Spojenie posledných dvoch dielov vyžaduje pomoc druhej osoby, ktorá by mala pridržovať protiláhlú stranu kruhu. Poznámka: Privarený diel T spoja musí smerovať von.



### Krok 3

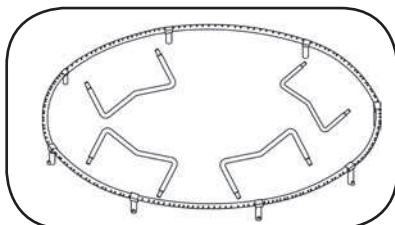
Nasaňte nástavce nohy na nohu trampolíny. Uistite sa, že aretačné kolíky sú riadne zacvaknuté. Rovnako zostavte všetky nohy trampolíny.



### Krok 4

Umiestnite všetky nohy trampolíny do vnútra kruhového rámu tak, aby sa zarovnali s T spojom.

Poznámka: zaistovacie kolíky smeruje nahor.

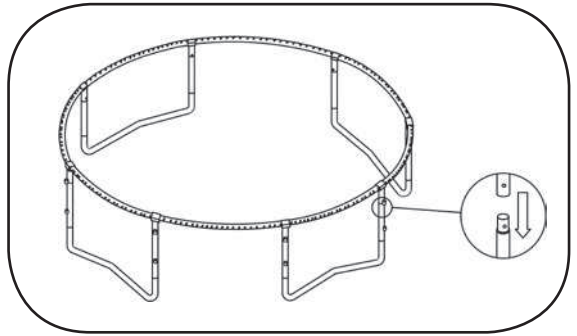




## Krok 5

Zodvihnite rám na jednej strane a pripievajte nohy trampolíny ku kruhovému rámu.

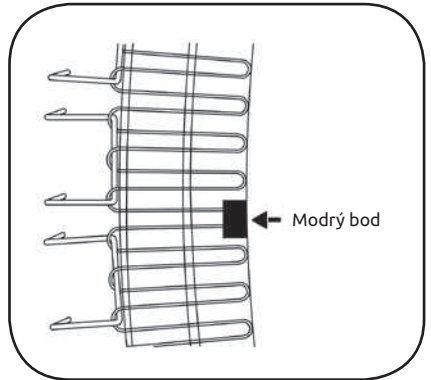
Poznámka: Pre zdvíhanie rámu na opačnej strane sú vyžadované dve alebo viac osôb.



## Krok 6

Na pripojenie skákacej plochy k rámu je potrebné najskôr nasadiť oceľové háky. Každý hák spája 3 oká skákacej plochy. Na skákacej ploche nájdete jeden z modrých bodov a to je počiatočný bod pre pripojenie hákov. Pri práci vľavo alebo vpravo od počiatočného bodu nasadzte háky prevlečením cez 3 oká mriežky skákacej plochy.

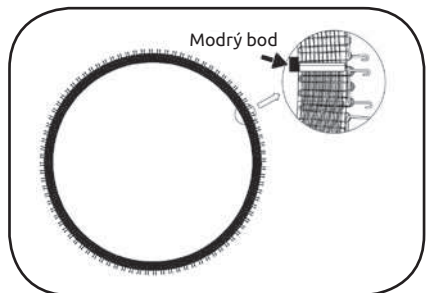
Držte hák tak, aby oblá časť háku smerovala nahor a úchyty dole. Potom prevlečte hák cez prvé oko spodkom, cez druhé vrchom a nakoniec spodkom cez tretie oko. Všetky oká by teraz mali byť prevlečené hákmi.



## Krok 7

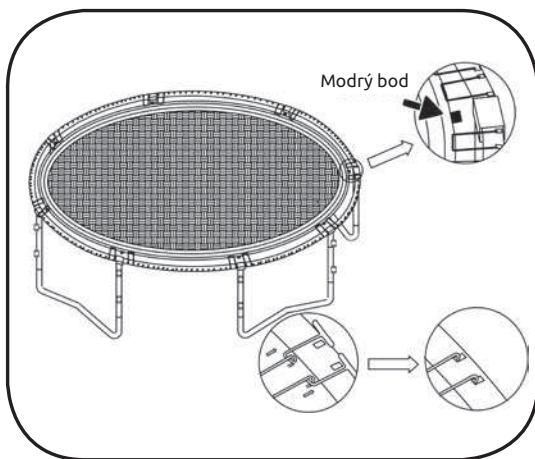
Spojte začiatok a koniec siete. Háč prechádza elastickou sieťou len na tomto mieste 6 okami.

Vložte skákaciu plochu do rámu. Zabezpečte, aby skákacia plocha smerovala krížom / logom nahor a smerom tam, kde bude umiestnený vstup.



## Krok 8

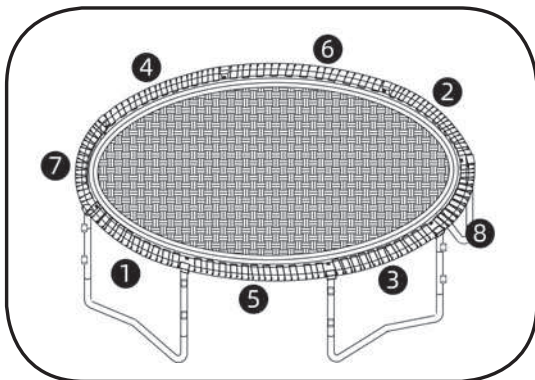
Pripojte ocelové háky k trubke rámu. Vyberte jeden ocelový hák, ktorý je vedľa modrej bodky, pomocou nástroja pre upnutie háčika ho pripojte k otvorom rámovej trubky vedľa zodpovedajúceho konektora T – trubice. Uistite sa, že modrá bodka smeruje ku konektoru T-trubice. Opakujte pripojenie ocelových hákov vedľa každého T konektora spočítaním počtu ocelových háčikov a zodpovedajúcich otvorov na trubke rámu.



## Krok 9

Rovnomerne pripojte všetky ostatné ocelové háky. Pre uľahčenie montáže odporúčame, aby jeden dospelý pri upevnení ocelových hákov pomohol pridržovať rám, aby sa zabránilo pohybu trampolíny. Odporúčame tiež postupovať podľa čísel na obrázku a napnúť plochu symetricky a rovnomerne.

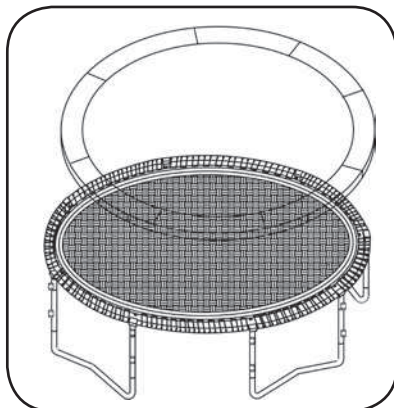
**VAROVANIE:** Pre bezpečné upevnenie hákov použite priložené náradie a používajte rukavice na ochranu Vašich rúk. Trampolína je pod silným napätím, je potrebné väčšie úsilie k pripevneniu ocelových hákov k rámu. Dávajte pozor, aby ste si neprivreli prsty alebo aby ste sa nešmykli. Môže dôjsť k vážnemu zraneniu.





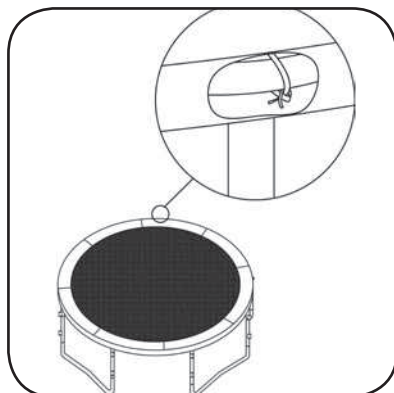
## Krok 10

Položte kryt rámu po obvode trampolíny tak, aby klopy viseli cez vonkajší okraj a tak prilepte suchý zips k sebe. Upravte umiestnenie podložky a uistite sa, že každý spoj je zarovnaný s T spojom rámu.



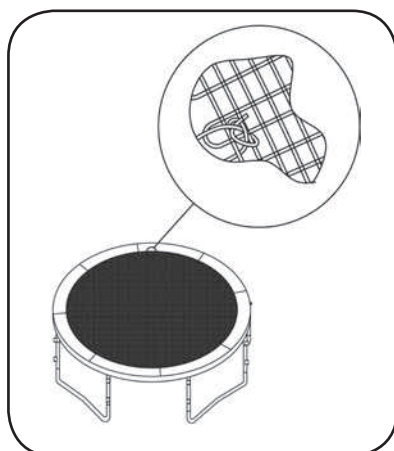
## Krok 11

Všetky čierne pásky pod ochrannou podložkou pripevnite k trubkám rámu, ako na obrázku vyššie.



## Krok 12

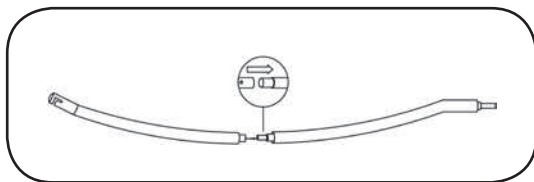
Prevlečte elastické gumičky (pod krytom) cez elastickú sieť a pevne ich pripevnite.





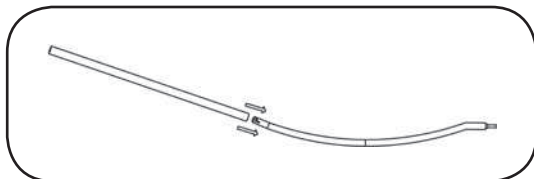
### Krok 13

Pripojte všetky horné stojky bezpečnostnej siete s dolnými stojkami k sebe a uistite sa, že je aretačný kolík zaistený.



### Krok 14

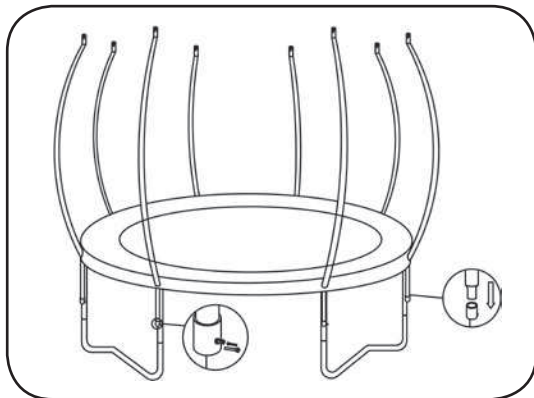
Natiahnite rukáv na celú stojku.



### Krok 15

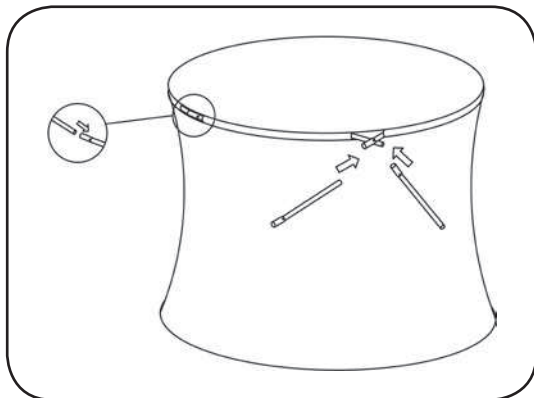
Vložte dolný koniec stojky do oboch zváraných trubiek T spoja a nástavca na nohu, jednu po druhej tak, ako je znázornené na obrázku.

Pripevnite stojky bezpečnostnej siete priloženými skrutkami ku spodným navareným trubkám. (Použite šesťhranný kľúč v tvare L)



### Krok 16

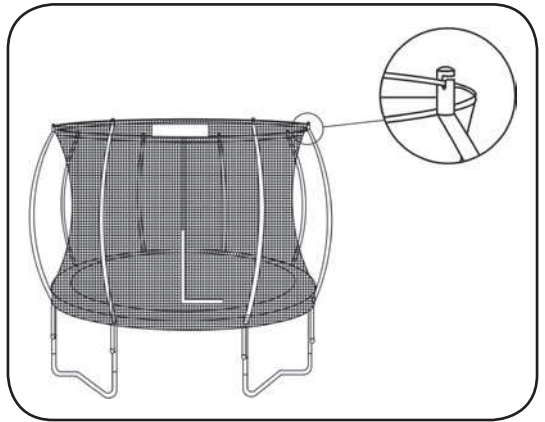
Vložte sklolaminátové tyče obruče jednu po druhej do pripraveného otvoru po hornom obvode ochranej siete. Spojte konce prvej a poslednej tyče pomocou strieborného konektora. (Ak je súčasťou 1 kratšia tyč, použite ju ako poslednú.)





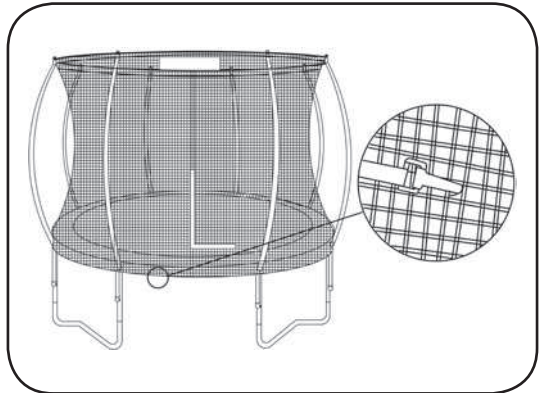
## Krok 17

Položte bezpečnostnú sieť na skákaciu plochu. Postavte sa dovnútra kruhu na skákaciu plochu a zodvihnite obe strany kruhu na sieť a postupne ju nasadíte do čiernych plastových držiakov na stojkách.



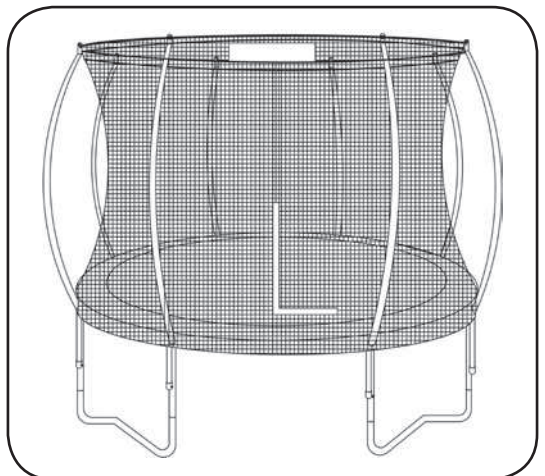
## Krok 18

Nájdite plastové háčiky na spodnej strane bezpečnostnej siete a zaháknite ich na zadnej časti elastickej siete.



## Krok 19

Teraz je inštalácia Vašej trampolíny dokončená.



# Bezpečnostná plaketa – trampolína

SK

## VAROVANIE

Maximálna nosnosť 150 kg. Neslúži ku komerčným účelom. Len na vonkajšie použitie. Trampolína by mala byť zložená dospelou osobou a kontrolovaná pred každým použitím. Určená len pre jednu osobu, hrozí nebezpečenstvo úrazu. Vždy zatvárajte sieť pred skákaním. Skáčajte bez topánok. Nepoužívajte, ak je skákacia plocha mokrá. Vždy pred skákaním odstráňte všetky predmety z vreciek. Neskáčajte s ostrými predmetmi. Vždy skáčajte na strede skákacej plochy. Nejezdte pri skákaní na trampolíne. Nevyskakujte z trampolíny. Robte si pravidelné prestávky medzi skákaním. Nepoužívajte počas silného vetra a vždy trampolínu ukotvite alebo zaistite proti pohybu.



## INŠTRUKCIE

Trampolína nie je určená k zakopaniu do zeme. Ak potrebujete trampolínu posunúť a je to skutočne nevyhnutné, potrebujete k tomu 4 osoby, ktoré sú rozostúpené rovnomerne okolo trampolíny. Trampolínu je vhodné umiestniť na rovnú plochu aspoň 2 m od prekážok, ako je plot, garáž, dom, vetvy stromov, šnúry na prádlo alebo drôty elektrického vedenia. Trampolína by nemala byť umiestnená na tvrdom povrchu (asfalt, betón), ani nad potenciálne nevhodným priestorom (napr. bazén, hojdačka, kĺzačka, lezecká stena). Zmeny uskutočnené užívateľom na originály trampolíny (napr. prídavné zariadenie) by mali byť vykonané v súlade s návodom dodávateľa.



## ÚDRŽBA

Pred každým skákaním skontrolujte trampolínu a jej časti (rám, elastickú sieť, skákaciu plochu a ochrannú sieť). Ak zistíte poškodenie, trampolínu z dôvodu bezpečnosti nepoužívajte. Ďalej sú nevyhnutné a odporúčané kontroly :

- skontrolujte dotiahnutie všetkých matíc a skrutiek a v prípade potreby ich dotiahnite;
- skontrolujte, či sú neporušené všetky aretačné kolíky, ktoré by sa počas skákania mohli uvoľniť;
- skontrolujte všetky krytiny a ostré hrany a v prípade potreby ich vymeňte;
- uschovajte návod k údržbe;

Vonkajšie trampolíny by mali byť vybavené zariadením, ktoré by počas zlých veterných podmienok zabránilo premiestneniu spôsobenému vetrom (napr. ocelové tyče v zemi alebo zaťaženie ako je vreco s pieskom alebo vodné vaky) a/alebo by sa mali odstrániť predmety zachycujúce vietor ako sieť a skákacia plocha. V niektorých krajinách môže počas zimného obdobia trampolínu poškodiť snehové zaťaženie a veľmi nízka teplota. Odporúča sa odstrániť sneh a uložiť skákaciu plochu a sieť dovnútra. Skontrolujte, či je skákacia plocha, kryt rámu a sieť bez poškodenia; vymeňte skákaciu plochu s elastickou sieťou po 2 rokoch používania. Uistite sa, že počas používania trampolíny sú háky a slučky správne spojené. Počas silného vetra odstráňte sieť a/alebo upevnite trampolínu k zemi.

DODAVATEL: MARIMEX CZ, S.R.O., LIBUŠSKÁ 221/264, PRAHA 4,  
TEL.+420 261 222 111



## INFORMÁCIE K POUŽÍVANIU TRAMPOLÍNY

Spočiatku by ste si mali zvyknúť na pocit pri skákaní na trampolíne. Dôraz musí byť kladený na základnú pozíciu Vášho tela a mali by ste cvičiť každý odraz/skok (základné odrazy), až kým nebudete schopní každú schopnosť vykonať s ľahkosťou a kontrolovane.

**Ak chcete prestať skákať, všetko čo musíte urobiť, je prepnúť kolená (narovnať nohy), než sa dostanú do kontaktu so skákacou plochou.** Toto je základná technika a mala by byť praktizovaná, keď sa učíte každý zo základných odrasov. Schopnosť „prerušujúci manéver“ by ste mali použiť vždy, keď stratíte rovnováhu alebo kontrolu nad manévrom alebo ak sa práve učíte ako skákať na trampolíne. Ak nepoužijete manéver „zabrzdenie“, zvýšite riziko zranenia pristátím na ráme, elastickej sieti alebo pádu z trampolíny, ak stratíte kontrolu nad skokom. Kontrolovaný skok je považovaný za pristátie na rovnakom mieste, z ktorého ste sa odrazili. Ak pri skákaní na trampolíne stratíte rovnováhu, použite pri pristávaní manéver „brzdenie“, čo Vám umožní znovu získať kontrolu a zastaviť skok.

**Saltá (kotrmelce):** Odporúčame, aby ste na tejto trampolíne NEVYKONÁVALI kotrmelce akéhokoľvek typu (dozadu alebo dopredu). Ak urobíte chybu, keď sa pokúšate previesť kotrmelec, môžete dopadnúť na hlavu alebo na krk a spôsobiť si vážne zranenie.

**Cudzie predmety:** NEPOUŽÍVAJTE trampolínu, ak sú na nej domáce zvieratá, iní ľudia alebo iné predmety. Tým sa zvýši šanca na zranenie. NIKDY nedržte žiadne predmety v ruke a NEUKLADAJTE žiadne predmety na trampolínu, keď ju niekto používa. Pri používaní trampolíny majte na pamäti, čo je nad hlavou. Vetvy stromov, drôty alebo iné predmety umiestnené nad trampolínom zvýšia pravdepodobnosť zranenia.

**Počet ľudí na trampolíne:** Trampolínu by nemala používať viac ako jedna osoba. Prítomnosť viacerých osôb na trampolíne súčasne môže zvýšiť riziko zranenia.

**Zlá údržba trampolíny:** Trampolína v zlom stave zvyšuje riziko zranenia. Pred každým použitím skontrolujte trampolínu, či nemá ohnuté oceľové trubky, deravú sieť či skákaciu plochu, uvoľnenú alebo poškodenú elastickejšiu sieť a celkovú stabilitu trampolíny.

**Umiestnenie trampolíny:** Trampolína musí byť vždy umiestnená a používaná na vodorovnom povrchu. Ak nepoužijete trampolínu na vodorovnom povrchu, môže to zvýšiť pravdepodobnosť zranenia alebo poškodenia trampolíny.

**Počasié:** Pri používaní trampolíny majte na pamäti poveternostné podmienky. Ak je skákacia plocha trampolíny mokrá, môže sa osoba pošmyknúť a zraniť. Silný vietor môže tiež spôsobiť stratu rovnováhy.

**Obmedzenie prístupu:** Keď trampolína nie je používaná, vždy ukladajte prístupový rebrík na bezpečnom mieste, aby sa na trampolíne nemohli hrať deti bez dozoru.



## TIPY NA ZNÍŽENIE RIZIKA ÚRAZOV

### Skokan (užívateľ):

Kľúčom k tomu, ako sa vyhnúť nehodám, je mať kontrolu nad svojimi skokmi. NEPOSTUPOUJTE ku komplikovanejším a ťažším manévrom, pokiaľ nevládnete základný skok/odraz. Vzdelávanie je tiež kľúčom k bezpečnosti a je veľmi dôležité. Pred použitím trampolíny si prečítajte návod a všetky bezpečnostné opatrenia a varovania. Kontrolovaný skok je pristátie na rovnaké miesto po výskoku. Ďalšie bezpečnostné tipy a pokyny získate od certifikovaného inštruktora.

### Dozor (dozorný orgán):

Pri dohľade nad ostatnými užívateľmi trampolíny musí dozorný orgán chápať a vymáhať všetky bezpečnostné pravidlá a pokyny. Je na jeho zodpovednosti aby všetkým skokanom poskytol rady a pokyny. Ak nie je dohľad k dispozícii alebo je nedostatočný, trampolína môže byť uložená na bezpečnom mieste, rozobraná, aby sa zabránilo neoprávnenému použitiu, alebo prikrytá ťažkou plachtou, ktorú je možné zabezpečiť zámkom alebo reťazmi. Dozor je rovnako zodpovedný za to, aby bol na trampolíne umiestnený bezpečnostný štítok a aby boli o týchto varovaniach a pokynoch informovaní užívatelia.

## BEZPEČNOSTNÉ POKYNY K TRAMPOLÍNE

### SKOKANI:

- Nepoužívajte trampolínu po požití alkoholu a iných drog.
- Pred vstupom na trampolínu odstráňte všetky tvrdé a ostré predmety z vreciek.
- Mali by ste vstupovať a vystupovať kontrolovaným a starostlivým spôsobom. Nikdy neskáčte na trampolínu z výšky ani z nej na zem a nikdy nepoužívajte trampolínu ako zariadenie k odrazu na iné miesto alebo do iného priestoru.
- Pred vyskúšaním zložitejších typov odrazov sa vždy naučte základné skoky a je potrebné zvládnuť jednotlivé typy odrazov. Prečítajte si a naučte sa základné zručnosti.
- Ak chcete prestať skákať, je potrebné prepnúť kolena pred dopadom na skákaciu plochu.
- Majte vždy skákánie na trampolíne pod kontrolou. Kontrolovaný skok je považovaný za pristátie na rovnakom mieste, z ktorého ste sa odrazili. Ak nad skákaním stratíte kontrolu, pokuste sa zastaviť.
- Neskáčte dlhšiu dobu alebo príliš vysoko niekoľko po sebe idúcich skokov.
- K zachovaniu kontroly sa počas skákania pozerajte na skákaciu plochu.
- Nikdy by nemalo skákať viac osôb súčasne.
- Vždy majte zabezpečený dozor pri skákaní na trampolíne.

### DOZOR:

- Zoznámte sa so základnými skokmi a bezpečnostnými pravidlami. Aby sa predišlo zraneniu a znížilo sa riziko, presadzujte všetky bezpečnostné pravidlá a zabezpečte, aby sa noví skokani naučili základné odrazy skôr, ako vyskúšajú ťažšie a pokročilejšie skoky.
- Je nutné zabezpečiť dozor všetkým skokanom bez ohľadu na ich skúsenosti a vek.
- Nepoužívajte trampolínu nikdy, ak je skákacia plocha mokrá, zničená, špinavá alebo opotrebovaná. Trampolína by mala byť vždy pred skákaním skontrolovaná.



- Odstráňte všetky predmety z trampolíny, ktoré sa môžu stretnúť so skokanom. Dávajte pozor na to, čo je nad a pod trampolínou a okolo nej.
- Aby se zabránilo neoprávnenému použitiu, mala by byť trampolína zabezpečená, ak sa nepoužíva

## Všeobecná bezpečnosť:

Neskáčte na trampolíne dlhšiu dobu, pretože únava môže zvýšiť Vašu šancu na zranenie. Prerušzte skákanie na krátku dobu a umožnite ostatným, aby sa zapojili do zábavy! Na trampolíne nikdy neskáče viac ako jedna osoba.

Skokani by mali mať tričko, kraťasy alebo tepláky a mäkké gymnastické topánky, silné ponožky alebo byť naboso. Ak len začínáte, možno si budete chcieť obliecť tričko s dlhými rukávmi a dlhé nohavice, aby ste zabránili poškrabaniu a oderu kým nezvládnete správne pristávacie pozície. Nenoste topánky s tvrdou podrážkou, ako sú tenisové topánky, pretože by to spôsobilo nadmerné opotrebovanie materiálu skákacej plochy. Vždy by ste mali trampolínu správne zmontovať a demontovať, aby ste sa vyhli zraneniu. Pri montáži by ste mali rám chytiť rukou a vyliezť alebo sa prevaliť cez elastickú sieť na skákaciu plochu. Mali by ste vždy pamätať na to, aby ste sa rámu vždy chytili rukami. Nestúpajte priamo na kryt rámu ani sa zaň nechytajte. Ak chcete správne zliezť, presuňte sa na okraj trampolíny, chyťte sa rukou rámu ako podpory a vystúpte zo skákacej plochy na zem. Malým deťom je potrebné pri montáži a demontáži trampolíny pomôcť.

Neskáčte na trampolíne bezohľadne, pretože to zvýši Vašu šancu na zranenie. Kľúčom k bezpečnosti a zábave na trampolíne je ovládanie a zvládnutie rôznych skokov. Nikdy sa nepokúšajte skokom odraziť iného skokana do výšky! Nikdy nepoužívajte trampolínu samostatne bez dozoru.

## UMIESTNENIE TRAMPOLÍNY

Minimálna požadovaná výška priestoru nad trampolínou je 24 stôp (7,3 m). Ak ide o vodorovnú vzdialenosť, ubezpečte sa, že sa v blízkosti trampolíny nenachádzajú žiadne nebezpečné predmety, ako sú vetvy stromov, iné rekreačné vybavenie (tj. hojdačky, bazény), elektrické vedenie, múr, ploty atd. Pri výbere miesta pre trampolínu a jej bezpečné použitie majte na pamäti nasledovné:

- Trampolína MUSÍ byť pri používaní umiestnená na vodorovnom povrchu.
- Priestor by mal byť dobre osvetlený.
- Uistite sa, že pod trampolínou, nad ňou alebo okolo nej nie sú žiadne prekážajúce predmety.

## KLASIFIKÁCIA ÚRAZOV

**Montáž a demontáž:** Pri nástupe a výstupe z trampolíny buďte veľmi opatrní. NEMONTUJTE trampolínu, ak sa niekto chytá krytu rámu, šliape na pružiny alebo skáče na skákaciu plochu z výšky (napr. z poschodia, zo strechy alebo rebríka). Tým sa zvyšuje Vaša šanca na zranenie! NESKLADAJTE trampolínu, ak z nej niekto



zoskakuje na zem, bez ohľadu na povrch zeme. Ak sa na trampolíne hrajú malé deti, môžu potrebovať pomoc pri montáži a demontáži.

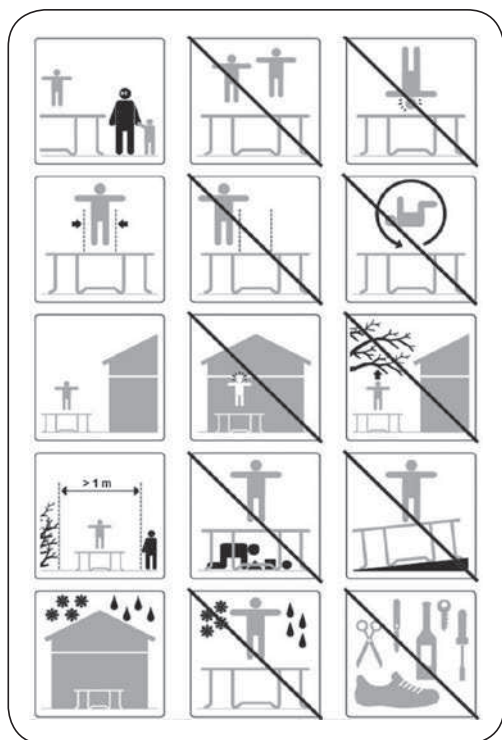
**Užívanie alkoholu alebo drog:** NEPOUŽÍVAJTE alkohol ani drogy, keď používate túto trampolínu! Tým sa zvyšuje Vaša šanca na zranenie, pretože tieto cudzie látky narušujú Váš úsudok, reakčnú dobu a celkovú fyzickú koordináciu.

**Viac skokanov:** Ak skáče viac skokanov naraz (viac ako jedna osoba na trampolíne súčasne), zvýšite šancu na zranenie. Zranenie môže nastať keď vypadnete z trampolíny, stratíte kontrolu, zrazíte sa s iným skokanom alebo pristanete na elastickej sieti.

Všeobecne dochádza ku zraneniu u najľahšej osoby na trampolíne.

**Stret s rámom elastickej siete:** Pri použití trampolíny je potrebné zdržiavať sa uprostred skákacej plochy. Tým sa zníži Vaše riziko zranenia pri strete s krytom elastickej siete. Vždy majte rám trampolíny zakrytý čalúneným krytom. NESKÁČTE ani NESTÚPAJTE priamo na čalúnený kryt, pretože nie je určený k tomu, aby uniesol váhu človeka.

**Strata kontroly:** NESKÚŠAJTE zložitejšie manévry, pokiaľ sa nenaučíte zvládať základné skoky. Ak tieto pokyny nedodržíte, zvýšite tým riziko zranenia seba alebo ďalšej osoby..



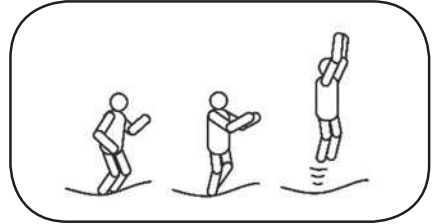


# TRÉNINGOVÝ PLÁN ZÁKLADNÝCH SKOKOV NA TRAMPOLÍNE

Následujúce lekcie sú určené k osvojeniu základných krokov a skokov pred tým, ako sa odvážite k obťažnejším. Preto postupujte podľa tohto tréningového plánu. Starostlivo si preštudujte bezpečnostné pokyny. Dozorujúca osoba a užívatelia by sa mali podrobne informovať nie len o smerniciach platných na užívanie trampolín, ale tiež o fyzických limitoch užívateľov.

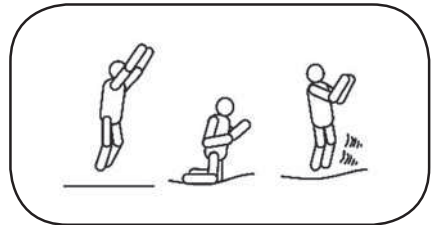
## 1. lekcia

- nastupovanie a vystupovanie
- základný skok – predvedenie a praktická realizácia
- brzdenie (prerušovací manéver) – predvedenie a praktická realizácia, naučte sa zastaviť na povel
- skok na ruky a kolenná, dôraz je kladený na pristátie na 4 operné body



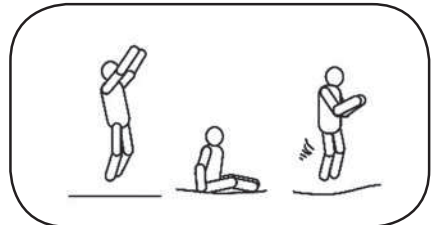
## 2. lekcia

- zopakovanie 1. lekcii
- skok na kolenná
- skok do sedu – predvedenie a praktická realizácia, začnite skokom do sedu, potom prejdite na kolenná, potom ruky a kolenná a zopakujte



## 3. lekcia

- zopakujte si, čo ste sa naučili v predchádzajúcich lekciiach
- polovičná otočka – po doskoku na plochu sa pomocou rúk otočte doprava alebo doľava (na kolenná alebo v sede) a potom sa vráťte do východiskovej pozície



Absolvovaním týchto troch lekcii si osvojíte základné techniky skákania na trampolíne. V budúcnosti dávajte stále pozor na kontrolu a techniku predvádzaných skokov.

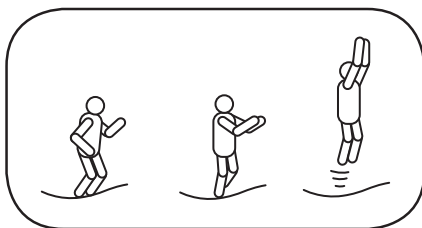
Následujúcu hru je možné hrať za účelom postupného privykania užívateľov na trampolínu: Hráč č. 1 začne jedným skokom, hráč č. 2 tento skok zopakuje a pridá ďalší. Hráči sa striedajú a vždy jeden skok priadajú. Ten, kto dokáže vykonať všetky skoky až do konca, stane sa víťazom. Aj tu je dôležité, aby všetky skoky boli vykonávané kontrolovane! Neskúšajte príliš ťažké skoky, ktoré neovládáte. Ak chcete svoje umenie ďalej zlepšovať, mali by ste vyhľadať certifikovaného inštruktora pre používanie trampolín.





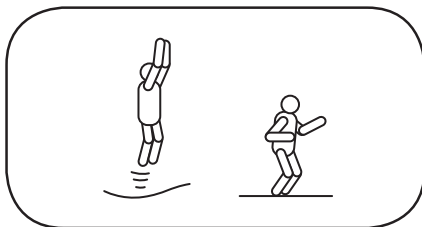
## Základný skok

- Začnite v pozícii v stoji, nohy rozkročte na šírku ramien, očami sledujte skákaciu plochu.
- Natiahnite paže vpred a smerom hore a krúživými pohybmi dookola.
- Pri výskoku do vzduchu spojte nohy k sebe, prsty smerujú dole.
- Pri doskoku majte nohy opäť na šírku ramien.



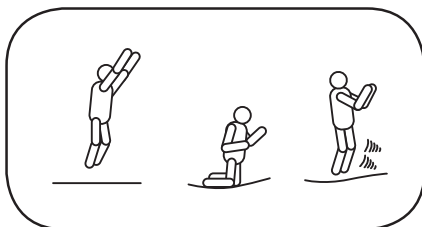
## Prerušovací manéver

- Pokiaľ stratí skokan kontrolu, prerušovacím manévrom ju môže získať späť.
- Začnite základným skokom, ale pri dopade nechajte pokrčené kolená – tým skok prerušíte



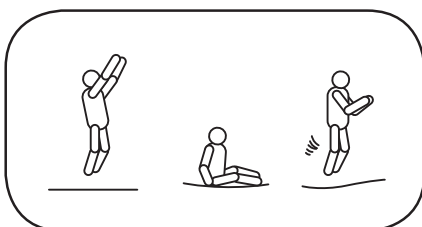
## Skok na kolená

- Začínajte základným skokom a držte sa nízko nad skákacou plochou.
- Dopadnete na kolená so vzpriameným chrbtom, vyrovnajte telo, použite ruky k udržaniu rovnováhy.
- Vyskočte späť do základnej pozície za pomoci Vyskočte späť do základnej pozície za pomoci mávnutia rukou hore.



## Skok do sedu

- Skočte do rovného sedu.
- Umiestnite ruky na podložku pozdĺž bedier
- Vraťte sa do vzpriamenej pozície, pri odraze si pomôžte rukami.





## Záručné podmienky

- Trampolína bola vyrobená z materiálov vysokej kvality prevedenia. Všetky súčiastky boli skontrolované a uznané nezávadnými.
- Záruka platí po dobu dvoch rokov od dátumu nákupu. Uschovajte všetky doklady o nákupe spoločne s návodom. Doklad o nákupe bude požadovaný pri uplatňovaní záručných nárokov.
- Reklamácia tovaru sa riadi právnym zákonom SR.
- Záruka sa vzťahuje na všetky závady spôsobené chybou vo výrobe, alebo vadou materiálu ovplyvňujúce ich funkčnosť.
- Kupujúci je povinný po zakúpení trampolíny skontrolovať, či nieje porušený transportný obal, alebo poškodená iná časť. V prípade, že dôjde k zaisteniu chyby, tak obratom o tejto skutočnosti informujte predajcu.
- Pokiaľ vykazuje trampolína zjavné chyby, ktoré sa prejavia hneď po zložení, a pre ktoré zariadenie nejde užívať, je kupujúci povinný tovar bezodkladne reklamovať.
- Pri zaistení chyby na jednotlivých častiach trampolíny reklamujte iba chybnú časť s viditeľne označeným miestom poškodenia.

## Záruka sa nevzťahuje na

- Opatrenie v dôsledku nesprávnej inštalácie alebo nesprávneho používania, príp. nesprávneho uskladnenia.
- Bežné opotrebenie zariadenia zodpovedajúce charakteru a dobe jeho používania.
- Chyby spôsobené mechanickým poškodením.
- Chyby spôsobené vplyvom živelných síl.
- Chyby vzniknuté v dôsledku používania neštandardných prostriedkov a nevhodných čistiacich pomôcok.
- Prírodnú stratu stálofarebnosti s ohľadom na pôsobenie slnečného žiarenia.
- Deformácie vzniknuté v súvislosti s nestabilným alebo neupraveným podložím.
- Konštrukcia a schodíky niesú vyrobené z nerezového materiálu a preto môže dôjsť pôsobením vlhkosti ku korózii. Záruka sa nevzťahuje na prípadnú koróziu oceľovej konštrukcie alebo schodíkov.

BEZPEČNOSŤ  
OVERENÁ

Intertek

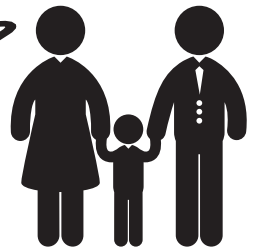


### Kontakty

[www.marimex.sk](http://www.marimex.sk)

Zákaznícke centrum  
tel.: +421 233 004 194

e-mail: [info@marimex.sk](mailto:info@marimex.sk)



# Aufbauanleitung für Trampolin Marimex Comfort

## Dankeserklärung

Vielen Dank, dass Sie sich für das Trampolin der Gesellschaft Marimex entschieden haben. Wir wünschen Ihnen, Ihrer Familie und Ihren Freunden viel Spaß und ein ungetrübtes Freizeitvergnügen für lange Jahre. Lesen Sie bitte aufmerksam diese Anleitung, bevor Sie mit dem Aufbau des Trampolins beginnen. Wir empfehlen, diese Aufbauanleitung für den späteren Gebrauch aufzubewahren.  
Ihr Marimex-Team



## Packungsinhalt



| N. | 305 ID   | 366 ID   | Teile-Benennung                   | 305 cm | 366 cm |
|----|----------|----------|-----------------------------------|--------|--------|
| 1  | 19000200 | 19000201 | Rahmenrohr                        | 8      | 8      |
| 2  | 19000202 | 19000202 | T Verbindung                      | 8      | 8      |
| 3  | 19000203 | 19000204 | Standfußverlängerung              | 8      | 8      |
| 4  | 19000205 | 19000206 | W-Standfuß                        | 4      | 4      |
| 5  | 19000209 | 19000210 | Randabdeckung                     | 1      | 1      |
| 6  | 19000207 | 19000208 | Sprungmatte mit elastischem Netz  | 1      | 1      |
| 8  | 19000222 | 19000222 | Hakenladewerkzeug                 | 2      | 2      |
| 14 | 19000219 | 19000219 | Schraubenset                      | 8      | 8      |
| 15 | 19000220 | 19000220 | Inbusschlüssel                    | 1      | 1      |
| 17 | 19000223 | 19000224 | Leiter                            | 1      | 1      |
| 16 |          |          | Manual                            | 1      | 1      |
| 7  | 19000221 | 19000221 | Stahlhaken                        | 88     | 104    |
| 9  | 19000211 | 19000212 | Sicherheitsnetz                   | 1      | 1      |
| 10 | 19000215 | 19000215 | Sicherheitsnetzstange - Oberteil  | 8      | 8      |
|    | 19000216 | 19000216 | Schaumstoffabdeckung              |        |        |
|    | 19000217 | 19000217 | Kunststoffhalter                  |        |        |
| 11 | 19000225 | 19000225 | Sicherheitsnetzstange - Unterteil | 8      | 8      |
|    | 19000216 | 19000216 | Schaumstoffabdeckung              |        |        |
| 12 | 19000218 | 19000218 | Ärmel PVC                         | 8      | 8      |
| 13 | 19000213 | 19000214 | Sicherheitsnetzring               | 8+1    | 10+1   |





















## Hinweis

Lesen Sie bitte aufmerksam diese Anleitung, bevor Sie mit dem Aufbau des Trampolins beginnen. Die nachstehende Tabelle verweist auf die Beschreibung und Anzahl der Teile in Bezug auf die Größe Ihres Trampolins. Zu Ihrem Komfort umfasst das Aufbauverfahren die Bezeichnung sowie die Nummern der Teile. Bestimmen Sie mithilfe der nachstehenden Zeichnung alle Teile.



### Tabelle zur Identifikation der einzelnen Teile

|   |  |  |
|---|--|--|
| <b>1</b> Rahmenrohr<br>                        | <b>2</b> T Verbindung<br>                       | <b>3</b> Standfußverlängerung<br>             |
| <b>4</b> W-Standfuß<br>                        | <b>5</b> Randabdeckung<br>                      | <b>6</b> Sprungmatte mit elastischem Netz<br> |
| <b>7</b> Stahlhaken<br>                        | <b>8</b> Hakenladewerkzeug<br>                 | <b>9</b> Sicherheitsnetz<br>                 |
| <b>10</b> Sicherheitsnetzstange-Oberteil<br> | <b>11</b> Sicherheitsnetzstange-Unterteil<br> | <b>12</b> Ärmel PVC<br>                     |
| <b>13</b> Sicherheitsnetzring<br>            | <b>14</b> Schraubenset<br>                    | <b>15</b> Inbusschlüssel<br>                |
|   |  | <b>16</b> Manual<br>                        |



## Bevor Sie mit der Montage beginnen:

**HINWEIS:** Das Trampolin darf nur auf einer Rasenfläche errichtet werden. Es ist nicht für jedwede harte Oberflächen vorgesehen. Verwenden Sie zum Aufbau das mitgelieferte Werkzeug.

**WARNUNG:** Während der Montage empfehlen wir die Verwendung von Schutzhandschuhen, um einem Einquetschen der Hände zu vermeiden. Zum Aufbau des Trampolins sind mindestens 2 Personen in guter körperlicher Verfassung erforderlich.

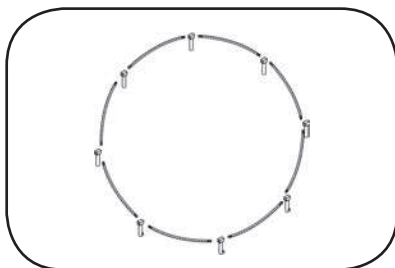
Während der Zeit des Nichtgebrauchs kann das Trampolin leicht zerlegt und aufbewahrt werden.



## AUFBAU DES RAHMENS

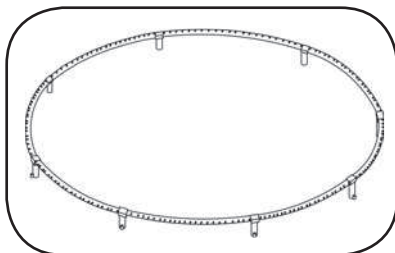
### Schritt 1

Legen Sie alle Teile des Trampolinrahmens und der T-Verbindungen gemäß der Abbildung in einen Kreis zurecht.



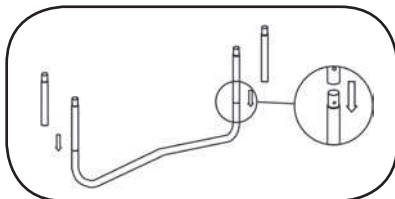
### Schritt 2

Verbinden Sie das breitere Ende des Rahmenrohrs mit der T-Verbindung. Fahren Sie fort, bis ein Ring entsteht. Das Verbinden der letzten beiden Teile erfordert die Hilfe einer anderen Person, die die gegenüberliegende Seite des Kreises halten sollte. Anmerkung: Das geschweißte T-Stück muss nach außen zeigen.



### Schritt 3

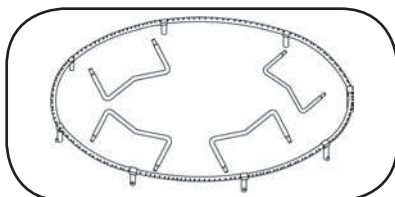
Stecken Sie das Verlängerungsstück auf den Standfuß des Trampolins. Vergewissern Sie sich, dass die Arretier Stifte richtig eingerastet sind. In gleicher Weise bauen Sie alle Standfüße des Trampolins zusammen.



### Schritt 4

Positionieren Sie alle Standfüße des Trampolins, zum Innern des kreisförmigen Rahmens weisend, so, dass sie sich mit der T-Verbindung ausrichten.

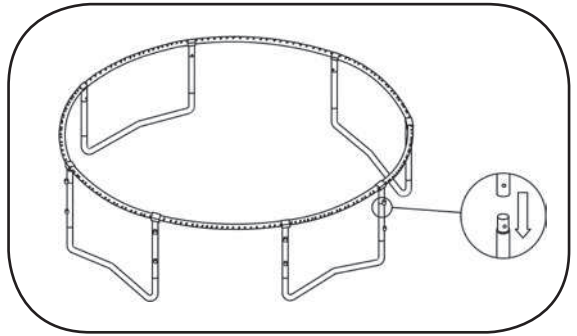
Hinweis: Der Sicherheitsstift (Pin) zeigt nach oben.





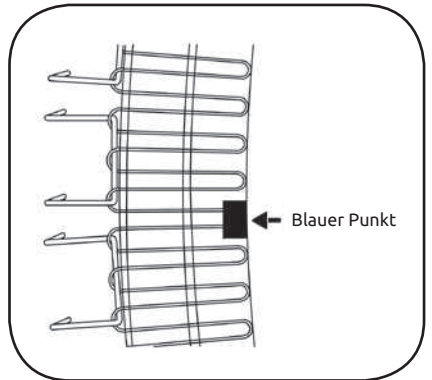
## Schritt 5

Heben Sie den Rahmen auf einer Seite an und befestigen Sie die Standfüße des Trampolins am kreisförmigen Rahmen. Anmerkung: Zum Anheben des Rahmens auf der gegenüberliegenden Seite sind mindestens zwei Personen erforderlich.



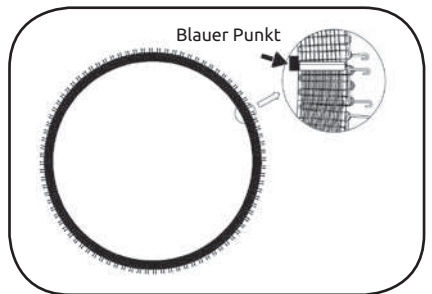
## Schritt 6

Um die Sprungmatte am Rahmen zu befestigen, sind zunächst die Stahlhaken anzubringen. Jeder Haken verbindet 3 Ösen der Sprungmatte. Auf dem elastischen Netz der Sprungmatte finden Sie einen der blauen Punkte, und dies ist der Ausgangspunkt zur Befestigung der Haken. Setzen Sie bei der Arbeit links oder rechts des Ausgangspunktes die Haken durch die 3 Ösen des elastischen Netzes ein. Halten Sie den Haken so, dass der runde Teil des Hakens nach oben weist und die Griffe nach unten gerichtet sind. Anschließend ziehen Sie den Haken von unten durch die erste Öse, von oben durch die zweite Öse und schließlich von unten durch die dritte Öse hindurch. Alle Ösen sollten jetzt sämtlich mit Haken bestückt sein.



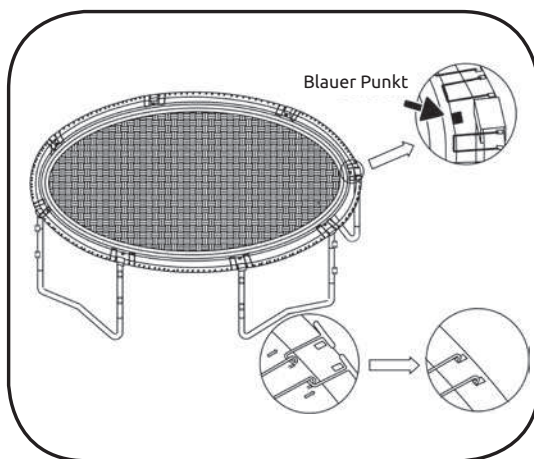
## Schritt 7

Verbinden Sie den Anfang und das Ende des Netzes. Der Haken geht durch das elastische Netz nur an dieser Stelle durch 6 Ösen hindurch. Legen Sie die Sprungmatte in den Rahmen ein. Stellen Sie sicher, dass die Sprungmatte mit dem Kreuz/Logo nach oben weist und in jene Richtung zeigt, wo sich der Eingang befinden wird.



## Schritt 8

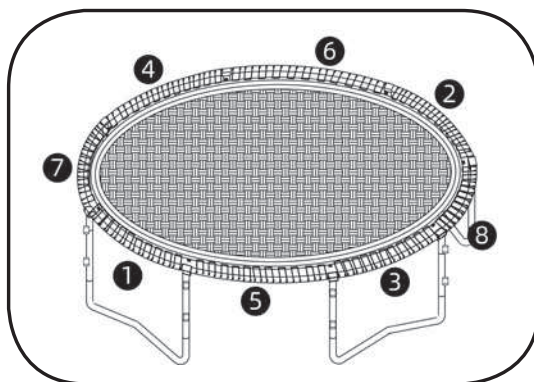
Befestigen Sie die Stahlhaken am Rahmenrohr. Wählen Sie einen Stahlhaken neben dem blauen Punkt aus und befestigen Sie ihn mit dem Spannwerkzeug für die Haken an den Öffnungen des Rahmenrohrs neben dem entsprechenden T-Verbindungsstück. Vergewissern Sie sich, dass der blaue Punkt in die Richtung des T-Verbindungsstücks zeigt. Wiederholen Sie die Verbindung der Stahlhaken neben jedem T-Verbindungsstück, indem Sie die Anzahl der Stahlhaken und die entsprechenden Öffnungen im Rahmenrohr zählen.



## Schritt 9

Befestigen Sie gleichmäßig alle anderen Stahlhaken. Um die Montage zu vereinfachen, empfehlen wir, dass ein Erwachsener bei der Befestigung der Stahlhaken den Rahmen festhält, damit sich das Trampolin nicht bewegt. Wir empfehlen ferner, anhand der Zahlen auf der Abbildung zu verfahren, um die Sprungmatte symmetrisch und gleichmäßig zu spannen.

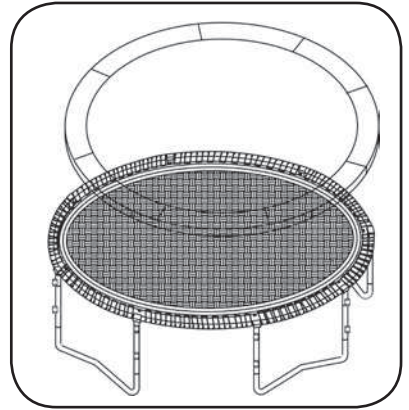
**WARNUNG:** Zur sicheren Befestigung der Haken verwenden Sie das mitgelieferte Werkzeug und tragen Sie Handschuhe, um Ihre Hände zu schützen. Das Trampolin steht unter starker Spannung, sodass mehr Anstrengung zur Befestigung der Stahlhaken am Rahmen aufzuwenden ist. Achten Sie darauf, dass Sie sich nicht die Finger einquetschen, dass Sie ggf. nicht abrutschen. Dies kann ernsthafte Verletzungen zur Folge haben.





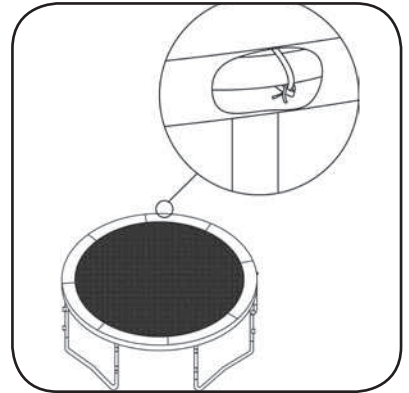
## Schritt 10

Breiten Sie die Rahmenabdeckung über den Umfang des Trampolins so aus, dass die Laschen über der Außenkante hängen, und verbinden Sie dann miteinander den Klettverschluss. Passen Sie die Position der Unterlage an und vergewissern Sie sich, dass jede Verbindung mit dem T-Stück des Rahmens bündig ist..



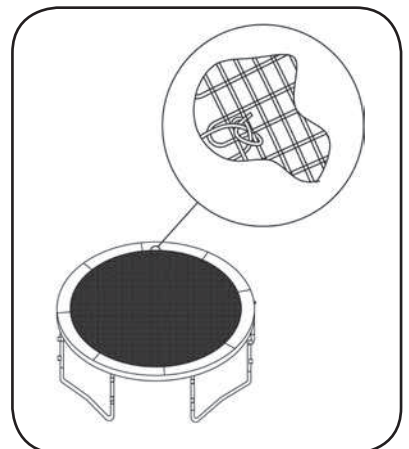
## Schritt 11

Befestigen Sie alle, unter der Unterlage befindlichen schwarzen Bänder an den Rahmenrohren gemäß der Abbildung oben.



## Schritt 12

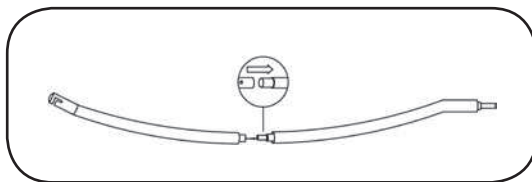
Ziehen Sie die elastischen Gummispanner (unter der Abdeckung) durch das elastische Netz hindurch und befestigen Sie diese fest.





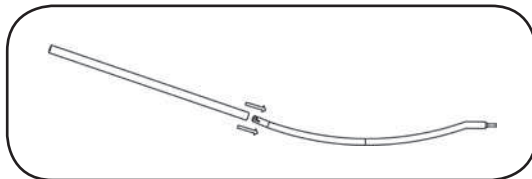
### Schritt 13

Verbinden Sie alle oberen Sicherheitsnetzstangen des Sicherheitsnetzes mit den unteren Sicherheitsnetzstangen und vergewissern Sie sich, dass der Arretier Stift gesichert ist.



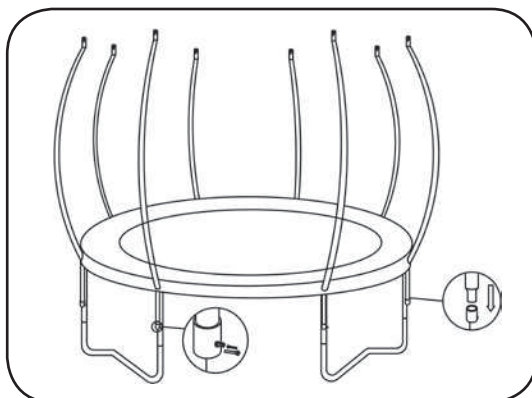
### Schritt 14

Ziehen Sie die Ärmel über die gesamte Sicherheitsnetzstange.



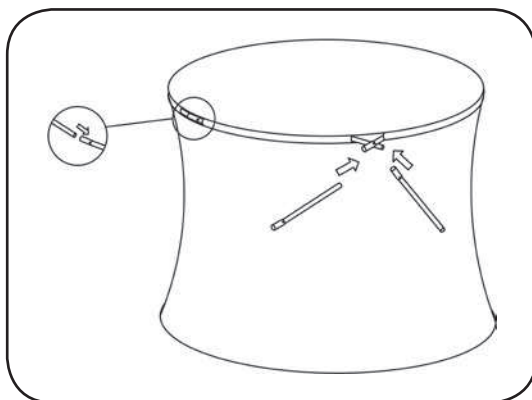
### Schritt 15

Führen Sie das untere Ende der Sicherheitsnetzstange, wie auf der Abb. dargestellt, in beide geschweißten Rohre des T-Stücks und der Standfußverlängerung nacheinander ein. Befestigen Sie die Sicherheitsnetzstangen mit den mitgelieferten Schrauben an den unteren aufgeschweißten Rohren. (Verwenden Sie den L-förmigen Inbusschlüssel.)



### Schritt 16

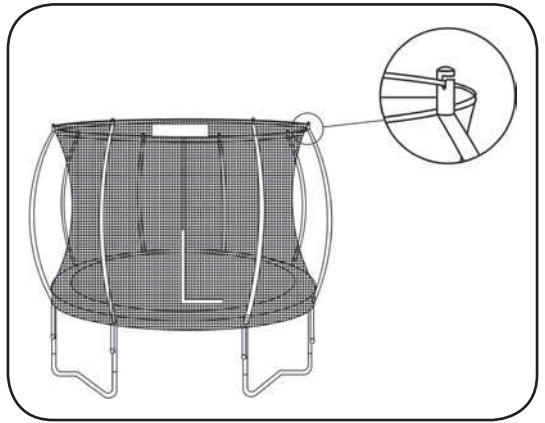
Führen Sie die Glasfaserstäbe nacheinander in die vorbereitete Öffnung im oberen Umfang des Sicherheitsnetzes ein. Verbinden Sie die Enden des ersten und des letzten Stabs mithilfe der silbernen Hülse. (Sollte Bestandteil ein kürzerer Stab sein, verwenden Sie diesen zuletzt.)





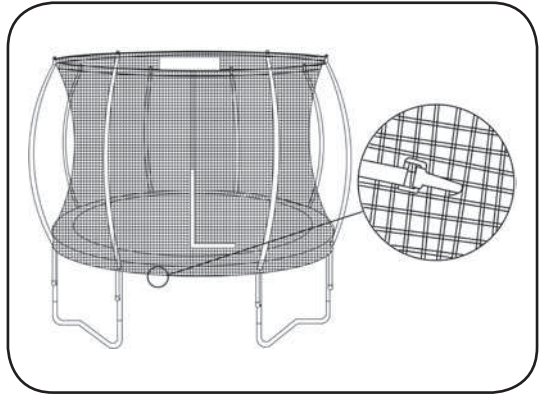
## Schritt 17

Legen Sie das Sicherheitsnetz auf die Sprungfläche. Treten Sie in den Kreis der Sprungmatte, heben Sie den Ring mit dem Netz an und setzen Sie ihn schrittweise in die schwarzen Kunststoffhalter an den Stangen ein.



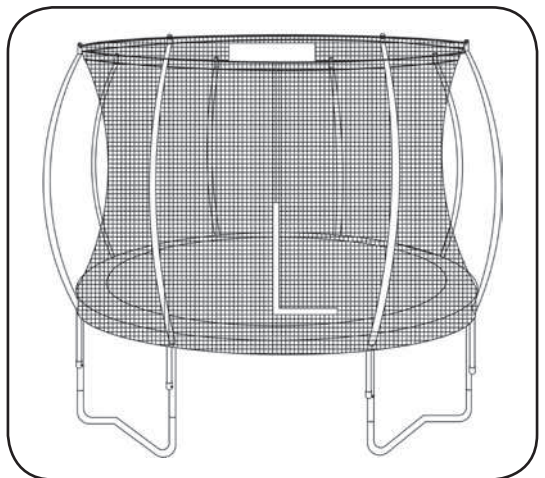
## Schritt 18

Suchen Sie die Kunststoffhaken an der unteren Seite des Sicherheitsnetzes und haken Sie sie an der Rückseite des elastischen Netzes ein.



## Schritt 19

Hiermit ist der Aufbau des Trampolins beendet.



# Sicherheitsplatte – Trampoline



## WARNUNG

Maximale Traglast 150 kg. Nicht für kommerzielle Zwecke geeignet. Nur für den Gebrauch im Freien bestimmt. Das Trampolin sollte durch eine erwachsene Person aufgebaut und vor jedem Gebrauch überprüft werden. Nur für eine Person bestimmt, Verletzungsgefahr. Schließen Sie vor dem Springen stets das Netz. Springen Sie ohne Schuhe. Nicht verwenden, wenn die Sprungfläche nass ist. Vor dem Springen stets alle Gegenstände aus den Taschen herausnehmen. Springen Sie nie mit scharfen Gegenständen. Springen Sie stets in der Mitte der Sprungfläche. Essen Sie nicht, während Sie auf dem Trampolin springen. Nicht vom Trampolin herunterspringen. Machen Sie zwischen dem Springen regelmäßige Pausen. Nicht bei starkem Wind verwenden und das Trampolin stets gegen eine Bewegung verankern oder sichern.



## ANWEISUNGEN

Das Trampolin darf nicht in den Boden eingegraben werden. Wenn Sie das Trampolin bewegen müssen und dies wirklich unvermeidlich ist, müssen 4 Personen gleichmäßig um das Trampolin verteilt sein. Das Trampolin sollte auf einer ebenen Fläche mindestens 2 m von Hindernissen wie Zaun, Garage, Haus, Äste, Wäscheleinen oder elektrische Spannungsleitungen entfernt aufgestellt werden. Das Trampolin sollte nicht auf einer harten Oberfläche (Asphalt, Beton) oder über einem möglicherweise ungeeigneten Bereich (z. B. Schwimmbad, Schaukel, Rutsche, Kletterwand) aufgestellt werden. Vom Benutzer am Original-Trampolin vorgenommene Änderungen (z. B. zusätzliche Ausstattung) haben gemäß den Anweisungen des Lieferanten zu erfolgen.



## WARTUNG

Überprüfen Sie vor jedem Springen das Trampolin und seine Teile (Rahmen, elastisches Netz, Sprungfläche und Schutznetz). Sollten Sie Schäden feststellen, verwenden Sie das Trampolin aus Sicherheitsgründen nicht. Darüber hinaus sind folgende Überprüfungen erforderlich und empfehlenswert:

- überprüfen Sie das Nachziehen aller Muttern und Schrauben und ziehen Sie diese im Bedarfsfalle fest;
- überprüfen Sie, ob alle Arretier Stifte unbeschädigt sind und sich beim Springen nicht lösen können;
- überprüfen Sie alle Abdeckungen und scharfen Kanten und, falls nötig, erneuern Sie diese.
- bewahren Sie die Wartungsanleitung auf.

Die Outdoor-Trampoline sollten mit Vorrichtungen ausgestattet sein, die bei starkem Wind Bewegungen verhindern (z. B. Stahlstangen im Boden oder Lasten wie Sand- oder Wassersäcke) und/oder es sollten Windfanggegenstände wie Netz und Sprungtuch entfernt werden. In einigen Ländern können Schneelasten und sehr niedrige Temperaturen das Trampolin während der Wintersaison beschädigen. Es wird empfohlen, den Schnee zu entfernen und die Sprungfläche und das Netz in einem Innenraum aufzubewahren. Überprüfen Sie, ob die Sprungfläche, die Rahmenabdeckung und das Netz nicht beschädigt sind; ersetzen Sie nach 2 Jahren der Verwendung das elastische Netz und das Sprungtuch. Vergewissern Sie sich,



dass die Haken und Schlaufen richtig verbunden sind, wenn Sie das Trampolin verwenden. Entfernen Sie bei starkem Wind das Netz und/oder befestigen Sie das Trampolin am Boden

HERSTELLER: MARIMEX CZ, S.R.O., LIBUŠSKÁ 221/264, PRAHA 4,  
TEL.+420 261 222 111



## INFORMATIONEN ZUM GEBRAUCH DES TRAMPOLINS

Zunächst sollten Sie sich an das Gefühl gewöhnen, auf einem Trampolin zu springen. Der Schwerpunkt muss auf der Grundhaltung Ihres Körpers liegen, und Sie sollten jeden Absprung/Sprung (grundlegende Absprünge) üben, bis Sie in der Lage sind, jede Fertigkeit mit Leichtigkeit und kontrolliert auszuführen. Zum Unterbrechen des Springens müssen Sie lediglich die Knie strecken (die Beine strecken), bevor sie mit der Sprungfläche in Kontakt kommen. Diese grundlegende Technik sollte geübt werden, wenn Sie die einzelnen grundlegenden Absprünge erlernen. Die Fertigkeit „Abbrechmanöver“ sollte immer dann verwendet werden, wenn Sie das Gleichgewicht oder die Kontrolle über ein Manöver verlieren oder lernen, wie man auf einem Trampolin springt. Wenn Sie das „Bremsmanöver“ nicht verwenden, erhöht sich das Verletzungsrisiko durch das Landen auf dem Rahmen oder auf dem elastischen Netz oder durch das Herunterfallen vom Trampolin, sofern Sie die Kontrolle über den Sprung verlieren. Als kontrollierter Sprung wird ein Sprung erachtet, bei dem Sie an der Absprungstelle aufsetzen. Wenn Sie beim Springen auf einem Trampolin das Gleichgewicht verlieren, verwenden Sie beim Landen das „Bremsmanöver“, womit Sie die Kontrolle wiedererlangen und den Sprung stoppen können.

**Salto (Purzelbäume):** Wir empfehlen, auf diesem Trampolin KEINE Salto (vorwärts oder rückwärts) DURCHZUFÜHREN. Sollten Sie bei einem Purzelbaum-Versuch Fehler machen, können Sie auf Ihren Kopf oder Hals fallen und sich schwere Verletzungen verursachen.

**Fremdgegenstände:** VERWENDEN Sie das Trampolin NICHT, wenn sich dort Haustiere, andere Personen oder andere Gegenstände befinden. Dies erhöht die Verletzungsgefahr. NIEMALS Gegenstände in der Hand halten und KEINE Gegenstände auf das Trampolin legen, falls es jemand benutzt. Denken Sie bei der Verwendung eines Trampolins daran, was sich über Ihrem Kopf befindet. Äste, Drähte oder andere Gegenstände, die sich über dem Trampolin befinden, erhöhen die Wahrscheinlichkeit der Verletzung.

**Anzahl der Personen auf dem Trampolin:** Das Trampolin sollte von nicht mehr als einer Person benutzt werden. Die gleichzeitige Anwesenheit mehrerer Personen auf dem Trampolin kann das Verletzungsrisiko erhöhen.

**Schlechte Wartung des Trampolins:** Ein Trampolin in schlechtem Zustand erhöht das Verletzungsrisiko. Überprüfen Sie das Trampolin vor jedem Gebrauch auf verbogene Stahlrohre, Löcher im Netz oder in der Sprungmatte, auf ein lockeres oder beschädigtes elastisches Netz und die allgemeine Stabilität des Trampolins.

**Standortwahl für das Trampolin:** Das Trampolin ist stets waagerechter Fläche aufzustellen und zu benutzen. Im gegenteiligen Falle kann dies zu Verletzungen oder Schäden am Trampolin führen.

**Wetter:** Achten Sie bei der Benutzung des Trampolins auf die Witterungsbedingungen. Ist die Trampolinsprungfläche nass, kann der Springende ausrutschen und sich verletzen. Starker Wind kann den Verlust des Gleichgewichts verursachen.

**Zugangsbeschränkungen:** Wenn das Trampolin nicht verwendet wird, bewahren Sie die Zugangsleiter stets an einem sicheren Ort auf, damit Kinder nicht unbeaufsichtigt auf dem Trampolin spielen können.

## TIPPS ZUR VERRINGERUNG DER VERLETZUNGSRIKEN

### Springer (Benutzer):

Der Schlüssel zur Vermeidung von Unfällen ist die Kontrolle über Ihre Sprünge. FAHREN Sie NICHT mit komplizierteren und schwierigeren Manövern FORT, solange Sie nicht den grundlegenden Sprung/Absprung beherrschen. Die Weiterbildung ist auch der Schlüssel zur Sicherheit, der sehr wichtig ist. Lesen Sie die Anweisungen und alle Sicherheitsmaßnahmen und Warnungen, bevor Sie das Trampolin benutzen. Ein kontrollierter Sprung ist das Landen an der Absprungstelle. Weitere Sicherheitstipps und Anweisungen erhalten Sie von einem zertifizierten Instrukteur (Ausbilder).



### Aufsicht (Aufsichtsperson):

Bei der Beaufsichtigung der anderen Benutzer des Trampolins hat die Aufsichtsperson alle Sicherheitsregeln und -anweisungen zu verstehen und durchzusetzen. Es liegt in ihrer Verantwortung, allen Springern Rat und Anleitung zu geben. Wenn keine oder nur eine unzureichende Aufsicht verfügbar ist, kann das Trampolin an einem sicheren Ort aufbewahrt, zerlegt werden, um eine unbefugte Verwendung zu verhindern, oder mit einer schweren Plane abgedeckt werden, die mit Schlössern oder Ketten gesichert werden kann. Es liegt auch in der Verantwortung der Aufsichtsperson, sicherzustellen, dass ein Sicherheitsschild am Trampolin angebracht ist, und die Benutzer bzgl. dieser Warnungen und Hinweise informiert sind.

## SICHERHEITSHINWEISE FÜR DAS TRAMPOLIN

### Springer

- Verwenden Sie nie das Trampolin, nachdem Sie Alkohol und andere Drogen konsumiert haben.
- Entfernen Sie alle harten und scharfen Gegenstände aus Ihren Taschen, bevor Sie das Trampolin betreten.
- Sie sollten kontrolliert und vorsichtig ein- und aussteigen. Springen Sie nie aus der Höhe auf das Trampolin oder vom Trampolin auf den Boden und verwenden



Sie das Trampolin nie als Vorrichtung zum Springen an einen anderen Ort oder in einen anderen Raum.

- Bevor Sie kompliziertere Arten von Absprüngen ausprobieren, lernen Sie immer die grundlegenden Sprünge, wobei Sie jede Art von Absprüngen beherrschen müssen. Lesen Sie alles über die Grundfertigkeit und erlernen Sie sie anschließend.
- Zur Unterbrechung des Springens müssen Sie Ihre Knien strecken, bevor Sie auf der Sprungfläche landen.
- Halten Sie das Springen auf dem Trampolin stets unter Kontrolle. Als kontrollierter Sprung wird ein Sprung erachtet, bei dem Sie an der Absprungstelle aufsetzen. Wenn Sie die Kontrolle über das Springen verlieren, versuchen Sie zu stoppen.
- Springen Sie nicht mehrere aufeinanderfolgende Sprünge für längere Zeit oder zu hoch.
- Um die Kontrolle nicht zu verlieren, beobachten Sie während des Springens die Sprungfläche.
- Es sollten niemals mehr Personen gleichzeitig springen.
- Stellen Sie beim Trampolinspringer stets eine Aufsicht sicher..

#### **AUFSICHT:**

- Machen Sie sich mit den grundlegenden Sprüngen und Sicherheitsregeln bekannt. Um Verletzungen zu vermeiden und das Risiko zu verringern, müssen Sie alle Sicherheitsregeln einhalten und sicherstellen, dass neue Springer die grundlegenden Absprünge kennen und beherrschen, bevor Sie schwierigere und fortgeschrittene Sprünge versuchen.
- Es ist notwendig, dass alle Springer unabhängig von ihrer Erfahrung und ihrem Alter beaufsichtigt werden.
- Verwenden Sie das Trampolin niemals, wenn die Sprungfläche nass, beschädigt, verschmutzt oder verschlissen ist. Das Trampolin sollte immer vor dem Springen überprüft werden.
- Entfernen Sie alle Gegenstände vom Trampolin, die den Springer behindern könnten. Achten Sie darauf, was sich über und unter dem Trampolin und rundherum befindet.
- Um eine unbefugte Benutzung zu verhindern, sollte das Trampolin bei Nichtbenutzung gesichert werden.

## **Allgemeine Sicherheit**

Springen Sie nicht auf das Trampolin über eine längere Zeit, da Ermüdungserscheinungen die Verletzungsgefahr erhöhen können. Unterbrechen Sie zumindest kurzzeitig das Springen und ermöglichen Sie auch anderen, mit dem Trampolin Spaß zu haben! Auf dem Trampolin darf nie mehr als eine Person springen.

Die Springer sollten ein T-Shirt, Shorts oder Trainingsanzug haben und weiche Turnschuhe, feste Socken tragen oder barfuß sein. Wenn Sie erst beginnen, sollten Sie ein langärmeliges T-Shirt und eine lange Hose tragen, um Kratzer und Abschürfungen zu vermeiden, bis Sie die richtigen Landepositionen beherrschen. Tragen Sie keine Schuhe mit harten Sohlen, wie z. B. Sneakers, da dies zu einer



übermäßigen Abnutzung des Sprungtuchmaterials führt. Sie sollten das Trampolin stets korrekt auf- und abbauen, um Verletzungen zu vermeiden. Während der Montage sollten Sie den Rahmen mit der Hand ergreifen und über das elastische Netz zur Sprungfläche klettern oder sich auf sie wälzen. Sie sollten immer daran denken, den Rahmen mit den Händen zu halten. Treten Sie nicht direkt auf die Rahmenabdeckung und halten Sie sich hieran nicht fest. Um richtig zu hinunterzusteigen, gehen Sie zum Rand des Trampolins, ergreifen Sie den Rahmen mit der Hand als Stütze und steigen Sie von der Sprungfläche auf den Boden. Kleinen Kinder ist es beim Einsteigen und Verlassen des Trampolins zu helfen.

Springen Sie nicht rücksichtslos auf das Trampolin, da dies Ihre Verletzungsgefahr erhöht. Der Schlüssel zur Sicherheit und zum Spaß am Trampolin ist die Kontrolle und Beherrschung verschiedener Sprünge. Versuchen Sie nie, einen anderen Springer in die Höhe zu „katapultieren“! Benutzen Sie das Trampolin nie allein ohne Aufsicht.

## STANDORTWAHL FÜR DAS TRAMPOLIN

Die erforderliche Mindesthöhe des Raumes über dem Trampolin beträgt 24 Fuß (7,3 m). Vergewissern Sie sich in Bezug auf den horizontalen Abstand, dass sich keine gefährlichen Gegenstände in der Nähe des Trampolins befinden, z. B. Äste, andere Freizeitgeräte (z. B. Schaukeln, Schwimmbekken), Stromleitungen, Wände, Zäune usw. Beachten Sie bei der Standortauswahl für das Trampolin und seine sichere Verwendung Folgendes:

- Das Trampolin MUSS während des Gebrauchs auf einer waagerechten Oberfläche aufgestellt sein.
- Der Raum sollte gut beleuchtet sein.
- Vergewissern Sie sich, dass sich keine Gegenstände unter, über oder um das Trampolin herum befinden.

## UNFALLKLASSIFIZIERUNG

**Montage und Demontage:** eien Sie beim Einsteigen und Verlassen des Trampolins sehr vorsichtig. BAUEN Sie das Trampolin NICHT AUF, wenn sich jemand an der Rahmenabdeckung festhält, auf das elastische Netz tritt oder aus der Höhe (z. B. vom Obergeschoss, Dach oder von der Leiter) auf die Sprungfläche springt. Dies erhöht Ihre Verletzungsgefahr! BAUEN Sie das Trampolin NICHT ZUSAMMEN, wenn jemand von diesem auf den Boden springt, unabhängig von der Oberfläche des Bodens. Wenn kleine Kinder auf dem Trampolin spielen, benötigen sie möglicherweise Unterstützung beim Einsteigen und Verlassen des Trampolins.

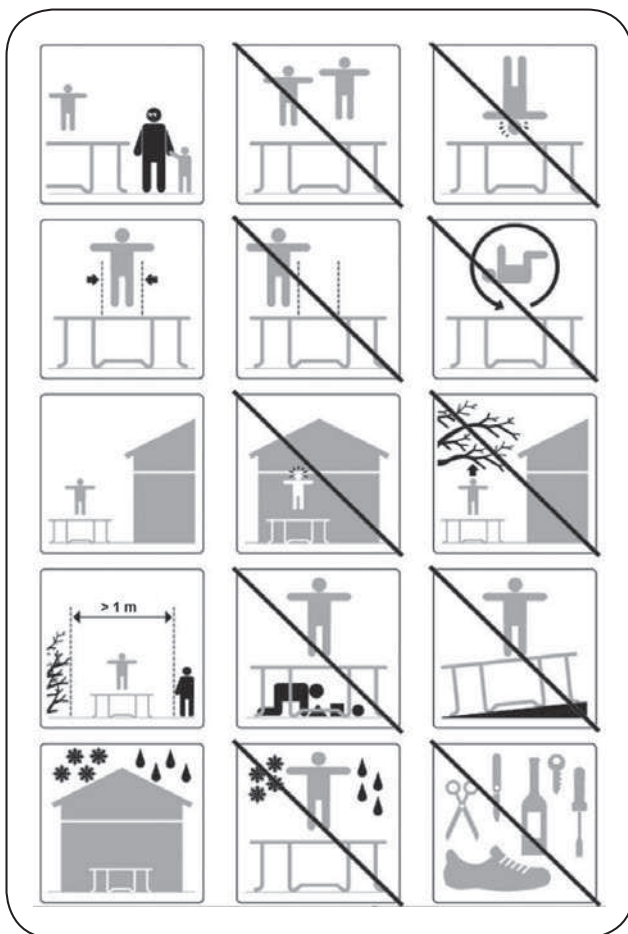
**Alkohol- oder Drogengenuss:** Konsumieren Sie weder Alkohol noch Drogen während der Benutzung des Trampolins! Dies erhöht Ihr Verletzungsrisiko, da diese Fremdstoffen Ihr Urteilsvermögen, Ihre Reaktionszeit und Ihre allgemeine körperliche Koordination beeinträchtigen.

**Mehrere Springer:** Wenn mehrere Springer zugleich auf dem Trampolin springen, erhöht sich das Verletzungsrisiko. Verletzungen können auftreten, wenn Sie vom Trampolin fallen, die Kontrolle verlieren, mit einem anderen Springer kollidieren oder auf dem elastischen Netz landen.

Im Allgemeinen wird die leichteste Person auf dem Trampolin verletzt.

**Kollision mit dem Rahmen des elastischen Netzes:** Wenn Sie ein Trampolin benutzen, müssen Sie sich in der Mitte der Sprungfläche aufhalten. Dies verringert das Verletzungsrisiko bei der Kollision mit der Abdeckung des elastischen Netzes. Halten Sie den Trampolinrahmen stets mit einer gepolsterten Abdeckung bedeckt. SPRINGEN oder TRETEN Sie NICHT direkt auf die gepolsterte Abdeckung, da diese nicht für das Gewicht eines Menschen ausgelegt ist.

**Verlust der Kontrolle:** Versuchen Sie KEINE komplizierteren Manöver, bevor Sie nicht die grundlegenden Sprünge beherrschen. Die Nichtbeachtung dieser Anweisungen erhöht für Sie oder andere Personen das Verletzungsrisiko.





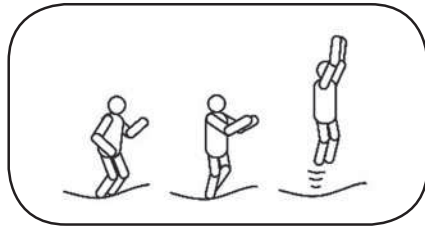
# TRAININGSPLAN DER GRUNDLEGENDEN SPRÜNGE AUF DEM TRAMPOLIN



Folgende Lektionen sind zur Aneignung der grundlegenden Schritte und Sprünge bestimmt, bevor Sie sich zu den schwierigeren Sprüngen entschließen. Befolgen Sie daher diesen Trainingsplan. Lesen Sie aufmerksam die Sicherheitshinweise. Sowohl die Aufsichtsperson, als auch die Benutzer sollten sich nicht nur über die für die Verwendung von Trampolinen geltenden Richtlinien, sondern auch über die physischen Grenzen der Benutzer ausführlich erkundigen.

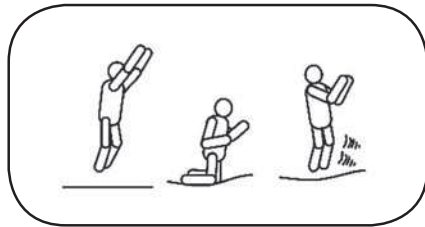
## 1. Lektion

- Ein- und Aussteigen
- Grundsprung - Vorführung und praktische Ausführung
- Bremsen (Abbrechmanöver) - Vorführung und praktische Ausführung, lernen Sie, auf Befehl anzuhalten
- Hand- und Kniesprung, der Schwerpunkt liegt auf der Landung auf 4 Stützpunkten



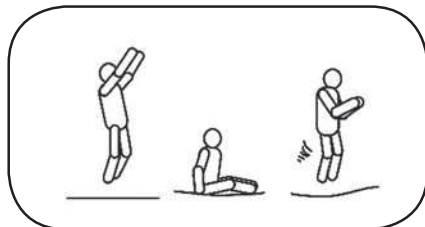
## 2. Lektion

- Wiederholung der 1. Lektion
- Kniesprung
- Sitzsprung - Vorführung und praktische Ausführung, beginnen Sie mit einem Sitzsprung, dann gehen Sie auf die Knie, dann auf die Hände und Knie und wiederholen Sie es



## 3. Lektion

- Wiederholen Sie, was Sie in früheren Lektionen gelernt haben
- halbe Umdrehung - nach der Landung auf der Oberfläche drehen Sie sich mit den Händen nach links oder rechts (auf den Knien oder im Sitzen), dann kehren Sie in die Ausgangsposition zurück



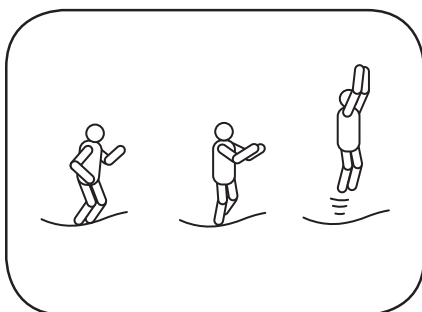
Nach dem Absolvieren dieser drei Lektionen lernen Sie die grundlegenden Techniken des Trampolinspringens. Achten Sie in Zukunft auf die Kontrolle und Technik der durchgeführten Sprünge.

Das nachstehende Spiel kann gespielt werden, um die Benutzer allmählich an das Trampolin zu gewöhnen:

Der Spieler Nr. 1 beginnt mit einem Sprung, der Spieler Nr. 2 wiederholt diesen Sprung und fügt einen weiteren Sprung hinzu. Die Spieler wechseln sich ab und fügen jedes Mal einen Sprung hinzu. Wer alle Sprünge bis zum Ende auszuführen vermag, gewinnt. Auch hier ist es wichtig, dass alle Sprünge kontrolliert ausgeführt werden! Versuchen Sie keine schweren Sprünge, die Sie nicht bewältigen. Falls Sie Ihre Kunst weiter verbessern möchten, sollten Sie einen zertifizierten Trampolin-ausbilder hinzuziehen.

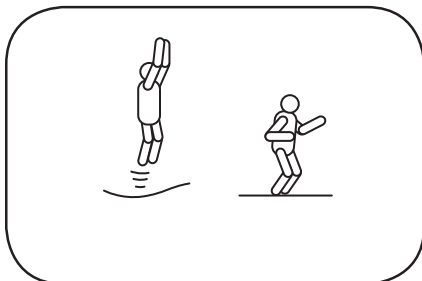
## Grundsprung

- Beginnen Sie in der stehenden Position, spreizen Sie Ihre Beine bis zur Schulterbreite und beobachten Sie mit Ihren Augen die Sprungfläche.
- Strecken Sie Ihre Arme nach vorn und nach oben und mit kreisenden Bewegungen.
- Bringen Sie beim Absprung in die Luft die Beine mit den Zehen nach unten zusammen.
- Spreizen Sie die Beine beim Landen wieder bis zur Schulterbreite.



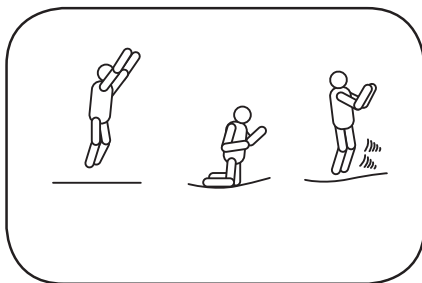
## Abbrechmanöver

- Sofern der Springer die Kontrolle verliert, kann er sie durch das Unterbrechungsmanöver zurückgewinnen.
- Beginnen Sie mit dem Grundsprung, lassen Sie jedoch beim Ausetzen die Knien eingezogen (gebeugt) – hiermit unterbrechen Sie den Sprung.



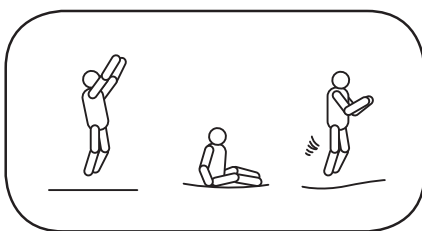
## Kniesprung

- Beginnen Sie mit dem Grundsprung und halten Sie sich niedrig über der Sprungfläche.
- Landen Sie mit geradem Rücken auf die Knie, halten Sie Ihren Körper aufrecht und nutzen Sie die Arme, um das Gleichgewicht zu halten.
- Springen Sie wieder in die Grundposition, indem Sie die Arme aufwärts schwingen.



## Sitzsprung

- Springen Sie in eine gerade Sitzposition.
- Legen Sie Ihre Hände entlang der Hüften auf die Unterlage.
- Kehren Sie in die aufrechte Position zurück und helfen Sie sich beim Absprung mit den Armen.



## GARANTIEBESTIMMUNGEN

- Das Trampolin wurde aus hochwertigen Materialien in hoher Ausführungsqualität hergestellt. Alle Komponenten wurden kontrolliert und als tadellos genehmigt.
- Die Garantie gilt für die Dauer von 2 Jahren ab dem Kaufdatum. Bewahren Sie alle Kaufbelege gemeinsam mit der Anleitung auf. Der Kaufbeleg wird bei der Geltendmachung von Garantieansprüchen verlangt.
- Reklamationen von Waren unterliegen dem Recht der Tschechischen Republik oder nach dem Recht des Landes, in dem das Trampolin gekauft wurde.
- Die Garantie bezieht sich auf sämtliche Mängel infolge eines Fehlers in der Produktion oder eines Materialmangels, welcher Einfluss auf die Funktion hat. Der Käufer ist verpflichtet, nach dem Kauf des Trampolins zu kontrollieren, ob nicht die Transportverpackung oder ein anderer Teil beschädigt ist. Bei Feststellung eines Mangels hat er den Verkäufer hiervon unverzüglich in Kenntnis zu setzen.
- Weist das Trampolin offensichtliche Mängel auf, die gleich nach der Inbetriebnahme in Erscheinung treten, sodass die Anlage nicht benutzt werden kann, ist der Käufer verpflichtet, die Ware unverzüglich zu reklamieren.
- Bei Feststellung eines Mangels an den einzelnen Teilen des Trampolins reklamieren die nur das mangelhafte Teil mit der sichtlich gekennzeichneten Stelle der Beschädigung.

## Die Garantie bezieht sich nicht auf

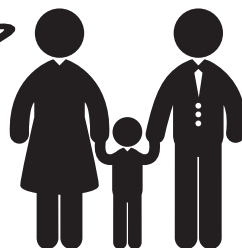
- Abnutzung infolge der unsachgemäßen Installation oder der unkorrekten Verwendung, ggf. der unsachgemäßen Lagerung.
- Übliche Abnutzung der Anlage, die dem Charakter und der Nutzungsdauer entspricht.
- Mängel infolge mechanischer Beschädigung.
- Mängel, die durch Naturkräfte verursacht wurden.
- Mängel infolge der Verwendung vom Standard abweichender Mittel und ungeeigneter Reinigungsmittel.
- Natürlicher Verlust der Farbbeständigkeit im Hinblick auf das Einwirken der Sonnenstrahlung.
- Deformationen im Zusammenhang mit dem instabilen oder nicht angepassten Untergrund.
- Die Konstruktion und die Stufen sind aus Edelstahl hergestellt, sodass infolge von Feuchtigkeit eine Korrosion eintreten kann. Die Garantie bezieht sich nicht auf die allfällige Korrosion der Stahlkonstruktion oder der Stufen.

SICHERHEIT  
ÜBERPRÜFT

Intertek



**Kontakte**  
[www.marimex.cz](http://www.marimex.cz)  
**Kundenzentrum**  
tel.: +420 261 222 111  
e-mail: [info@marimex.cz](mailto:info@marimex.cz)



# Assembly Instruction Manual

## Marimex Comfort

### Acknowledgment

Thank you for purchasing the Marimex trampoline. We are convinced it will serve you well for years and bring your family many happy moments together. Before assembling the trampoline, please study this instruction manual carefully.  
Your Marimex



### Package content



| N. | 305 ID   | 366 ID   | Part name                       | 305 cm | 366 cm |
|----|----------|----------|---------------------------------|--------|--------|
| 1  | 19000200 | 19000201 | Frame tube                      | 8      | 8      |
| 2  | 19000202 | 19000202 | T type tube                     | 8      | 8      |
| 3  | 19000203 | 19000204 | Upright Tube                    | 8      | 8      |
| 4  | 19000205 | 19000206 | W type tube                     | 4      | 4      |
| 5  | 19000209 | 19000210 | Frame pad                       | 1      | 1      |
| 6  | 19000207 | 19000208 | Trampoline mat with elastic net | 1      | 1      |
| 8  | 19000222 | 19000222 | Hook loading tool               | 2      | 2      |
| 14 | 19000219 | 19000219 | Screws (set)                    | 8      | 8      |
| 15 | 19000220 | 19000220 | Spanner                         | 1      | 1      |
| 17 | 19000223 | 19000224 | Ladder                          | 1      | 1      |
| 16 |          |          | Instruction Book                | 1      | 1      |
| 7  | 19000221 | 19000221 | Steel hook                      | 88     | 104    |
| 9  | 19000211 | 19000212 | Safety net                      | 1      | 1      |
| 10 | 19000215 | 19000215 | Upper safety net pole           | 8      | 8      |
|    | 19000216 | 19000216 | Upper foam                      |        |        |
|    | 19000217 | 19000217 | Top hat                         |        |        |
| 11 | 19000225 | 19000225 | Lower safety net pole           | 8      | 8      |
|    | 19000216 | 19000216 | Bottom foam                     |        |        |
| 12 | 19000218 | 19000218 | PVC sleeves for safety pole     | 8      | 8      |
| 13 | 19000213 | 19000214 | Top fiberglass pole             | 8+1    | 10+1   |



















## Notice

Please read the installation instructions carefully before installing the product. The table below refers to the description of the parts and their numbers in relation to the size of your trampoline. The assembly procedure includes part numbers and numbers for your convenience.

Use below drawing to identify all the parts.



## Parts Identification Chart

|  |  |   |   |
|--|--|---|---|
| <p><b>1</b> Frame tube</p>                | <p><b>2</b> T type tube</p>               | <p><b>3</b> Upright Tube</p>                     |   |
| <p><b>4</b> W type tube</p>               | <p><b>5</b> Frame pad</p>                 | <p><b>6</b> Trampoline mat with elastic net</p>  |   |
| <p><b>7</b> Steel hook</p>                | <p><b>8</b> Hook loading tool</p>        | <p><b>9</b> Safety net</p>                      |   |
| <p><b>10</b> Upper safety net pole</p>  | <p><b>11</b> Lower safety net pole</p>  | <p><b>12</b> PVC sleeves for safety pole</p>   |   |
| <p><b>13</b> Top fiberglass pole</p>    | <p><b>14</b> Screws (set)</p>           | <p><b>15</b> Spanner</p>                       | <p><b>16</b> Instruction Book</p>  |



## Prior to assembling

**NOTICE:** the trampoline MUST be set up on grassed area only. Not suitable on concrete or other hard surfaces. To assemble this trampoline, you will need the special spring loading tool enclosed with your product.

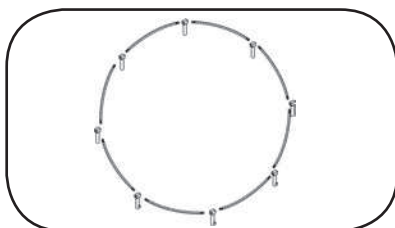
**WARNING:** We recommend to use gloves during assembly to avoid pinching. It will require at least two people in good physical condition to assemble the trampoline. During periods of non-use, this trampoline can be easily disassembled and stored.



## FRAME ASSEMBLY

### Step 1

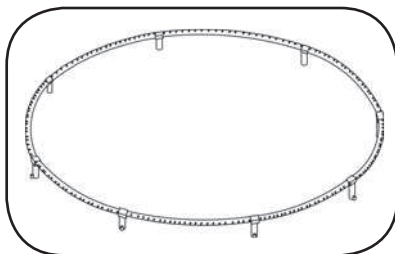
Put all frame tubes and T-tube connectors in a circle as shown.



### Step 2

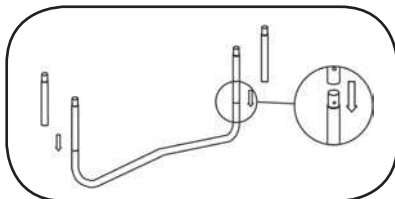
The two ends of frame tube are different. One end is smaller, the other is bigger. To make it easy to assemble, first insert the frame tube's bigger end into the T connector, then insert the small end of another frame tube into the same T connector. Repeat until all the frame tubes and connectors are connected.

Note: The welded tube of T tube connector must face outside.



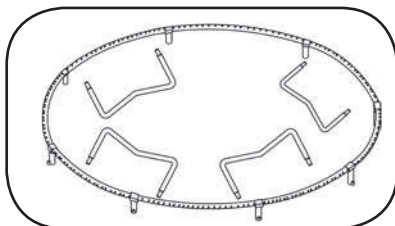
### Step 3

Connect the leg extensions tube with the "W" shape leg tubes as shown in the picture. Make sure the pin locked. (Upright tube not required on 8ft trampoline range).



### Step 4

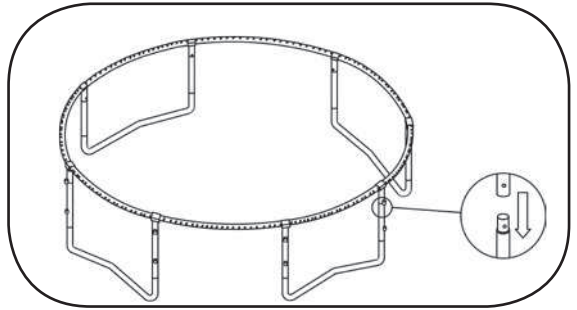
Place all leg tubes inside the frame circle to line up with T-tube connectors.





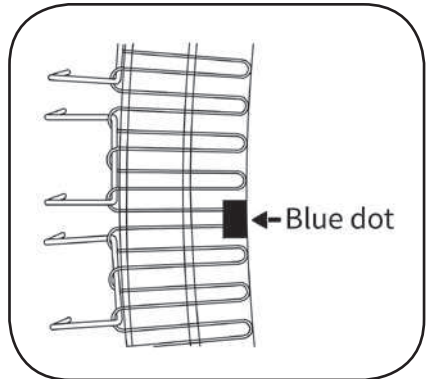
## Step 5

Lift up the frame on one side and insert leg tube into T-tube connector. Repeat this step to connect rest of leg tubes and T-tube connectors together. Note: Two or more persons are required to lift the frame on the opposite side.



## Step 6

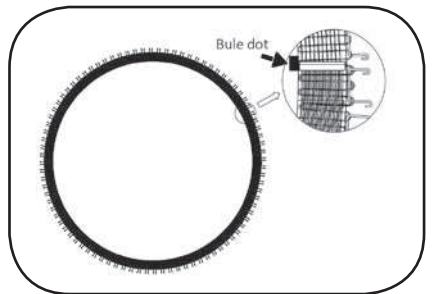
To prepare the bounce mat to be attached to the trampoline you must first attach the steel hooks. Each hook connects through 3 loops of the bounce mat. You can find blue dots on the bounce mat, choose one blue dot as the start point to connect the hooks. Working to the left or right of the start section you connect the hooks by pushing through 3 elasticated hoops on the bounce mat mesh. Hold the hook with the round hook section facing towards you and the hook facing down.



Then thread the loop downwards through the first hoop, upwards through the second and then finally downwards through the third loop. All hoops should now be connected over the bar of the hook.

## Step 7

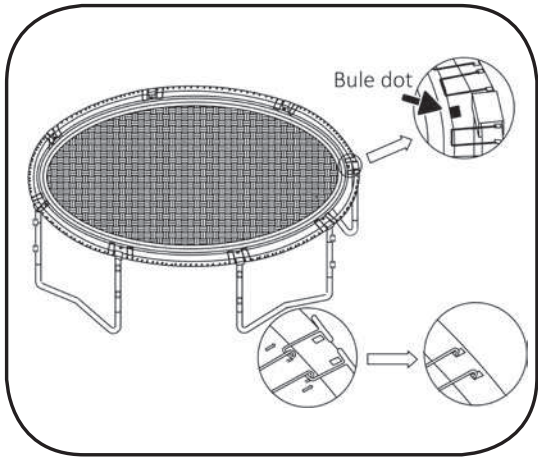
Put the beginning and end overlap together. The hook goes through 6pcs elastic mesh only at this place. Lay the jumping mat inside the frame. Ensure that bounce mat faces upwards with the cross / logo facing where entrance will be positioned.





### Step 8

Attach the steel hooks to the frame tube. Choose one steel hook which is next to the blue dot, attach it to the holes of the frame tube beside the corresponding T-tube connector by hook loading tool. **Make sure the blue dot faces the T-tube connector.** Repeat to attach steel hooks beside each T connector by counting the number of steel hooks and corresponding holes on frame tube..

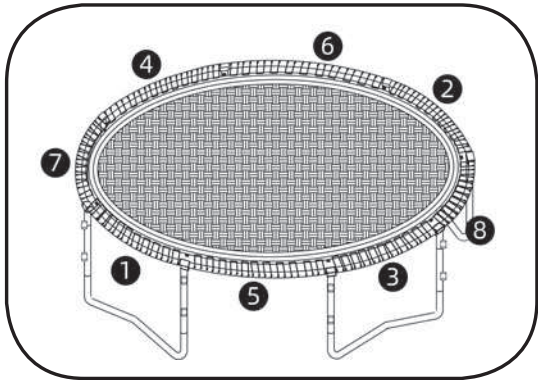


### Step 9

Attach all other steel hooks evenly.

To make assembly easier we suggest that when one adult attach the steel hooks another adult help fix the frame aside to avoid the trampoline move. Also we suggest to follow the marked number to assemble symmetrically and evenly.

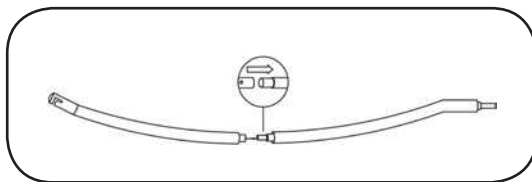
**WARNING:** In order to attach the hooks securely please use the provided tools and wear gloves to protect your hands. Trampoline is under heavy tension, more effort is required to attach the steel hooks to the frame. Be careful not to pinch fingers or slip. Serious injury may occur.





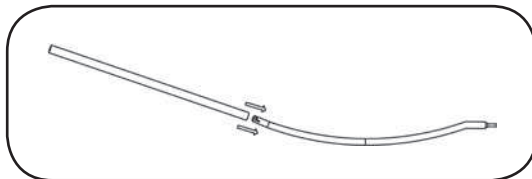
### Step 13

Connect each upper safety pole and lower safety pole together by the pin and make sure the pin is locked.



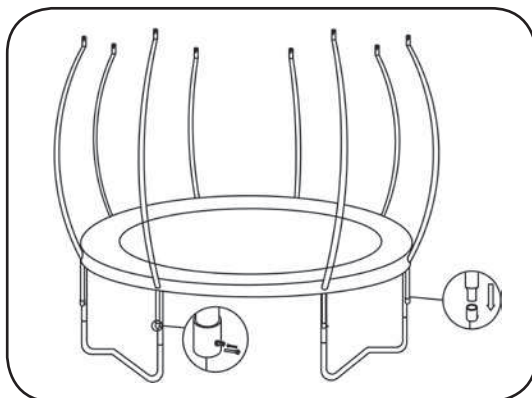
### Step 14

Cover the entire pole with sleeve.



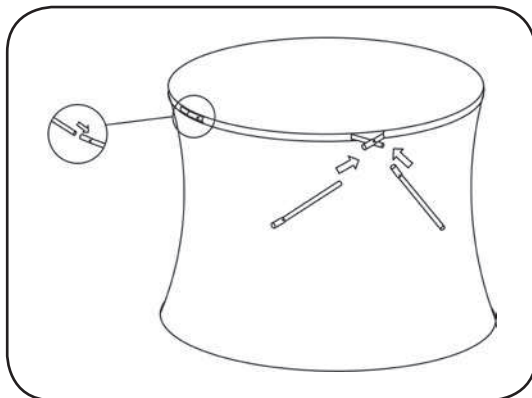
### Step 15

Insert the curved enclosure poles into the two welded tubes of the leg tube one by one, as shown in the picture. Tighten the safety poles with attached screws at the bottom welded tubes. (Please use the hexagon L Spanner.)



### Step 16

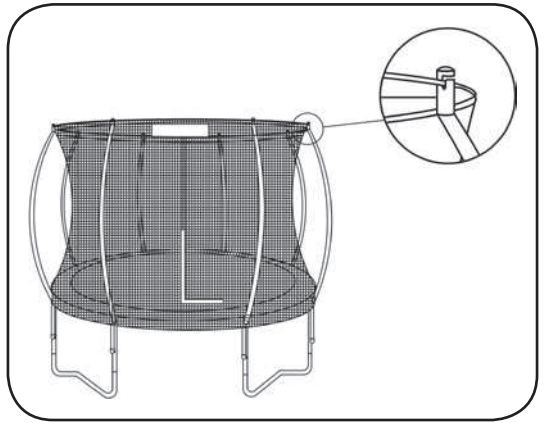
Insert fiberglass poles into the top pathway of safety net one by one. Join the ends of two fiberglass poles together by silver connector. (If there is a shorter pole, then assemble it at last.)





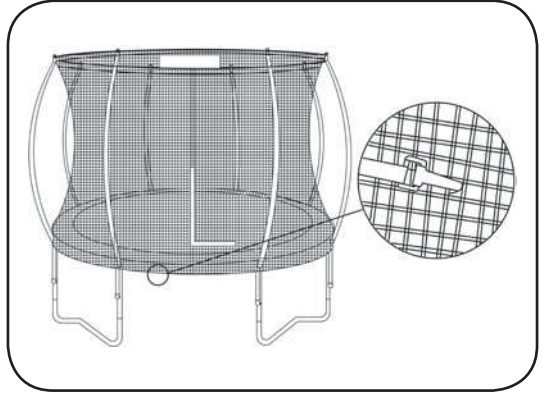
### Step 17

Put safety net onto jumping mat. Stand on the jumping mat and then pick up the safety net's fiberglass poles and insert them to the black top hats one by one.



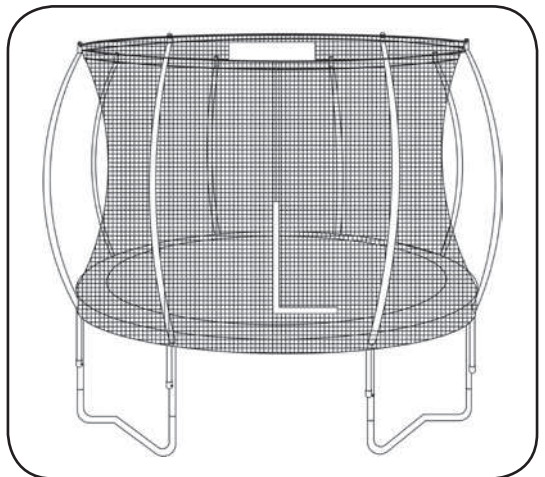
### Step 18

Find plastic hooks at the bottom of the safety net and hang them into the back of elastic mesh.



### Step 19

Now your trampoline installation is complete.



# Safety Plaque - Trampoline

EN

## WARNING

Max 150kg. Only for domestic use. Only intended for outdoor use. The trampoline shall be assembled by an adult in accordance with the assembly instructions and thereafter checked before the first use. Only one user. Collision hazard. Always close the net opening before jumping. Jump without shoes. Do not use the mat when it is wet. Empty pockets and hands before jumping. Always Jump in the middle of the mat. Do not eat while jumping. Do not exit by a jump. Limit the time of continuous usage (make regular stops). Do not use in strong wind conditions and secure the trampoline.



## INSTRUCTION

The trampoline is not intended to be buried into the ground. If you need to move the trampoline only, it is absolutely necessary to have at least four people evenly distributed around the trampoline, and that they all lift and move the trampoline together. We recommend to place the trampoline on a level surface at least 2 m from any structure or obstruction such as a fence, garage, house, overhanging branches, laundry lines or electrical wires. Trampolines shall neither be installed over concrete, asphalt or any other hard surface nor at proximity of other conflicting installations (e.g. paddling pools, swings, slides, climbing frames). Modifications made by the consumer to the original trampoline (e.g. the adding of an accessory) shall be carried out according to the instructions of the manufacturer.



## MAINTENANCE

Need to carry out checks and maintenance of the main parts (frame, suspension system, mat, padding, and enclosure) at the beginning of each season and that if these checks are not carried out, the trampoline could become dangerous. Below checks are also necessary and recommended:

- check all nuts and bolts for tightness and tighten when required;
- check that all spring-loaded (pit pin) joints are still intact and cannot become dislodged during play;
- check all coverings and sharp edges and replace when required;
- retain the maintenance instruction manual;

Outdoor trampolines should be equipped with a device that in strong wind conditions avoid displacement due to wind (e.g. steel bars in the ground or loads like sand bag or water bags) and/or items catching wind like net and mat should be removed; in certain countries during winter period, the snow load and the very low temperature can damage the trampoline. It is recommended to remove the snow and store the mat and the enclosure indoor. Check that mat, padding and enclosure are without defects; replace the enclosure after 2 year(s) of use. Make sure that the hook-and-loop fasteners are closed correctly during use of trampoline. At strong wind conditions, removing enclosure and / or fixing the trampoline to the ground.

MANUFACTURER: MARIMEX CZ, S.R.O., LIBUŠSKÁ 221/264, PRAGUE 4, CZECH REPUBLIC, TEL.+420 261 222 111



## TIPS TO REDUCE THE RISK OF ACCIDENTS

### Jumper:

The key to avoiding accidents is to stay in control of your jumps. DO NOT move onto more complicated, more difficult maneuver until you have mastered the basic, fundamental bounce. Education is also key to safety and very important. Read, understand, and practice all safety precautions and warnings prior to using the trampoline. A controlled jump is when you land and take off from the same location. For additional safety tips and instructions, contact a certified trampoline instructor.

### Supervisor:

When supervising other users of the trampoline, supervisors need to understand and enforce all safety rules and guidelines. It is the responsibility of supervisor to provide knowledgeable advice and guidance to all jumpers of the trampoline. If supervision is unavailable or inadequate, the trampoline could be stored in a secure place, disassembled to prevent unauthorized use, or covered with a heavy tarpaulin that can be locked or secured with lock or chains. The supervisor is also responsible to ensure that the safety placard is placed on the trampoline and that jumpers are informed of these warnings and instructions.

## TRAMPOLINE SAFETY INSTRUCTIONS



### JUMPERS:

- Do not use trampoline if you have consumed alcohol or any drugs.
- Remove all hard sharp objects from your person before using trampoline.
- You should climb on and off in a controlled and careful manner. Never jump onto or off the trampoline and never use the trampoline as a device 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 the jump mat.
- 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, try to stop your bouncing.
- Do not jump or bounce for prolonged periods of time or too high for a number of consecutive jumps.
- Keep your eyes on the mat to maintain control.
- Never have more than 1 person on the trampoline at any one time.
- Always have a supervisor watching you when you are on the trampoline..

### SUPERVISORS:

- Educate yourself with the basic jumps and safety rules. To prevent and reduce the risk of injuries, enforce all safety rules and ensure that new jumpers learn the basic bounces before trying more difficult and advanced jumps.
- All jumpers should be supervised, regardless of skill level or age.

- Never use the trampoline when it is wet, damaged, dirty, or worn. The trampoline should always be inspected for signs of wear before use.
- Keep all objects that could interfere with the jumper away from the trampoline. Be aware of what is overhead, underneath, and around the trampoline.
- To prevent unsupervised and unauthorized use, the trampoline should be secured when not in use

## General Safety:

Do not bounce on the trampoline for extended periods of time because fatigue can increase your chances of becoming injured. Bounce for a brief period of time and then allow others to join in on the fun! Never have more than one person bouncing on the trampoline.

Jumpers should wear t-shirt, shorts or sweats, and regulation gymnastics shoes, heavy socks, or be barefoot. If you are just beginning, you may want to wear long sleeve shirts and pants to protect against scrapes and abrasions until you master correct landing positions and form. Do not wear hard sole shoes, such as tennis shoes, on the trampoline as this will cause excessive wear on the mat material. You should always mount and dismount properly in order to avoid injury. To mount properly, you should PLACE your hand on the frame and either step or roll up onto the frame, over the springs, and onto the trampoline mat. You should always remember to place your hands onto the frame while mounting or dismounting. Do not step directly onto the frame pad or grasp the frame pad. To dismount properly, move over to the side of the trampoline and place your hand onto the frame as a support and step from the mat to the ground. Smaller children should be assisted when mounting and dismounting the trampoline.

Do not bounce recklessly on the trampoline since this will increase your chances of getting injured. The key to safety and having fun on the trampoline is controlling and mastering the various bounces. Never try to out-bounce another bouncer in terms of height! Never use the trampoline alone without supervision.

## TRAMPOLINE PLACEMENT

The minimum overhead clearance required is 24 feet (7.3 meters). In terms of horizontal clearance, please ensure that no hazardous objects are near the trampoline such as tree limbs, other recreational objects (i.e. swing sets, swimming pools), electrical power wiring, walls, fences, etc. For safe use of the trampoline, please be aware of the following when selecting a place for your trampoline:

- The trampoline MUST be placed on a level surface for use.
- The area should be well-lit.
- Make sure there are no obstructions beneath, above or around the trampoline.y.

## ACCIDENT CLASSIFICATION

**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 (e.g. a deck, roof, or ladder). This will increase your chances of getting injured! DO NOT dismount by jumping off the trampoline and landing on the ground, regardless of the makeup of the ground. If small children are playing on the trampoline, they may need help in mounting and dismounting.

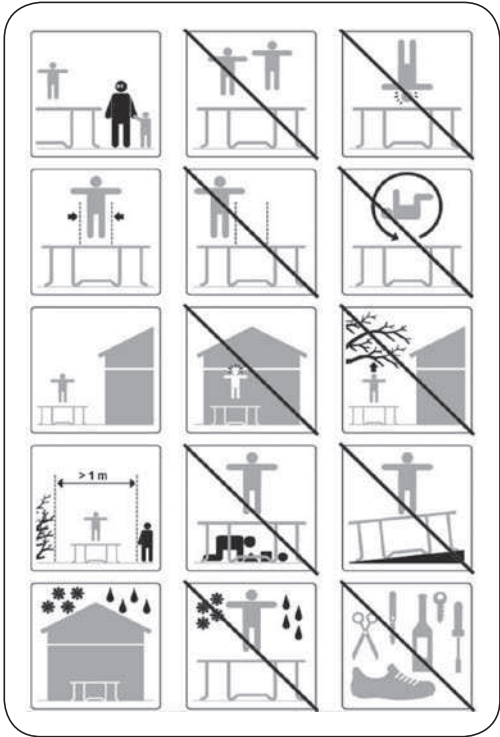
**Use of Alcohol or Drugs:** DO NOT consume an alcohol or drugs when using this trampoline! This will increase your chances of getting injured since these foreign substances impair your judgments, reaction time, and overall physical coordination.

**Multiple jumpers:** If you have multiple jumpers (more than op person on the trampoline at any on-time), you increase the chance of getting injured. Injuries could occur when you fly off the trampoline, lose control, collide with the other jumper(s), or land on the springs.

Generally, the lightest person on the trampoline will get injured.

**Striking the Frame of springs:** When playing on the trampoline, STAY in the center of the mat. This will reduce your risk of getting injured by landing on the frame of springs. Always keep the frame pad covering the frame of the trampoline. DO NOT jump or step onto the frame pad directly since it was not intended to support the weight of a person.

**Loss of Control:** DO NOT try difficult maneuver, of any maneuver until you have mastered it. If you do not follow these guidelines, you increase the risk of someone getting injured.



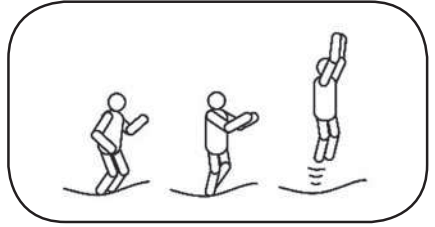


# TRAINING PLAN OF BASIC JUMPING TECHNIQUES

The following lessons are suggested in order to learn basic steps and bounces before moving onto more difficult, complicated bounces. Before actually getting on and using the trampoline, you should read and understand all safety instructions. A complete discussion and demonstration of body mechanics and trampoline guidelines should occur between the supervisor and student as well.

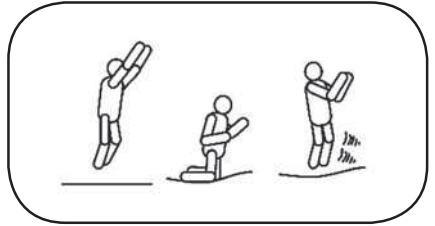
## 1. Lesson

- Entering and getting off – Demonstration of proper techniques
- The Basic Bounce- Demonstration and practice
- Braking (Check the Bounce)-Demonstration and practice. Learn to brake on command
- Hands and knees-Demonstration and practice. Focus should be on four-point landing and alignment



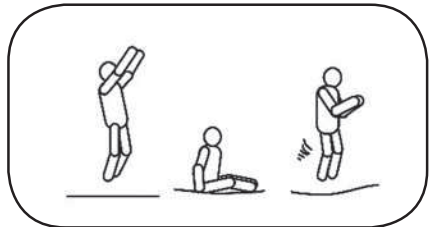
## 2. Lesson

- Review and practice of techniques learned in Lesson 1
- Knee Bounce –Demonstration and practice. Learn the basic down to knee and back up before trying half twist to left and right
- Seat bounce –Demonstration and practice. Learn basic seat bounce then add a knee bounce, hands and knees; repeat



## 3. Lesson

- Review and practice skills and techniques learned in previous lessons
- Practice Routine-Hands and knees Bounce, Front Bounce, back to feet, seat bounce, back to feet



After completing this lesson, the student now has a basic foundation of trampoline bounces. Jumpers should be encouraged to try and develop their own routines with the emphasis on control and form

A game that can be played in order to encourage students to try and develop routines is "BOUNCE". In this game, player count off from 1 to X. Player one starts with a maneuver. Player two has to do Player One's maneuver and add on another. Player Three does the maneuvers of One and Two and then adds a third maneuver. This continues until a player cannot do the routine until someone spells out the word



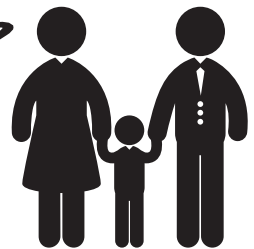


## Warranty Conditions

- The trampoline is made of high-quality materials. All parts have been inspected and found free of defects.
- The warranty is valid for two years from the date of purchase. Keep all documents of purchase together with the instruction manual. Documents will be required when applying warranty claims.
- Claims for defective goods shall be governed by Czech law or by the law of the country in which the trampoline was purchased.
- The warranty applies to all defects caused by a manufacturing error, or material defects affecting functionality.
- After purchasing the trampoline, the buyer is obliged to check that the packaging or other parts of the trampoline are not damaged. In case of any defects, inform the seller immediately.
- If any defects appear immediately after assembly of the trampoline and it cannot be used, the buyer must make a warranty claim without any delay.
- If defects are discovered on individual parts of the trampoline, make a claim for the defective part only, with the damaged place clearly marked.

## The warranty does not apply to:

- Damages caused by improper installation, use or storage.
- Ordinary damages corresponding to its nature and length of use.
- Defects caused by mechanical damage.
- Defects caused by the natural elements – heavy rain/snow, strong wind, flying heavy objects
- Defects due to use of substandard tools and cleaning aids.
- Natural loss of colour fastness caused by exposure to sunlight.
- Deformation caused by unstable or untreated surface.
- The frame and ladder are not made of stainless steel and can therefore become rusty in humid conditions. Claims for potential rusting of the steel frame or ladder will not be accepted.





# BAZÉNY Marimex

Aboveground pools Marimex



Výběr z více  
než 60 modelů

Range of more than 60 models



Více informací o značkovém zboží Marimex a prodejních místech najdete na [www.marimex.cz](http://www.marimex.cz) a [www.marimex.sk](http://www.marimex.sk).  
For more information about Marimex products and sales points please visit [www.marimex.cz](http://www.marimex.cz) or [www.marimex.sk](http://www.marimex.sk).





