

SPORTNOW

IN240800749V01_UK_FR_ES_DE_IT

A71-046V00



EN_IMPORTANT, RETAIN FOR FUTURE REFERENCE: READ CAREFULLY.

FR_IMPORTANT: A LIRE ATTENTIVEMENT ET A CONSERVER POUR VOUS Y REFRERER ULTERIEUREMENT

ES_IMPORTANTE, LEA DETENIDAMENTE Y GUARDE PARA FUTURAS REFERENCIAS.

DE_WICHTIG! SORFGFÄLTIG LESEN UND FÜR SPÄTERES NACHSCHLAGEN AUFBEWAHREN.

IT_IMPORTANTE, LEGGERE E CONSERVARE QUESTO MANUALE D'ISTRUZIONE PER UN USO FUTURO.

1. This product is recommended for ages over 14 years. The maximum load is 100kg.
2. The bed legs of the trampoline are firmly installed during assembly. Ensure the bed legs are not deformed due to force during the assembly process.
3. At the beginning of using the product, the movable clamp may be difficult to open and close, however the clamp resistance will decrease with the number of uses.
Please be careful when opening and closing the trampoline to avoid injury.
4. When opening and closing or folding, keep away from children and pets. With two or more adults, open the trampoline on an open, dry and clean surface.
5. Use the trampoline on a flat and level ground.
6. Before using the trampoline, ensure it is placed firmly on the ground, with it being at least five metres wide and eight metres high. Do not place anything underneath the trampoline.
7. When installing the trampoline, ensure the area is free of trees, branches, rocks, wires and other objects.
8. Warm up and stretch for at least five minutes before using, minimising the risk of injury.
9. Start aerobic trampoline training every other day. After a few weeks, start training five days a week. Start with the minimum number of minutes and gradually increase to the recommended maximum time.
10. Once familiar with basic training, you can innovate and develop your own exercise routine.
11. Keep packaging away from small children, and properly dispose of all waste after installation.
12. Always inspect the trampoline before use. If there are damaged or loose parts, stop using immediately.
13. Read and understand all information before use – keep for future reference.
14. Before use, ensure the trampoline is assembled correctly, following all instructions in this manual.
15. Only to be used by one person at a time.
16. Be cautious when using to prevent falling. Do not bounce with your knees to avoid injury.
17. Do not use in wet or windy conditions.
18. Do not roll on the trampoline to avoid serious injury.
19. When using, ensure others do not lean, sit, stand or lie on the frame mat.
20. If you are under the influence of alcohol, drugs or prescription medicine, which could make you drowsy, do not use this trampoline.
21. Do not use this product if you are pregnant, have heart disease, high blood pressure or use a pacemaker. Elderly persons and persons with disabilities must be supervised if using.
22. When using, ensure you are bouncing in the centre.
23. When assembling, observe all safety warnings in this manual.

24. Wear appropriate sports clothing when using this product.
25. Children must be supervised when using this trampoline.
26. Take extra caution when installing and removing this product to avoid injury.
27. When using, do not have hard or sharp accessories in your possession, such as glasses, watches, etc.

Warning

Children must be supervised when using this product. Read all instructions before use. Like any fitness equipment, consult a doctor before use.

Product Size: Ø102*H22cm

Attention: The trampoline must be assembled by an adult according to the assembly instructions and inspected before first use.

Attention: Follow the manufacturer's instructions when jumping with/without shoes

Attention: Empty your pockets and hands before jumping

Attention: Always jump in the middle of the mat, not on the sides.

Attention: Do not eat while jumping

Attention: Each jump should not exceed 30 minutes, and at least 10 minutes of rest is required

Attention: Be sure to close the network port before jumping

Trampolines cannot be buried underground

Trampolines should not be installed on concrete, asphalt or any other hard surface or near incompatible features (e.g., paddling pools, slides, climbing structures)

Any modifications made by the consumer to the original trampoline (such as adding accessories) must be done in accordance with the manufacturer's instructions.

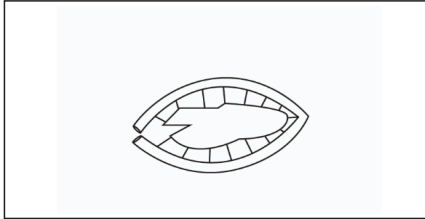
Maintenance Instructions

During the winter months, snow and extremely low temperatures may damage the trampoline, and it is recommended to clear the snow and store the mat and shell indoors.

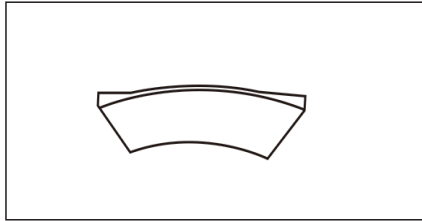
Replace nets and pad regularly every 1 year, and check whether the structure is stable to ensure safety

Part list

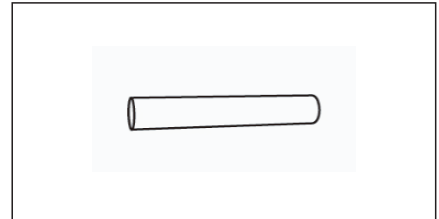
1.Trampoline x1



2.Protective case x1



3. Leg tube x6



Installation steps

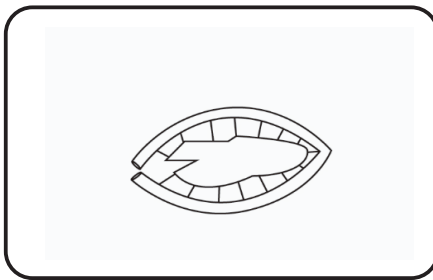


Fig. 1

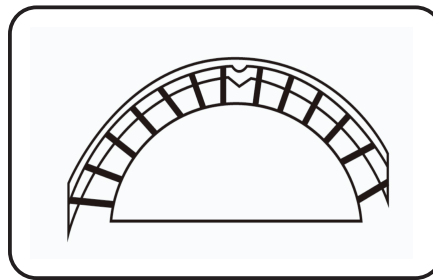


Fig. 2

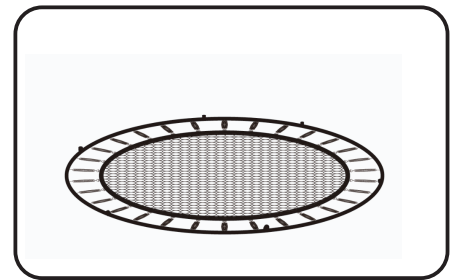


Fig. 3

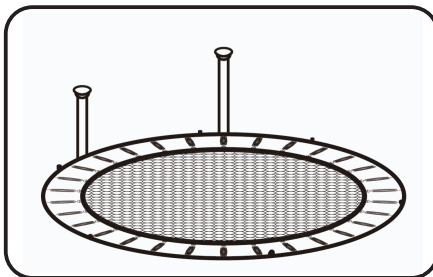


Fig. 4

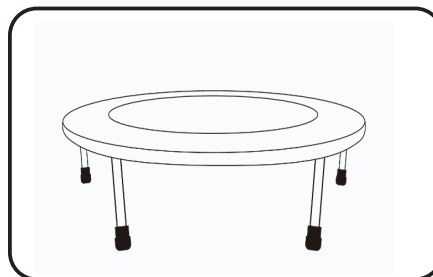


Fig. 5

1.Place the trampoline on the floor in its folded position (Fig. 1), pull the left and right sides, so the trampoline is in a semi circle. Ensure the folding clamp stick is close to the ground (Fig. 2).

2.Secure one side of the trampoline, then open in the opposite direction. Keep fingers away from the folding points (Fig. 3). If equipped with a protective cover, put it on after the trampoline is opened. When opening, closing and storing, keep children and pets away. With at least two adults, assemble on a clean and dry surface.

3.Place it upside down, insert each bed foot into the frame and tighten (Fig. 4).

4.Put the protective cover on the trampoline (Fig. 5)

1. Ce produit est recommandé pour les plus de 14 ans. La charge maximale est de 100 kg.
2. Les pieds du trampoline doivent être bien installés pendant l'assemblage. Assurez-vous qu'ils ne sont pas déformés par la force pendant le processus d'assemblage.
3. Au début de l'utilisation du produit, la pince mobile peut être difficile à ouvrir et à fermer, mais la résistance de la pince diminuera avec le nombre d'utilisations. Faites attention en ouvrant et fermant le trampoline pour éviter les blessures.
4. Éloignez les enfants et les animaux domestiques lors de l'ouverture, de la fermeture ou du pliage. Ouvrez le trampoline avec deux adultes ou plus sur une surface ouverte, sèche et propre.
5. Utilisez le trampoline sur un sol plat et nivelé.
6. Avant d'utiliser le trampoline, assurez-vous qu'il est fermement posé sur le sol, avec une largeur d'au moins cinq mètres et une hauteur d'au moins huit mètres. Ne placez rien sous le trampoline.
7. Lors de l'installation du trampoline, assurez-vous que la zone est exempte d'arbres, de branches, de rochers, de fils et d'autres objets.
8. Échauffez-vous et étirez-vous pendant au moins cinq minutes avant d'utiliser le trampoline pour minimiser le risque de blessure.
9. Commencez un entraînement de trampoline aérobique tous les deux jours. Après quelques semaines, commencez à vous entraîner cinq jours par semaine. Commencez avec le nombre minimum de minutes et augmentez progressivement jusqu'au temps maximum recommandé.
10. Une fois que vous êtes familiarisé avec l'entraînement de base, vous pouvez innover et développer votre propre routine d'exercice.
11. Gardez les emballages hors de portée des petits enfants et éliminez correctement tous les déchets après l'installation.
12. Inspectez toujours le trampoline avant utilisation. S'il y a des pièces endommagées ou desserrées, arrêtez immédiatement l'utilisation.
13. Lisez et comprenez toutes les informations avant utilisation – conservez-les pour référence future.
14. Avant utilisation, assurez-vous que le trampoline est correctement assemblé en suivant toutes les instructions de ce manuel.
15. À n'utiliser que par une personne à la fois.
16. Soyez prudent lorsque vous utilisez le trampoline pour éviter de tomber. Ne sautez pas sur vos genoux pour éviter les blessures.
17. Ne pas utiliser par temps humide ou venteux.
18. Ne pas rouler sur le trampoline pour éviter toute blessure grave.
19. Lors de l'utilisation, assurez-vous que d'autres personnes ne s'appuient pas, ne s'assoient pas, ne se tiennent pas ou ne s'allongent pas sur le tapis de cadre.
20. Ne pas utiliser ce trampoline si vous êtes sous l'influence d'alcool, de drogues ou de médicaments prescrits pouvant vous rendre somnolent.
21. Ne pas utiliser ce produit si vous êtes enceinte, si vous souffrez de maladies cardiaques, d'hypertension artérielle ou si vous utilisez un pacemaker. Les personnes âgées et les personnes handicapées doivent être surveillées si elles utilisent le trampoline.
22. Lors de l'utilisation, assurez-vous que vous sautez au centre.

23. Lors de l'assemblage, observez tous les avertissements de sécurité dans ce manuel.
24. Portez des vêtements de sport appropriés lorsque vous utilisez ce produit.
25. Les enfants doivent être surveillés lorsqu'ils utilisent ce trampoline.
26. Faites très attention lors de l'installation et du démontage de ce produit pour éviter les blessures.
27. Lors de l'utilisation, ne pas avoir d'accessoires durs ou tranchants en votre possession, tels que des lunettes, des montres, etc.

Avertissement :

Les enfants doivent être surveillés lorsqu'ils utilisent ce produit. Lisez toutes les instructions avant utilisation. Comme pour tout équipement de fitness, consultez un médecin avant utilisation.

Taille du produit : Ø102*H22cm

Attention : Le trampoline doit être assemblé par un adulte selon les instructions de montage et inspecté avant la première utilisation.

Attention : Suivez les instructions du fabricant lorsque vous sautez avec ou sans chaussures.

Attention : Videz vos poches et vos mains avant de sauter.

Attention : Sautez toujours au milieu de la toile, pas sur les côtés.

Attention : Ne mangez pas en sautant.

Attention : Chaque saut ne doit pas dépasser 30 minutes, et au moins 10 minutes de repos sont nécessaires.

Attention : Assurez-vous de fermer le port du filet avant de sauter.

Les trampolines ne peuvent pas être enterrés.

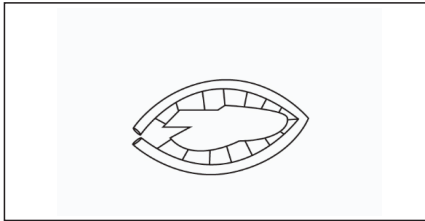
Les trampolines ne doivent pas être installés sur du béton, de l'asphalte ou toute autre surface dure ou près d'éléments incompatibles (par exemple, piscines pour enfants, toboggans, structures d'escalade).

Toute modification apportée par le consommateur au trampoline d'origine (comme l'ajout d'accessoires) doit être effectuée conformément aux instructions du fabricant.

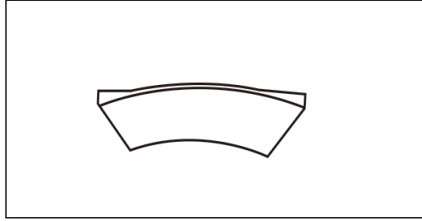
Instructions d'entretien

Pendant les mois d'hiver, la neige et les températures extrêmement basses peuvent endommager le trampoline. Il est recommandé de dégager la neige et de ranger la toile et la coque à l'intérieur. Remplacez régulièrement les filets et les protections tous les ans et vérifiez si la structure est stable pour garantir la sécurité.

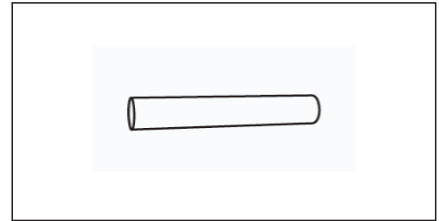
1. Trampoline x1



2. Housse de protection x1



3. Tube de pied x6



Étapes d'installation :

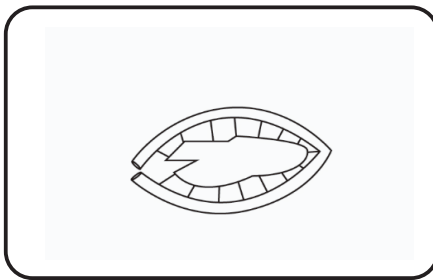


Fig. 1

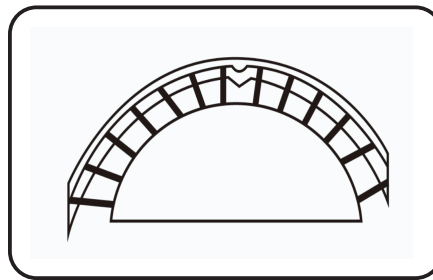


Fig. 2

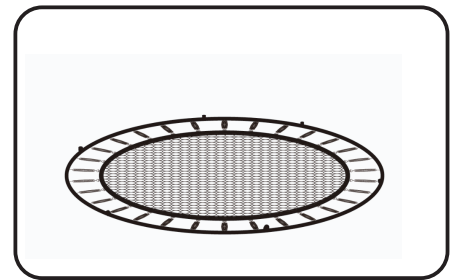


Fig. 3

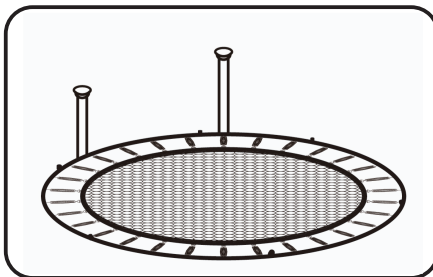


Fig. 4

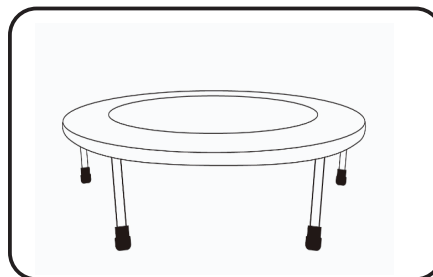


Fig. 5

1. Placez le trampoline au sol en position pliée (Fig. 1), tirez les côtés gauche et droit, de sorte que le trampoline forme un demi-cercle. Assurez-vous que la pince de pliage est proche du sol (Fig. 2).
2. Fixez un côté du trampoline, puis ouvrez-le dans la direction opposée. Gardez les doigts éloignés des points de pliage (Fig. 3). Si équipé d'une housse de protection, mettez-la après avoir ouvert le trampoline. Lors de l'ouverture, de la fermeture et du rangement, gardez les enfants et les animaux domestiques à l'écart. Assemblez avec au moins deux adultes sur une surface propre et sèche.
3. Placez-le à l'envers, insérez chaque pied de lit dans le cadre et serrez (Fig. 4).
4. Mettez la housse de protection sur le trampoline (Fig. 5).

1. Dieses Produkt ist für Kinder ab 14 Jahren empfohlen. Die maximale Belastung beträgt 100 kg.
2. Die Stützen des Trampolins werden bei der Aufstellung gut befestigt. Vergewissern Sie sich, dass die Stützen während des Vorgangs nicht gewaltsam verformt werden.
3. Zu Beginn der Nutzung des Produkts ist die mobile Klammer möglicherweise schwer zu öffnen und zu schließen, der Widerstand der Klammer nimmt jedoch mit der Anzahl der Verwendungen ab. Bitte gehen Sie beim Öffnen und Schließen des Trampolins vorsichtig vor, um Verletzungen zu vermeiden.
4. Halten Sie das Trampolin beim Öffnen und Schließen oder Zusammenklappen von Kindern und Haustieren fern. Öffnen Sie das Trampolin mit der Unterstützung von zwei oder mehr Erwachsenen auf einer offenen, trockenen und sauberen Fläche.
5. Benutzen Sie das Trampolin auf einem flachen und ebenen Boden.
6. Vergewissern Sie sich vor der Verwendung des Trampolins, dass es stabil auf dem Boden steht und mindestens fünf Meter breit und acht Meter hoch ist. Stellen Sie keine Gegenstände unter das Trampolin.
7. Achten Sie beim Aufstellen des Trampolins darauf, dass der Bereich frei ist von Bäumen, Ästen, Steinen, Drähten und anderen Gegenständen.
8. Wärmen Sie sich vor der Verwendung mindestens fünf Minuten lang auf und dehnen Sie sich, um das Verletzungsrisiko zu minimieren.
9. Beginnen Sie jeden zweiten Tag mit dem aeroben Trampoltraining. Nach einigen Wochen trainieren Sie fünf Tage pro Woche. Beginnen Sie mit der minimalen Minutenanzahl und steigern Sie allmählich auf die empfohlene Höchstdauer.
10. Sobald Sie mit dem Grundtraining vertraut sind, können Sie Ihr eigenes Trainingsprogramm entwickeln.
11. Halten Sie die Verpackung von kleinen Kindern fern und entsorgen Sie alle Abfälle ordnungsgemäß nach der Aufstellung.
12. Überprüfen Sie das Trampolin stets vor der Verwendung. Stellen Sie die Verwendung bei beschädigten oder losen Teilen sofort ein.
13. Lesen und verstehen Sie vor der Verwendung alle Informationen - bewahren Sie sie zum späteren Nachschlagen auf.
14. Vergewissern Sie sich vor der Verwendung, dass das Trampolin korrekt aufgestellt ist, und befolgen Sie alle Anweisungen in dieser Anleitung.
15. Das Trampolin darf jeweils von nur einer Person verwendet werden.
16. Gehen Sie bei der Verwendung vorsichtig vor, um Stürze zu vermeiden. Hüpfen Sie nicht mit den Knien, um Verletzungen zu vermeiden.
17. Nicht bei Nässe oder Wind benutzen.
18. Rollen Sie sich nicht auf dem Trampolin, um schwere Verletzungen zu vermeiden.
19. Achten Sie bei der Verwendung darauf, dass sich andere Personen nicht auf die Rahmenmatte lehnen, setzen, stellen oder legen.
20. Verwenden Sie das Trampolin nicht, wenn Sie unter dem Einfluss von Alkohol, Drogen oder verschreibungspflichtigen Medikamenten stehen, die Sie schläfrig machen könnten.

21. Benutzen Sie dieses Produkt nicht, wenn Sie schwanger sind, an einer Herzkrankheit oder Bluthochdruck leiden oder einen Herzschrittmacher benutzen. Ältere Personen und behinderte Personen müssen bei der Verwendung beaufsichtigt werden.
22. Achten Sie bei der Verwendung darauf, dass Sie in der Mitte des Trampolins hüpfen.
23. Beachten Sie bei der Aufstellung alle Sicherheitshinweise in dieser Anleitung.
24. Tragen Sie bei der Verwendung dieses Produkts die geeignete Trainingsbekleidung.
25. Kinder müssen bei der Verwendung dieses Trampolins beaufsichtigt werden.
26. Gehen Sie bei der Aufstellung und Demontage dieses Produkts besonders vorsichtig vor, um Verletzungen zu vermeiden.
27. Tragen Sie während der Verwendung keine harten oder scharfen Gegenstände, wie Brillen, Uhren, usw.

Warnung

Kinder müssen bei der Verwendung dieses Produkts beaufsichtigt werden. Lesen Sie vor der Verwendung alle Anweisungen durch. Wie bei jedem Fitnessgerät, sollten Sie sich vor der Verwendung von einem Arzt beraten lassen.

Produktabmessungen: Ø102*H22cm

Achtung: Das Trampolin muss von einem Erwachsenen gemäß der Montageanleitung zusammengebaut und vor der ersten Benutzung überprüft werden.

Achtung: Befolgen Sie die Anweisungen des Herstellers, wenn Sie mit/ohne Schuhe springen.

Achtung: Leeren Sie Ihre Taschen und Hände, bevor Sie springen.

Achtung: Springen Sie immer in der Mitte der Matte, nicht an den Seiten.

Achtung: Essen Sie nicht, während Sie springen.

Achtung: Jeder Sprung sollte 30 Minuten nicht überschreiten, und es ist eine Ruhezeit von mindestens 10 Minuten erforderlich.

Achtung: Stellen Sie sicher, dass die Netztür vor dem Springen geschlossen ist.

Trampoline dürfen nicht im Boden vergraben werden.

Trampoline sollten nicht auf Beton, Asphalt oder anderen harten Oberflächen oder in der Nähe von nicht kompatiblen Einrichtungen (z.B. Planschbecken, Rutschen, Kletterstrukturen) installiert werden.

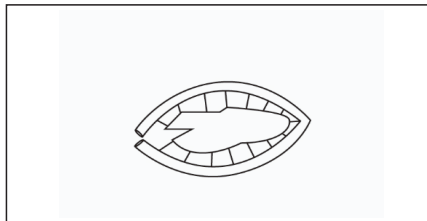
Jegliche Modifikationen, die vom Verbraucher am ursprünglichen Trampolin vorgenommen werden (wie z.B. das Hinzufügen von Zubehör), müssen gemäß den Anweisungen des Herstellers erfolgen.

WARTUNGSANWEISUNGEN

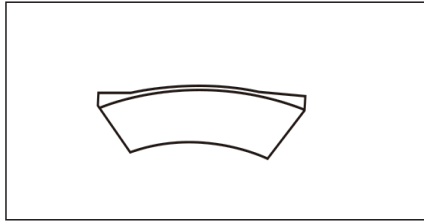
Während der Wintermonate können Schnee und extrem niedrige Temperaturen das Trampolin beschädigen. Es wird empfohlen, den Schnee zu räumen und die Matte und Abdeckung im Innenbereich zu lagern.

Ersetzen Sie regelmäßig jedes Jahr die Netze und Polster und überprüfen Sie, ob die Struktur stabil ist, um Sicherheit zu gewährleisten.

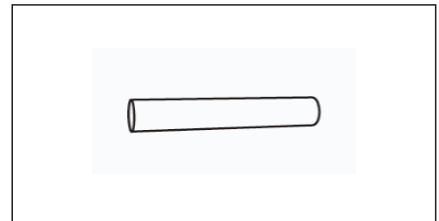
1. Trampolin x1



2. Schutzabdeckung x1



3. Standrohr x6



Montageschritte:

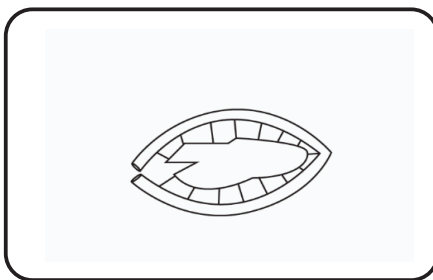


Fig. 1

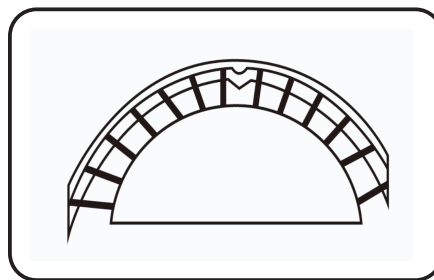


Fig. 2

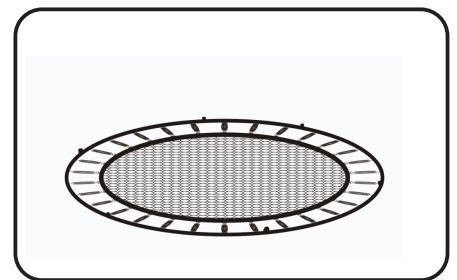


Fig. 3

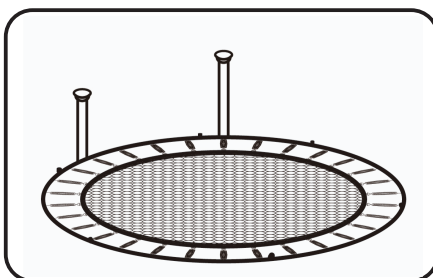


Fig. 4

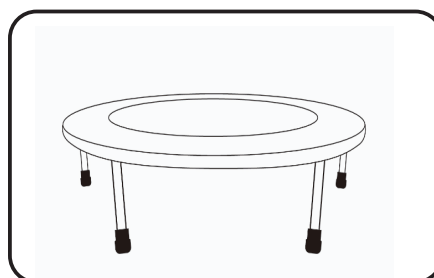


Fig. 5

1. Legen Sie das Trampolin in seiner zusammengeklappten Position auf den Boden (Abb. 1). Ziehen Sie die linken und rechten Seiten, sodass das Trampolin einen Halbkreis bildet. Stellen Sie sicher, dass die Faltklemme nah am Boden ist (Abb. 2).
2. Sichern Sie eine Seite des Trampolins und öffnen Sie es dann in die entgegengesetzte Richtung. Halten Sie die Finger von den Faltpunkten fern (Abb. 3). Wenn das Trampolin mit einer Schutzabdeckung ausgestattet ist, ziehen Sie diese nach dem Öffnen des Trampolins an. Halten Sie Kinder und Haustiere beim Öffnen, Schließen und Lagern fern. Montieren Sie es mit mindestens zwei Erwachsenen auf einer sauberen und trockenen Fläche.
3. Stellen Sie das Trampolin auf den Kopf, setzen Sie jedes Standrohr in den Rahmen ein und ziehen Sie es fest an (Abb. 4).
4. Ziehen Sie die Schutzabdeckung über das Trampolin (Abb. 5).

1. Este producto está recomendado para mayores de 14 años. La carga máxima es de 100 kg.
2. Las patas del trampolín deben estar firmemente instaladas durante el montaje. Asegúrese de que las patas no se deformen debido a la fuerza durante el proceso de montaje.
3. Al principio de usar el producto, la abrazadera móvil puede ser difícil de abrir y cerrar; sin embargo, la resistencia de la abrazadera disminuirá con el número de usos. Tenga cuidado al abrir y cerrar el trampolín para evitar lesiones.
4. Al abrir y cerrar o plegar, manténgase alejado de los niños y las mascotas. Con dos o más adultos, abra el trampolín en una superficie abierta, seca y limpia.
5. Utilice el trampolín en un suelo plano y nivelado.
6. Antes de usar el trampolín, asegúrese de que esté firmemente colocado en el suelo, con al menos cinco metros de ancho y ocho metros de alto. No coloque nada debajo del trampolín.
7. Al instalar el trampolín, asegúrese de que el área esté libre de árboles, ramas, rocas, cables y otros objetos.
8. Caliente y estírese durante al menos cinco minutos antes de usar, minimizando el riesgo de lesiones.
9. Comience el entrenamiento aeróbico de trampolín día por medio. Después de algunas semanas, empiece a entrenar cinco días a la semana. Comience con el número mínimo de minutos y aumente gradualmente hasta el tiempo máximo recomendado.
10. Una vez familiarizado con el entrenamiento básico, puede innovar y desarrollar su propia rutina de ejercicios.
11. Mantenga el embalaje fuera del alcance de los niños pequeños y elimine correctamente todos los desechos después de la instalación.
12. Inspeccione siempre el trampolín antes de usarlo. Si hay piezas dañadas o sueltas, deje de usarlo inmediatamente.
13. Lea y entienda toda la información antes de usar – guárdela para referencia futura.
14. Antes de usar, asegúrese de que el trampolín esté correctamente ensamblado, siguiendo todas las instrucciones de este manual.
15. Sólo debe ser usado por una persona a la vez.
16. Tenga cuidado al usar para prevenir caídas. No rebote con las rodillas para evitar lesiones.
17. No lo use en condiciones húmedas o ventosas.
18. No ruede en el trampolín para evitar lesiones graves.
19. Al usar, asegúrese de que otros no se apoyen, sienten, paren o recuesten en la alfombra del marco.
20. Si está bajo la influencia de alcohol, drogas o medicamentos recetados que puedan causarle somnolencia, no use este trampolín.
21. No use este producto si está embarazada, tiene enfermedades cardíacas, presión arterial alta o usa un marcapasos. Las personas mayores y las personas con discapacidades deben ser supervisadas si lo usan.
22. Al usar, asegúrese de estar saltando en el centro.
23. Al ensamblar, observe todas las advertencias de seguridad en este manual.
24. Use ropa deportiva adecuada cuando use este producto.

25. Los niños deben ser supervisados al usar este trampolín.
26. Tenga mucho cuidado al instalar y desmontar este producto para evitar lesiones.
27. Al usar, no tenga en su posesión accesorios duros o afilados, como gafas, relojes, etc.

Advertencia:

Los niños deben ser supervisados al usar este producto. Lea todas las instrucciones antes de usar. Como con cualquier equipo de ejercicio, consulte a un médico antes de usar.

Dimensiones del producto: Ø102*H22cm

Atención: El trampolín debe ser ensamblado por un adulto según las instrucciones de montaje e inspeccionado antes del primer uso.

Atención: Siga las instrucciones del fabricante al saltar con/sin zapatos.

Atención: Vacíe sus bolsillos y manos antes de saltar.

Atención: Siempre salte en el centro de la lona, no en los lados.

Atención: No coma mientras salta.

Atención: Cada salto no debe exceder los 30 minutos, y se requiere un descanso de al menos 10 minutos.

Atención: Asegúrese de cerrar la abertura de la red antes de saltar.

Los trampolines no pueden ser enterrados.

Los trampolines no deben ser instalados sobre concreto, asfalto o cualquier otra superficie dura ni cerca de características incompatibles (por ejemplo, piscinas inflables, toboganes, estructuras de escalada).

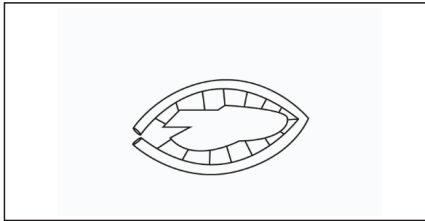
Cualquier modificación realizada por el consumidor al trampolín original (como la adición de accesorios) debe hacerse de acuerdo con las instrucciones del fabricante.

INSTRUCCIONES DE MANTENIMIENTO

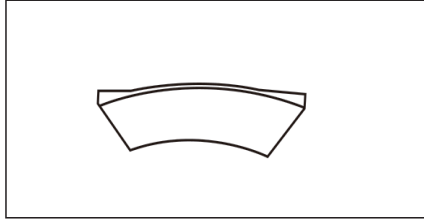
Durante los meses de invierno, la nieve y las temperaturas extremadamente bajas pueden dañar el trampolín. Se recomienda limpiar la nieve y almacenar la lona y la cubierta en interiores.

Reemplace las redes y almohadillas regularmente cada año, y verifique que la estructura sea estable para garantizar la seguridad.

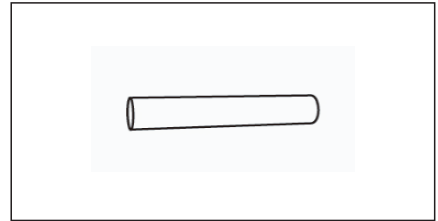
1. Trampolín x1



2. Funda protectora x1



3. Tubo de pata x6



Pasos de instalación:

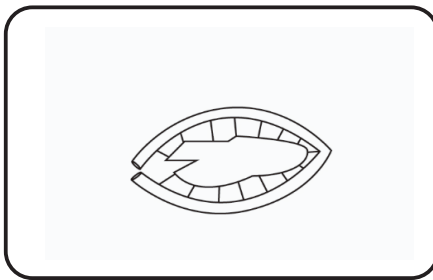


Fig. 1

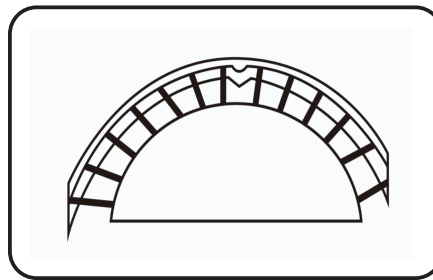


Fig. 2

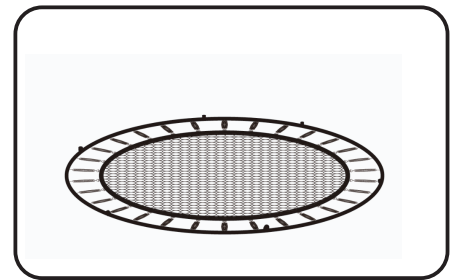


Fig. 3

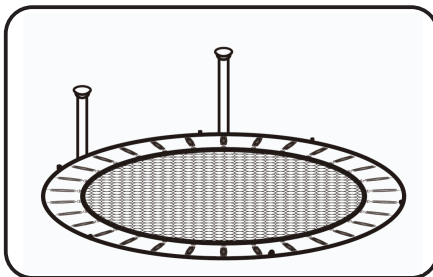


Fig. 4

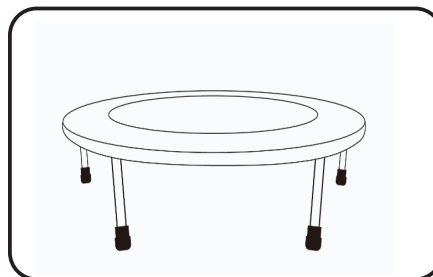


Fig. 5

1. Coloque el trampolín en el suelo en su posición plegada (Fig. 1), tire de los lados izquierdo y derecho, de modo que el trampolín forme un semicírculo. Asegúrese de que la abrazadera plegable esté cerca del suelo (Fig. 2).
2. Asegure un lado del trampolín y luego ábralo en la dirección opuesta. Mantenga los dedos alejados de los puntos de plegado (Fig. 3). Si está equipado con una funda protectora, póngala después de abrir el trampolín. Al abrir, cerrar y almacenar, mantenga a los niños y las mascotas alejados. Ensamble con al menos dos adultos en una superficie limpia y seca.
3. Colóquelo boca abajo, inserte cada pata en el marco y apriete (Fig. 4).
4. Ponga la cubierta de protección en el trampolín (Fig. 5).

1. Questo prodotto è consigliato per età superiori ai 14 anni. Il carico massimo è di 100 kg.
2. Le gambe del trampolino devono essere saldamente installate durante il montaggio. Assicurarsi che le gambe non si deformino a causa della forza durante il processo di montaggio.
3. All'inizio dell'utilizzo del prodotto, la pinza mobile può essere difficile da aprire e chiudere; tuttavia, la resistenza della pinza diminuirà con l'uso. Fare attenzione durante l'apertura e la chiusura del trampolino per evitare lesioni.
4. Durante l'apertura, la chiusura o la piegatura, tenersi lontani da bambini e animali domestici. Con due o più adulti, aprire il trampolino su una superficie aperta, asciutta e pulita.
5. Utilizzare il trampolino su un terreno piatto e livellato.
6. Prima di utilizzare il trampolino, assicurarsi che sia posizionato saldamente sul terreno, con una larghezza di almeno cinque metri e un'altezza di almeno otto metri. Non posizionare nulla sotto il trampolino.
7. Durante l'installazione del trampolino, assicurarsi che l'area sia libera da alberi, rami, rocce, fili e altri oggetti.
8. Fare un riscaldamento e stretching per almeno cinque minuti prima di utilizzare, minimizzando il rischio di lesioni.
9. Iniziare l'allenamento aerobico sul trampolino a giorni alterni. Dopo alcune settimane, iniziare ad allenarsi cinque giorni a settimana. Iniziare con il numero minimo di minuti e aumentare gradualmente fino al tempo massimo raccomandato.
10. Una volta acquisita familiarità con l'allenamento base, è possibile innovare e sviluppare la propria routine di esercizi.
11. Tenere gli imballaggi fuori dalla portata dei bambini piccoli e smaltire correttamente tutti i rifiuti dopo l'installazione.
12. Ispezionare sempre il trampolino prima dell'uso. Se ci sono parti danneggiate o allentate, interrompere immediatamente l'uso.
13. Leggere e comprendere tutte le informazioni prima dell'uso - conservare per consultazioni future.
14. Prima dell'uso, assicurarsi che il trampolino sia correttamente assemblato, seguendo tutte le istruzioni di questo manuale.
15. Dev'essere utilizzato solo da una persona alla volta.
16. Prestare attenzione durante l'uso per evitare cadute. Non saltare sulle ginocchia per evitare lesioni.
17. Non utilizzare in condizioni di bagnato o vento.
18. Non rotolare sul trampolino per evitare gravi lesioni.
19. Durante l'uso, assicurarsi che gli altri non si appoggino, siedano, stiano in piedi o si sdraino sul tappeto del telaio.
20. Se si è sotto l'influenza di alcol, droghe o farmaci prescritti che possono causare sonnolenza, non utilizzare questo trampolino.
21. Non utilizzare questo prodotto se si è in gravidanza, si soffre di malattie cardiache, ipertensione o si utilizza un pacemaker. Le persone anziane e le persone disabili devono essere supervisionate se utilizzano il trampolino.

22. Durante l'uso, assicurarsi di rimbalzare nel centro.
23. Durante l'assemblaggio, osservare tutti gli avvertimenti di sicurezza in questo manuale.
24. Indossare abbigliamento sportivo adeguato durante l'uso di questo prodotto.
25. I bambini devono essere sorvegliati durante l'uso di questo trampolino.
26. Fare molta attenzione durante l'installazione e la rimozione di questo prodotto per evitare lesioni.
27. Durante l'uso, non avere in possesso accessori duri o appuntiti, come occhiali, orologi, ecc.

Avvertenza:

I bambini devono essere sorvegliati durante l'uso di questo prodotto. Leggere tutte le istruzioni prima dell'uso. Come per qualsiasi attrezzatura da fitness, consultare un medico prima dell'uso.

Dimensioni del prodotto: Ø102*H22cm

Attenzione: Il trampolino deve essere assemblato da un adulto secondo le istruzioni di montaggio e ispezionato prima del primo utilizzo.

Attenzione: Seguire le istruzioni del produttore quando si salta con/senza scarpe.

Attenzione: Svuotare le tasche e le mani prima di saltare.

Attenzione: Saltare sempre al centro del tappeto, non ai lati.

Attenzione: Non mangiare mentre si salta.

Attenzione: Ogni salto non deve superare i 30 minuti e sono necessari almeno 10 minuti di riposo.

Attenzione: Assicurarsi di chiudere l'apertura della rete prima di saltare.

I trampolini non possono essere interrati.

I trampolini non devono essere installati su cemento, asfalto o altre superfici dure o vicino a caratteristiche incompatibili (es. piscine gonfiabili, scivoli, strutture per arrampicarsi).

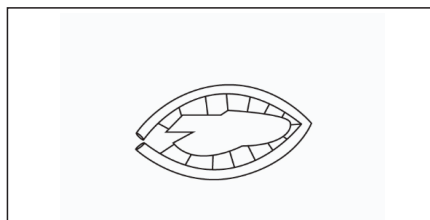
Qualsiasi modifica apportata dal consumatore al trampolino originale (come l'aggiunta di accessori) deve essere fatta secondo le istruzioni del produttore.

ISTRUZIONI PER LA MANUTENZIONE

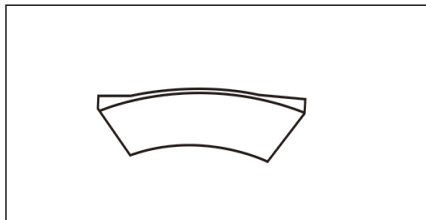
Durante i mesi invernali, la neve e le temperature estremamente basse possono danneggiare il trampolino. Si consiglia di rimuovere la neve e di riporre il tappeto e la copertura all'interno.

Sostituire reti e rivestimenti regolarmente ogni anno, e verificare che la struttura sia stabile per garantire la sicurezza.

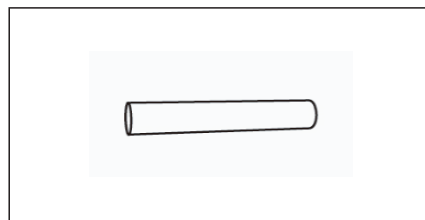
1. Trampolino x1



2. Copertura protettiva x1



3. Tubo delle gambe x6



Istruzioni di installazione:

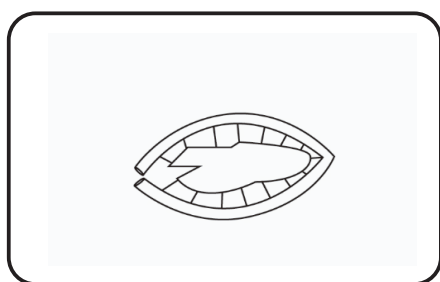


Fig. 1

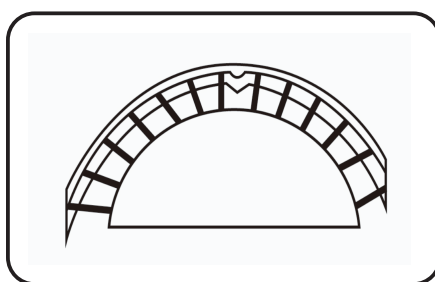


Fig. 2

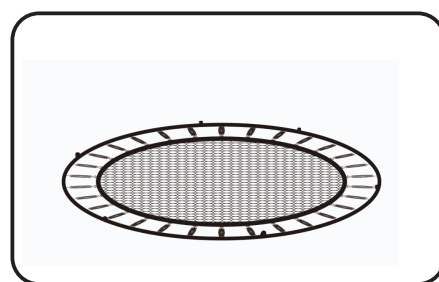


Fig. 3

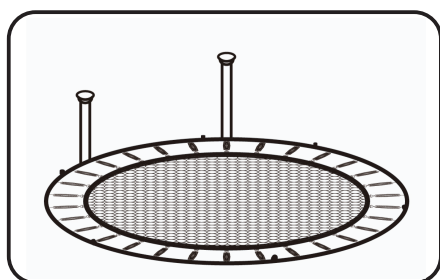


Fig. 4

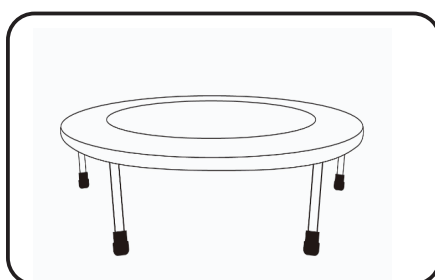


Fig. 5

1. Posizionare il trampolino sul pavimento nella posizione piegata (Fig. 1), tirare i lati sinistro e destro in modo che il trampolino formi un semicerchio. Assicurarsi che la pinza di piegatura sia vicina al suolo (Fig. 2).
2. Fissare un lato del trampolino, quindi aprirlo nella direzione opposta. Tenere le dita lontane dai punti di piegatura (Fig. 3). Se dotato di copertura protettiva, metterla dopo aver aperto il trampolino. Durante l'apertura, la chiusura e l'immagazzinamento, tenere lontani bambini e animali domestici. Assemblare con almeno due adulti su una superficie pulita e asciutta.
3. Posizionare il trampolino a testa in giù, inserire ogni gamba nel telaio e stringere (Fig. 4).
4. Mettere la copertura protettiva sul trampolino (Fig. 5).

UK

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

Our contact details are below:



0044-800-240-4004



enquiries@mhstar.co.uk

IMPORTER ADDRESS:

MH STAR UK LTD
Unit 27, Perivale Park,
Horsenden lane South
Perivale, UB6 7RH
MADE IN CHINA

ES

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



0034-931294512



atencioncliente@aosom.es

Importador/Fabricante/REP:

Spanish Aosom, S.L.
C/ Roc Gros, nº 15. 08550, Els Hostalets de Balenyà,
Spain.
B66295775
atencioncliente@aosom.es
TEL: 931294512

FR

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

Nos coordonnées sont les suivantes:



0033-1-84166106



aosom@mhfrance.fr

Importé par/Fabricant/REP :

MH France
2, rue Maurice Hartmann
92130 Issy-les-Moulineaux
France
Fabriqué en Chine

IT

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



0039-0249471447



clienti@aosom.it

MADE IN CHINA

IMPORTATO DA/Produttore/REP:

AOSOM Italy srl
Centro Direzionale Milanofiori
Strada 1 Palazzo F1
20057 Assago (MI)
P.I.: 08567220960

DE

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

Unsere Kontaktdaten stehen unten:



0049-0(40)-88307530



service@aosom.de

Importeur/Hersteller/REP:

MH Handel GmbH
Wendenstraße 309
D-20537 Hamburg
Germany



FR

DONNEZ
OU
RECYCLEZ



ASSOCIATION

OU



LIVRAISON

OU



DÉCHÈTERIE

Adresses sur quefairedemesdechets.fr

Aosom